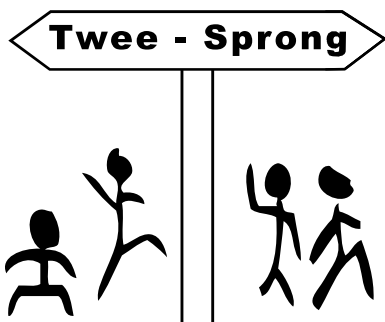




oktober - november - december 2021

HELMSTRAAT 109 BUS 16 | 2140 BORGERHOUT | [WWW.ONDO.NU](http://WWW.ONDO.NU)

T. 03 633 90 90 | F. 03 633 90 99 | [INFO@ONDO.NU](mailto:INFO@ONDO.NU)



## Lieve Mondito's

Dit is alweer de laatste Mondo van het jaar. Het ideale moment om eens terug te kijken op het afgelopen jaar. In deze editie gaan wij nog wat verder terug in de tijd. 'Ondoorheen de jaren'. We gaan terug naar het ontstaan en begin van Ondo. Of had Ondo toen een andere naam? Hmm, na het lezen van deze Mondo zit het weer fris in je geheugen. Een terugblik zou niet compleet zijn zonder foto's uit de oude doos. Zoals altijd is ook deze Mondo ook gevuld met verschillende leuke artikels en mooie foto's die we toegestuurd kregen. Bedankt allemaal. Veel leesplezier en ... tot volgend jaar!

De Mondo Redactie

## Gebruikersraad 30/09/2021

We bereidden de dag 'Ondo in de bloemetjes' voor. We maakten een attentie voor alle begeleiders en medewerkers. Brigitte zorgde voor wat lekkers. Samen verwendeten we alle medewerkers van Ondo op 12 oktober.

Volgende vergadering bereiden we ons voor op het bezoek van de mensen tijdens de algemene vergadering van Ondo.

Natascha R

## Werkten mee:

Wim DR, Sophie R, Natascha R, Frank, Hayat D, Daniël C, Flor D, Mieke C, Jolien S, Karima E, Sally K, Eddy DN, Annik L, Julie N, Pascale D, Patricia M, Frank C, Ihsane T, Linda S, Najat B, Patrick W, Ronny C, Jason T, Marc F, Frederik P, Heidi VL, Katleen B, Freya-Lynn V, Fleur DB, Brian B

## Oproep volgende Mondo:

Het thema van de volgende Mondo is 'complimentjes'. Wie wil jij graag een complimentje geven?

Heb je een buurvrouw die altijd voor je klaarstaat? Maakt jouw papa de lekkerste taarten? Kan jouw kind goed knuffelen? Komt jouw poetshulp altijd op tijd? Maakt jouw huisarts tijd om naar je te luisteren? Laat het ons weten, wij zijn benieuwd!

In de vorige Mondo vond je complimentenkaartjes voor de medewerkers van Ondo. Deze zijn nog steeds welkom. Er staat een box aan het onthaal.

In de volgende Mondo lees je wat de gebruikersraad hiermee deed.

En dan nog de 'wat als'.

Wat als je één gerecht mocht kiezen dat je de rest van je leven moet eten? Welk gerecht zou het zijn?

### **Recept voor geluk**

Denk aan wat je goed gedaan hebt vandaag.

Stoef eens met jezelf.

Maak de balans op van waar je kwam en waar je nu al bent.

Geloof dat er geen limieten bestaan maar dat je altijd vooruit kan gaan.

Natasha R.

### **Ondoorheen de jaren Ondo-rons-je - oplossingen**

Foto 1: Inge

Foto 2: Miel

Foto 3: Pieter

Foto 4: Sylvie en Tom

Foto 5: Goele en Carla

### **Welk lichaam hoort bij welk hoofd - oplossingen**

1. Hoofd van Franky en lichaam van Wendy
2. Hoofd van Wendy en lichaam van Franky
3. Hoofd van Wim en lichaam van Pascale
4. Hoofd van Pol en lichaam van Katleen
5. Hoofd van Wendy en lichaam van Franky
6. Hoofd van Katleen en lichaam van Pol
7. Hoofd van Franky en lichaam van Wendy
8. Hoofd van Pascale en lichaam van Wim

### **Algemene vergadering**

Omdat in 't echt vergaderen nog niet kon, hebben Wim en Sophie jullie op 6 oktober via facebook toegesproken? Was je er niet bij? Dan kan je hier lezen wat ze te vertellen hadden.

We willen jullie heeeeeeel graag terug in 't echt ontmoeten? De volgende algemene vergadering doen we terug op bureau.

We zijn bezig met een tevredenheidsonderzoek. Begeleiders geven jullie een brief die je kan invullen. Je kan daar zeker hulp bij krijgen. Tegen 15 november willen we alle ingevulde brieven terug. Met de resultaten willen we weten wat er beter kan. Maar willen we ook tonen aan iedereen hoe goed Ondo werkt.

Het nieuwjaarsfeest mag doorgaan. JOEPIE! Zet 22 januari maar in je agenda.

Corona is nog niet helemaal weg. Mondmaskers dragen kan zeker nog, maar moet niet. Alleen als er iemand ziek is. Je mag ook aan je begeleider vragen om toch een mondmasker op te zetten.

Communicatie is heel belangrijk. Wij zijn dit aan het verbeteren. We zijn filmpjes aan het maken. Die zullen op onze aangepaste website komen. Onze facebookpagina zijn we ook meer aan het gebruiken. Stuur gerust foto's door via messenger of via je begeleider. Het moet natuurlijk wel iets met Ondo of begeleiding te maken hebben.

De gebruikersraad is complimenten aan het verzamelen. Complimenten voor

de medewerkers van Ondo. We geven ze af eind oktober.

Ook de uitstappen zullen in 2022 terug door gaan. We willen gaan picknicken, naar de Sinksenfoor, naar een pretpark, ergens 'den toerist' gaan uithangen én gewoon ergens gezellig iets gaan eten en drinken. We houden jullie zeker op de hoogte.

Onze Ondo-familie blijft groeien. Ihsane is onze nieuwe collega en Najat onze stagiair. We zijn ook op zoek naar een nieuwe collega.

We krijgen vragen over de verhuis van Ondo. We zoeken inderdaad een groter gebouw, maar dat is niet makkelijk. We willen in de buurt blijven van Borgerhout. Jullie zullen de eerste zijn die het weten als we iets hebben gevonden! Verhuizen zal dus pas binnen jaren kunnen.

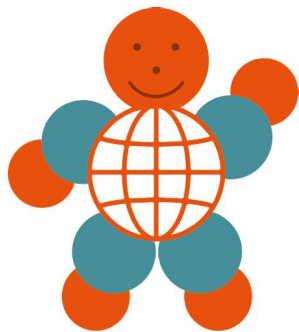
Elke Ondo-cliënt krijgt een verjaardagskaart. Teken jij een kaart en geef ze af op bureau? Jouw kaart wordt dan misschien gekozen en opgestuurd.

Op de facebookpagina van Ondo kan je ons filmpje herbekijken.

Wim en Sophie

## Kalender

- 01/11 Allerheiligen, de dienst is gesloten
- 01/11 - 07/11 Herfstvakantie
- 11/11 Wapenstilstand, de dienst is gesloten
- 03/12 Internationale dag voor personen met een beperking
- 06/12 Sinterklaas
- 24/12 Kerstavond
- 25/12 Kerstdag
- 27/12 - 09/01 Kerstvakantie
- 31/12 Oudejaarsavond
- 01/01 Nieuwjaar
- 06/01 Driekoningen
- 10/01 Verloren maandag, (appelbollen en worstenbrood mmm)
- 22/01 NIEUWJAARSFEEST
- 02/02 Lichtmis (pannenkoeken!)



# ONDEUGEND

## Welk lichaam hoort bij welk hoofd?

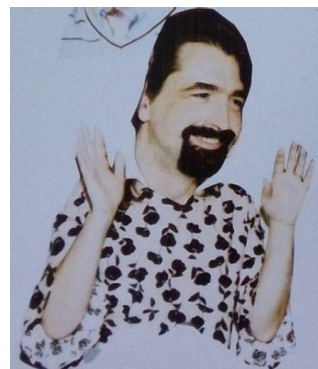
Hieronder zie je verschillende plaatjes van hoofden die boven een lichaam zijn geplaatst. Link het hoofd met het juiste lichaam. De personen op de foto's zijn: Frank, Wendy, Wim, Pol, Katleen en Pascale. Antwoorden vind je op ...



1



2



3



4



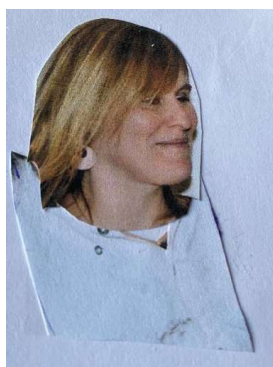
5



6



7



8

1. Hoofd van ..... en lichaam van .....
2. Hoofd van ..... en lichaam van .....
3. Hoofd van ..... en lichaam van .....
4. Hoofd van ..... en lichaam van .....
5. Hoofd van ..... en lichaam van .....
6. Hoofd van ..... en lichaam van .....
7. Hoofd van ..... en lichaam van .....
8. Hoofd van ..... en lichaam van .....

### **Paella à la Natasha**

Wat heb je nodig voor 4 personen:

- 600 gram kipfilet
- 2 stukken zalmoot
- 1 bokaal opgelegde mosseltjes in azijn
- 1 blik kikkererwten
- 1 groene en 1 rode paprika
- 1 glas kokosmelk
- 1 eetlepel rode currypasta
- Kippenkruiden
- 2 teentjes look
- 2 zakjes rijst
- En voor wie wil, enkele schelletjes chorizo

Hoe maak je het:

- Kook de rijst gaar.
- Snij de kip, zalm, paprika's, looktenen (en chorizo) in stukjes.
- Doe wat olie in een wok en zet deze op het vuur.
- Voeg de gesneden ingrediënten toe.
- Bestrooi het met de kippenkruiden.
- Laat de mosseltjes uitlekken in een vergiet.
- Voeg ze dan toe in de wok. Doe er ook de kikkererwten bij.
- Giet dan de kokosmelk erover. Roer de currypasta erdoor.
- Doe er de gekookte rijst bij. Blijf roeren tot bijna alle vocht verdwenen is.

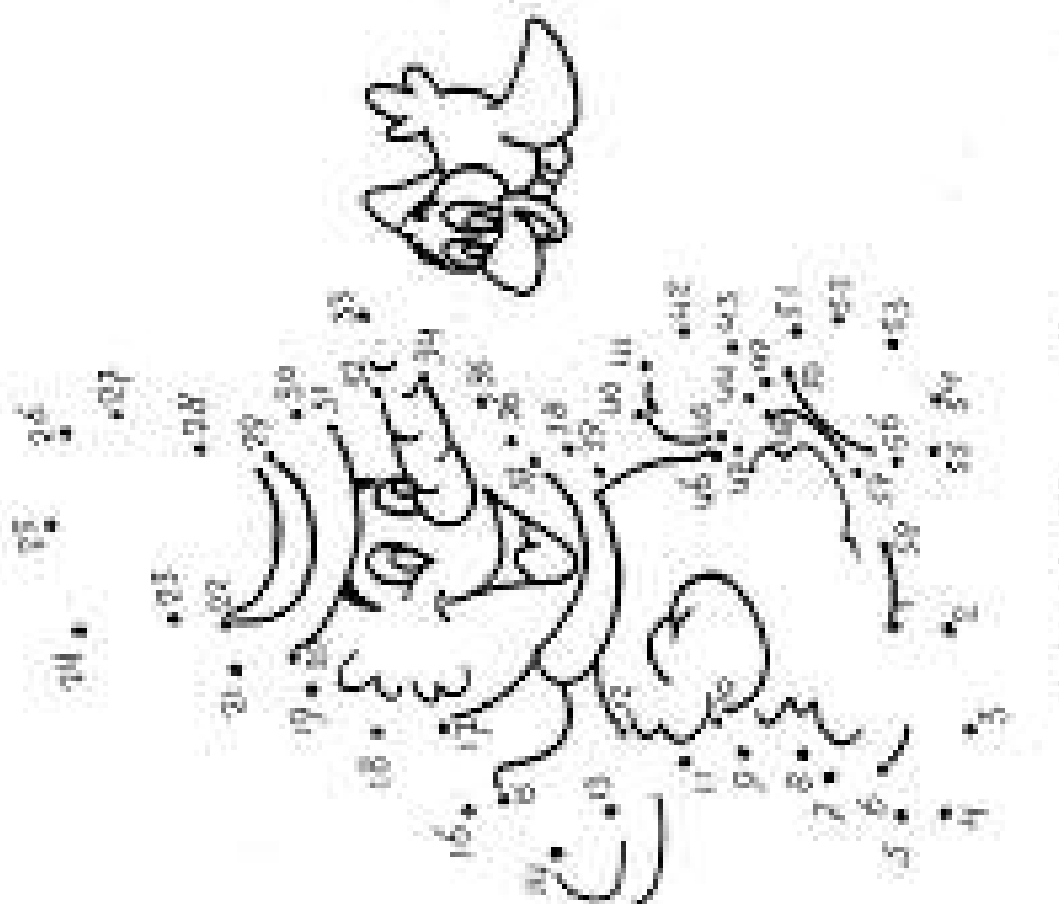
Smakelijk en bovendien is het lactosevrij!

Natasha R

Om in te kleuren



## Verbind de cijfers





## ONDO DOORHEEN DE JAREN

### Iedereen welkom



Wij zijn ongeveer 10 jaar in begeleiding bij Ondo. Eerst was Tessa onze vaste begeleidster en nu Pascale. Die komt al lang bij ons.

Maar alle begeleiders zijn welkom. En we vinden ze allemaal even vriendelijk en behulpzaam. Pascale heeft al meerdere stagiairs meegenomen naar ons. En nieuwe collega's mogen ook meekomen om bij te leren.

Wij vinden het leuk om nieuwe gezichten te leren kennen. Maar de eerste keer hebben

we wel graag dat Pascale meekomt.

De directeur Wim hebben we ook al een paar keer ontmoet. We vinden het een hele toffe mens.

Flor D en Mieke C

### Ondo vroeger en nu

Ik denk dat ik één van de cliënten ben die al het langste in begeleiding is bij Ondo. Ondertussen al langer dan 20 jaar.

In die tijd heette Ondo ook anders. 'Begeleid Wonen Antwerpen Stad'. Het bureau was in de Kistemaeckersstraat. Ik heb nog geweten dat Ondo verhuisde naar de Schapenstraat.

De eerste directeur was Ann, daarna kwam Inge en nu is het Wim.

Ook de nieuwsbrief heeft verschillende namen gehad. De eerste naam was 'TWEESPRONG', daarna was het 'TAMTAM' en nu is het de 'MONDO'. Persoonlijk vind ik 'TAMTAM' de mooiste naam.

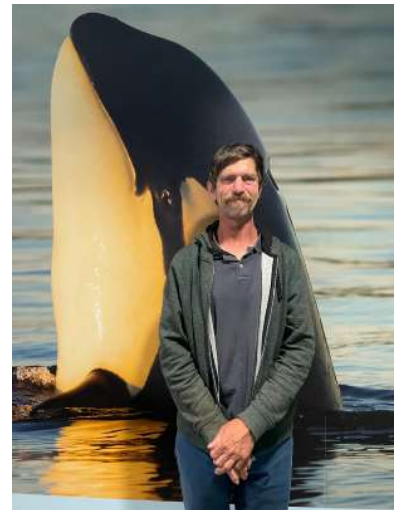
Door de jaren heen heb ik veel verschillende begeleidsters gehad. Ik weet niet meer al hun namen. Goele was 15 jaar lang mijn begeleidster. Zij is gestopt omdat ze teamcoach werd. Dan werd Louise mijn begeleidster. Zij is gestopt omdat ze op wereldreis ging. Momenteel is Karima al bijna twee jaar mijn begeleidster. Verder ken ik nog vele andere medewerkers van Ondo door de nieuwjaarsfeesten, uitstappen en de gebruikersraad.

Vanaf het begin was ik lid van de gebruikersraad. Hier zat ik in het totaal 15 jaar in. In 2020 heb ik beslist dat het genoeg is geweest. Ik heb een fijne tijd gehad in de gebruikersraad. Tijd om anderen die kans te geven.

Ik heb met Ondo veel leuke uitstappen gedaan. Zo zijn we onder andere naar Planckendael en de Grotten van Han geweest.

Ondo is altijd een deeltje van m'n leven geweest en ik hoop dat dit ook zo zal blijven.

Daniel C



## 20 jaar bij Ondo

Wat lang lijkt, is voorbij gevlogen. Wat herinner ik me allemaal?

Mijn eerste werkdag gingen we op uitstap naar de Lilse Bergen.

Het huisje in de Kistemaeckersstraat was 'den' bureau. Gsm's hadden we nog niet. Er waren 2 computers en 2 telefoonlijnen. Toen was de naam Begeleid Wonen Antwerpen-stad. 48 cliënten waren in begeleiding. Nu heeft elke begeleider een computer én een telefoon.

Voor het nieuwjaarsfeestje moesten we op zoek naar een grotere zaal. De Shelter in Borgerhout, Alpheusdal in Berchem, Drakenhof (of zoiets) en dan nu Wilgenhof. Misschien herinner je je ook nog de tombola? Of Pol van De Kampioenen die presenteerde? Of toen Dananti kwam optreden?

De jaarlijkse uitstap is ook steeds fijn. De Efteling, Walibi, Brugge, Lier, Planckendael, Gent, Bokrijk, Blankenberge, Leuven, Bellewaerde, Pairi Daiza,...

Ons boekje van den dienst werd ook geboren. Eerst als nieuwsbrief, dan als Tweesprong, dan Tam-Tam en nu Mondo. Weet je nog dat we Pascalleke van De Kampioenen vragen mochten stellen?

We verhuisden in 2007 naar een nieuw gebouw.

Onze personeelsgroep werd ook groter. Deze collega's zag ik vertrekken. Wie ken jij er nog van? Michelle, Monique, Marleen, Muriel, Hilde, Hilde, Lotte, Louise, Imke, Vicky, Marjolijn, Sasha, Shella, Peggy, Saskia, Hind, Freya, Joske, Janneke, Evy, Mieke, Tim, Gerard, Jamilla, Natla, Chris.

Ook 2 directeurs zag ik vertrekken. Ann vertrok ongeveer 12 jaar geleden bij Begeleid Wonen Antwerpen-stad. Inge was daarna een tijd onze baas. En nu is Wim al 10 jaar onze kapitein.

Spijtig genoeg nemen we ook afscheid van cliënten. Sommigen verhuizen, anderen zetten de begeleiding stop of komen te overlijden. Veel van hen zal ik nooit vergeten.

Op naar de volgende 20 jaar!

Sophie R

## Ondoorheen de jaren Ondo-ronsje

Op vrijdag 17 september namen wij, van het Mondo team, het Ondo-ronsje over. Het was de grootste bijeenkomst in lange tijd. Maar liefst 25 cliënten kwamen tot bij Ondo voor een koffie en een koekske. En, natuurlijk voor onze fantastische quiz!

Een paar weken eerder deden we een oproep bij al onze collega's: of ze een oude foto van zichzelf konden doorsturen. Tijdens de quiz lieten we deze zien. Jullie moesten raden welke begeleider op welke foto te zien was. Niet gemakkelijk, maar jullie deden het heel goed!

Nancy won de quiz. Zij wist het meeste over de begeleiders en Ondo. Een dikke proficiat Nancy! Ook Paul en Patrick wisten veel. Duidelijk echte Ondonkeners.

Voor wie niet bij de quiz was, hier nog enkele van die oude foto's. Aan jullie de uitdaging om te raden welke medewerkers van Ondo je herkent. Hou ook zeker onze Facebookpagina in de gaten. Daar zullen misschien ook af en toe wel eens foto's passeren. Laat die hersens maar werken!

(Wat verder in de Mondo vind je de antwoorden terug voor deze foto's.)

Karima en Jolien

Het Mondo team



foto 1



foto 2



foto 3



foto 4



foto 5



# WAT ALS ... JE EEN TALENT

Het talent om  
mensen en dieren te  
hulpen uit noodsi-  
tuaties.  
Patricia M

Ik  
heb  
gestu-  
deerd  
voor kleerma-  
ker. Maar eigenlijk had ik uur-  
werkmaker of diamantslij-  
per willen worden. Dat  
prutswerk trekt mij  
aan. Als kleine jon-  
gen haalde ik ook  
uurwerken uit elkaar.  
Flor D.

Ik  
zou  
graag  
mijn eigen  
kleding kunnen ontwerpen  
en maken. Ik merk tijdens het  
shoppen vaak dat ik niet  
altijd vind wat ik zoek.  
In mijn hoofd weet  
ik altijd wel wat ik  
graag wil.  
Karima E

Poëzie  
schrijven  
Julie N

Super-  
goed kun-  
nen zingen zoals  
Beyoncé!  
Jolien S

# MOCHT KIEZEN?

Ik  
zou  
orgel  
willen kunnen spelen.  
Dat vind ik een  
fantastisch  
mooi geluid.  
Mieke C

Ik  
zou  
een  
'Sprinter' willen zijn.  
Dan zou ik wat actie-  
ver en fitter zijn  
en wat meer  
bewegen.  
Sally K

Het  
talent  
dat ik  
kies is:  
ZINGEN! Dat is iets dat ik nu al  
graag doe, maar waar ik  
graag nog beter in  
zou willen zijn. Ik  
hou van muziek!  
Eddy DN

Gitaar  
spelen  
Annik L

De  
10miles kunnen  
lopen.  
Pascale D

Ik hoop  
dat het toneel waar  
ik in meespeel  
goed wordt!



# RNDOM ONS

## Mijn vrijwilligster

Dit zijn foto's van mijn hele lieve vrijwilligster Karen en van mezelf. We zijn hier samen aan het knutselen. Het was super plezant! We hebben een bloemetje gemaakt als teken van dankbaarheid.



Ronny

## Nieuwe collega

De meesten onder jullie zullen mij nog niet kennen. Daarom vertel ik graag wat meer over mezelf. Ik hou van wandelen en terrasjes doen. Verder ben ik een echte muzikfanaat. Van een comedyshow kan ik ook genieten! Mij zie je vaak lachen en plezier maken. Ik kijk er alvast naar uit om jullie te mogen ontmoeten.



Ihsane T

## Thuis bij Cavell

Ik begin me helemaal thuis te voelen in Cavell. Dit is een voorziening voor assistentiewoningen.



Af en toe kom ik samen met andere bewoners. We babbelen en drinken samen een koffie of eten een wafel.

Een aanrader voor iedereen die een assistentiewoning zoekt!

Frank VC

## Smyrnatalent

Wat vinden jullie van mijn smyrna-dieren? Goed gedaan he.

Linda S.



## Geef tweedehands een kans

Draag jij graag kleren van vroeger of heb je zin om een nieuw retrojasje te scoren? Dan moet je zeker eens een kijkje nemen in een tweedehandswinkel. In Antwerpen zijn er veel leuke tweedehandswinkels. Hier kan je de mooiste

kleren voor de goedkoopste prijzen vinden. Zo organiseert Think Twice om de 6 weken koopjesdagen. Je kan dan makkelijk een jasje kopen voor 2 euro. Hieronder vind je enkele leuke adressen waar je zeker eens een kijkje moet nemen.

Think Twice heeft verschillende vestigingen in Antwerpen:

- Nationalestraat 81, 2000 Antwerpen
- Jezusstraat 18, 2000 Antwerpen
- Lange Klarenstraat 21, 2000 Antwerpen
- Kammenstraat 85, 2000 Antwerpen

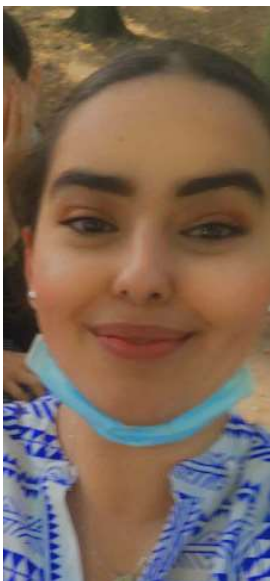
De Kringwinkel heeft ook verschillende vestigingen in Antwerpen:

- Kroonstraat 166, 2140 Borgerhout
- Vosstraat 305, 2100 Deurne
- Otto Veniusstraat 11, 2000 Antwerpen
- Bredabaan 397, 2170 Merksem
- Abdijstraat 104, 2020 Kiel

Ihsane T en Marc F



## Nieuwe stagiaire



Mijn naam is Najat. Ik studeer op de AP Hogeschool. Momenteel zit ik in mijn laatste jaar Orthopedagogie. Ik loop stage bij Ondo tot eind januari. Mijn stagebegeleiders zijn Sylvie en Jolien.

Buiten school zijn er nog dingen die ik heel graag doe.

Ik geniet ervan om op stap te gaan met vrienden. Wandelen en shoppen vind ik ook leuk. Natuur en muziek kunnen mij echt tot rust brengen.

Ik ben tante van drie superschattige meisjes waar ik regelmatig op babysit.

Ik kijk er heel erg naar uit om jullie te leren kennen en veel te leren van jullie allemaal.

Najat B

## Cocoonen in mijn stulpje

Gordijnen dicht, de buitenwereld even buiten sluiten. Hup, mijn sofa in met iets te knabbelen. Een nieuwe tekening maken en aan de muur hangen. Mijn interieur veranderen, tafels, stoelen, kasten verschuiven, alle kabels verleggen. En spelletjes spelen op mijn PC. Niet elk weekend hoor, ik ben ook vaak weg voor uitstappen en altijd weer blij dat ik terug naar huis kan.

Patrick W.



## Ondo op facebook



Het onderonsje is gevaccineerd



Zie hier, Jason met begeleidster Jolien op zijn proclamatie. Hij rondde zijn bakkersopleiding in de PIVA af. Proficiat Jason!



Marc is verzot op fietsen. Team Marc gaat geregeld met hem op fietstocht. We pauzeren in het midden van onze tocht met zijn favoriete drankje: cola light. Na de fietstocht zet ik hem af bij zijn mama



Heidi en Katleen hebben coaching. Alle begeleiders kunnen regelmatig een babbel doen om over het werk te praten.



Freya-Lynn & Fleur houden van een propere straat! Daarom zijn wij vandaag als "straatvrijwilligers van de stad Antwerpen" zwerfvuil gaan zoeken in de buurt. We zijn geschrokken van het aantal sigarettenpeuken! Houden jullie mee de straat proper? Dankjewel!



Wil je graag op uitstap gaan? Via iedereen verdient vakantie kan je dit doen aan goedkopere prijzen. Vraag meer info aan je begeleider of neem een kijkje op: <https://www.iedereenverdientvakantie.be/>



Brian laat soms maaltijden van 'Dagschotel' leveren bij hem thuis. Met het verminderd tarief betaalt hij 3 euro voor de maaltijd en 1 euro om het te laten leveren. En of hij content is! Meer info: <https://dagschotel.be/hoe-werkt-het> (er is een filiaal in Merksem en in Hoboken)