



**april - mei - juni 2023**

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)



**ONTDEK**

## Beste Ondoianen

De zomer komt eraan, de dagen worden langer, het zonneke schijnt terug wat meer... Zalig! Uit onze "wat-als" van deze Mondo blijkt dat de meesten onder jullie grote fan zijn van lente- en zomerweer. En dat begrijp ik. Lekker buiten komen, de zomerkleren bovenhalen, terrasjes doen, picknicken, buiten zwemmen, zonnen... Dat wordt weer volop genieten!

Wat ik erg leuk vind aan de zomer zijn de festivals. Elk jaar ga ik naar zoveel festivals als mogelijk: Werchter, Graspop, Pukkelpop... Maar ook de kleinere festivals zoals Linkerwoofer, Sfinx, Maanrock. De sfeer daar is geweldig: zon, muziek, hapje en drankje, dansen, lachen, genieten. Ik hou enorm veel van muziek dus ga dan ook helemaal uit de bol op festivals. Achteraf moet ik altijd even wennen aan een huis vol stilte. Maar dan zet ik al snel weer een muziekje op om nog wat af te kicken. Hehe.

Wij merkten dat er onder jullie ook veel muzikliefhebbers zitten. Wat een fijne artikeltjes.

Veel muzikaal leesplezier toegewenst!

Jolien S



## Hamburgers bij mij thuis



Pieter is al 4 jaar mijn begeleider. Om dat te vieren heb ik hamburgers en groenten gebakken. In een mals broodje met veel ketchup! Merci aan iedereen van Ondo.

Natascha R

## Kalender

- 1/05 Dag van de arbeid, de dienst is gesloten  
6/05 Uitstap van Ondo!  
14/05 Moederdag  
18/05 Hemelvaart, de dienst is gesloten  
23/05 Teamdag, de dienst is gesloten  
28/05 Pinksteren  
29/05 Pinkstermaandag, de dienst is gesloten  
11/06 Vaderdag  
21/06 Begin van de zomer, joepie!  
27/06 tem 30/06 Offerfeest  
1/07 tem 31/08 Zomervakantie  
9/07 Picknick met Ondo!  
11/07 Vlaamse feestdag  
21/08 Nationale feestdag, de dienst is gesloten

## Thema nieuwe Mondo:

Op café: waar ga jij het liefst iets drinken? Welke plekjes zijn tof en betaalbaar? Welk cafeetje heeft het mooiste terras? Wie schenkt de lekkerste koffies?



Met wie ga je het liefst iets drinken? Heb jij een favoriete barista? Waar kan je nog goedkope pintjes of cola's vinden? Ga eens iets drinken met je begeleider en neem hier een foto van!

Alle artikels graag doorsturen naar [mondo@ondo.nu](mailto:mondo@ondo.nu) voor 30 juni.

## Wat als:

... Je voor altijd dezelfde leeftijd kon zijn. Hoe oud zou je zijn en waarom?

## Gebruikersraad 27/02/2023

Spijtig genoeg waren we maar met twee leden van de gebruikersraad aanwezig. Wim kwam langs om het beleidsplan voor te stellen, maar dit kon dus niet doorgaan.

Patje Andries is nieuw in de gebruikersraad, want Ronny Cuyt is gestopt.

## Gebruikersraad 27/02/2023

We dachten na over hoe we beter kunnen samenwerken. We hebben wel allemaal nog zin in de gebruikersraad. Wim legde de plannen van Ondo uit. We keurden dit goed.

Yasmina gaat stoppen met de gebruikersraad. We nodigen volgende keer Melina uit.

## Werkten mee

Natascha R, Pieter D, Sophie R, Frank W, Hayat D, Alice DK, Jozef VE, Els DG, Flor D, Françoise V, Freddy T, Ludo T, Gerda VH, Jean-Pierre R, Lina V, Mieke VC, Patrick A, Peggy B, Lydia V, Sally K, Senel P, Tom V, Dolly V, Andy P, Glenn DG, Heidi S, Patricia VL, Madelina R, Paul J, Ingrid V, Inge P, Sarah H, Sofie B, Kawtar A, Karima EK, Jolien S



## Koekjes met appelsien smaak

Benodigdheden:

- 3 eieren
- 1 eigeel (apart bewaren)
- 125g gesmolten boerenboter
- 60ml maïsolie
- 125ml yoghurt
- 250g kristalsuiker
- 1 appelsien
- 1 pakje bakpoeder
- 1 pakje vanillesuiker
- 550g bloem

Hoe maak je het:

Doe 2 volledige eieren in een kom. Neem nog een ei en scheid het eigeel van het eiwit. Het eiwit mag mee in de kom. Het eigeel doe je in een apart potje.

Voeg de gesmolten boter, suiker, yoghurt en vanillesuiker toe. Roer grondig. Neem vervolgens de appelsien en snij deze in 2.

Pers de helft uit in een glaasje. Rasp de schil van deze geperste helft. Voeg zowel het sap als de geraspte schil toe aan de kom.

Voeg tenslotte het bakpoeder en de bloem toe. Kneed het geheel tot een malse, plakkerige deeg.

Maak van het deeg kleine bolletjes in de grote van een mandarijntje. Verspreid op een bakplaat met bakpapier.

Neem een kleine kom en doe hierin het aparte eigeel met 1 soeplepel melk. Roer goed.

Met een borsteltje bedek je de deegbolletjes met eigeelmix. Strooi daarna nog wat suiker over elke deegbol.

De koekjes kunnen nu in een 190 graden voorverwarmde oven voor ongeveer 35 tot 40 minuten.

Smakelijk!

Senel P

Kleurplaat





## Fotozoektocht

Frank en Hayat hebben samen foto's getrokken van verschillende plekken in de stad Antwerpen. Veel van deze plekken komen je misschien bekend voor. Het is de bedoeling dat jij raadt waar ze zijn. Als je deze plekken vindt, kan je de vragen die erbij horen makkelijk beantwoorden. Je kan ook vragen opzoeken op het internet. De antwoorden zetten we in de volgende Mondo. Veel zoekplezier!

Frank W en Hayat D



Foto 1

Vraag 1 Welke plek is dit?

Vraag 2 Wat zie je op de foto's aan de ingang van deze plek? Noem 3 dieren.



Foto 2

Vraag 1 Op dit standbeeld staat de naam van de kunstenaar die het gemaakt heeft. Hoe noemt deze kunstenaar?



Foto 3

Vraag 1 Welk jaartal staat er bovenaan op de gevel van de Handelsbeurs?









Foto 4

Vraag 1 Achter de kathedraal vind je dit standbeeld. Hieronder bevindt zich een bar. Welk jaartal zie je hier?



Foto 5

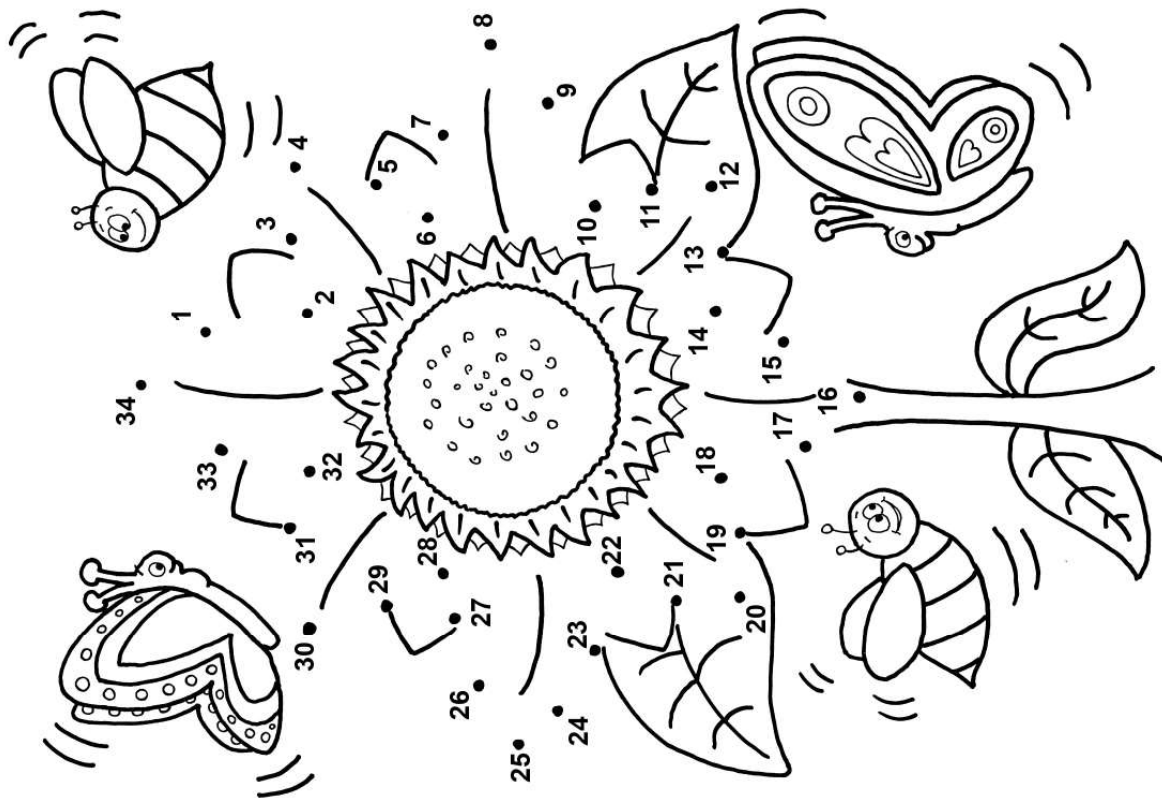
Vraag 1 Als je hier naar binnen gaat, kom je in een woonzorgcentrum. Wat is de naam hiervan?

	<p>Foto 6</p> <p>Vraag 1 Welk banklogo zie je boven deze tekening?</p>
	<p>Foto 7</p> <p>Vraag 1 Hoe noemt deze plaats?</p> <p>Vraag 2 In welk jaar is deze plaats gebouwd?</p>
	<p>Foto 8</p> <p>Vraag 1 Deze hand is van een reus waarvan Brabo de hand heeft afgehakt. Wat is de naam van deze reus?</p> <p>Vraag 2 Waar staat deze hand?</p>
	<p>Foto 9</p> <p>Vraag 1 Op de put staat in welke eeuw deze gebruikt werd. In welke eeuw is dit?</p>
	<p>Foto 10</p> <p>Vraag 1 Dit is Brabo die de hand van de reus heeft weggegooid. Waar heeft hij de hand naartoe gegooid?</p>
	<p>Foto 11</p> <p>Vraag 1 Dit standbeeld van Rubens is van 1840-1841. Hoe oud is Rubens geworden?</p>

# Kleurplaat



# Cijfers verbinden







### **Koen Wouters**

Ik ben Koen Wouters zijn grootste fan.



Zoals je op de foto ziet, heb ik zijn gezicht op mijn arm laten tatoeëren.

Ik ben al naar vier concerten geweest. Twee keer in 't sportpaleis en twee keer in de stadsschouwburg. Doorheen de jaren verandert mijn lievelingsliedje weleens. Momenteel is 'daar gaat ze' mijn favoriet lied.

Ik heb daar een mooie herinnering aan. Ik denk dan aan mijn neef die onlangs is gestorven.

Ik heb ook een hele verzameling cd's.  
Alice DK

### **De muzikale broers**

We hebben thuis 4 radio's. In elke kamer staat er één. Ik zet meestal radio 2 op en luister naar Belgische zangers. Mijn broer luistert naar radio 1. Vroeger ben ik naar een optreden geweest van Will Tura in de Koningin Elisabethzaal. Als ik een liedje van hem hoor denk ik terug aan het verleden.

Vroeger hadden we veel platen. Nu luisteren we naar CD's.

Freddy en Ludo T

### **Helmut Lotti**

Mijn lievelingszanger is Helmut Lotti. Ik heb er zelfs een dvd van. Ik ben fan ge-



worden door het liedje 'My boy' van Elvis dat hij coverde. 'Tiritomba' en 'King of the Road' vind ik ook leuk. Ik ben nog nooit naar een concert geweest omdat hij zoveel in Duitsland zit.

Flor D

### **Ennio Morricone**

Mijn lievelingsliedje is de soundtrack van "Once upon a time in the west". Dit is een westernfilm van de jaren 60. Het liedje werd gecomponeerd door



Ennio Morricone. Toen mijn man overleed, werd het liedje gespeeld op zijn begrafenis. Ik krijg altijd kippen-

vel als ik het hoor. Zo mooi!

Françoise V

### **DJ Dr. Fever**

Jozef, ook wel gekend als DJ Dr. Fever, kent wel wat van muziek.

Als DJ speelde hij vroeger met vinyl

platen. Hij werd gevraagd op feestjes of in het plaatselijk café. Hij had zelf een DJ-bar met twee platenspelers, een versterker, een mengpaneel, CD-speler en cassettespeler. Jozef had geen auto, dus moest hij beroep doen op anderen om zijn materiaal op de juiste plek te krijgen.



Jozef draaide alle soorten liedjes, van de vogeltjesdans tot een wals. Ook de Hucklebuck mocht niet ontbreken. Maar er was één liedje dat hij het liefste speelde en dat was YMCA van The Village People. Hij had er zelfs een eigen dansje op gemaakt.

Hij had honderden platen en over de duizend singletjes. Toen zijn vader stierf, heeft Jozef zijn platen en discobar weggedaan. Hij had niet genoeg plek om alles op te bergen. Hier heeft hij veel spijt van.

Jozef heeft een hele collectie CD's. Wat hij mist in zijn collectie en graag zou hebben, is een CD van Michael Jackson.

Jozef VE

### **Hardrock en heavy metal!**

Jean-Pierre zijn genre is hardrock en heavy metal. Hij luistert graag naar de muziek van Pink Floyd, Nickelback, Black Sabbath, Deep Purple, De Mens, Metallica, Guns N' Roses, Iron Maiden, The Doors, dEUS, AC/DC, Queen, Ram Jam, The Rolling Stones, Slade, Motörhead, Led Zeppelin, Status Quo, Alice Cooper...

Jean-Pierre brandde de muziek vroe-

ger zelf op CD's.

Tijdens de huisbezoeken luisteren Louise en Jean-Pierre soms samen naar zijn favoriete nummers.



Op donderdag 13 juli 2023 treedt Iron Maiden op in het Sportpaleis. Jean-Pierre zoekt iemand die daar ook graag naartoe zou willen gaan en hem wil vergezellen. Geïnteresseerden mogen contact opnemen met zijn begeleidster Louise via [Idegroof@ondo.nu](mailto:Idegroof@ondo.nu) of 0493 09 43 12.

Jean-Pierre R

### **Will Tura**

Will Tura is mijn lievelingszanger. Hij kan heel goed zingen. Vroeger gingen we veel naar optredens kijken. We zagen hem in de Roma, de koningin Elisabethzaal en in het casino van Knokke. Daar moesten we avondkledij aandoen, anders mochten we niet binnen. Mijn favoriete liedjes van Will Tura zijn 'Vlaanderen mijn land' en 'Ik ben zo eenzaam zonder jou'. Dit liedje was de openingsdans met Flor in een dancing waar we elkaar hebben leren kennen.

Mieke VC



## Zelf muziek spelen!

Als kind speelde ik viool, maar na vier jaar had ik geen zin meer om te oefenen en stopte ik ermee.



Toch sprak folk – en wereldmuziek me erg aan. Ik was stiekem jaloers wanneer ik de viool hoorde spelen in folkmuziek.

Zes jaar geleden heb ik besloten om les te gaan volgen in folkviool.

Superleuk om zoveel nieuwe muziek te leren kennen en spelen. Ik doe dit samen met andere violisten, gitaristen, accordeonspelers, doedelzakspelers en zangers.

Het typische aan de folkmuziek is dat de liedjes dansen zijn: jigs, reels, polska's, walsen, bourrées, andro's...

We leren veel liedjes op gehoor aan. Zonder noten te lezen, gewoon naspelen wat je hoort. De liedjes blijven beter hangen en je hoeft niet steeds op een partituur te kijken.

Dit jaar leerden we in de muziekgeschiedenislessen een aantal basisdansen aan. Als je de dans goed kent, lukt het beter om die muziek te spelen. Gezellige en boeiende dinsdagavonden heb ik altijd!

Ik steek er veel energie in, maar krijg er ook letterlijk energie van!

Het hoogtepunt van het schooljaar is het jaarlijkse dansbal en klasconcert die er binnenkort aankomen!

Els DG

## Leven vol muziek

Ik ben een enorme muzikliefhebber en luister dan ook heel verschillende genres. rock, metal, indie, Vlaamse

klassiekers, drum 'n bass, techno, disco, funk... noem maar op. Mijn papa is altijd een grote fan van muziek geweest en heeft ons heel veel muziek leren kennen toen we jong waren. Hij stuurt me regelmatig een mailtje met daarin muziek waarvan hij denkt dat ik die leuk vind. Zo blijf ik nieuwe dingen ontdekken!

Muziek kan mijn dag helemaal opfleuren en zorgt ervoor dat ik met een goed humeur de dag start! Ook wanneer ik me wat minder goed voel, helpt muziek me enorm.

Verder ga ik graag eens een dansje placeren in het weekend, het liefst op drum 'n bass!

Lina V

## Met muziek door het leven!

Muziek maakt een groot deel uit van mijn leven. Mijn voorkeur gaat uit naar klassiek, kleinkunst en filmmuziek.

Heb je al eens stilgestaan bij wat muziek met jou doet? Je leert echt te luisteren. Het wekt emoties op zoals rust, vrolijkheid, verdriet, diepzinnigheid, melancholie, nostalgie. Soms kan je met een bepaald muziekje uit de bol gaan.

Voor mij zijn de teksten zeer belangrijk. Ze bevatten soms levenslessen en blijven in je hoofd hangen.

Mensen met een talent om zelf muziek te maken zijn rijk en kunnen vele anderen verrijken. Laat je talent horen en zien, steek het niet onder stoelen of banken maar geniet en laat genieten!

“Thank you for the music, the songs I'm singing, thanks for all the joy they're bringing.”

Gerda VH

## Onze Rijkdom

Ik zing in het koor 'Onze Rijkdom'. Ik vind dit heel fijn. Samen met een muzikant en acteur schrijven we onze eigen teksten. Daarin leggen we onze diepste gevoelens bloot met een vleugje tristesse maar ook humor.



We voelen ons verbonden met elkaar in onze psychische kwetsbaarheid in eender welke vorm van armoede. Armoede is een heel ruim begrip, het hoeft niet enkel over geld te gaan. Ik ken kansarmoede en heb geldproblemen gekend. Maar word hier nu goed in begeleid. Zingen is de max!



Wie ons al heeft horen zingen, weet hoe tof het is.

Ik zing mooi en graag. Mijn begeleiders krijgen ook elke week een liedje van mij.

Mijn favoriet liedje van Onze Rijkdom is 'Thuisgevoel'. Mijn beste matje die helaas overleden is, zong dit liedje.

Natascha R

## Nineties fan

Ik luister graag naar muziek van de jaren '90. Dan ben ik geboren. Van The Backstreet Boys ben ik grote fan! Muziek geeft me een feestgevoel. Ik zou graag een keer naar de 'Back to the 80s, 90s & Nillies' party in het Sportpaleis gaan. Dit jaar lukt het me niet, maar volgend jaar ga ik er zeker naartoe.



Sally K

## Radio Minerva



Ik luister heel de dag naar muziek.

Het liefst naar Radio Minerva. Ik vind dit een leuke zender omdat er veel rustige muziek gedraaid wordt. Daar word ik zelf ook rustig van.

Ik heb twee vogeltjes, Flipke en Flapke. Die luisteren altijd mee. Op het ritme van de muziek kunnen ze nog niet fluiten.

Het liefst luister ik naar Nederlandstalige muziek. Van Elvis Presley kan ik ook genieten.

Jan Smit is mijn favoriet. Hij geeft volgende maand een concert in de stadsschouwburg. Ik ga daar naartoe en kijk er al naar uit!

Patrick A

## Phill Kevin

Mijn favoriete artiest is Phill Kevin.

In 1989 is hij gestart bij 'Tien om te zien' met het liedje 'Komaan en doe het'. Sinds dat moment ben ik grote fan.



Een aantal jaar later heb ik hem ontmoet. We maakten samen een foto.

Die foto ben ik tijdens mijn verhuis kwijtgespeeld tot mijn grote spijt.

Momenteel klinkt zijn laatste nieuw liedje vaak door mijn woonkamer: 'Als ik het toch niet kan delen met jou'.

Lydia V



## Tom Gitaar

Het is een goed be-  
waard geheim. Bege-  
leider Tom kan een  
deuntje spelen op de  
gitaar. Op zijn 12 jaar  
kreeg hij een gitaar. Hij  
speelde steeds op zich-  
zelf. In 2013 startte hij  
met muziekschool. Dit  
heeft hij 8 jaar volge-  
houden. Hij volgde er jazz en lichte  
muziek. Inmiddels heeft hij thuis wel  
4 gitaren staan. Hij speelt regelm-  
tig, maar zelden voor publiek.



Tom V

## Ontspanningsmuziek

El condor paso van Leo Rojas. Dat is  
muziek waar ik soms naar luister. Ik  
leg mij dan in de sofa en kan me ont-  
spannen. Ik kan er zelfs bij in slaap  
vallen.

Wat me ook helpt zijn natuurgelui-  
den, dat maakt me rustig.

Terwijl de muziek speelt, kijk ik op  
het grote scherm naar de beelden  
van vogels en watervallen.

Op mijn scooter luister ik naar mu-  
ziek. Meestal is dit een mix van mu-  
ziek. Anders dreig ik in slaap te val-  
len terwijl ik rijd.

Senel P

## Nederlandstalige muziekliefheb- ber

Als ik niet kan meezingen vind ik het  
geen leuke muziek. Daarom verkies  
ik Nederlandstalige liedjes. Ik zing  
thuis, in het dagcentrum, op een op-  
treden en onder de douche.



Ik heb Clou-  
seau al een  
paar keer in  
het Sportpa-  
leis gezien en  
een keer in de

Roma. De Romeo's zag ik ook. Ik ben  
ook al op buitenbeenpop en rock for  
specials geweest. Daar heb ik veel ar-  
tisten gezien. Het liefst sta ik voor-  
aan. Dan kan ik ze goed zien.

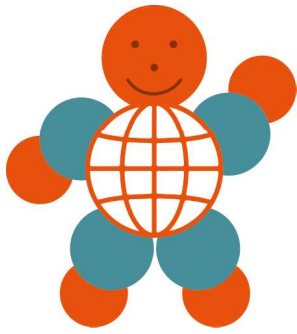


Ik heb ook Kristoff al zien optreden.  
Ik mocht zelfs de bloemen afgeven  
en hem een kus geven. Dat was echt  
een droom die uitkwam!

Mijn favorieten zijn: Nederlandsta-  
lige muziek, Bart Kaëll, Clouseau, de  
Romeo's, Willy Sommers, Get Rea-  
dy, André Hazes, Benny Neyman en  
Kristoff.

Peggy B





## WAT ALS ... HET VOOR ALTIJD

Lente want dan staat alles in bloei, zijn de dieren vrolijker en is het weer beter.

Dolly V

Ik kies voor de zomer, want dan is het altijd mooi weer.

Glenn DG

Zomer, dan is het altijd mooi weer en kan ik veel naar buiten. Dan moet ik nooit ambetante winterjassen dragen.

Andy P

Ik zou willen dat het altijd zomer is. Dan is het lekker warm en gezellig. Als het goed weer is, ben ik meer buiten. Ik vind het fijn om buiten te wandelen, fietsen en shoppen. In de zomer ga ik ook soms op vakantie.

Sally K

Ik kies de zomer. Dan schijnt het zonnetje en is iedereen vrolijk. Geen regen en wind... zonder zorgen de deur uit.

Lydia V

Ik zou graag altijd zomer hebben. Dan kunnen we alle dagen zwemmen.

Paul J

De lente, langere dagen alles in bloei en een aangenaam zonneke... Zalig.

Karima EK

# ÉÉN SEIZOEN WAS?

De zomer want dan is er buiten meer te zien en meer te doen. Een terrasje een wandeling... Het zonnetje schijnt en het is dan veel gezelliger.

Patricia VL

Lente, want ik ben geboren in de lente en dan is het lekker warm.

Madelina R

Ik zou de zomer kiezen voor warm weer en langer licht.

Freddy T

De zomer is mijn favoriete seizoen want dan is het warm en vroeger ging ik dan veel naar het buitenland.

Flor D

De lente, zalig weer, mooie dagen, veel zon.

Anoniem

Zomer! Geef mij maar altijd lekker warm weer!

Jolien S

Winter, omwille van de feestdagen en verjaardag.

Anoniem

De zomer is mijn favoriete seizoen. Ik kan goed tegen warm weer. Ik kom meer buiten in de zomer dan in de winter. Ik hou van de zon.

Heidi S



# RONDON ONS



Eind maart ben ik begonnen als begeleidster. Hiervoor werkte ik met daklozen, drugsgebruikers en in de psychiatrie.

Het was tijd voor iets nieuws en Ondo leek mij de ideale uitdaging. Ik ben sociaal dus ga er zeker van genieten om jullie allemaal te leren kennen.

Ik ben nog niet zo lang een maatschappelijk werkster. Enkele jaren terug besloot ik een carrièreswitch te doen en mij om te scholen. Daar heb ik nog geen moment spijt van gehad.

In mijn vrije tijd ga ik regelmatig iets drinken met vrienden en in de zomer ga ik graag zwemmen. Je kan mij echt een waterrat noemen.

Tot snel!

Sofie B

In februari ben ik begonnen als begeleider bij Ondo.

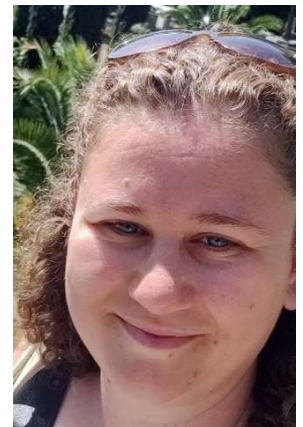
Hiervoor heb ik nog even gewerkt op het OCMW en op de Universiteit van Antwerpen. Ik ben blij dat ik hier nu ben.

Elke week ga ik zwemmen en tennissen. Bij mooi weer zwem ik graag in de zwembad van Boekenbergpark.

Op zondag wandel ik graag of val ik in als reserveleiding bij de scouts van Deurne.

Ik kijk er heel hard naar uit om iedereen te leren kennen! Tot snel.

Sarah H



## Jarige Marc

Marc werd een tijdje terug maar liefst 66 jaar. Dit vierden we op het Ondo-ronsje. Hiep hiep hoera voor Marc!

Inge P





Ik werk sinds februari bij Ondo.

Ik hoop hier als begeleider veel te leren van iedereen. Ik kijk er alvast naar uit om iedereen te leren kennen.

Ik ben een vrolijke en goedlachse jongedame die graag bezig is.



Mijn kat luistert naar de naam Spriet.

Ik kan genieten van lekker eten, een streepje goede muziek en af en toe een lekker biertje. Ik hou van gezelligheid maar heb af en toe ook wat tijd voor mezelf nodig. Dan houd ik me creatief bezig. Zo heb ik pas ontdekt dat ik tekenen leuk vind!

Lina V

## Nieuws van de dienst

Ondo blijft in beweging. Natascha en Rani hebben een andere job gevonden. Zij verlaten Ondo spijtig genoeg. Veel succes dames! Sofie en Seppe zijn als nieuwe begeleiders gestart.

Eind maart hadden we twee algemene vergaderingen. Je kan deze nog steeds bekijken op Facebook 'Ondo Sterk Jezelf'. Naast onze dromen, die al in de vorige Mondo stonden, hebben we ook stil gestaan bij het nieuwjaarsfeest. Enkele weetjes hierover:

- Jullie zijn heel tevreden over het feest.
- Muziek blijft iets moeilijk: de ene vindt het te luid, de andere te stil. Muziekkeuze is ook iets heel persoonlijk.
- De playbackshow is een groot succes. Langer mag die zeker niet duren.
- De meeste mensen vinden de prijs wel ok. Eigenlijk kost het feest €40 per persoon. Ondo sponsort dus een deel. We krijgen hier geen extra subsidies voor.
- De zaal is voor de meeste mensen goed.
- De traiteur deed zijn best om voor een beperkt budget een lekkere maaltijd te maken. Sommigen vonden de keuze te klein.
- De versiering werd gemaakt door de mensen van het Ondoronsje. DANKJEWEL!

We weten ook dat veel cliënten uitkijken naar activiteiten van Ondo. Hier nog eens de opsomming:

- Uitstap naar Mechelen op 6 mei
- Picknick op 9 juli
- Sinksenfoor (datum ligt nog niet vast)
- Uitstap naar pretpark (datum ligt nog niet vast)
- Speeddate (datum ligt nog niet vast)
- Nieuwjaarsfeest (27 januari 2024)

Zwem jij graag? Elke maand gaat een begeleider samen met een vrijwilliger zwemmen in de Veldstraat. Wil jij mee? Vraag meer info aan je begeleider. Je hoeft niet te kunnen zwemmen.

Eén keer per maand organiseren we ook een activiteit in het weekend. Zo gingen we al naar de Bourla en naar de Roma. Je begeleider weet zeker meer. Hou ook onze Facebook in de gaten als je mee wil.

We dachten na over 'bijleren'. Wat willen we leren? Waarover willen we met andere cliënten praten? Veel ideetjes werden gedeeld. We kijken wat we kunnen doen.

Sophie R

### **Algemene vergadering 25 maart 2023**

Graag wil ik een woordje schrijven over deze geslaagde vergadering. Eerst en vooral een dikke proficiat voor de schitterende resultaten omtrent het tevredenheidsonderzoek. Zelden heb ik zo een hoog percentage van tevredenheid gehoord, het deed me plezier!

Jullie dromen en inspanningen voor de toekomst zijn hoopvol voor iedereen, succes gewenst.

Wij dromen en hopen mee. We waren niet zo talrijk aanwezig maar de kwaliteit had de overhand. De ruimte en het geduld om iedereen aan het woord te laten en echt te luisteren zijn bewonderenswaardig. Ikzelf heb bijgeleerd en vooral genoten. Ik dank jullie hartelijk!

Gerda VH

### **PASEN**



Pasen, een feest,  
altijd al geweest,  
Voor groot en klein,  
De eitjes zullen lekker zijn.  
Ze rapen is zo fijn,  
Om dan samen te zijn.

**VROLIJK PASEN**

Andy P



ONDO OP 



Ondo wil steeds bijleren. Hannes en Kawtar gingen horen of de goestinggenerator iets voor ons is...

Wil jij ervaringsdeskundige worden? Wil jij vertellen over jouw mentale beperking? Durf jij voor een groep vertellen wat je moeilijk vindt? Zou je dit graag leren???? Nancy en Madelina gaan die uitdaging alvast aan. Bij Pasform gaan ze gedurende 10 woensdagen nadenken en bijleren



Amber en Natascha gingen samen wandelen. Lekker genieten van het zonnetje! Heerlijk

Zoveel talenten op Ondo. Senel bakte lekkere koekjes... Wie wilt het receptje in de Mondo zien verschijnen?



Enkele sfeerbeelden van onze uitstap vorige zaterdag. We gingen achter de schermen in het Toneelhuis!



Wereld Downsyndroom Dag vandaag!! Door vandaag twee verschillende kousen aan te trekken, ondersteun je mee dit initiatief en toon je aan dat verschillend zijn oké is. Enkele begeleiders deden alvast mee! Jij ook?