

60 centiemmen per dag zouden krijgen. In 1847 kostte een roggebrood 34 centiemmen. Dit leidde tot protest en staking. Soldaten uit het Kortrijkse garnizoen en de gendarmen uit gans het arrondissement kwamen er de rust herstellen.

In België is dit niet meer denkbaar maar niet zó lang geleden hebben er nog broodrellen plaatsgevonden, zelfs in Europa. In 1970 stond de oud-president van Polen generaal Jaruzelski terecht voor het bloedig neerslaan van de broodrellen in 1970. Nauwelijks tien jaar geleden, in 2011 was dit ook het geval in Algerije en Tunesië.

Tot slot: hulde aan de warme bakker die elke dag lekker geurend, smakelijk en gezond brood op tafel zet!

*Brood - Peter Scholliers - uitgeverij Vrijdag

Zelf wasmiddel maken - Els Vandekerkhove

Zelf wasmiddel maken klinkt als een hels karwei, maar dat valt allemaal best wel mee! Wasmiddel is makkelijk te maken, kost bijna niets en je was ruikt ermee lekker fris. We zijn ook allemaal wat milieubewuster geworden en de meeste van ons moeten wat meer op de centjes letten. Dit wasmiddel kost ongeveer 20 cent voor 2,5 liter en is vriendelijk voor de natuur.

Benodigheden voor 2,5 liter zelfgemaakt wasmiddel:

40 gram huishoudezeep in blok

40 gram huishoudsoda

Een scheutje schoonmaakazijn

2,5 liter water

Eventueel 10 druppels etherische olie (vb lavendel)



Rasp de huishoudezeep (40 gram) in een steelpan. Voeg hier een halve liter koud water aan toe. Verhit dit al roerende tot de zeep opgelost is in het water en voeg hierna de soda toe.

Giet het mengsel in een emmer en voeg 2 liter heet water toe. Roer het nog even door en laat het een nachtje staan. De volgende dag is het een harde, glibberige massa geworden die je kan overscheppen in plastic bakken.

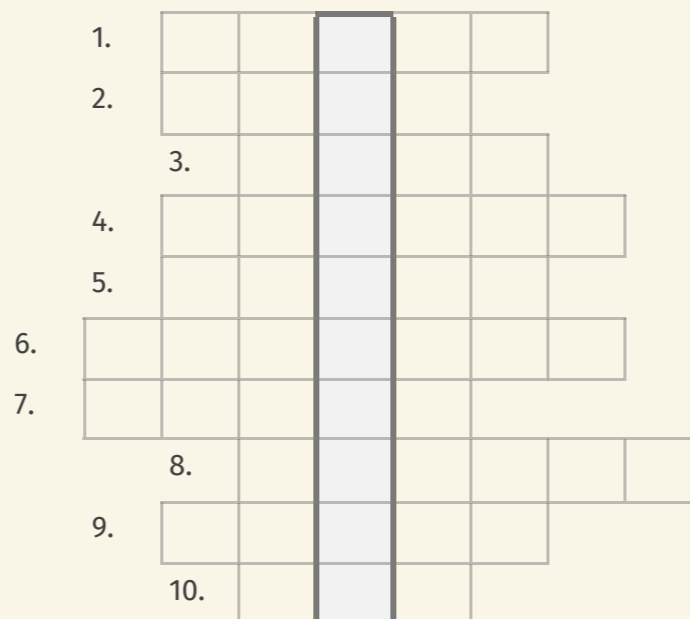
Gebruik van het wasmiddel:

Schep een wasbolletje vol met het wasmiddel en leg het tussen de vieze was in de wasmachine. Als vervanging voor wasverzachter kun je een scheutje schoonmaakazijn gieten in het wasverzachtervakje. Dit is veel goedkoper dan wasverzachter en het ontkalkt de wasmachine ook nog. Je was is zacht en ruikt fris!

Filippine - Joris Decavele

Zoek de namen van de beschreven Belgische waterlopen en ontdek een bekende Harelbekaar

1. Ontstaat door de samenvloeiing van Dijle en Nete
2. Stroomt door Harelbeke
3. Er is een grote en een kleine versie van
4. Stroomt door Durbuy
5. Ontstaat door de samenvloeiing van de Zuidlede en de Moervaart
6. Ontvangt in Gent de Leie
7. Zijrivier van de Schelde in de Vlaamse Ardennen
8. Zijrivier van de Leie in de streek van André Demets
9. Stroomt door Brussel
10. Geeft samen met een ander stroompje een naam aan een stadje in de provincie Luxemburg



Oplossing kruiswoordraadsel 't Parettegazetje editie 4: toverfluit

Beste lezer, Beste Parettegazette-abonnee,

In 't Parettegazetje brengen we leesplezier en ook het laatste nieuws van de Harelbeekse lokale dienstencentra. Dit krantje is in druk gegaan na het Overlegcomité van vrijdag 26 februari 2021. Indien de coronamaatregelen nadien wijzigen, kan dit ook een effect hebben op onze werking. De laatste info vind je steeds op de COVID-19-pagina van www.zbharelbeke.be.

Nieuws vanuit de dienstencentra



We blijven er voor je zijn met onze **1-op-1 babbels!** Je kan bij ons terecht met vragen over ons zorgaanbod of gewoon omdat je zin hebt in een goed gesprek. Sommige babbels vinden buiten (op een bankje) plaats, bij neerslag of vriesweer gaan deze niet door. Hieronder een overzicht van waar en wanneer je terecht kan voor deze babbels (onder voorbehoud van wijzigende coronamaatregelen bepaald door nationale beslissingen en/of aanvullende voorzorgsmaatregelen van lokale besturen):

Weekdag	Data	Locatie	Uur
maandag	15 maart, 19 april	wijkhuisje Stasegem (Kerkplein)	14u00-16u00
maandag	8 maart, 12 april	wijkhuisje Eiland (Plein)	14u00-16u00
maandag	22 maart, 26 april	Bankje petanquevelden De Parette (niet bij vries of neerslag)	14u30-15u30
dinsdag	16 en 30 maart, 13 en 27 april	wijkhuisje Bavikhove (Tuinwijk)	14u00-16u00
dinsdag	9 en 23 maart, 6 en 20 april	Dorpshuis De Rijstpekker	14u00-16u00
dinsdag	16 maart, 20 april	wijkhuisje Arendswijk (Broekplein)	14u00-16u00
woensdag	7 april	wijkhuisje Overleie (Korenbloemstraat)	14u00-16u00
woensdag	17 maart, 7 en 28 april	bankje petanquevelden De Vlinder (niet bij vries of neerslag)	14u30-15u30
woensdag	31 maart, 21 april	bankje kerk Zandberg (niet bij vries of neerslag)	14u30-15u30

Naast deze geplande momenten kan je nog steeds een **afspraak** maken voor een 1-op-1 babbel (op maandagnamiddag met Louise, op dinsdagvoormiddag of donderdag met Dagmar). Je belt of mailt hiervoor naar het onthaal van De Vlinder via 056 73 53 90 of onthaal@zbharelbeke.be. Vergeet je mondneusmasker niet en kom niet als je ziek bent.



Vanaf 1 april strekken we de benen en starten we met **'wandelbabbels'** in groepjes van max. 4 personen (centrumleider incl.). Het wandelmoment start om 14u en eindigt rond 15u, met afstanden tussen de 3 en 5 kilometer. Bij slecht weer gaat de wandeling niet door (dan worden deelnemers verwittigd). Alle deelnemers dragen een mondneusmasker. Inschrijven is verplicht en gebeurt via het onthaal van De Vlinder (056 73 53 90) tot 1 dag voor de wandeling. Op donderdag 1, 8, 15 en 22 april start een wandeling met Dagmar aan Dorpshuis de Rijstpekker. Op vrijdag 2, 9, 16, 23 en 30 april vertrek je vanuit De Parette met Louise. Op vrijdag 2, 23 en 30 april gaat Pedro op stap vanuit De Vlinder.



Intussen kregen we ook bericht dat contactberoepen zoals gespecialiseerde **voetverzorgers** weer aan de slag mogen. We bekijken om alles veilig te kunnen heropstarten en nemen contact met de gebruikers van deze 'pedicuredienst' van zodra het kan.




De **vaccinatierondes** zijn gestart: in maart start de vaccinatie van 65-plussers en risicopatiënten, vanaf april komen de essentiële beroepen aan bod. De rest van de bevolking (18+) kan wellicht vanaf juni op een vaccin rekenen. Bewoners van Kortrijk, Harelbeke en Kuurne worden ingeënt in het

vaccinatiecentrum Kortrijk Expo (VAXPO). Je krijgt hiervoor van de Vlaamse overheid een **uitnodiging** per brief (en aanvullend per mail of sms) met een unieke code. Je kiest om de afspraak te bevestigen, te weigeren of te verplaatsen. Enkel met een reservatie kan je je laten vaccineren. Je reservatie is pas definitief als je de afspraak telefonisch of online bevestigt.

Wie er niet met eigen vervoer geraakt, spreekt eerst vrienden, familie, mantelzorger,... aan of zij je kunnen brengen. Heb je geen eigen netwerk? Dan is het in bepaalde situaties mogelijk om beroep te doen op deur-tot-deur vervoer.

Heb je de uitnodiging tot vaccinatie ontvangen en heb je nog vragen, hulp nodig om te reserveren of dient er vervoer geregeld te worden? Dan helpen wij je heel graag verder, er zijn hiertoe diverse mogelijkheden:

- Kom langs op een zitmoment van de 1-op-1 babbels zoals in de tabel op pagina 1 opgelijst of maak een afspraak.
- Kom naar het onthaal De Parette - Paretteplein 19 te Harelbeke. Open elke weekday van 8u30-12u00 en 13u00-17u00 (tot 16u00 op vrijdag)
- Kom naar het onthaal De Rijstpekker - Kasteelstraat 13 te Hulste. Open gedurende de maand maart op weekdays van 8u30-12u00.
- Bel of mail naar de Zorglijn 056 89 91 00 of zorglijn@zbharelbeke.be. Elke weekday van 8u30-12u00 en 13u00-17u00 (tot 16u00 op vrijdag)

 Fysiek bijeenkomen is voor het ogenblik nog steeds niet mogelijk (dus helaas nog geen opstart van de clubwerkingen). Wel plannen we met de lokale dienstencentra 2 webinars. Een webinar is een samenvoeging van de woorden 'web' en 'seminar'. Hierbij volg je thuis, vanachter je computer, laptop of tablet online les in een beperkte groep. Schrijf je snel in, de plaatsen zijn beperkt!

Webinar 'itsme en toepassingen'

Itsme is een app om komaf te maken met alle verschillende wachtwoorden, cijfercodes, Het wordt beschouwd als de veiligste manier om met je smartphone te werken: het is je digitale identiteit waarmee je veilig kan inloggen, gegevens kan delen en ondertekenen, allemaal met je smartphone. In deze online sessie krijg je te horen wat itsme precies is, hoe je het installeert en wat je er mee kan doen. Je volgt de sessie van thuis uit via je laptop of tablet.

Datum: dinsdag 23 maart
(uiterlijk 1 week voordien inschrijven)

Uur: 9u30 -11u30

Deelnameprijs: 7 euro

Inschrijven:

enkel via mail onthaal@zbharelbeke.be of telefoon 056 73 53 90

Benodigdheden: laptop of tablet

Webinar 'mijn gezondheid'

'Mijn gezondheid' is een online gezondheidsportaal waarbij je zicht krijgt op je persoonlijke gegevens over je gezondheid en gezondheid in het algemeen. Je vindt er oa medische informatie die zorgverleners (zoals bv je huisarts) digitaal bewaren en delen, ook resultaten van diverse onderzoeken en nog veel meer. In deze online les wordt geduid wat de website is en wat er allemaal terug te vinden is. Je volgt de sessie van thuis uit via je laptop of tablet.

Datum: dinsdag 30 maart
(uiterlijk 1 week voordien inschrijven)


Uur: 9u30 -11u30

Deelnameprijs: 7 euro

Inschrijven:

enkel via mail onthaal@zbharelbeke.be of telefoon 056 73 53 90

Benodigdheden: laptop of tablet

 In maart vorig jaar werd de geplande cursus 'RouteYou' in allerijl geannuleerd wegens de plotse coronamaatregelen. We plannen deze lessenreeks nu in mei opnieuw in, als locatie kozen we voor CC Het Spoor (uiteraard onder voorbehoud van de tegen dan geldende coronamaatregelen). De reeds ingeschreven cursisten kregen de eerste kans, maar er zijn nog enkele plaatsjes vrij. Niet twifelen!

Wandel- en fietsroutes uitstippelen met routeyou

Met het platform RouteYou kan je tochten downloaden, zelf uitstippelen in binnen-en buitenland, met of zonder knooppunten, afdrukken in verschillende formaten, downloaden op een gps of een app. Dit alles kan ook nog worden voorzien van een hoogtepfiel en bezienswaardigheden op het parcours. Lesgever Willy Messiaen van Senionet legt je alles haarfijn uit.

Datum: maandag 3, 10 en 17 mei

Locatie: raadszaal in CC Het Spoor (Eilandstraat)

Uur: 9u00-12u00

Deelnameprijs: 21 euro (te betalen eens de lessenreeks met zekerheid kan doorgaan)

Inschrijven: enkel via mail onthaal@zbharelbeke.be of telefoon 056 73 53 90

Benodigdheden: je eigen laptop (noodzakelijk) en eventueel smartphone en gps (optioneel)

Leesplezier

De Olympische Zomerspelen - (Joris Decavele)



Vorig jaar moesten de Olympische Zomerspelen in Tokio plaatsvinden. Ook hier echter gooide de pandemie roet in het eten: er werd beslist de Spelen te verplaatsen naar komende zomer. Volgens de heer Bach, voorzitter van het Internationaal Olympisch Comité, zullen deze keer de spelen zeker doorgaan, eventueel in een aangepaste vorm. Jammer genoeg is het niet de heer Bach die daar alleen over kan beslissen, maar heeft de Japanse regering uiteindelijk het laatste woord. Afwachten dus en hopen.

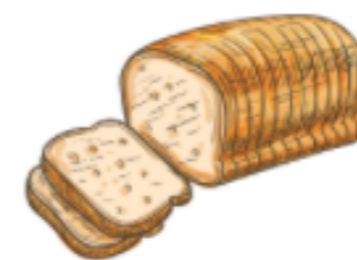
De oude Grieken Ongeveer 3 000 jaar geleden begonnen de Grieken spelen te organiseren op de berg Olympus in Athene. Zij zagen in sport een goede training voor de oorlogsvoering. Daarom deden alleen mannen mee. Vrouwen mochten niet meedoen: zij mochten zelfs niet gaan kijken, want de meeste proeven werden door de mannen in adamskostuum uitgevoerd. Naast de klassieke atletieknummers stonden ook vechtsporten op het programma en loopnummers in volledige gevechtssuitrusting. Vanaf de 5^{de} eeuw werden de spelen evenwel niet meer georganiseerd.

De moderne Spelen Het was de Franse historicus en pedagoog Pierre de Coubertin (1863 – 1937) die de spelen nieuw leven in blies. Anders dan een training voor oorlogsvoering, wilde hij de volkeren via de sport dicht bij elkaar brengen. In 1896 werden de spelen weer georganiseerd. Zij vonden plaats in Athene en werden 'Olympische Spelen' genoemd, aldus verwijzend naar de berg Olympus. Het was de Coubertin die de quote 'deelnemen is belangrijker dan winnen' lanceerde. Ook ontwierp hij het embleem, de in elkaar gehaakte ringen met de kleuren blauw, zwart, rood, geel en groen, waarmee hij de eenheid tussen de continenten wilde symboliseren.



De Spelen in Antwerpen In 1920 werden de spelen in Antwerpen georganiseerd, vorig jaar dus 100 jaar geleden. Zo kort na het einde van WO I was de organisatie echter allesbehalve perfect. Het atletiek stadion, het voetbalveld en het zwembad konden heel wat beter. Ook het logement voor de deelnemende atleten liet veel te wensen over. Toch waren, voor die tijd, de spelen van een groot niveau. Er namen 2 622 atleten, afkomstig uit 29 landen, aan deel. Er werden 22 verschillende disciplines georganiseerd, samen goed voor 156 wedstrijden. De Olympische vlag werd er voor het eerst op de openingsceremonie gedragen, en de Olympische eed werd er voor het eerst uitgesproken. De eer voor het dragen van de vlag viel te beurt aan Victor Boin, een Belgische atleet die in heel wat verschillende sporten een kampioen bleek. De Belgische atleten brachten het er goed van af: zij behaalden 36 medailles (14 gouden, 11 zilveren en 11 bronzen).

Brood - Stef Huysentruyt



Meng bloem, water, zout en gist. Kneed, laat het rusten en rijzen. Kneed het nog eens, maak er een bolletje van en zet het in een hete oven. En zie: een mirakel. De dikke brij verandert in een verrukkelijk ruikend broodje, luchtig kruim onder een heerlijke korst.

Samen met de aardappel vormde brood de basis van de Europese maaltijd. Alledaags, bijna banaal en toch heeft professor Peter Scholliers er een boek over geschreven*. Er valt zoveel te vertellen over zo'n simpel product dat ooit een grote hap uit het gezinsbudget nam. Tot de jaren 1900 werd zo'n 30 à 40 procent van dat budget besteed aan brood. Enkel al aan brood, alle andere

voedingsproducten zoals aardappelen enz. niet meegerekend. En heden ten dage? Gemiddeld vertegenwoordigt de kost van brood slechts 0,8% van het modale gezinsbudget. Een doorsnee werknemer moet maar 10 minuten werken en hij heeft een brood verdiend.

In de 19de eeuw was het anders. Er werd dan ook geregeld honger geleden. Van 1820 tot 1890 kende ons land drie hongersnoden. Door mislukte oogsten kon de broodprijs zodanig stijgen dat één dagloon niet volstond om een gezin te voorzien van voldoende brood.

In 1845 werd aan een Engelse firma een concessie verleend om de spoorlijn aan te leggen tussen Brugge en Kortrijk. Voor de aanleg ervan kwamen zich dagelijks werkwilligen aanbieden. In april waren er 400 arbeiders tewerkgesteld en hun dagloon bedroeg 1,15 tot 1,5 Frank. In 1847 was men begonnen aan het traject Izegem - Ingelmuister - Lendeledede. De werken vielen duurder uit dan begroot. Men had geen rekening gehouden dat er in Lendeledede een 'berg moest doorsneden worden' en daar had men de werklieden bericht dat ze maar 33 tot