BRASSCHAAT

DC-NIEUWS

Februari 2019

NIEUWSBRIEF VAN DE BRASSCHAATSE DIENSTENCENTRA

MARIA TER HEIDEHOVE – VESALIUS - ANTVERPIA

OCMW

ALL YOU NEED IS LOVE

MENU

FEBRUARI 2019

MENU ZOALS GEKEND BIJ UITGIFTE ; WIJZIGINGEN ZIJN MOGELIJK

ma	di	wo	do	vr	za enkel Vesalius	
				1 Landbouwersoep Gebakken koolvisfilet, spinazie, aardappelpuree Warme havermoutpap	2 Preisoep, Schnitzel, tomaten Stroganoff, krielaardappelen met peterselie Fruityoghurt	3 Witloofroomsoep, Kalkoenrollade, champignonsaus, broccoli, denappels Koffie + gebak
4 Wortelsoep, Chipolata, spruiten/spek/mosterd, aardappelen Seizoenfruit	5 Waterkerssoep, Hoki visfilet, romige prei, aardappelpuree Roomijs	6 Andalousische tom.soep Kalkoenmedaillon/ sherrysaus, peer met veenbessen, aardappelnootjes Mokkaroomdessert	7 Kippensoep, Spaghetti bolognaise van de chef, gemalen kaas Vanillepudding met gebakken appeltjes	8 Broccolisoep, Vispasteitje, kreeften-saus, seizoensalade, krieltjes met peterselie Griesmeelpudding + sinaasappelsaus	9 Pompoensoep, Cordon bleu, vleessaus, snijbonen, aardappelen Flan met karamelsaus	10 Selderroomsoep, Ardeense sneetjes, jagersaus, wortelen en erwten, aardappelgratin Koffie + gebak
11 Groensoep, Gegarneerde zuurkool met rookworst en gesmoord spek, mosterd, aardappelpuree Roomijs	12 Groentesoep, Tong in Madeirasaus, aardappelpuree Riz condé	13 Bloemkoolsoep, Hongaarse goulash (tomaat, paprika), rijst Sabayonmousse met mandarijn	14 Velouté d'amour (tomatenroomsoep+bal), Coq au vin, Parijse wortelen, kroketten Valentijngebak	15 Erwtensoep+korst Fish sticks, tartaresaus, witloofslaatje, peterselie-aardappelen Seizoenfruit	16 Wortel-knolseldersoep Vleesbrood, bloemkool in bechamel, aardappelen Ananaspudding	17 Crème v. courgette+tom. Kalkoenbiefstukje, picklesmousseline, winterse groenten (spruiten, raap, winter-wortel), gegr. puree Koffie + gebak
18 Raapjessoep+spek, Kalfsburger met ajuin-saus, boontjes in tomaat, aardappelen Warme rijstpap met bruine suiker	19 Preibouillon, Tongrolletjes op Oostendse wijze, wortelen, krieltjes met peterselie Appel in de oven	20 Portugese tom.soep Vol-au-vent, rauwkost, Frieten Citroencrème met meringue	21 Landbouwersoep, Hamrolletjes met witloof en kaassaus, aardappelpuree Chocoladepudding	22 Kervelsoep, Alaska Pollak rugfilet, Hollandse saus, Julien-negroenten, stoemp met bieslook en tomaat Roomijs	23 aardappelsoep+prei Indische kip met kerrie en Chinese groenten, rijst Fruitsalade	24 Gevogelteroom-soep met tuinkruiden Varkensgebraad, rode kool met sinaas-appel, aardappelen Koffie + gebak
25 Pompoensoep, Fricassee met kastanjechampignons, erwten, aardappelen Roomijs	26 Knolseldersoep, Casslerrib met honing, ananas, aardappelpuree Koek	27 Bloemkool-broccolisoep Kippenbout, rauwkost, Frieten Vanillepudding +peer	28 Witloofsoep, Balletjes in tomatensaus met selder, aardappelen Seizoenfruit		grijze dagen = enkel warme maaltijd in Vesalius	grijze dagen = enkel warme maaltijd in Vesalius

		DC MTHH		DC VESALIUS		DC ANTVERPIA
vrij 01/02	09.00	mogelijkheid wassalon	09:00	zumba gold		tafeltennis
	09.00	pedicure	09:30	Italiaans 2	09.30	yoga
	09.00	Frans: beginners	09.45	zangkoor Zonnezingers	**09.30**	**charlamos: Spaanse praatgroep**
	09.00	yoga	10.15	zumba gold beginners	**10.45**	**stoelyoga**
	09.30	**zentangle**	13.30	biljart	14.00	sjoelbak spelen
	10.30	Frans: gevorderden	13.30	bijeenkomst chronisch zieken	14.00	rummikub
	13.00	tafeltennis	14:00	petanque		
	13.30	***NIEUW*: naailessen**	14:00	kaarten: rikken		
	14.00	slagen halen	14.30	groentekraam		
	14.00	vrij petanque				
ma 04/02	09.00	yoga	09.00	pedicure		*pedicure*
	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	fitdans	09.15	gymnastiek
	09.00	pedicure	09.30	telefoonster	09.30	aquarel
	09.00	aquarel	09.30	kracht van de aandacht	10.30	fit dans
	10.30	pilates	09.45	yoga	13.30	zangstonde
	10.30	***NIEUW* : stoelyoga**	**10.00**	**filosofisch praatje**	**13.30**	**kantklossen**
	13.30	aquarel	10.45	yoga als pijnbestrijding	14.00	curve bowls
	14.00	rikken + gezelschapspel	11.00	yoga		
	14.00	petanque in clubverband	14.00	creawerking		
di 05/02		**wandelen dagtochten (WW/Loenhout)**	08.30	kalligrafie - gevorderden		pedicure
			09.00	pedicure	09.00	tafeltennis
	09.00	mogelijkheid wassalon	09.15	fundans - beginners	09.00	tai-chi gevorderden
	09.00	pedicure	09.30	Italiaans 1	09.00	tai chi beginners
	09.00	telefoonster	10.15	fundans - gevorderden	09.45	nordic walking (park Brasschaat)
	09.00	tafeltennis	13.30	biljart	**10.15**	**patchwork**
	14.00	kantklossen	**14.00**	**praatcafé dementie**	**10.15**	**yoga als pijnbestrijding**
	14.00	hobbycafé	14.30	groentekraam	**11.30**	**yoga als pijnbestrijding**
	14.00	kaarten - vrij petanque			13.00	tai-chi - gevorderden
					13.30	**workshop: mappen en bestanden op PC op orde zetten en houden**
					14.00	tai-chi - semi-gevorderden
					14.00	hobby / petanque / kaarten

		DC MTHH		DC VESALIUS		DC ANTVERPIA
woe 06/02	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	pedicure	**09.00**	**leren tekenen: nieuwe reeks**
	09.00	olieverf schilderen	10.00	pilates 1	09.30	yoga
	09.00	chikung	11.00	zitturnen	10.45	yoga
	10.00	tai-chi groep 1	11.15	pilates 2	14.00	schaken
	11.00	tai-chi groep 2	13.30	Russisch	14.00	inkleuren vr volwassenen
	13.30	**Weense dansnamiddag**	13.30	kapsalon	14.00	rummikub
		vriendschapsfotograaf			14.00	yoga
	14.00	kaarten-gezelschapsspel			15.15	yoga
	14.00	petanque in clubverband				
do 07/02	09.00	mogelijkheid wassalon	08.30	kapsalon		pedicure
	09.00	pedicure	08.30	kalligrafie gevorderden	09.15	gymnastiek
	09.00	**beren: Valentijnsbeer**	09.00	telefoonster	11.30	pilates
	09.30	**PC club**	09.00	tai chi	13.00	pilates
	09.30	telefoonster	09.30	tekenen	13.30	petanque / kaarten
	09.30	cursus naaien	13.00	bridge	13.30	open atelier / portret
	09.30	fun dans : beginners	13.00	kantklossen	14.15	pilates
	10.30	fun dans : gevorderden	13.00	patchwork 1	**20.00**	***Sterrenwacht Antverpia***
	13.30	**bezigheidsclub Samana**	**14:00**	**BINGO**		
	14.00	kaarten - vrij petanque				
vrij 08/02		***dikke-truien-dag***	09.00	pedicure		tafeltennis
	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	zumba gold	09.30	yoga
	09.00	pedicure	09.30	Italiaans 2	**09.30**	**charlamos: Spaanse praatgroep**
	09.00	yoga	09.45	zangkoor Zonnezingers	**10.45**	**stoelyoga**
	09.00	Frans : beginners	10.15	zumba gold - beginners	**13.30**	**kalligrafie**
	10.30	Frans : gevorderden	13.30	biljart	14.00	sjoelbak spelen
	13.00	tafeltennis	14.00	petanque	14.00	rummikub
	13.30	***NIEUW*: naailessen**	14.00	kaarten: rikken		
	14.00	vrij petanque	14.30	groentekraam		
	14.00	slagen halen				

		DC MTHH		DC VESALIUS		DC ANTVERPIA
ma 11/02	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	pedicure		pedicure
	09.00	pedicure	09.00	fit dans	09.15	gymnastiek
	09.00	aquarel	09.30	telefoonster	09.30	aquarel
	09.00	yoga	09.30	kracht van de aandacht	10.30	fit dans
	10.30	pilates	09.45	yoga	13.30	zangstonde
	10.30	***NIEUW :* stoelyoga**	10.45	yoga als pijnbestrijding	14.00	curve bowls
	13.30	aquarel	11.00	yoga	**13.30**	**naald en draad**
	14.00	rikken + gezelschapspel	14.00	creawerking	**14.00**	**BINGO**
	14.00	petanque in clubverband			**14.00**	**bezoek wijkinspecteur**
di 12/02	09.00	mogelijkheid wassalon	08.30	kalligrafie beginners		pedicure
	09.00	pedicure	09.00	pedicure	09.00	tafeltennis
	09.00	telefoonster	09.15	fundans - beginners	09.00	tai-chi gevorderden
	09.00	tafeltennis	09.30	Italiaans 1	09.00	tai chi beginners
	13.00	**korte fietstocht**	**10.00**	**groepsgesprek**	09.45	nordic walking (park Brasschaat)
	14.00	kantklossen	10.15	fundans - gevorderden	**10.15**	**patchwork**
	14.00	hobbycafé	13.30	biljart	**10.15**	**yoga als pijnbestrijding**
	14.00	kaarten - vrij petanque	**14.00**	**optreden pianist Yves Lermyte**	**11.30**	**yoga als pijnbestrijding**
			14.00	**vriendschapsfotograaf**	13.00	tai-chi - gevorderden
			14.30	groentekraam	**13.30**	**cursus tablet ipad (1)**
					14.00	tai-chi - semi-gevorderden
					14.00	hobby / petanque / kaarten
woe 13/02	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	pedicure	**09.00**	**leren tekenen**
	09.00	olieverf schilderen	10.00	pilates 1	09.30	yoga
	09.00	chikung	**10.00**	**cursus: 'ook zo moe van al dat**	10.45	yoga
	10.00	tai-chi groep 1		**moeten?'**	14.00	schaken
	11.00	tai-chi groep 2	11.00	zitturnen	14.00	inkleuren vr volwassenen
	14.00	kaarten-gezelschapsspel	11.15	pilates 2	14.00	rummikub
	14.00	petanque in clubverband	13.30	Russisch	14.00	yoga
			13.30	kapsalon	15.15	yoga

		DC MTHH		DC VESALIUS		DC ANTVERPIA
do 14/02	09.00 09.00 **09.00** 09.30 09.30 09.30 10.30 **13.30** **13.30** 14.00	mogelijkheid wassalon pedicure **beren : Valentijnsbeer** telefoonster cursus naaien fun dans : beginners fun dans : gevorderden **Valentijnsfilm: The Notebook** **open handwerk** kaarten - vrij petanque	08.30 09.00 09.00 09.30 13.00 13.00	kapsalon telefoonster tai chi tekenen bridge patchwork 2	 09.15 **09.30** 11.30 13.00 13.30 13.30 **13.30** **14.00** 14.15	pedicure gymnastiek **VALENTIJN ontbijt** pilates pilates petanque / kaarten open atelier / portret **Windows opfriscursus** **dansen : Wals & Polka** ***vriendschapsfotograaf*** pilates
vrij 15/02	09.00 09.00 09.00 09.00 10.30 13.00 **13.30** 14.00 14.00	mogelijkheid wassalon pedicure Frans: beginners yoga Frans: gevorderden tafeltennis ***NIEUW*: naailessen** slagen halen vrij petanque	09.00 09.00 09.30 09.45 10.15 13.30 13.30 14.00 14.00 14.30	pedicure zumba gold Italiaans 2 zangkoor Zonnezingers zumba gold - beginners bijeenkomst chronisch zieken biljart petanque kaarten: rikken groentekraam	 09.30 **09.30** **10.45** 14.00 14.00	tafeltennis yoga **charlamos: Spaanse praatgroep** **stoelyoga** sjoelbak spelen rummikub
ma 18/02	09.00 09.00 09.00 09.00 10.30 **10.30** 13.30 **14.00** 14.00 14.00	mogelijkheid wassalon pedicure aquarel yoga pilates ***NIEUW :* stoelyoga** aquarel **SMUL : coupe d'amour** rikken + gezelschapspel petanque in clubverband	09.00 09.00 09.30 09.30 09.45 10.45 11.00 14.00 **14.00**	pedicure fitdans telefoonster kracht van aandacht yoga yoga als pijnbestrijding yoga creawerking **voordracht Jef: 'Strauss dynastie'**	 09.15 09.30 10.30 13.30 **13.30** 14.00	pedicure gymnastiek aquarel fit dans zangstonde **kantklossen** curve bowls

		DC MTHH		DC VESALIUS		DC ANTVERPIA
di 19/02		**wandelen dagtochten**	09.00	pedicure		pedicure
	09.00	mogelijkheid wassalon	09.15	fundans - beginners	09.00	tafeltennis
	09.00	pedicure	09.30	Italiaans 1	09.00	tai-chi gevorderden
	09.00	telefoonster	10.15	fundans - gevorderd	09.00	tai chi beginners
	09.00	tafeltennis	**13.00**	**naai- en breiatelier 'moeders**	09.45	nordic walking (park Brasschaat)
	14.00	kantklossen		**voor moeders'**	**10.15**	**patchwork**
	14.00	hobbycafé	13.30	biljart	**10.15**	**yoga als pijnbestrijding**
	14.00	kaarten - vrij petanque	14.30	groentekraam	**11.30**	**yoga als pijnbestrijding**
					13.00	tai-chi - gevorderden
					13.30	**cursus tablet ipad (2)**
					14.00	tai-chi - semi-gevorderden
					14.00	hobby / petanque / kaarten
woe 20/02	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	pedicure	**09.00**	**leren tekenen**
	09.00	olieverf schilderen	10.00	pilates 1	09.30	yoga
	09.00	chikung	**10.00**	**cursus: 'ook zo moe van al dat**	**10.00**	**digi-spreekuur tot 12 uur**
	10.00	tai-chi groep 1		**moeten?'**	10.45	yoga
	11.00	tai-chi groep 2	11.00	zitturnen	14.00	schaken
	14.00	kaarten-gezelschapsspel	11.15	pilates 2	14.00	inkleuren voor volwassenen
	14.00	petanque in clubverband	13.30	Russisch	14.00	rummikub
			13.30	kapsalon	14.00	yoga
					15.15	yoga
do 21/02	09.00	mogelijkheid wassalon	08.30	kapsalon		pedicure
	09.00	pedicure	09.00	tai chi	09.15	gymnastiek
	09.00	**beren : konijn in stof**	09.00	telefoonster	11.30	pilates
	09.30	**PC club**	09.30	tekenen	13.00	pilates
	09.30	telefoonster	13.00	bridge	13.30	petanque / kaarten
	09.30	cursus naaien	13.00	kantklossen	13.30	open atelier / portret
	09.30	fun dans : beginners	13.00	patchwork 1	**13.30**	**Windows opfriscursus**
	10.00	**boekvouwen**	**14.00**	**smul in duo : pannenkoeken**	14.15	pilates
	10.30	fun dans : gevorderden				
	13.30	**bezigheidsclub Samana**				
	14.00	kaarten - vrij petanque				

		DC MTHH		DC VESALIUS		DC ANTVERPIA
vrij 22/02	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	pedicure		tafeltennis
	09.00	pedicure	09.00	zumba gold	09.30	yoga
	09.00	Frans: beginners	09.30	Italiaans 2	**09.30**	**charlamos: Spaanse praatgroep**
	09.00	yoga	09.45	zangkoor zonnezingers	**10.45**	**stoelyoga**
	09.30	**mandala**	10.15	zumba gold - beginners	**13.30**	**kalligrafie**
	10.30	Frans: gevorderden	13:30	biljart	14.00	sjoelbak spelen
	13.00	tafeltennis	14.00	petanque	14.00	rummikub
	13.30	***NIEUW*: naailessen**	14.00	kaarten: rikken		
	14.00	slagen halen	14.30	groentekraam		
	14.00	vrij petanque				
ma 25/02	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	pedicure		pedicure
	09.00	pedicure	09.00	fit dans	09.15	gymnastiek
	09.00	aquarel	09.30	telefoonster	09.30	aquarel
	09.00	yoga	09.30	kracht van de aandacht	10.30	fit dans
	10.30	pilates	09.45	yoga	13.30	zangstonde
	10.30	***NIEUW :* stoelyoga**	10.45	yoga als pijnbestrijding	14.00	curve bowls
	13.30	aquarel	11.00	yoga		
	14.00	**BINGO**	14.00	creawerking		
	14.00	rikken + gezelschapspel				
	14.00	petanque in clubverband				
di 26/02	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	pedicure		pedicure
	09.00	pedicure	09.15	fundans - beginners	09.00	tafeltennis
	09.00	telefoonster	09.30	Italiaans 1	09.00	tai-chi gevorderden
	09.00	tafeltennis	10.15	fundans - gevorderd	09.00	tai chi beginners
	13.00	**korte fietstocht**	13.30	biljart	**09.30**	**centrumraad**
	14.00	**bloemschikken**	14.30	groentekraam	09.45	nordic walking (park Brasschaat)
	14.00	kantklossen	**14.30**	**film The Notebook**	**10.15**	**patchwork**
	14.00	hobbycafé			**10.15**	**yoga als pijnbestrijding**
	14.00	kaarten - vrij petanque			**11.30**	**yoga als pijnbestrijding**
					13.00	tai-chi - gevorderden
					13.30	**cursus tablet ipad (3)**
					14.00	tai-chi - semi-gevorderden
					14.00	hobby / petanque / kaarten

		DC MTHH		DC VESALIUS		DC ANTVERPIA
woe 27/02	09.00	mogelijkheid wassalon	09.00	pedicure	**09.00**	**leren tekenen**
	09.00	olieverf schilderen	10.00	pilates 1	09.30	yoga
	09.00	chikung	11.00	zitturnen	10.45	yoga
	10.00	tai-chi groep 1	11.15	pilates 2	14.00	schaken
	11.00	tai-chi groep 2	13.30	Russisch	14.00	inkleuren voor volwassenen
	14.00	kaarten-gezelschapsspel	13.30	kapsalon	14.00	rummikub
	14.00	petanque in clubverband			14.00	yoga
					15.15	yoga
do 28/02	09.00	mogelijkheid wassalon	08.30	kapsalon		pedicure
	09.00	pedicure	09.00	telefoonster	09.15	gymnastiek
	09.00	**beren : 'konijn in stof'**	09.00	tai chi	11.30	pilates
	09.30	telefoonster	09.30	tekenen	13.00	pilates
	09.30	cursus naaien	**10.00**	**computerclub**	13.30	petanque / kaarten
	09.30	fun dans : beginners	13.00	bridge	13.30	open atelier / portret
	10.30	fun dans : gevorderden	13.00	patchwork 2	**13.30**	**Windows opfriscursus**
	13.30	**open handwerk**			14.15	pilates
	14.00	kaarten - vrij petanque			**20.00**	**Sterrenwacht Antverpia**

Gezamenlijke pagina's

Noorderlicht meer zuidelijk

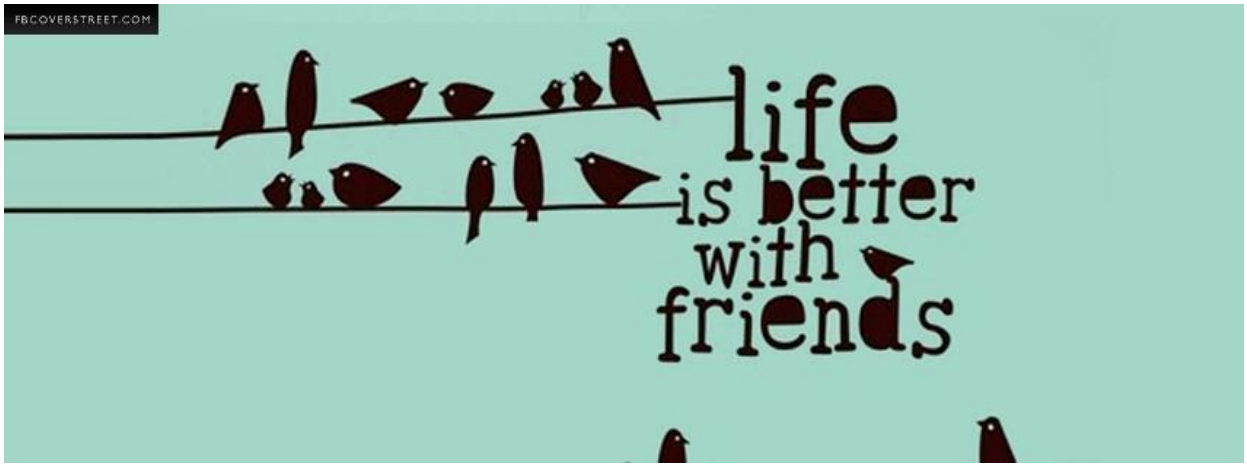
3 jaar waren zij te gast in Essen. 7 jaar was hun vaste stek in Kalmthout. Inderdaad, praatcafé dementie Noorderlicht bestaat al 10 jaar.
En nog steeds organiseren zij 4x per jaar, voor allen die er behoefte aan hebben, een praatcafé. Op informele wijze kan bij een drankje, en een streepje muziek, kennis opgedaan worden over dementie. Er worden steeds 2 interviews georganiseerd met telkens de mogelijkheid vragen te stellen nadien. Een deskundige beantwoordt vragen over een bepaald thema rond dementie. Vanaf 2019 verleent Johan Van Oers zijn vaste medewerking aan Noorderlicht als interviewer. Johan is auteur van diverse boeken over dementie en werkte gedurende een ganse loopbaan met en voor personen met dementie en hun familie. Een mantelzorger brengt telkens een getuigenis over zijn/haar zorg voor een persoon met dementie. Het publiek kan actief deelnemen aan het zaalgesprek dat ontstaat, onder leiding van cafébaas/moderator. Men kan evengoed gewoon aanwezig zijn en luisteren. Voor en na de interviews, tijdens de pauze, kan men lotgenoten ontmoeten, steeds volledig vrijblijvend. Schriftelijke informatie ligt ter beschikking op een lectuurtafel.
Al 10 jaar organiseert Noorderlicht in de noordelijke regio van Antwerpen het praatcafé. Diverse organisaties van 6 gemeentes werken hieraan mee : Essen, Kalmthout, Kapellen, Stabroek, Brasschaat en Wuustwezel.
Nog steeds ervaren zij dat er veel nood is aan deze bijeenkomsten. De opkomst is dan ook gewoonlijk heel talrijk : de aanwezigen zijn mantelzorgers, familieleden, professionele zorgverleners en af en toe een persoon met dementie. Deze mensen hebben allen nood aan deskundige informatie maar wensen tegelijk eens een gewoon verhaal te horen. Zij voelen zich gesteund en begrepen door anderen in een gelijkaardige situatie.
Om ook de geïnteresseerden uit andere gemeentes de kans te geven dichterbij huis zo'n praatcafé te bezoeken, verhuist Noorderlicht een beetje zuidelijker, namelijk naar Brasschaat (de naam NOORDERLICHT die ontstaan is in het noorden, in de gemeente Essen, blijft bestaan ☺).
Dienstencentrum Vesalius, naast Klina, wordt de nieuwe locatie. Met 4 sterke thema's en getuigenissen in 2019 zullen de trouwe bezoekers elkaar ook daar vinden. Sowieso zullen ook weer vele nieuwe gezichten op verkenning komen.
Nieuwsgierig? Interesse gewekt? Ga gewoon langs. Er hoeft niet ingeschreven te worden en aanwezigheid is gratis. Ook in Brasschaat blijft het initiatief laagdrempelig.

- **5 feb 2019 om 14u**: Hoe wordt een diagnose dementie gesteld ?
- **7 mei 2019 om 19.30u**: Soms ben ik zo moe (over draagkracht bij mantelzorgers)
- **24 september 2019 om 19.30u**: Op bezoek bij een persoon met dementie.
- **19 november 2019 om 14u**: Voorlopig Bewind >< Zorgvolmacht

Alle info: info@noorderlicht-praatcafe-dementie.be
Locatie: Dienstencentrum Vesalius, Prins Kavellei 77, 2930 Brasschaat

Gezamenlijke pagina's

februari 'VRIENDENMAAND'



VRIENDELIJK overzicht :

- Vriendschapsboeken : ter jouw beschikking in élk DC gans februari
- Groepsgesprek (geleid door Ellen & Nina) rond liefde, relaties, verlies, eenzaamheid, … : DC Vesalius - 12/2
- Weense wals : DC MTHH 6/2 en DC Antverpia 14/2(ook Polka)
- 'Vriendenlijn' (DC Antverpia) en 'Vriendelijke Postbusjes' (DC MTHH) : van 11/2 tot 15/2
- Romantische film : DC MTHH 14/2 en DC Vesalius 26/2
- Valentijnontbijt : DC Antverpia 14/2
- Valentijnmaaltijd : àlle Dienstencentra 14/2
- Vriendschapsfotograaf aanwezig : DC MTHH 6/2 ; DC Vesalius 12/2 ; DC Antverpia 14/2
- 'Uitgestelde Koffie' : zie uitleg op volgende blz
- 'Schrijf eens een onbekende' : DC Vesalius 11/2 tem 17/2
- Smul in duo : DC Vesalius 21/2

Meer info ?
lees verder en/of vraag er gerust naar in de burelen

Gezamenlijke pagina's

BRABBCHAAT

NIEUW in FEBRUARI

KOOP EEN KOFFIE VOOR EEN ANDER

trakteer iemand op een 'uitgestelde' koffie/thee tbv €1,20

Hoe werkt het?

- Bestel en betaal een 'uitgestelde' koffie of thee <u>in onze burelen (dus op weekdagen)</u>. Je krijgt een bonnetje op naam. Dit kan je zelf aan de gelukkige geven. De administratie kan dit ook in jouw plaats doen ; wij zorgen er dan voor dat dit bij de juiste persoon terecht komt.
- Aan wie zou je hierbij bvb kunnen denken ? Enkele ideetjes :
  - ⇒ iemand die super vriendelijk is voor een ander ; of
  - ⇒ iemand die volgens jou wel een 'bakje troost' kan gebruiken ; of
  - ⇒ iemand waarmee jij wel eens een babbeltje zou willen doen ; of
  - ⇒ een verkleumde bezoeker die nu ook nog net zijn portefeuille vergeten is ; of
  - ⇒ ...

Dienstencentrum Antverpia / Maria-ter-Heidehove / Vesalius

OCMW

Gezamenlijke pagina's

openingsuren OCMW diensten:

locatie: Verhoevenlei 11, 2930 Brasschaat) :

- ✓ maandag: van 8 tot 16 uur
- ✓ dinsdag: van 9 tot 13 uur
- ✓ woensdag: van 9 tot 16 uur
- ✓ donderdag: van 13 tot 19.30 uur
- ✓ vrijdag: van 9 tot 13 uur

---

data 2019 - zittingen juridische raadplegingen

op afspraak tussen 17.20 uur en 19.20 uur: telkens op een donderdag:
14 en 28 februari, 14 en 28 maart, 11 en 25 april, 9 en 23 mei, 13 en 27 juni, 11 en 25 juli, 8 en 22 augustus, 12 en 26 september, 10 en 24 oktober, 14 en 28 november, 12 december (onder voorbehoud)

Heb je advies nodig rond familierecht, echtscheidingen, huurkwesties... dan geeft de jurist van het OCMW je graag eerstelijnsadvies. Eventueel kan je ook doorverwezen worden naar een pro deo advocaat.

De jurist consulteren kan alleen op afspraak, dit steeds op de 2de en 4de donderdag van de maand. Hiervoor neem je telefonisch contact op met de sociale diensten of boek je afspraak online.

gemeentehuis, Verhoevenlei 11
T 03 650 29 30
info@brasschaat.be

---

zitdagen FOD sociale zekerheid 2019

Wil je weten waar je recht op hebt en wat je hiervoor moet doen? Wil je een aanvraag indienen en heb je hierbij hulp nodig? Of heb je vragen over de stand van zaken van je dossier?
Een maatschappelijk assistent van de federale overheidsdienst (fod) sociale zekerheid helpt je verder met eender welke vraag over jouw dossier. Je kan daar ook terecht met vragen over of problemen met hun diensten.
elke 3e dinsdag van de maand van 10u tot 12u ; aanmelden vóór 12 uur ; niet op afspraak (meenemen : identiteitskaart, rijksregisternr van betrokkene, relevante documenten)
26 februari (!andere datum!), *19 maart, 16 april, 21 mei, 18 juni, 16 juli, (geen zitdag in augustus), 17 september, 15 oktober, 19 november, 17 december (onder voorbehoud)*
gemeentehuis, Verhoevenlei 11
T 03 650 29 30 info@brasschaat.be

Gezamenlijke pagina's

zitdagen FPD (Federale Pensioen-Dienst werknemers) 2019

Om de 2 maanden (oneven maanden) : 2e maandag van de maand van 9u tot 11u
11 maart ; 13 mei ; 8 juli ; 9 september (onder voorbehoud)
de zitdag van maandag 11 november vervalt door Wapenstilstand
aanmelden vóór 11 uur ; niet op afspraak
Heb je vragen over je pensioen (uitsluitend voor werknemers, niet voor zelfstandigen of ambtenaren), of de aanvraag ervan? Wil je meer weten over de inkomensgarantie voor ouderen? Een medewerker van de Federale Pensioendienst helpt je graag verder.

Dienst Pensioenen en Tegemoetkomingen

Op deze dienst kan je terecht met vragen over:

- Pensioenen
- Tegemoetkomingen / attesten / parkeerkaart / info voor personen met een handicap of verminderde zelfredzaamheid
- Gemeentelijke toelage voor mantelzorg
- Stookoliefonds (verwarmingstoelage bij verwarming op mazout, petroleum, propaangas, …)
- Formulieren rond levenseinde en euthanasie

CONTACTGEGEVENS:
OCMW: Dienst pensioenen en tegemoetkomingen
KELLY VAN CAMP
Verhoevenlei 11 | 2930 Brasschaat
03 650 34 24 / e-mail : pensioenen.tegemoetkomingen@brasschaat.be

---

OCMW Poetsdienst

In het dienstencentrum kan je geholpen worden bij het aanvragen van poetshulp door het OCMW. Inwoners van Brasschaat kunnen beroep doen op poetshulp van de poetsdienst. Je kan gebruik maken van poetshulp gedurende minimum 4 uur per 14 dagen en maximum voor 4 uur per week. Een ervaren poetshulp komt je dan op regelmatige basis helpen met het schoonmaakwerk in je woning. De betaling gebeurt met dienstencheques (de overheid stimuleert elektronische dienstencheques) of wordt in uitzonderlijke omstandigheden berekend op basis van je inkomen. Je aanvraag dien je in bij : Thuiszorgdiensten OCMW Brasschaat, 03 650 25 75. Onze maatschappelijk werkster maakt dan een afspraak en brengt een huisbezoek bij je. Het dienstencentrum kan voor jou een afspraak maken met de maatschappelijk assistente van het OCMW.

Gezamenlijke pagina's

afspraken bij onze pedicures

Wij willen er toch even op wijzen dat het niet-nakomen van je pedicure-afspraak zonder ons te verwittigen betekent dat deze afspraak toch zal aangerekend worden. Dank voor begrip.

---

gezocht: vrijwillige chauffeurs om met onze minibus te rijden, zowel voor de dienstencentra als voor de Minder Mobielen Centrale. Graag ook kandidaten om op zondag te rijden. Belangstelling? Kom dan gerust meer informatie vragen op onze burelen.

---

dementiebox

Je kan tegen een waarborgsom van 10 euro een doos ontlenen waarin allerhande informatie rond dementie:

- dvd *"Pluk de dag":* docureeks over leven met dementie;
- dvd *"Versnipperde gedachten: de ziekte van Alzheimer, helpen om samen te herleven";*
- brochure *"Dementie, je staat er niet alleen voor";*
- boekje *"De ziekte van Alzheimer, begrijpen en behandelen"* (Vivio);
- boekje *"Dementie, hoe ermee omgaan?"* van Koning Boudewijnstichting;
- dementieklapper *"Vaak gestelde vragen over dementie"* mét tips;
- literatuurlijst van boeken over dementie in bibliotheek van Brasschaat.

Dit voor iedereen die zich wenst te informeren rond dementie.
Je mag deze box lenen en bekijken in principe zo lang je het nodig acht.
We geven een seintje zodra er andere wachtenden zijn.

GFT afval in Brasschaat

Via nationale TV, radio en kranten is verschenen dat de sorteringsregels voor GFT versoepelen en dat bijvoorbeeld etensresten van vlees en visgraten e.d. terug bij GFT mogen. **Dat is echter NIET zo voor Brasschaat.**
Brasschaat sorteert zijn afval namelijk anders omdat wij het GFT-afval zelf composteren op ons eigen recyclagepark. Het afval wordt niet afgevoerd naar één van de vele Vlaamse verwerkingsinstallaties. Deze hoogwaardige compost die we dus zelf maken, wordt terug gebruikt om onze laanbomen, parken en domeinen mee te verzorgen. Onze Brasschaatse installaties werken dus anders. Men dient dus wel degelijk de Brasschaatse sorteerregels te volgen. De sorteerregels staan nog eens duidelijk vermeld in de afvalkalender 2019 die half december werd bedeeld bij de inwoners, op de website en op onze app van Brasschaat.

Gezamenlijke pagina's

Tijdens de warmste week lieten onze bezoekers zich van hun warmste kant zien en zamelden we met de 3 dienstencentra maar liefst **2101 euro** in ten voordele van Feestvarken VZW. Deze VZW vindt het belangrijk dat kinderen die in armoede leven hun verjaardag kunnen vieren. Dit doen ze door hen een pakket aan te bieden met een cadeautje voor de jarige, snoepjes om uit te delen op school, slingers en bordjes om thuis te feesten én een cakemix om iets lekkers te smullen. Meer dan 200(!) gezinnen in Brasschaat kregen in 2018 hulp van Feestvarken VZW. In naam van Feestvarken VZW én al die jarige kinderen uit onze gemeente : een welgemeende dankjewel voor jullie bijdrage en hulp bij de acties!

! prijsaanpassingen drank ontmoetingsruimte

met ingang van 02/01/2019:

- Kriek: 1,50 euro
- Duvel: 2,30 euro
- Porto, Sherry, Leffe, Trappist, d' Oude Caert, Stimulo: 2,00 euro

sluitingsuren

De burelen van de dienstencentra sluiten **om 14 uur** op **donderdag**.
De cafetaria blijft geopend en ook de activiteiten gaan gewoon door.
Zo kan het personeel op vaste momenten overleg plegen, vergaderen, bijscholingen volgen, …
Zo blijven we jullie altijd in de beste omstandigheden helpen.

DC Nieuws

Wens je het DC Nieuws in je mailbox te ontvangen? Dan moet je hiertoe vooraf toestemming geven. Je kan het alleen ontvangen als je ons een mailtje stuurt om dit te vragen naar dc.antverpia@ocmwbrasschaat.be
Wil je het DC Nieuws niet meer ontvangen, dan volstaat ook een mail om dit te vragen. We halen je adres dan uit onze mailinglijst.

foto's

Regelmatig maken we foto's in de dienstencentra. Wil je niet dat we van jou een foto nemen of dat we deze voor (eigen) publicaties gebruiken?
Laat dit dan weten op de burelen van jouw dienstencentrum.

Gezamenlijke pagina’s

Vriendschapsfraude

Wist je dat oplichters vaak gebruikmaken van valse profielen om je vertrouwen te winnen?

Fraude komt overal voor. Ook op sociale media en datingsites. Vaak lijken oplichters zó betrouwbaar, dat het niet eens zo moeilijk is om met je centen te gaan lopen. Ze proberen je in de val te lokken door een vertrouwensband met je op te bouwen en in te spelen op je gevoelens. Daarom voert de FOD Economie een campagne om burgers te sensibiliseren en te waarschuwen voor de valkuilen van vriendschapsfraude.
Heel wat Belgen zijn al het slachtoffer geworden van vriendschapsfraude.
Ben je zelf in aanraking gekomen met valse profielen? Meld dit dan op meldpunt.belgie.be. Zo zorgen we er samen voor dat oplichters minder kans maken. Of deel je getuigenis volledig anoniem en lees de getuigenissen van andere slachtoffers op temooiomwaartezijn.be.

Gezamenlijke pagina's

BRASSCHAAT

DE BRASSCHAATSE SENIORENRAAD EN VZW +3 CENTRUM ORGANISEREN

SENIORENFEEST 2019

26 en 27 februari | 14 uur
CC Ruiterhal, Azalealaan 6 | € 7*

* Kaarten alleen in voorverkoop verkrijgbaar in de Remise, de 3 dienstencentra en alle seniorenbonden.

livemuziek met
Dennie Damaro en
Lissa Lewis

verantwoordelijke uitgever: gemeente Brasschaat | 2930 Brasschaat

Gezamenlijke pagina's

CO in jouw huis ? Doe de test !

In België worden elk jaar ongeveer 1300 mensen het slachtoffer van een koolstofmonoxide of CO-vergiftiging waarvan een 30-tal sterven. CO is een giftig gas. Je ruikt het niet, je proeft het niet, je ziet het niet én je voelt het niet. Wil jij weten of deze stille sluipmoordenaar in jouw huis aanwezig is? Doe de test en vermijd dat jij het volgende slachtoffer wordt.
CO is een gas dat ontstaat bij een slechte verbranding, m.n. als er te weinig zuurstof in de kamer aanwezig is of als het toestel niet goed wordt onderhouden. CO kan enkel ontstaan bij toestellen die werken met een vlam zoals een verwarmingstoestel op gas, kolen, mazout en petroleum.

Heb jij een verwarmingstoestel op gas, kolen, mazout of petroleum in huis? Doe de test.

Zet een kruisje wanneer de uitspraak op jouw woning van toepassing is.

1. Ik zie zwarte **roetafzetting** op het verwarmingstoestel, de muur of het plafond. ☐
2. Ik weet niet wanneer mijn verwarmingstoestel het laatst **onderhouden** is door een vakman. ☐
3. Ik zie **gele of oranje vlammen** in de plaats van blauwe vlammen (niet relevant voor hout!). ☐
4. Ik zie **condens** op de binnenkant van de ramen en ervaar **veel vocht en damp** in de woning. ☐
5. Mijn **huisdieren** gedragen zich vreemd. Ze zijn onrustig of vallen zelfs flauw. ☐
6. Ik heb in mijn woning vaak **last van hoofdpijn, duizeligheid, misselijkheid en braken**. ☐
7. Ik ervaar gezondheidsklachten telkens bij het uitoefenen van **dezelfde activiteit**, zoals tijdens het afwassen, het nemen van een douche of bad. ☐
8. Ik en mijn huisgenoten of bezoekers ervaren **op hetzelfde moment gezondheidsklachten.** ☐
9. Ik merk dat de gezondheids**klachten verminderen als ik verlucht** of naar buiten ga. ☐

Resultaat

Heb je het vakje aangeduid van roetafzetting (1), onderhoud (2) of de gele vlammen (3)? Laat je verwarmingstoestel, boiler of schouw controleren door een vakman. Onderhoudsregels, wettelijke verplichtingen en een lijst van erkende vakmensen vind je op www.stookzuinig.be.
Heb je meerdere vakjes aangevinkt? Dan is er mogelijk CO-gas in de woning. Vraag aan de brandweer of de huisvestingsambtenaar om een controle te doen. Hun dienstverlening is meestal kosteloos bij een vermoeden van CO-vergiftiging.
Heb je gezondheidsklachten? Raadpleeg je huisarts.
Geef CO geen kans !

Heb je een vermoeden van CO-vergiftiging? Zet ramen en deuren onmiddellijk open. Schakel het verwarmingstoestel uit. Als er personen bewusteloos zijn, bel 112. Als er geen personen bewusteloos zijn, evacueer iedereen naar de frisse buitenlucht en bel de huisarts.
Meer informatie: www.koolstofmonoxide.be of bij de gemeentelijke huisvestingsdienst.

Gezamenlijke pagina’s

Ook jouw buurt maakt sinds kort gebruik van Hoplr, een besloten buurtapp waarmee je vlot de hele buurt kan bereiken. Enkel inwoners van jouw buurt kunnen zich aanmelden.

Waarvoor kan je deze buurtapp gebruiken ?

- om een **ladder** of **boormachine** te lenen
- om een lokale **vakman** of betrouwbare **babysit** te zoeken
- om mee de inrichting van een **nieuw speelpleintje** te bepalen
- om **verkeersproblemen** of **wegenwerken** in de straat te bespreken
- om mensen die **hulp nodig** hebben te verbinden met **hulpvaardige** buren
- om samen een **buurtbarbecue** te organiseren
- …

Hoplr is een lokaal initiatief en volledig vrij van koopjes en reclame ! Hoe kan dat ? Wel, Hoplr biedt gemeenten en lokale dienstverleners de mogelijkheid om meldingen van algemeen nut in de buurt te plaatsen. Gemeenten hebben verder geen inkijk in de buurt.

Aanmelden is heel eenvoudig en gratis.

Voor meer info/assistentie, aarzel niet de burelen van jouw dienstencentrum te contacteren.

DC Maria-ter-Heidehove

Februari : buiten is het koud en kil, sneeuw en ijs kunnen het verkeer in de war sturen en de mensen binnenskamers houden. Daar houden we niet van ! Senioren doen er goed aan om ook bij koud weer een stapje in de wereld te zetten. In het dienstencentrum is het altijd lekker warm.
Februari is de maand bij uitstek om liefde en vriendschap te vieren. Wie ouder wordt, verliest soms geliefden en vrienden en iedereen weet dat nieuwe vrienden maken niet zo eenvoudig is. Wij willen deze maand inzetten op vriendschap en romantiek, het is tenslotte Valentijn. We doen dit met een paar activiteiten die mensen samenbrengen en vriendschappen verdiepen of doen ontstaan. Hou je van romantiek, dan is de Weense namiddag vast iets voor jou! In de week van 11 februari zullen er postbusjes verschijnen waar leuke, lieve, romantische berichten in gepost kunnen worden. Een romantische film mag niet op het programma ontbreken.
De kou zal rap vergeten zijn, want onze harten staan deze maand extra open voor warme vriendschap!

Tot binnenkort in Maria-ter-Heidehove
Hilde, Marie-Lou en Hilde!

activiteiten per dag

maandag	*dinsdag*	*woensdag*	*donderdag*	*vrijdag*
aquarel pedicure yoga pilates stoelyoga	pedicure tafeltennis wandelen	olieverf chikung taichi	pedicure beren maken pc-club naaien fundance boekvouwen	pedicure zentangle/mandala Franse conversatie : beginners & gevorderden yoga
rikken petanque bingo	pedicure hobbycafé fietsen kantklossen bloemschikken	petanque	pedicure petanque	NIEUW! naaien pedicure petanque slagen halen tafeltennis

DC Maria-ter-Heidehove

Franse conversatie

vrijdag om 9 uur : beginners
vrijdag om 10.30 uur : gevorderden
Wil je graag Frans leren praten? Of spreek je al wat Frans, maar wil je dit onderhouden ? Dat kàn tijdens de Franse conversatie op vrijdagvoormiddag. Michèle staat garant voor aangename lessen in een ongedwongen sfeer. Géén boeken of examens, gewoon praten en leren !
inschrijven kan op elk moment van het jaar!

zentangle

vrijdag 1 februari van 9.30 tot 12 uur
Zentangles zijn kleine stukjes abstracte kunst.
Ze zijn niet alleen mooi, maar vooral leuk om te doen. Ze maken je geest leeg zodat je rustig wordt en nieuwe energie opdoet.
Zentangle tekenen bevordert je concentratie en doet je zelfvertrouwen toenemen. De lessen zetten je op weg, er is geen voorkennis nodig. Ook geen tekentalent vereist, écht voor iedereen !
2 euro per les

slagen halen

elke vrijdag om 14 uur
Op vrijdagnamiddag worden de speelkaarten bovengehaald en is er een wedstrijd ‘slagen halen’. Altijd plezant en er kan altijd nog een kaarter bij!

NIEUW - stoelyoga

wekelijks op maandag van 10.30 tot 11.30 uur
inschrijven via sportdienst of webshop vrije tijd
Rug-, knie- of heupproblemen of een burn-out? Met stoelyoga gaan we ook bewegen, maar op én achter de stoel. Je gebruikt je spieren en gewrichten, maar op een zachte manier, aangepast aan je eigen kunnen. Zo krijg je de juiste versteviging en doorbloeding van die lichaamsdelen die wat meer aandacht nodig hebben. Stap voor stap word je flexibeler en gaan we de lichaamsfunctie stimuleren. Je mag kiezen of je de oefening doet op de stoel, of -af en toe, als je het ziet zitten- eens op een matje. Je wordt bewuster van je lichaam door de oefeningen, de ademhaling en we brengen het hoofd ook tot rust. Er zijn nog enkele plaatsen, kom gerust eens kijken.

DC Maria-ter-Heidehove

petanque

elke maandag en woensdagnamiddag vanaf 14 uur
In Maria-ter-Heidehove beschikken we over een overdekte petanquebaan waar ook in de winter een balletje gegooid kan worden. Zoek je nog een leuke en sportieve activiteit? Kom dan zeker kennis maken met onze sympathieke club. Een vriendenbende waar plezier primeert boven de prestatie. Speel je liever niet in clubverband, ook dan ben je welkom!

rikken

elke maandag om 14 uur (niet op 25 februari)
Op maandagnamiddag, behalve bij bingo, kan je deelnemen aan de wedstrijd 'rikken'. Ben je dol op kaarten en ben je nog vrij op maandag? Kom dan zeker je kans wagen.

wandelen - dagtocht

dinsdag 5 en 19 februari
Onze wandelaars stappen dapper door weer en wind. Wil je graag mee? Neem dan zeker contact op met het dienstencentrum, wij bezorgen je graag de gegevens van de organisatoren.
Op 5 februari wandelen ze in Wuustwezel/Loenhout. Kom de rest van het programma ontdekken in het dienstencentrum.
ten laatste vrijdag voordien inschrijven / prijs hangt af van middagmaal

naailessen (EXTRA les op vrijdag!)

elke donderdag van 9.30 tot 12 uur ***of vrijdag van 13.30 tot 16.00 uur***
Naai je graag je eigen kleding? Of die van je kleinkinderen? Misschien ben je wel gek op zelfgemaakte tassen of kussens… Alles kan tijdens de ongedwongen naailessen. Een ervaren naaister leert je de kneepjes van het vak of staat de meer ervaren naaister bij met raad en daad. Heb je geen eigen machine? Dan kan je er één van ons gebruiken. Je kan ook een overlockmachine gebruiken.
Omdat onze cursus zo'n succes is, de plaats en het aantal machines beperkt is, zal er vanaf februari **ook op vrijdagnamiddag** lesgegeven worden.
Je schrijft in voor donderdag OF vrijdag. Wil je beide dagen komen naaien, dan moet je voor de twee reeksen inschrijven.
inschrijven voor nieuwe reeks die start feb'19; 25 euro voor 5 maanden

Weense dansnamiddag : initiatie Weense wals, dansnamiddag en gebak

woensdag 6 februari om 13.30 uur : info -> zie volgende blz
fotograaf aanwezig

DC Maria-ter-Heidehove

Dienstencentrum Maria-ter-Heidehove
Elkendreef 18 2930 Brasschaat
Tel : 03 663 77 07
E-mail hilde.bleyenbergh@ocmwbrasschaat.be

workshop en dansnamiddag 'Weense Wals'
woensdag, 6 februari 2019 om 14.00 uur

Wat is er beter voor de vriendschap dan samen romantisch te dansen? Marc leert ons om **14 uur** de **basispassen** van de **Weense wals** en **vanaf 15 uur** speelt de mooiste **walsmuziek**. Zo kan iedereen vrij dansen en genieten.

Wil je Hilde zien dansen of samen walsen? Ook dat kàn op deze middag. **Ook wie niet danst, is welkom!**

Om helemaal in de sfeer te komen zullen we **lekker gebak** voorzien voor de liefhebbers.

Inschrijven is noodzakelijk!

- Dans : 1,50 euro
- Gebak : 3,50 euro

DC Maria-ter-Heidehove

workshop beren maken ‘Valentijnsbeer’

donderdag 31 januari - 7 en 14 februari van 9-12 uur
Kom deze hartendief maken: zacht en lief, een écht schatje.
Zelf breng je een scherpe en puntige schaar mee, kopspelden en quiltgaren.
Het pakket bevat patroon, pels, vulling, schijven en ogen.
prijs : 20 euro voor pakket en lessen
inschrijven want beperkte plaatsen

PC club

donderdagen 7 en 21 februari van 9.30 tot 11.30 uur
Buig je samen met François over computerproblemen. Zo ontrafel je stap voor stap de geheimen van de computer. Iedere deelnemer komt wel eens een PC probleem tegen en samen een oplossing zoeken, werkt!

dikketruiendag

vrijdag 8 februari
Vandaag is het dikke-truien-dag! Wil je het milieu een handje toesteken? Zet dan je verwarming een beetje lager en trek een dikke trui aan! Of kijk TV onder een knus dekentje … In het dienstencentrum draaien we de verwarming niet lager maar een mooie trui aantrekken kan natuurlijk altijd …

fietsen

dinsdag namiddagfietsen - korte fietstochten : 12 en 26 februari
Wanneer er niet gewandeld wordt, gaan we in de namiddag fietsen.
We vertrekken om 13 uur aan het dienstencentrum voor een verkwikkende rit.
We vertrekken enkel bij mooi weer.
inschrijven is niet nodig, gratis

handwerktechnieken: open handwerk

donderdag 14 en 28 februari om 13.30 uur
Onder leiding van Paula wordt er opnieuw geborduurd. Ook mensen die nog niet geborduurd hebben, zijn welkom!
inschrijven: 7 euro

gezelschapspellen en smulnamiddag

maandag 18 februari om 14 uur
Wij smullen deze keer een ‘coupe d’amour’ : vanille ijs met warme krieken en slagroom.
inschrijven niet nodig ; 1,50 euro/stuk

DC Maria-ter-Heidehove

Valentijnsfilm: ‘The Notebook’

donderdag 14 februari om 13.30 uur

Kom genieten van een échte romantische film. The Notebook katapulteert je terug naar de jaren ‘40. Een man vertelt aan zijn dement geworden vrouw het meeslepende liefdesverhaal van Allie en Noah. Het verhaal gaat als volgt. De jonge Allie wordt op haar vakantie hopeloos verliefd op de knappe Noah en ze beleven een onvergetelijke zomer vol hartstocht en passie. Onder druk van haar ouders verliezen de twee elkaar uit het oog. Als Allie op het punt van trouwen staat met de man die wél door haar ouders goedgekeurd wordt, slaat de twijfel toe. Kiest ze voor de liefde van haar leven ?
Hoe het verder gaat kan je zelf beleven tijdens onze filmnamiddag.
Breng gerust je dekentje mee, wij voorzien popcorn en ijspralines!
gratis

workshop beren maken ‘konijn in stof’

donderdag 21 en 28 februari van 9-12 uur

Deze twee ochtenden maken we een mooi konijn dat niet zal misstaan in je paasinterieur. Het pakket bevat patroon, stof, vulling en ogen.
prijs : 20 euro voor pakket en lessen
inschrijven want beperkte plaatsen

boekvouwen

donderdag 21 februari om 10 uur

Wie graag eens iets anders doet met een boek dan het uit te lezen, is hartelijk welkom op deze les boekvouwen. Voorkennis is niet vereist, iedereen kan inpikken. Meetlat en potlood meebrengen en ook een boek dat geschikt is om te vouwen. Meer info in het dienstencentrum (ook een voorbeeld in onze pronkkast).
deelname 2 euro

mandala

op vrijdag 22 februari van 9.30 tot 12 uur

Een mandala is een tekening binnen een afgebakende ruimte, meestal een cirkel. Als de tekening niet te moeilijk is, maken we ze zelf met passer en meetlat, anders gebruiken we een kopie. Het tekenen en inkleuren geeft rust. Door samen te vertrekken vanuit dezelfde tekening is er telkens een moment van verwondering als je ziet wat anderen met dezelfde tekening hebben gedaan. Meebrengen: A4 tekenblad, passer, meetlat van 30 of 40 cm, potlood en gom, kleurpotloden of stiften.
2 euro per les, geen inschrijving nodig

DC Maria-ter-Heidehove

bingo!

maandag 25 februari om 14 uur
Onze maandelijkse bingo is altijd een groot succes. Kom mee spelen en win mooie prijzen die elke keer weer met zorg worden uitgekozen.
onze 'gewone' bingoblaadjes kosten nog steeds 0,50 euro/stuk

bloemschikken

dinsdag 26 februari om 14 uur
Deze maand maken we weer een mooie compositie. Kom het voorbeeld bekijken in het dienstencentrum en vraag naar het lijstje van de benodigdheden.
deelname 4 euro, oasis en draad inbegrepen

vriendschapsboekje

van 1 tot 28 februari
Tijdens de maand februari leggen we een vriendschapsboekje in de drie dienstencentra. Zo leer jij het dienstencentrum kennen en leert het dienstencentrum jou kennen. Wil je graag je bijdrage leveren, dan kan dat. Je vindt het vriendenboek in onze cafetaria. Aarzel zeker niet om ons je te laten leren kennen.

VERWACHT IN MAART

1 maart - Complimentendag : we halen onze berichtenmuur nog een keer boven om de mooiste complimenten te verzamelen!

5 maart - knutselatelier met de kinderen : knutselen met wol, leuk voor groot en klein.

5 maart - carnavalsoptreden van Dany (vorig jaar een groot succes na de bbq). Trek je beste carnavalspak aan!

6 maart - boekvouwen voor kinderen

27 maart - reisverslag Guatemala

28 maart - marktboetiek Hilde : modeshow met de nieuwste trends

DC Vesalius

Februari is traditioneel de maand van de liefde. Valentijn wordt door jou misschien niet gevierd. Maar als dienstencentrum willen we deze maand extra inzetten op liefde en vriendschap in de brede zin van het woord. Daarom werkten we een programma uit met daarin voor elk wat wils.

Februari wordt een warme maand. En daar kan jij mee voor zorgen. Hieronder een overzicht van de verschillende activiteiten die we voor jou in petto hebben.

groepsgesprek

dinsdag 12 februari om 10 uur (blauwe zaal)
Tijdens een groepsgesprek praten we over liefde, relaties, verlies en eenzaamheid. Ellen en Nina (WZC Vesalius) bereiden dit gesprek voor en begeleiden de groep. Als je wil dan mag je een foto meebrengen van je partner of iemand die je dierbaar is. Wil je graag deelnemen, schrijf je dan zeker in. Wij voorzien koffie.
gratis

DC Vesalius

vriendschapsboekje

van 1 tot 28 februari

Tijdens de maand februari leggen we een vriendschapsboekje in de drie dienstencentra. Zo leer jij het dienstencentrum kennen en leert het dienstencentrum jou kennen. Wil je graag je bijdrage leveren, dan kan dat. Je vindt het vriendenboek aan het bureel waar je maaltijden e.d. kan kopen. Aarzel zeker niet om ons je te laten leren kennen.

schrijf eens een onbekende

maandag 11 tem zondag 17 februari (cafetaria)

Februari mag dan al een liefdesmaand zijn, toch zijn er in onze omgeving nog steeds veel mensen eenzaam. Om hen een hart onder de riem te steken hebben we samen met de mensen van het woonzorgcentrum de actie ‘schrijf eens een onbekende’ op touw gezet. Er zal voor elke kamer van het woonzorgcentrum en voor alle serviceflats een wenskaartje voorzien worden. Zo kan je tijdens deze maand een glimlach op iemands gezicht toveren met een klein gebaar. De kaartjes zullen in de cafetaria van het dienstencentrum uitgestald worden. Je kan een kaartje kiezen en er een hartverwarmende boodschap op schrijven. Je weet niet naar wie je zal schrijven. Maar dat maakt het des te spannender. Wie weet ontvang je wel een berichtje terug. De schrijver is vrij om zijn gegevens te noteren op het kaartje indien hij post terug wenst. Zorg jij deze maand mee voor wat extra warmte?

vriendschapsfotograaf

dinsdag 12 februari tussen 14 en 16 uur (cafetaria)

Wil je graag een foto van jezelf samen met je vrienden ? Kom dan naar onze fotohoek. Een fotograaf zal jullie warmte vastleggen op foto. Deze fotohoek zorgt gegarandeerd voor veel plezier.

deelname is gratis ; inschrijven is niet nodig

smul eens in duo

donderdag 21 februari vanaf 14 uur (cafetaria)

Onze dames van de smul voorzien lekkere pannenkoeken. Voor 1.5 euro krijg je twee lekkere pannenkoeken vergezeld van kinnekessuiker of siroop. Breng gerust iemand mee, smullen is lekkerder met twee. Wil je zeker zijn van je pannenkoeken, bestel ze dan vóór 15 februari op ons bureel.

DC Vesalius

film: The Notebook

dinsdag 26 februari om 14u30 (rode zaal)

Kom genieten van een échte romantische film. The Notebook katapulteert je terug naar de jaren ‘40. Een doorleefde man beschrijft vanuit zijn versleten dagboek het ongelooflijk meeslepende liefdesverhaal van Allie en Noah aan zijn dement geworden vrouw in het verzorgingstehuis. Het verhaal gaat als volgt. De jonge Allie Hamilton (Rachel McAdams) wordt op haar vakantie hopeloos verliefd op de knappe Noah Calhoun (Ryan Gosling) en ze beleven een onvergetelijke zomer vol hartstocht en passie. Onder druk van haar ouders verliezen de twee elkaar uit het oog. Als Allie op het punt van trouwen staat met de man die wél door haar ouders goedgekeurd wordt, slaat de twijfel toe. Kiest ze voor de liefde van haar leven of kiest ze voor haar ouders goedkeuring? Een bijna onmogelijke opgave en... Kan ze haar Noah vinden? Hebben ze na àl die jaren echt nog zulke warme gevoelens voor elkaar of zijn de herinneringen mooier dan de werkelijkheid? Wij voorzien wat lekkers voor tijdens de film.

gratis ; wél op voorhand inschrijven

DC Vesalius

wijzigingen parking Vesalius

Om een oplossing te bieden aan het parkeerprobleem aan het Vesalius gebouw worden volgende maatregelen genomen:

- de parking van Vesalius wordt één met de parking van Klina.
- er komt in het najaar een grotere overdekte fietsenstalling, dit is een uitbreiding van de huidige fietsenstalling. Zo promoten we nóg meer het gebruik van de fiets.

Wat wijzigt er voor jou?

- Alle bezoekers van Vesalius (dienstencentrum, woonzorgcentrum, dagverzorgingscentrum, Balderhof) moeten via de Augustijnslei de parking op rijden, via de ingang van Klina. Je neemt dan een ticket. Indien je maar een korte periode bij ons moet zijn (maximum een half uur) dan kan je met dat ticket gewoon terug buitenrijden. Indien je langer bij ons blijft, dan ga je dat ticket gratis kunnen ontwaarden aan een ontwaardingstoestel.
- De huidige gewone ingang wordt afgesloten met Amsterdampaaltjes (op advies van de brandweer) en zal niet meer kunnen gebruikt worden. Er zal dus geen toegang meer zijn via de Prins Kavellei voor auto's. Fietsers en voetgangers kunnen deze ingang nog wél gebruiken.
- Het personeel zal op de personeelsparking van Klina moeten gaan staan en werkt met een badge.

Op de volgende bladzijde vind je een grondplannetje terug om de gewijzigde situatie duidelijk te maken.

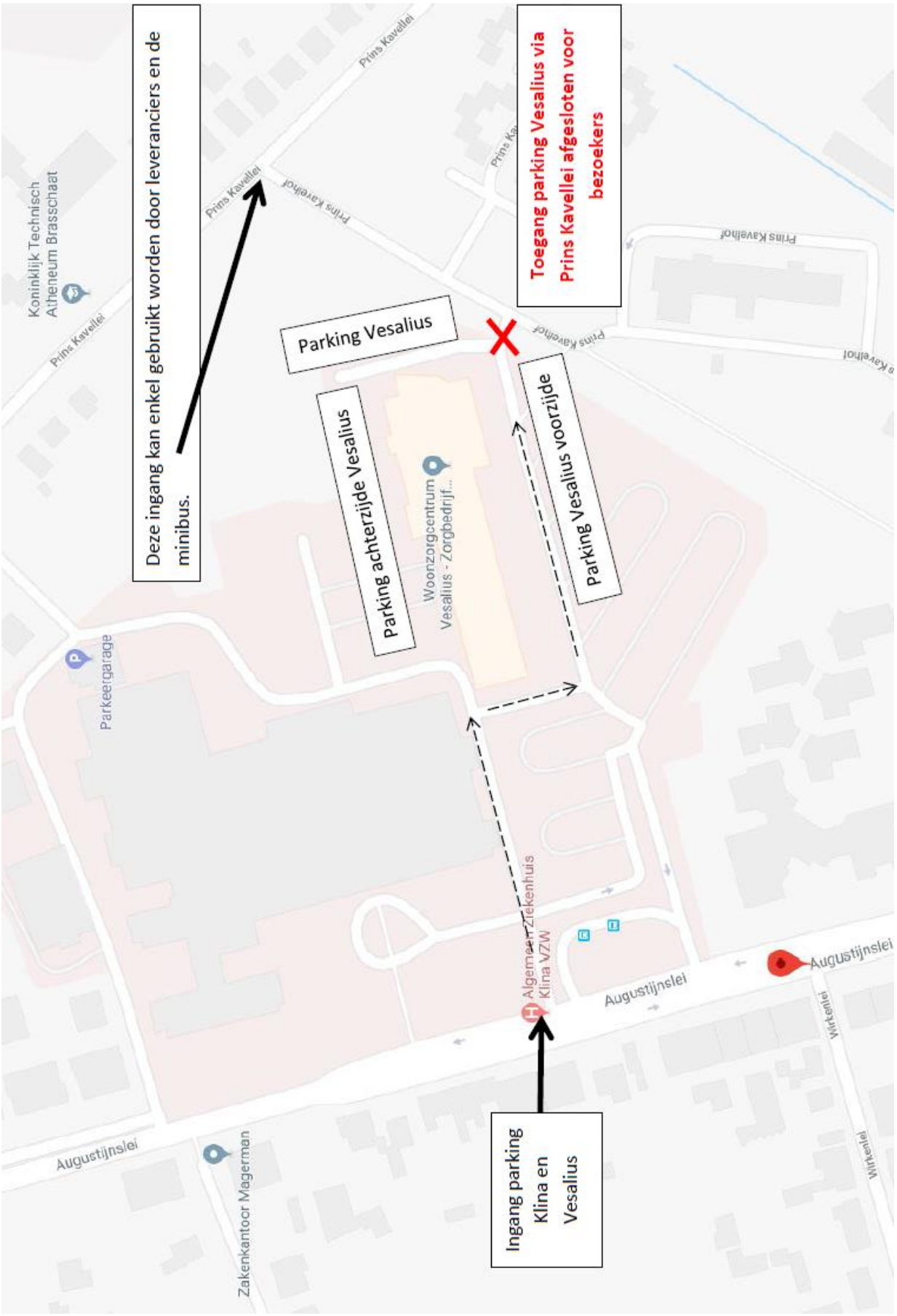
Vanaf wanneer wijzigt dit?

Er is nog geen effectieve startdatum gekend. Van zodra deze gekend is, zullen wij deze kenbaar maken in het dienstencentrum. Wil je voor je bezoek aan het dienstencentrum met zekerheid weten wat de situatie is, bel dan even 03 650 25 72.

<u>Tot op heden hebben wij nog geen concrete startdatum ontvangen. Voorlopig blijft de oude werking van de parking in gebruik.</u>

DC Vesalius

Plattegrond nieuwe ingang parking



DC Vesalius

activiteiten die elke week doorgaan

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag
pedicure * creawerking (14 uur)	pedicure * biljart (13.30 uur) groentekraam (14.30 uur)	pedicure * kapsalon * (13.30 uur) zitturnen (11 uur)	kapsalon * tekenen (9.30 uur) bridge (13 uur)	pedicure * zangkoor zonnezingers (9.45 uur) biljart (13.30 uur) petanque met OKRA Centrum groentekraam (14.30 uur)

* (pedicure en kapper: enkel op afspraak: 03 650 25 72)

sjoelbakken

Dankzij een gift van één van onze gebruikers kan er terug dagelijks met de sjoelbak gespeeld worden. Heb je zin in een spelletje, dan bekom je de sjoelbak en schijven bij de administratie of de vrijwilliger van de cafetaria. Veel plezier.

zitturnen

Tijdens deze lessen worden de oefeningen al zittend gedaan. Nuttige bewegingen staan op het programma. Hoe meer je beweegt, hoe kleiner de kans dat je valt.

creawerking

Ben je graag creatief bezig maar doe je dat liever niet alleen? Kom dan naar de creawerking op maandagnamiddag. Vanaf 14 uur komen verschillende mensen samen om te breien, handwerken, e.d. …, en om een gezellig praatje te slaan. Deze activiteit is gratis en inschrijven is niet nodig.

bridge (recreatief)

Heb je vroeger bridge gespeeld en wens je de draad weer op te nemen, dan ben je zeker welkom. Een vaste partner is niet nodig, dit wordt opgevangen in de groep. Elke donderdag start de activiteit om 13 uur. Kijk even op de eigen website: http://users.telenet.be/vesabridge/

DC Vesalius

wol gezocht

Heb je thuis nog wol liggen waar je niets mee doet, aarzel dan niet om deze aan ons te bezorgen. De vrijwilligers van ons naai- en brei-atelier van Moeders voor Moeders maken met jouw wol mooie dingen die geschonken worden aan het goede doel. Je kan elke werkdag tussen 9 en 16 uur wol bij ons binnen brengen.

filosofisch praatje

maandag 4 februari om 10 uur (blauwe zaal)
Onze vrijwilligster, Sylvia Kouba, verzorgt graag een moment waarop je op een ernstige en respectvolle manier over min of meer serieuze onderwerpen van gedachten kan wisselen. Dit met de bedoeling iets van elkaar te leren en/of verder over dingen na te denken. Iedereen kan een onderwerp voorstellen bv. een woord, een citaat, een zin die je heeft geraakt of een thema dat je aanspreekt. Per sessie wordt er democratisch (door stemming) gekozen welk thema of onderwerp die dag besproken wordt.
o*p voorhand inschrijven is niet nodig; deelname is gratis*

praatcafé dementie ‘Hoe wordt een diagnose gesteld?’

dinsdag 5 februari om 14 uur (foyer)
Hoe wordt een diagnose dementie gesteld?
Welke testen zal ik ondergaan? Wanneer laat ik best een diagnose stellen? Welke signalen wijzen op eventuele dementie? Of is het een depressie? Begint dementie altijd met geheugenproblemen? Wat zijn de voordelen van een vroege diagnose? Hebt u nog meer vragen? Wij interviewen Mattias De Coninck, neuropsycholoog in Klina Brasschaat. Wellicht geeft hij een antwoord.
deelname is gratis, inschrijven is niet nodig

bingo

donderdag 7 februari om 14 uur (cafetaria)
Kom genieten van een gezellige namiddag: een babbeltje slaan met vrienden, een mooie prijs winnen, een lekker tasje koffie drinken, … Je bent van harte welkom.

optreden pianist ‘Yves Lermyte’

dinsdag 12 februari om 14 uur (cafetaria)
Kom genieten van een muzikale namiddag verzorgd door pianist Yves Lermyte.
deelname is gratis

DC Vesalius

cursus: ‘Ook zo moe van al dat moeten?’

woensdag 13 en 20 februari van 10 tot 13 uur (rode zaal)
In samenwerking met de HerstelAcademie SaRa organiseren we een korte cursus rond perfectionisme. Perfectionisme werkt belemmerend op het denken, doen en voelen van mensen. Het zorgt vaak voor stress en brengt je uit je evenwicht. Deze sessies bieden inzichten in hoe het uitputtende patroon van perfectionisme kan leiden tot burn-out. Er wordt ook stilgestaan bij wat je kan doen en hoe je beter voor jezelf kan zorgen. Er wordt ook gewerkt met enkele yoga- en meditatieoefeningen.
Spreekt deze cursus je aan, schrijf dan zeker in. Je betaalt 10 euro voor beide sessies.
inschrijven verplicht ; plaatsen beperkt

voordracht door Jef: ‘Die Strauss Dynastie’

maandag 18 februari om 14 uur (rode zaal)
Jef brengt het verhaal van het turbulente leven van Johan Strauss vader en zijn drie zonen, hun ingewikkelde liefdesrelaties en onderlinge ruzies, die met hun muziek ondanks alles de wereld veroverden. Jaloezie en conflicten leiden tot een verrassend slot.
reserveren op voorhand verzekert je van een plaats; deelname is gratis

naai- en brei-atelier ‘Moeders voor Moeders’

dinsdag 19 februari vanaf 13 uur (atelier Crikemans)
De vzw Moeders voor Moeders zet zich sinds 1992 in voor de armste in Vlaanderen. Meer dan 130 vrijwilligers verdelen materiaal en voeding aan gezinnen met jonge kinderen die het financieel zeer moeilijk hebben. Dinsdag 19 februari komen verschillende moeders bij elkaar om te breien en te naaien (kinderquilts) voor deze organisatie. Kom jij graag een handje toesteken? Dan ben je meer dan welkom.
Ben je niet zo handig, maar heb je wel nog wol die je niet meer gebruikt? Breng deze dan gerust binnen. Hij zal zinvol gebruikt worden.

computerclub

donderdag 28 februari om 10 uur (blauwe zaal)
Wil je wel iets meer doen met je computer, laptop, smartphone of tablet? Dan is dit de oplossing. In onze maandelijks computerclub worden niet alleen interessante weetjes, handige programma’s of apps uitgewisseld of besproken, maar ook (kleine) problemen worden opgelost. Als er voldoende vraag is over een bepaald onderwerp of app, kan daar eventueel een volledige sessie aan besteed worden. Dus, heb je een probleempje, weet je niet meer welke toets waarvoor dient of ben je geïnteresseerd in wat anderen zoal met hun ‘digitale spullen’ doen, kom dan maar eens kijken. Samen weten we veel meer dan alleen en anders probeert Sylvia nog wel een oplossing te vinden. De computerclub komt één keer per maand samen.
deelnameprijs is 2 euro/sessie; inschrijven in het dienstencentrum per sessie

DC Vesalius

VERWACHT IN MAART

Oproep!!!

Op vrijdag 8 maart organiseren we een carnaval-playbackshow! We zijn op zoek naar dames en/of heren of zelfs kinderen die bij ons graag een optreden komen doen. Het mag om te lachen zijn maar het mag ook serieus zijn, je kan een nummertje spelen op een instrument of een liedje playbacken, je mag een klein toneeltje doen, een gedichtje voordragen, een verhaaltje vertellen, … kortom het kan allemaal.
We vragen je om hiervoor in te schrijven vóór 25 februari. Ofwel op het bureel van het dienstencentrum ofwel bij één van de animatrices van de verdiepen van het woonzorgcentrum. Graag weten wij dan van jou welk soort nummertje je wil brengen en hoe lang het zal duren.

filosofisch praatje: maandag 4 maart om 10 uur

carnavalsbingo: donderdag 7 maart om 14 uur

naai- en brei-atelier moeders voor moeders: dinsdag 19 maart om 13 uur

cybercafé ism de leerlingen van het GIB: donderdag 14 maart om 10u

reuzedarm: tijdens de maand maart zetten we in op preventie darmkanker. We krijgen bezoek van de reuzedarm op 11 maart (tussen 10 en 17 uur) en zullen ook een infosessie rond opsporingsonderzoek en preventie organiseren.

verkoop Zapatha Shoes en ondergoed Olijf: dinsdag 19 maart namiddag

DC Antverpia

februari: we verklaren de ‘vriendenmaand’ voor geopend!

In februari voorzien we enkele doorlopende activiteiten om onze bezoekers de kans te geven om (nog) meer vrienden te maken :

- We geven de kans om op de ‘vriendenlijn’ berichtjes te schrijven naar voor jou - tot nu toe - onbekenden, maar die je wél wil leren kennen.
- Het dienstencentrum gaat een ‘vriendenboek’ (voor onze bezoekers) in de cafetaria leggen. Wie wil ‘vriendjes’ worden met het dienstencentrum?
- We organiseren een ‘Valentijnontbijt’. Ook aan diegenen die alleenstaand zijn, willen we de mogelijkheid bieden om samen met (nieuwe) vrienden te ontbijten.
- We gaan het concept ‘uitgestelde koffie of thee’ gedurende de maand februari uitproberen. Als het een succes is, dan kan dit initiatief langer opgenomen worden in het aanbod.

evacuatieoefening in het gebouw Antverpia

Woensdag 23 januari hadden we in het gebouw Antverpia een evacuatieoefening. Onze eigen bezoekers hebben heel ‘gehoorzaam’ al de richtlijnen bij de evacuatie gevolgd, waarvoor onze dank (vooral ook aan de deelnemers van de yoga-les en onze schakers en diegenen die na de maaltijd nog een gezellige babbel met hun vrienden hadden). Voor diegenen die er niet waren: het verzamelpunt bij evacuatie is aan de ‘bollen’, dat is de hoek van de Vroente en de Henrilei. Toch een algemene opmerking vanwege de veiligheidsambtenaren: ben je aanwezig als het alarm afgaat, doe dan de evacuatie (oefening of niet) volledig mee: ga zeker niet zomaar naar huis zonder de verantwoordelijken op de hoogte te brengen! En diegenen die tijdens het alarm het gebouw wilden betreden, kregen de waarschuwing: ga nooit een gebouw binnen waar een alarm aan het loeien is. Bij een evacuatie gaat de brandweer altijd eerst op zoek naar de ‘vermisten’. Als we zien dat je aanwezig bent, en niet op de verzamelplaats staat, dan gaat men op zoek. Hetzelfde voor mensen die we niet als aanwezig gezien hebben. Je kan - ongeweten door de verantwoordelijken - in problemen geraken in het gebouw als je toch nog binnen gaat.

DC Antverpia

De warmste week

De veiling in Antverpia van 14 december heeft ons project van de warmste week (Het Feestvarken) **237 euro** opgeleverd. De algemene opbrengst (verkoop van boekjes en vrije giften in het varkentje) bedroeg in Antverpia **539.87 euro.**

roken aan het gebouw Antverpia

De gemeente Brasschaat zet zich in om jongeren zo weinig mogelijk met rookgedrag in aanraking te laten komen. Ze stippelden een beleid uit om het roken rondom scholen volledig te weren.
Het gaat niet enkel om het schoolgebouw op zich, maar ook de ruime omgeving (parking, parkje). En dit 24 uur op 24 uur, alle dagen van de week. Voor het dienstencentrum Antverpia zijn er ook maatregelen voorzien want in het gebouw huist ook een school (Academie Noord). Roken zal dan ook enkel aan de grote toegangspoort, voorzijde van het gebouw mogelijk blijven. Deze regeling gaat in van het moment dat de aankondigingen aan het gebouw ‘Rookvrije Zone’ geplaatst zijn, en de asbakken weggenomen.
Door de schoolomgeving rookvrij te maken, vinden kinderen roken minder normaal en aantrekkelijk. Toon hen dat roken niet oké is. Dat maakt hen weerbaarder om later zelf niet te gaan roken. Het is een strategie die er mee voor zorgt dat kinderen en jongeren van de sigaret blijven.
Als kinderen een gezonde sociale norm leren, dan neemt de kans af dat ze later zelf gaan roken.

Wi-Fi

We beschikken over een gratis WiFi-aansluiting voor computer in de cafetaria. Zo kan je ook in de cafetaria via uw Smart Phone, i-pad, draagbare computer gratis op het internet.

DC Antverpia

openbare computerruimte (OCR)

Onze ruimte staat alle dagen (**tot 16.45 uur!)** voor je klaar.
Je kan **gratis** gebruik maken van onze computers met aansluiting op het **internet**. Wens je hulp ? Vraag het ons! We helpen je graag binnen onze mogelijkheden.

spelletjes spelen

We hebben een groot gamma aan spelletjes: Rummikub, Scrabble, UNO, Othello, schaakborden, damborden, kaartspelletjes (en matjes), Monopoly, vier op een rij, pietjesbak, bakspel, …
Vraag ernaar aan de toog, en je mag er vrij gebruik van maken.
Nieuw - we hebben een **KUBB-spel** : super leuk om buiten op het grasveld te spelen. Kom het gerust vragen aan de toog van onze cafetaria.

fitpark

We hebben een mooi fitpark aan het gebouw Antverpia. Kom er mee van genieten: goed voor lijf en ziel; het is écht zalig. Wil je samen met anderen fit blijven? Dan spreken we af: elke maandag en donderdag om 10.15 uur.

praatgroep rond ‘rouw & rouwverwerking’

We hebben twee vrijwilligers die binnenkort deze praatgroep willen organiseren en begeleiden. Als ervaringsdeskundigen weten zij maar al te goed dat praten met lotgenoten helpt bij het verwerkingsproces bij verlies van geliefden, vrienden, familie. Heb je interesse om bij deze groep aan te sluiten, laat het ons gerust weten. Zo kunnen onze twee dames alvast een goed moment in de week inplannen en de nodige voorbereidingen treffen.

pedicure

Tot haar grote spijt moet onze pedicure Inge toch afscheid nemen van het dienstencentrum. Daarom kan je vanaf nu enkel afspraken maken bij Louise, dit voor pedicure, manicure en gelaatsverzorging: maandag, dinsdag en donderdag kan dit een volledige dag. Tijdens drukke ogenblikken kan er af en toe een vrijdag toegevoegd worden aan de afsprakenlijst.
Voetreflexologie valt in ons dienstencentrum volledig weg.
En als herinnering: een gemaakte afspraak niet nakomen zonder te verwittigen, wil zeggen dat je deze behandeling toch zal moeten betalen.
Schrijf je afspraken dus goed in je agenda !

DC Antverpia

toiletten

Sinds kort staat in onze herentoiletten ook een sanitaire container. Dus: dames en heren, gelieve daarom je hulpmateriaal niet langer in de vuilbakjes te deponeren, maar wél de container te gebruiken (graag ook even in toiletpapier wikkelen). Alvast bedankt vanwege andere bezoekers en het logistiek personeel.

gezocht

We zoeken nog een chauffeur die op vrijdagmiddag enkele mensen kan ophalen voor de maaltijden (je krijgt een gratis maaltijd als je zou rijden, en zal heel enthousiast in ons vrijwilligersteam ontvangen worden). Rijbewijs B is voldoende + bezoek aan onze bedrijfsarts (gratis). Bovendien zijn onze bezoekers een dankbaar publiek.

activiteiten die elke week doorgaan

	maandag	**dinsdag**	**woensdag**	**donderdag**	**vrijdag**
voorm.	pedicure gymnastiek fitpark aquarel	pedicure tafeltennis nordic walking patchwork	leren tekenen	pedicure gymnastiek fitpark	tafeltennis
nam.	zangstonde	kaarten petanque hobby	schaken inkleuren / spelletjes met de kinderen	kaarten petanque	tafeltennis sjoelbak rummicub

moeders voor moeders / zorgenvriendjes

We zoeken knopen voor kindervestjes, korte ritsen en wol om te breien (geen kleine restjes). Ritsen, stofjes en wol voor de zorgenvriendjes. Je mag deze binnenbrengen op de burelen van jouw dienstencentrum. Bij voorbaat dank.

Bebat-box

We beschikken over een Bebat-box voor recyclage van batterijen. Je kan deze nu ook in jouw dienstencentrum komen deponeren. De box staat in de inkomhal - gelijkvloers.

DC Antverpia

dopjesactie

We verzamelen nog steeds dopjes voor de vzw Blindegeleidehond. Je kan ze op de burelen of aan de toog van cafetaria afleveren.
Zuivere plastic dopjes die altijd goed zijn
dopjes van flessen en bussen van

- dranken: frisdrank, water, melk, fruitsap, sportdrank (het doorzichtige kapje mag erop blijven) ;
- producten: (af)wasproducten, detergenten, deo's, shampoos ;
- spuitbussen ;
- sauzen ;
- medicatie ;

deksels of klepjes van: choco, honing, koffie, sauzen, ...

smulnamiddag

We voorzien elke maandagnamiddag iets om lekker te smullen.
Je hoeft daarom niet meer op voorhand in te schrijven (1,50 euro). Maar: op is op! Je kan op de affiche zien wat we die dag in de aanbieding hebben.

hobby

elke dinsdagnamiddag
Kom kennismaken met deze fijne ploeg handwerkers. Je mag vrij kiezen welk handwerk je wenst te maken. Er is - indien gewenst - materiaal aanwezig. Hulp nodig bij een werk? Er is altijd wel iemand aanwezig om te helpen, …
gratis

nordic walking

elke dinsdagochtend om 9.45 uur met start aan Sportoase (anderhalf uur)
Je hoeft niet in te schrijven. Elke dinsdag, ook tijdens vakantiedagen, en ook bij regenweer. We starten stipt op tijd. Er wordt niet op laatkomers gewacht. Geen stokken? Je mag dan ook gewoon mee wandelen. Een ploeg die nog telkens groeit en een fijne vriendenkring aan het worden is.
gratis

schaken

elke woensdag om 14 uur
Een kleine maar fijne ploeg schakers. Zowel voor beginners als gevorderden. Ook jongeren zijn welkom. (woensdagnamiddag!)
Nog niet zo vertrouwd met dit denkspel? Je krijgt stap per stap de kneepjes van het spel te horen.
gratis

DC Antverpia

‘charlamos’ - Spaanse praatgroep

op vrijdagen 1, 8, 15 en 22 februari van 09.30 tot +11.30 uur
Spreek je een mondje Spaans, maar oefen je te weinig? Kom dan naar onze ‘charlamos’. Het doel is om gedurende een voormiddag te praten rond een onderwerp dat door jullie zelf of door de begeleider kan aangebracht worden. We houden het groepje klein zodat iedereen kan oefenen.
gratis, maar wél inschrijven aub

aquarel

maandagen 4, 11, 18 en 25 februari om 9.30 uur
De nieuwe cursus is juist gestart maar je kan nog altijd aansluiten.
De mogelijkheid voor het volgen van een proefles wordt aangeboden.
De klemtoon ligt op het plezier van aquarellen. Deze vaardigheid vereist meestal een basiskennis tekenen; hiervoor wordt in het begin de nodige hulp geboden. Soms wordt er met een opdracht gewerkt in samenspraak met de deelnemers. Soms wordt er vrij gewerkt aan landschappen, bloemen, stadsgezichten of - voor de meer gevorderden - figuur- en portrettekenen.

kantklossen

maandag 4 en 18 februari om 13.30 uur
Ook voor de echte beginners. Je mag gerust een aantal lessen het materiaal van het dienstencentrum gebruiken: kantkloskussen, klosjes en draad, prikpatronen. Zorg wel voor een draagtas om het kantkloskussen te vervoeren. Als je voor een speldenkussen kan zorgen, dan ook graag al meenemen (geen te dikke spelden zonder parelkopjes).

gymnastiek

maandagen en donderdagen om 9.15 uur
Kom gerust de eerste les eens proberen. Het zal zeker meevallen. Daarna kan je een 10-beurtenkaart kopen aan 15 euro. Deze kaart kan op de twee dagen gebruikt worden en blijft onbeperkt gelden.

patchwork

alle dinsdagen van februari van 10.15 tot 16 uur
Ook nieuwe kandidaten zijn welkom. Heb je nog geen materiaal? Kom dan zeker al eens kijken, dan zie je wat er voor de ‘starters’ klaar zal liggen. Heel mooie pakketjes aan kleine prijzen.

DC Antverpia

workshop: mappen en bestanden op computer op orde zetten en houden

dinsdag 5 februari om 13.30 uur
Heb je een computer, laptop of smartphone? Heb je problemen om al je gegevens makkelijk terug te vinden? Dan is deze workshop ideaal om te volgen. We hebben laptops ter beschikking tijdens de les.
inschrijven: 4 euro

leren tekenen: nieuwe reeks

woensdag van 9 tot 12 uur - start nieuwe lessenreeks in februari
op 6, 13, 20 en 27 februari ; 13, 20 en 27 maart ; 3 en 24 april ; 8 mei
Kom eens kijken naar de resultaten van de werken van afgelopen seizoen. Ze zijn gewoonweg prachtig. Kom anders eens proberen en ondervinden of het iets voor jou kan zijn. We leren tekenen met potlood (eventueel nadien inkleuren met aquarelverf). Analytisch 'leren kijken' hoe het moet.
Hele fijne begeleiding !

Koninklijke Sterrenwacht Antverpia

op donderdag 7 en 28 februari vanaf 20 uur
Interesse in een bezoekje aan de Koninklijke Sterrenwacht Antverpia ? Wees welkom ! Bij open weer: op de toren of het terras. Bij bewolking, voordracht of videofilm met voordracht.
Als je wenst te komen, graag een seintje op tel 03 664 46 70 of 03 664 28 93.
Neem eerst de lift tot 3^{e} etage en daarna de trap naar 4^{e} etage (de toren van het gebouw met platform).

open atelier

elke donderdag van februari van 13.30 tot 16.45 uur
Ieder die een aangename middag wil doorbrengen met schilderen op papier, paneel of doek kan hier terecht. De eerste keer dat je beslist om langs te komen, wordt er nagegaan wat de beste materiaalkeuze is en het minimale schildersgerief dat je vervolgens zelf aanschaft. We werken in principe naar meegebrachte foto, hetzij landschap, stilleven of portret. Kunde is niet vereist, wel een grote dosis goesting om creatief bezig te zijn. Dit alles desgewenst onder begeleiding, mits de aanschaf van een 5-beurtenkaart (20 euro).
Wees welkom !

kalligrafie

op vrijdag 8 en 22 februari om 13.30 uur
Je kan ook als beginner inschrijven voor deze nieuwe reeks.

DC Antverpia

vriendenlijn

We hangen van 11 tem 15 februari een ‘hartenlijn’ in onze cafetaria. Je kan hier berichtjes aanhangen die door andere mensen gelezen kunnen worden. Een vriendelijk woord van een ‘vreemde’ aan een ‘ander’, mét respect naar elkaar, geen geroddel…. Zo leren we (nog) meer bezoekers kennen.
Doen !! Je kan op de hartjes ook vragen stellen, als iemand een antwoord heeft, mag dat hartje aangevuld worden.

bingo

maandag 11 februari om 14 uur
We spelen met de gewone balletjes (0,50 euro voor een blaadje). Kom samen met familie, vrienden, buren, … genieten van een fijne namiddag!
Max. 10 blaadjes per ronde !

naald en draad

maandag 11 februari om 13.30 uur
Deze middag wordt er weer gewerkt aan de allermooiste creaties.
Het is een fijne creatieve namiddag onder vrienden.
Kom zeker eens kijken.

bezoek van wijkinspecteur

maandag 11 februari om 14 uur
Onze wijkinspecteur komt deze dag nog eens langs: je hoeft niet op voorhand een afspraak te maken.
Op een ander moment iemand van politie nodig? Je mag altijd vragen om een afspraak te maken.

cursus tablet - ipad

dinsdagen 12, 19 en 26 februari om 13.30 uur
Een ipad/tablet cadeau gekregen? Of heb je er al langer één en zou je meer willen weten over de werking? Deze 3-daagse cursus is een ideaal begin.
Wel eigen (opgeladen) ipad meenemen.
12 euro voor 3 lessen
inschrijven. Vol is vol….

opfriscursus Windows in 3 lessen

donderdagen 14, 21 en 28 februari om 13.30 uur
Je hebt een cursus PC Beginners gevolgd of je werkt zelf reeds met je PC maar het gaat allemaal niet zo vlot of zoals je wenst? Je voelt je nog niet echt zeker en je wilt een aantal dingen nog eens uitgelegd krijgen. Een onderwerp waar zeker nog aandacht wordt aan besteed is mappen maken en gebruiken, maar er wordt ook tijd uitgetrokken voor problemen die jij nog ervaart.
12 euro voor 3 lessen

DC Antverpia

Valentijnontbijt

*donderdag 14 februari **om 9.30 uur***
Een ontbijtbuffet met fruitsap en bubbeltjes aan 12 euro/pp.
Schrijf je tijdig in! (vóór 7 februari !)

Valentijnmaaltijd

*donderdag 14 februari **om 12 uur***

- ✓ Velouté d'amour (tomatenroomsoep met balletjes)
- ✓ Coq au vin, Parijse wortelen, kroketten
- ✓ **Valentijnsgebak**

Schrijf je ook hiervoor best tijdig in !

Een beetje dansen…

*donderdag 14 februari **om 14 uur***
Nà het genot van het Valentijngebak mag het ook nog leuk blijven… We leren je aan hoe je een Wals en een Polka kan dansen. Dansende 'koppels' mogen ook twee dames of twee heren zijn. Geen danservaring nodig. En na een korte tijd kan je walsen als de besten!
fotograaf aanwezig

digi-spreekuur

woensdag 20 februari van 10 tot 12 uur
Heb je een probleem met je computer, ipad, tablet of smartphone? Weet je niet (meer) hoe iets juist werkt?
Je kan tijdens het digi-spreekuur een half uur reserveren voor meer uitleg of voor hulp bij je probleem. Op afspraak en 1 euro voor een half uur.

centrumraad / bezoekersraad

dinsdag 26 februari om 9.30 uur
Tijdens deze centrumraad laten we - iedereen die het wenst - aan het woord om het dienstencentrum haar mooie functie te laten ontplooien. Ben je iemand die graag meewerkt? Dan zijn we op zoek naar jou, want ook jouw mening telt!
Wat wordt er verwacht? We vragen je engagement om je 4 keer per jaar vrij te maken en jouw mening met ons te delen. De bijeenkomsten gaan telkens door op een dinsdagochtend.

Volgens het nieuwe decreet (dat wellicht tegen deze datum in werking gaat) spreken we twee maal per jaar van een 'centrumraad' en twee maal over een 'bezoekersraad'.

DC Antverpia

VERWACHT

En al lang op voorhand: we gaan terug **fietsen** … jiepiejeeee !!
Woensdag 10 en 24 april om 13.30 uur: ± 30 km

Tablet Android : 12, 19 en 26 maart

Dansnamiddag : 27 maart om 14u

1-april-vis-quiz : 1 april om 14 uur

Dienstregeling

Enkel op weekdagen

Van Maria-ter-Heide naar Mariaburg

Buitenhof				14.45	16.30
De Mick				14.46	16.31
St. Jobsestnwg.	9.05	10.35	13.05	14.50	16.35
De Beelenlei	9.06	10.36	13.06	14.51	16.36
Berrélei	9.07	10.37	13.07	14.52	16.37
Durentijdlei	9.07	10.37	13.07	14.52	16.37
Della Faillestr.	9.08	10.38	13.08	14.53	16.38
Claesstraat	9.08	10.38	13.08	14.53	16.38
Wipstraat	9.09	10.39	13.09	14.54	16.39
Bethaniëlei	9.11	10.41	13.11	14.56	16.41
Pauwelslei	9.12	10.42	13.12	14.57	16.42
Gaspeldoornl.	9.13	10.43	13.13	14.58	16.43
Pastorijstraat	9.14	10.44	13.14	14.59	16.44
Torenhof	9.14	10.44	13.14	14.59	16.44
Gemeentemag.	9.16	10.46	13.16	15.01	16.46
Zilverberkenlei	9.17	10.47	13.17	15.02	16.47
Winkel	9.18	10.48	13.18	15.03	16.48
Ploegsebaan	9.18	10.48	13.18	15.03	16.48
Klaverheide	9.19	10.49	13.19	15.04	16.49
Neervelden	9.20	10.50	13.20	15.05	16.50
Het Innemen	9.21	10.51	13.21	15.06	16.51
Truyensstraat	9.21	10.51	13.21	15.06	16.51
Lage Kaart	9.22	10.52	13.22	15.07	16.52
KLINA	9.23	10.53	13.23	15.08	16.53
Prins Kavelhof	9.25	10.55	13.25	15.10	16.55
Kon. Atheneum	9.26	10.56	13.26	15.11	16.56
Kerk Centrum	9.28	10.58	13.28	15.13	16.58
Dr. Roosenspl.	9.31	11.01	13.31	15.16	17.01
Beekstraat	9.33	11.03	13.33	15.18	17.03
Van de Wiellei	9.35	11.05	13.35	15.20	17.05
Rustoordlei	9.36	11.06	13.36	15.21	17.06
Paulusstraat	9.38	11.08	13.38	15.23	17.08
Kattekensberg	9.39	10.09	13.39	15.24	17.09
Sparrenlaan	9.41	11.11	13.41	15.26	17.11
Zwemdoklei	9.42	11.12	13.42	15.27	17.12
Boskapellei	9.42	11.12	13.42	15.27	17.12
Jacobuslei	9.44	11.14	13.44	15.29	17.14

Van Mariaburg naar Maria-ter-Heide

Jacobuslei	9.45	11.15	13.45	15.45
Boskapellei	9.46	11.16	13.46	15.46
Zwemdoklei	9.47	11.17	13.47	15.47
Sparrenlaan	9.48	11.18	13.48	15.48
Kattekensberg	9.50	11.20	13.50	15.50
Paulusstraat	9.51	11.21	13.51	15.51
Rustoordlei	9.53	11.23	13.53	15.53
Van de Wiellei	9.54	11.24	13.54	15.54
Beekstraat	9.57	11.27	13.57	15.57
Dr. Roosenspl.	9.59	11.29	13.59	15.59
Kerk Centrum	10.01	11.31	14.01	16.01
Kon. Atheneum	10.03	11.33	14.03	16.03
Prins Kavelhof	10.04	11.34	14.04	16.04
KLINA	10.06	11.36	14.06	16.06
Lage Kaart	10.07	11.37	14.07	16.07
Truyensstraat	10.08	11.38	14.08	16.08
Het Innemen	10.09	11.39	14.09	16.09
Neervelden	10.09	11.39	14.09	16.09
Klaverheide	10.10	11.40	14.10	16.10
Ploegsebaan	10.11	11.41	14.11	16.11
Winkel	10.11	11.41	14.11	16.11
Zilverberkenlei	10.12	11.42	14.12	16.12
Gemeentemag.	10.13	11.43	14.13	16.13
Pauwelslei	10.14	11.44	14.14	16.14
Gaspeldoornl.	10.15	11.45	14.15	16.15
Pastorijstraat	10.16	11.46	14.16	16.16
Torenhof	10.16	11.46	14.16	16.16
Pauwelslei	10.17	11.47	14.17	16.17
Bethaniëlei	10.18	11.48	14.18	16.18
Wipstraat	10.20	11.50	14.20	16.20
Claesstraat	10.21	11.51	14.21	16.21
Della Faillestr.	10.21	11.51	14.21	16.21
Durentijdlei	10.22	11.52	14.22	16.22
Berrélei	10.22	11.52	14.22	16.22
De Beelenlei	10.23	11.53	14.23	16.23
St Jobsestnwg.	10.24	11.54	14.24	16.24
De Mick			14.28	16.28
Buitenhof			14.29	16.29

ADRESGEGEVENS(contact)

DC MARIA-TER-HEIDE-HOVE

Centrumleider : **Hilde Bleyenbergh**
Eikendreef 18

2930 Brasschaat

T 03 663 77 07

F 03 663 89 67

Email : dc.mariaterheidehove@ocmwbrasschaat.be

DC VESALIUS(Centrum)

Centrumleider **: Veronique Smolders**
Prins Kavellei 77

2930 Brasschaat

T 03 650 25 72

Email : dc.vesalius@ocmwbrasschaat.be

DC ANTVERPIA (Mariaburg)

Centrumleider : **Nora Augustijns**
St Antoniuslei 95-97

2930 Brasschaat

T 03 660 58 00

F 03 313 43 72

Email : dc.antverpia@ocmwbrasschaat.be

verantwoordelijke uitgever: Gemeente Brasschaat, Verhoevenlei 11, 2930 Brasschaat