



JANUARI



INFOKRANT DIENSTENCENTRA

Verantwoordelijke uitgever: Frank Remy

Contactgegevens

Dienstencentrum Ter Wezel
Achter d'Hoven 65
2990 Wuustwezel
03 667 61 58
dienstencentrumterwezel@ocmwwuustwezel.be

Dienstencentrum Wijkhuis
Brechtseweg 29
2990 Wuustwezel
03 236 58 69
dienstencentrumwijkhuis@ocmwwuustwezel.be

www.wuustwezel.be/dienstencentra

www.wuustwezel.be/vormingspunt

www.facebook.com/dienstencentrawuustwezel

VOORWOORD

De dienstencentra in Wuustwezel en Loenhout zijn ontmoetingsplaatsen voor iedereen uit de gemeente. Je kan er terecht voor informatie, advies en vorming. Binnen het dienstencentrum bieden we een aantal ontspannings- en ontmoetingsmogelijkheden aan.

We hebben een ontmoetingsruimte waar mensen tijdens de weekdays een gezonde en warme maaltijd kunnen nuttigen. Je kan ook terecht in deze cafetaria om rustig een tasje koffie of een frisse pint te drinken, de krant te lezen of een stukje aan onze puzzel bij aan te leggen. Spreek je graag met iemand af om een spelletje te spelen? We hebben er een heleboel in onze kast ter uwer beschikking!

Bovendien zijn wij een eerste aanspreekpunt voor alle burgers in verband met gemeentelijke hulp- en dienstverlening. Spring gerust binnen voor informatie en administratieve ondersteuning.

Wij heten jullie graag van harte welkom!

Ines, Linda, Lisette, Hanne en Magd van DC Wijkhuis
Kelly, Annick, Tanja en Karla van DC Ter Wezel

ONZE BESTE WENSEN VOOR 2019



INFO



Sluitingsdagen

- Onze dienstencentra sluiten volgende dagen de deuren:
- maandag 31 december (enkel DC Ter Wezel gesloten)
 - dinsdag 1 januari
 - vrijdag 11 januari én dinsdag 15 januari:
-> kantoren vanaf 12.00u gesloten,
ontmoetingsruimtes wel gewoon geopend.
 - donderdag 31 januari, DC Wijkhuis
-> kantoor vanaf 12.00u gesloten,
ontmoetingsruimte wel geopend.

Verjaardagsmenu

Elke 55-plusser, woonachtig in de gemeente Wuustwezel wordt in de maand dat hij/zij jarig is getrakteerd op een verjaardagsmaaltijd. We verwennen je dan graag met een driegangenmenu van soep, hoofdgerecht en dessert.

Kies een dag (in de maand dat je jarig bent) waarop je het liefst komt eten en reserveer in één van beide dienstencentra (Ter Wezel of Wijkhuis).

De actie is geldig vanaf tot en met 30 september 2019 maar geldt niet voor speciale maaltijden. Geïnteresseerd? Schrijf je dan vooraf in en breng je identiteitskaart mee als bewijs. Je kan maar één keer voor je verjaardag komen eten in één dienstencentrum van de gemeente Wuustwezel.

Extra medewerker Wijkhuis



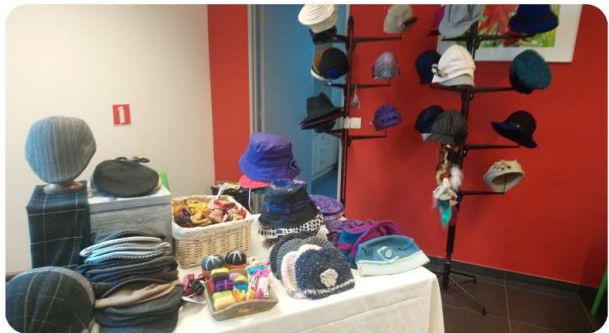
Hanne Franken werkt op de dienst Vrije tijd. Tijdens de afwezigheid van Ines komt Hanne onze ploeg versterken op dinsdag- en donderdagvoormiddag. Ze zal het baliewerk voor haar rekening nemen.

Welkom Hanne !!!!!



TERUGBLIK

Kerstbeurs @ DC Wijkhuis
14.12.2018



Kerstfeest @ DC Wijkhuis
14.12.2018



TER WEZEL

DIENSTENCENTRUM

KERSTFEEST



14 DECEMBER 2018



Voordracht Dirk Barrez: Transitie, de weg naar onze toekomst

Uitgeputte grondstoffen, klimaatverandering, oorlog, een falende economie, de vluchtelingencrisis, ... Ben jij het doemdenken ook beu en wil je een positieve kijk op wat de alternatieven zijn? In deze lezing wordt bekeken hoe we onze welvaart kunnen behouden zonder de toekomst van onze planeet te verspelen. Sociale democratie, ecologie, duurzaamheid en rechtvaardigheid zijn de sleutelwoorden om tot een haalbaar welvaartssysteem te komen. Vanzelf gaat het niet, maar na deze informatiesessie weet je hoe jij mee aan positieve verandering kan werken.



In samenwerking met Vormingplus Antwerpen en bibliotheek Wuustwezel.

Praktisch

Waar: DC Wijkhuis

Wanneer: vrijdag 4 januari 2019, om 13u00 (tot circa 15u30)

Prijs: gratis

Inschrijven: verplicht, graag voor 18 december via bibliotheek Wuustwezel: via e-mail aan bibliotheek@wuustwezel.be of telefonisch op 03 690 46 41

Verloren maandag

Verloren maandag is een Vlaamse traditie die over het algemeen op de maandag na 'Drie Koningen' plaatsvindt. Het is in Vlaanderen en vooral in de provincie Antwerpen de traditie om op die dag worstenbroden en appelbollen te eten.

Verloren maandag is inmiddels ook bij onze dienstencentra een jaarlijkse traditie geworden en je mag dus ook in 2019, en wel op **maandag 7 januari**, weer komen smullen van verse, warm geleverde worstenbroden en appelbollen.



Praktisch Dienstencentrum Ter Wezel en Wijkhuis

Wanneer **maandag 7 januari**

Hoe laat 14.30u @ DC Ter Wezel – 15.00u @ DC Wijkhuis

Prijs € 2,30 per worstenbrood of appelbol

Inschrijven Verplicht, mogelijk tot en met vrijdag 4 januari 12.00u.

Het Warmste jaar – Walter for Life



Traditiegetrouw wordt de gulle gever in ieder de laatste week voor Kerstmis wakker, nu kwam 1 van onze vrijwilligers met het leuke idee er een warm jaar van te maken en zo centjes te verzamelen voor een lokaal doel. Gedurende heel 2019 zetten we acties op touw en hopen we zo de vlam in Wuustwezel brandende te houden.

Onze eerste actie start vanaf vandaag! Walter zet zich voor het goede doel achter de wafelmachine. Bestelbonnetjes en proevertjes vind u in het dienstencentrum. Wafels zijn te bestellen per pakje van 5 | 10 of 20stuks, u kan de gewenste leverdatum (vanaf 7/1/2019) aangeven en zelfs een suggestie doen van een lokaal doel! Wij duimen alvast op veel bestellingen voor Walter!

Verdere acties worden jullie tijdig kenbaar gemaakt! Medewerkers/ideetjes voor het warmste jaar zijn zeker welkom!

Taijiquan



Op dinsdag 8 januari start er in DC Wijkhuis opnieuw een reeks van 11 lessen Taijiquan. Wil jij ook deelnemen aan deze lessenreeks? Schrijf je dan snel in. Er zijn momenteel nog plaatsen vrij.

Taijiquan is een zachte bewegingsvorm die de stress van het moderne leven verlicht en de mentale en fysieke gezondheid verbetert. Het is een combinatie van interne en externe technieken die je helpen je yin en yang energie in balans te krijgen en je leiden tot een hoger bewustzijn en een gezonder lichaam.

Praktisch:

Waar: Dienstencentrum Wijkhuis
Start: **8 januari 2019**
Hoe laat: iedere dinsdag van 19.30u – 21.00u
Prijs: 60 euro
Vrijtijdspas: 30 euro
Inschrijven: graag voor 24 december 2018, in één van de dienstencentra of via www.wuustwezel.be/vormingspunt

Digipunt Internetcafé

Extra aandacht voor overzetten foto's van smartphone naar PC



Eerder kon je in onze infokrant al lezen over het "Internetcafé" dat Digipunt iedere eerste donderdagmiddag van de maand organiseert in De Gasthuishoeve. Tijdens het internetcafé van zowel 10 januari als van 7 februari zal er extra aandacht besteed worden aan hoe je de foto's van je smartphone kunt overzetten naar je computer. Wil jij dit ook leren? Kom dan zeker eens langs. Inschrijven is niet nodig en het is gratis.

Praktisch:

Waar: Digipunt Wuustwezel,

De Gasthuishoeve, Dorpsstraat 36, Wuustwezel

Wanneer: **Donderdag 10 januari** en **donderdag 7 februari**, telkens van 13u30 tot 15u00

Prijs: Gratis

Inschrijving: Niet nodig

Meer info: Contacteer Linda Van Elsacker telefonisch op 03 236 58 69 (woensdag t/m vrijdag) of via e-mail: linda.van.elsacker@ocmwwuustwezel.be.

Wegwijs met je tablet

Tijdens deze cursus van drie lessen leer je de basishandelingen en vingerbewegingen die nodig zijn om vlot met een tablet te werken. Je leert de symbolen die erop gebruikt worden, de tablet met Wi-Fi verbinden en tenslotte hoe je een app kan toevoegen en weer weghalen.



Je hebt de keuze ofwel breng je zelf je eigen tablet mee of je reserveert er één om tijdens de les op te werken. Let wel, deze cursus is enkel geschikt voor tablets met Android.

Praktisch:

Waar: Dienstencentrum Wijkhuis

Wanneer: 14/1 – 21/1 – 28/1 (maandag), steeds van 13.30u tot 16.00u

Prijs: 11€ (5,50 € met Vrijtijdspas)

Benodigdheden: Je eigen tablet (enkel Android).

Inschrijven: Verplicht, ten laatste op 7 januari 2019

Info en inschrijven in het Wijkhuis, 03 236 58 69, linda.van.elsacker@ocmwwuustwezel.be of via www.wuustwezel.be/vormingspunt

Kennismaking met de computer



In deze module van 6 sessies wordt op een rustig tempo de basis aangeleerd voor het gebruik van een computer en van Windows 10. Je leert werken met de muis en het toetsenbord. Met behulp van enkele leuke programma's leren we met Windows 10 werken. Je zet de eerste stappen in het gebruik van internet en e-mail.

Praktisch:

Waar: Digipunt Wuustwezel, De Gasthuishoeve, Dorpsstraat 36, Wuustwezel

Wanneer: **Dinsdag 15 januari t.e.m. 19 februari 2019**, steeds van 09.00u tot 11.30u

Prijs: 22 euro (Vrijtijdspas: 11 euro)

Mogelijkheid tot aankoop van een cursusboek voor €5

Info of inschrijven: In DC Wijkhuis of telefonisch op 03 236 58 69 of via e-mail:

linda.van.elsacker@ocmwwuustwezel.be

Lekkernijen uit Wenen met de familie Strauss

René en Lea Van Looveren organiseren op woensdag 16 januari een aangename middag in DC Wijkhuis met als thema "Lekkers uit Wenen". Ze nemen je mee naar het Wenen van de 19de eeuw, met veel mooie muziek van de Strausfamilie. Dit alles omgeven met anekdotes en weetjes uit hun leven en werk.

Wil je hierbij aanwezig zijn? Schrijf je dan tijdig in bij René. Je bent uiteraard van harte welkom!



Praktisch:

Waar: Wijkhuis Loenhout, Brechtseweg 29

Wanneer: **Woensdag 16 januari 2019 om 13u30**

Prijs: 8 euro, te betalen ter plaatse. Koffie, thee en een gebakje zijn inbegrepen.

Inschrijven: voor 9 januari 2019, via e-mail aan rene.van.looveren@skynet.be of telefonisch op 03 669 55 75

Workshop Kalligrafie – Humanistisch cursief



Kalligrafie is de kunst van schoonschrift. Tijdens deze reeks van 6 lessen leer je het schrijven in humanistisch cursief. Dit is een belangrijk lettertype en een goede basis voor kalligrafie.

De cursus is als volgt opgebouwd:

- 1^{ste} les: materialenkennis en start met de kleine letters
- 2^{de} les: inoefenen kleine letters
- 3^{de} les: inoefenen hoofdletters
- 4^{de} les: inoefenen hoofdletters en verfijning van het schrift
- 5^{de} les: maken van een doosje en leperello
- 6^{de} les: werken rond lay-out en bladschikking

Praktisch:

Waar & wanneer: Dienstencentrum Wijkhuis : 17/1–24/1–31/1–7/2–14/2– 21/2 (donderdag)

Hoe laat: steeds van 19.30u – 22.00u

Prijs: 50€ voor 6 lessen, incl. benodigdheden - (25 € met Vrijtijdspas)

Voorkennis: Is niet vereist. Er wordt wel verwacht dat je thuis oefent met de pen zodat je tot een mooi resultaat kan komen na 6 lessen.

Bijzonderheden: Al het materiaal wordt voorzien zoals een pen, inkt, oefenpapier, papier voor de doosjes en kaarten. Breng de eerste les enkel een potlood, gom en lat mee.

Inschrijven: Verplicht, in één van de dienstencentra of via www.wuustwezel.be/vormingspunt. Wees er snel bij, er zijn nog maar een paar plaatsen vrij.

Cursus Kalligrafie – Unciaal met spitse pen

'Unciaal met spitse pen' is een oud klassiek schrift met een moderne uitstraling. We leren werken met de spitse pen en oefenen de ronde vormen van het 'Unciaalschrift' beheersen. Dit schrift verschilt van het Unciaal dat we vorig jaar hebben aangeboden.



Praktisch:

Waar: Dienstencentrum Wijkhuis

Wanneer: 18/01 – 25 /01 – 01/02 – 08/02 – 15/02
(steeds op vrijdag dus)

Hoe laat: van 9.00u – 11.30u

Prijs: 45€ voor 5 lessen, incl. benodigdheden (22,50 € met Vrijtijdspas)

Voorkennis: Is niet vereist. Zowel beginners als gevorderden kunnen deelnemen.

Bijzonderheden: De eerste les breng je een potlood, gom en lat mee.

Al het overige materiaal wordt voorzien.

Inschrijven: Verplicht in één van de dienstencentra of via www.wuustwezel.be/vormingspunt

Tentoonstelling schilders en tekenaars Vormingspunt



Elke dinsdagmorgen komen in GC Blommaert een groep schilders en tekenaars samen in het begeleid atelier. In dit atelier werkt ieder aan zijn eigen creaties. Het is een activiteit van Vormingspunt en ieder wordt individueel begeleid door beeldend kunstenaar Elsbeth Veerman. Deze tentoonstelling toont werken die er gemaakt zijn.

Michael van Hoeck wordt geïnspireerd door de directe omgeving van Wuustwezel en verbeeldt deze in acrylschilderijen. Ook **Jan Torfs** is geboeid door het landschap.

Waar Michael laag over laag verf aanbrengt en de lichtval en sfeer van het landschap weergeeft, kiest Jan voor fijne potloodtekeningen met oog voor elk detail!

May Mertens, Katrien Neys, Francine Vissers en Anne-Mie Pacqué werken ook met acrylverf maar hun onderwerpen en werkwijzen zijn anders. Waar de een strak en modern werk, speelt de ander met de materie van de verf of werkt met toevalstechnieken!

Gaby Bartholomeeusen en Willem Van Riet werken graag met aquarel. Met vloeiende kleuren weten ze beiden licht en sfeer in hun werk te toveren.

Reinhilde Schittecatt en Chouky Mooren zijn geboeid door de menselijke figuur. Ze werken met olieverf. Beiden houden van de volle warme kleuren en het stevige karakter van de olieverf.

In dit atelier is een fijne collegiale sfeer en zijn de deelnemers geïnteresseerd in elkaars werk. Er wordt informatie en kennis uitgewisseld en het experiment wordt niet geschuwd! Het zijn inspirerende dinsdagochtenden....maar het is meer.... Het is het delen van een gezamenlijke passie, samen kijken naar kunst, nieuwe technieken proberen en natuurlijk samen eens goed lachen bij een kop koffie. Met deze tentoonstelling hopen we u deelgenoot te maken van deze kunstzinnige activiteit. We wensen u veel kijkplezier!

Praktisch:

Waar: Inkomhal gemeentehuis Wuustwezel
Wanneer: woensdag 15 januari tot en met eind maart (enkel op werkdagen)
Hoe laat: tijdens de openingsuren van het gemeentehuis
Prijs: toegang is gratis

Quiz: wat weet je nog van 2018?

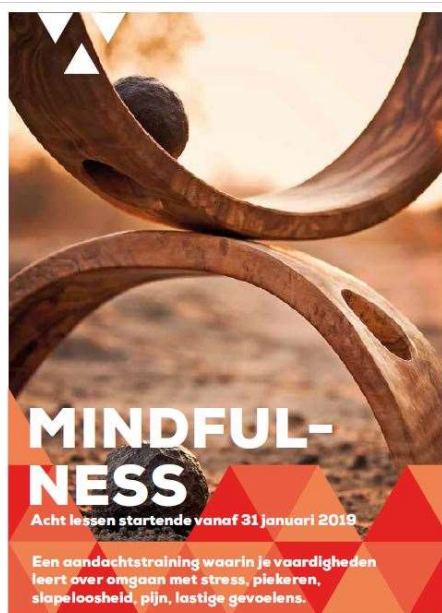


2019! Het nieuwe jaar heeft zich aangediend en de beste wensen werden uitgewisseld...Maar wat gebeurde er het afgelopen jaar zoal? Wat bleef er in het collectief geheugen hangen en wat vergeten we liefst zo snel mogelijk? We puzzelden een kleine vragenlijst ineen en nodigen je graag uit om mee te komen quizzen!

Praktisch:

Waar: Dc Ter Wezel
Wanneer: Vrijdag 25 januari 2019 om 13u30

Mindfulness – 8 lessen door Beja Pingnet



DC Ter Wezel
Achter d'Hoven 65

WUUSTWEZEL
Ruimte om te leven.

Mindfulness is aandacht geven op een speciale manier. Doelbewust, op het moment zelf en zonder oordeel, of kortweg leven met open milde aandacht. We maken gebruik van gerichte oefeningen en meditatie, en leren surfen op de golven of de (soms intense) emoties van het leven. Als je deze vaardigheden regelmatig inoefent, word je rustiger, vrolijker en vriendelijker voor jezelf en voor anderen. Je krijgt meer zelfvertrouwen, draagkracht, helderheid en daadkracht.

Praktisch:

Waar: DC Ter Wezel
Wanneer: 31/1 – 7/2 – 14/2 – 21/2 – 28/2 – 14/3 – 21/3 – 28/3 (8 lessen)
Hoe laat: Van 19.00 uur tot 21.30 uur

Prijs: 299 euro - vrijetijdspas: 150 euro

Inschrijven: DC Ter Wezel of via
dienstencentrumterwezel@ocmwwwuustwezel.be



Gezond bewegen (turnen) in DC Ter Wezel vanaf januari op woensdag ipv vrijdag! – check de kalender voor de juiste data!

ONTHOUD ALVAST (meer info volgt!)



24 februari: receptie nieuwe inwoners Wuustwezel

25 februari: ontvangst 65-jarigen in Kadans

Vermoedelijk **28 februari:** voordracht Diabetesliga



12 maart: Lezing Levensende – wilsbeschikkingen

14 maart: SANA-methode: Sandra Bekkari @ Kadans

ACTIVITEITENKALENDER JANUARI 2019

(VP) = cursusaanbod Vormingspunt - (*) = Inschrijven voor de activiteit is noodzakelijk

Datum	ACTIVITEITEN TER WEZEL	ACTIVITEITEN WIJKHUIS
Di 1 jan	DIENSTENCENTRA GESLOTEN: Nieuwjaar	DIENSTENCENTRA GESLOTEN (NIEUWJAARSDAG)
Wo 2 jan	13.00u: Gezelschapsspelen 13.30u: Hobby	13.30u: Petanque i.s.m. OKRA (bij goed weer)
Do 3 jan	13.00u: Biljart 13.30u: Hobby	9.00u-15.00u: Pedicure (*) 13.00u: Hobby 13.00u: Petanque (bij goed weer)
Vr 4 jan	13.30u: Bingo	13.00u: Voordracht Dirk Barrez "Transitie – de weg naar de toekomst" 13.00u: Puzzelnamiddag 13.00u: Petanque i.s.m. OKRA (bij goed weer)
Ma 7 jan	9.00u: Engels gevorderden (VP) (*) 13.00u: Kaarten ism OKRA 14.30u: Verloren maandag (*) 19u00: Italiaans 1 (VP) (*)	12.45u: Acryl (VP)(*) 13.00u: Biljart i.s.m. KWB 13.00u: Vrij kaarten 15.00u: Verloren maandag (*)
Di 8 jan	9.00u: Begeleid atelier tekenen & schilderen (VP) (*) 13.00u: Rummikub & Pietjesbak	9.00u: Vrij "Recreatief schilderen en tekenen" 12.30u: Bloeddrukmeting (*) 13.00u: Kaarten ism OKRA 13.00u: Rummikub 13.00u: Vrij biljart 13.30u: 3D kaarten maken 19.30u: Taijiquan (VP)(*)
Wo 9 jan	9.00u: Mixed media (VP) (*) 13.00u: Gezelschapsspelen 13.30u: Hobby	9.00u: Naaien (VP)(*) 10.30u: Gezond bewegen 13.30u: Petanque i.s.m. OKRA (bij goed weer)

Datum	ACTIVITEITEN TER WEZEL	ACTIVITEITEN WIJKHUIS
Do 10 jan	9.00u: Patchwork (VP) (*) 13.00u: Biljart 13.30u: Hobby 13.30u: Kantklossen (VP) (*)	9.00u: Aquarel (VP)(*) 13.00u: Portret tekenen en schilderen (VP)(*) 13.00u: Naaien (VP)(*) 13.00u: Hobby 13.00u: Petanque (bij goed weer) 13.30u: Internetcafé Digipunt @ de Gasthuishoeve, thema: foto's van smartphone op PC zetten
Vr 11 jan	9.00u- 15.30u: Pedicure (*) Vanaf 12.00u: Kantoor gesloten oww nieuwjaarsactiviteit personeel 13.30u: UNO	Vanaf 12.00u: Kantoor gesloten vanwege nieuwjaarsactiviteit personeel 13.00u: Praatmiddag Samana 13.00u: Puzzelnamiddag
Ma 14 jan	9.00u: Engels gevorderden (VP) (*) 13.00u: Kaarten ism OKRA 19u00: Italiaans 1 (VP) (*)	12.45u: Acryl (VP)(*) 13.00u: Biljart i.s.m. KWB 13.00u: Vrij kaarten 13.30u: Cursus "Wegwijs met je tablet (VP)(*)"
Di 15 jan	9.00u- 12.00u: Pedicure (*) 9.00u: Begeleid atelier tekenen & schilderen (VP) (*) 9.30u: Engels 3 (VP) (*) 13.00u: Rummikub & Pietjesbak	9.00u: Vrij "Recreatief schilderen en tekenen" 9.00u: Cursus "Kennismaking computer" (VP)(*) 13.00u: Kaarten ism OKRA 13.00u: Rummikub 13.00u: Vrij biljart 19.30u: Taijiquan (VP)(*) Vanaf 12.00u: Kantoor gesloten vanwege teamoverleg personeel
Wo 16 jan	9.00u: Mixed media (VP) (*) 10.30u: Gezond bewegen! (turnen) 13.00u: Gezelschapsspelen 13.30u: Hobby	9.00u: Naaien (VP)(*) 13.30u: Petanque i.s.m. OKRA (bij goed weer) 13.30u: Themamiddag door René en Lea Van Looveren: "Lekkernijen uit Wenen"
Datum	ACTIVITEITEN TER WEZEL	ACTIVITEITEN WIJKHUIS

Do 17 jan	9.00u: Patchwork (VP) (*) 13.00u: Biljart 13.30u: Hobby 13.30u: Kantklossen (VP) (*)	9.00u: Aquarel (VP)(*) 13.00u: Portret tekenen en schilderen (VP)(*) 13.00u: Naaien (VP)(*) 13.00u: Hobby 13.00u: Petanque (bij goed weer) 19.30u: Cursus Kalligrafie – Humanistisch cursief (VP)(*)
Vr 18 jan	13.30u: Rummikub	9.00u: Cursus Kalligrafie – Unciaal spitse pen (VP)(*) 13.00u: Puzzelnamiddag 13.00u: Petanque (bij goed weer)
Ma 21 jan	9.00u: Engels gevorderden (VP) (*) 13.00u: Kaarten ism OKRA 19u00: Italiaans 1 (VP) (*)	12.45u: Acryl (VP)(*) 13.00u: Biljart i.s.m. KWB 13.00u: Vrij kaarten 13.30u: Cursus “Wegwijs met je tablet (VP)(*)
Di 22 jan	9.00u: Begeleid atelier tekenen & schilderen (VP) (*) 9.30u: Engels 3 (VP) (*) 13.00u: Rummikub & Pietjesbak	9.00u: Vrij “Recreatief schilderen en tekenen” 9.00u: Cursus “Kennismaking computer” (VP)(*) 12.30u: Bloeddrukmeting (*) 12.30u: Contactmoment wijkagent 13.00u: Kaarten ism OKRA 13.00u: Rummikub 13.00u: Vrij biljart 13.30u: 3D kaarten maken 19.30u: Taijiquan (VP)(*)
Wo 23 jan	9.00u: Mixed media (VP) (*) 9.00u: Bloemschikken (VP) (*) 13.00u: Gezelschapsspelen 13.30u: Hobby	9.00u: Naaien (VP)(*) 10.30u: Gezond bewegen 13.30u: Petanque i.s.m. OKRA (bij goed weer)
Datum	ACTIVITEITEN TER WEZEL	ACTIVITEITEN WIJKHUIS

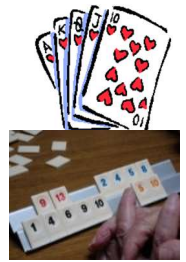
Do 24 jan	9.00u: Patchwork (VP) (*) 9.00u: Bloemschikken (VP) (*) 13.00u: Biljart 13.30u: Hobby 13.30u: Kantklossen (VP) (*)	9.00u-15.00u: Pedicure (*) 9.00u: Aquarel (VP)(*) 13.00u: Portret tekenen en schilderen (VP)(*) 13.00u: Naaïen (VP)(*) 13.00u: Hobby 13.00u: Petanque (bij goed weer) 19.30u: Cursus Kalligrafie – Humanistisch cursief (VP)(*)
Vr 25 jan	13.30u: Quiz; wat weet je nog over 2018? 14.30u: Contactmoment - Wijkagent	9.00u: Cursus Kalligrafie – Unciaal spitse pen (VP)(*) 13.00u: Puzzelnamiddag 13.00u: Petanque (bij goed weer) 13.30u: Bingo
Ma 28 jan	9.00u: Engels gevorderden (VP) (*) 13.00u: Kaarten ism OKRA 19u00: Italiaans 1 (VP) (*)	12.45u: Acryl (VP)(*) 13.00u: Biljart i.s.m. KWB 13.00u: Vrij kaarten 13.30u: Cursus “Wegwijs met je tablet (VP)(*)
Di 29 jan	9.00u: Begeleid atelier tekenen & schilderen (VP) (*) 9.30u: Engels 3 (VP) (*) 13.00u: Rummikub & Pietjesbak	9.00u: Vrij “Recreatief schilderen en tekenen” 9.00u: Cursus “Kennismaking computer” (VP)(*) 13.00u: Kaarten ism OKRA 13.00u: Rummikub 13.00u: Vrij biljart 19.30u: Taijiquan (VP)(*)
Wo 30 jan	9.00u: Mixed media (VP) (*) 10.30u: Gezond bewegen! (turnen) 13.00u: Gezelschapsspelen 13.30u: Hobby	9.00u: Naaïen (VP)(*) 13.30u: Petanque i.s.m. OKRA (bij goed weer)
Do 31 jan	9.00u- 12.00u: Pedicure (*) 9.00u: Patchwork (VP) (*) 13.00u: Biljart 13.30u: Hobby 13.30u: Kantklossen (VP) (*) 19.00u - 21.30u: Mindfulness – Beja Pingnet (*)	9.00u: Aquarel (VP)(*) 13.00u: Portret tekenen en schilderen (VP)(*) 13.00u: Naaïen (VP)(*) 13.00u: Hobby 13.00u: Petanque (bij goed weer) 19.30u: Cursus Kalligrafie – Humanistisch cursief (VP)(*)

WARMMAKERS

KAARTMOMENT

Maandag 7, 14, 21, 28 januari : 13.00u -> Wuustwezel + Loenhout

Iedereen is welkom om gezellig samen te kaarten. Deze activiteit wordt in Wuustwezel georganiseerd in samenwerking met OKRA.



RUMMIKUB

Dinsdag 8, 15, 22, 29 januari : 13.00u -> Wuustwezel + Loenhout

Elke week wordt het populaire spel Rummikub op dinsdag gespeeld. Kom gerust eens meespelen.

HOBBYMOMENT

Woensdag 2, 9, 16, 23, 30 januari : 13.30u -> Wuustwezel

Donderdag 3, 10, 17, 24, 31 januari : 13.00u -> Wuustwezel

Donderdag 3, 10, 17, 24, 31 januari : 13.00u -> Loenhout

Heb je thuis nog een handwerkje liggen dat maar niet af raakt? Ben je reeds een sjaal aan het breien voor volgende winter? Breng je werkjes mee naar het dienstencentrum. Wij bieden een gezellige locatie aan waar je samen met anderen rustig kan werken.

BILJART

Donderdag 3, 10, 17, 24, 31 januari : 13.00u -> Wuustwezel

Dinsdag 8, 15, 22, 29 januari : 13.00u -> Loenhout



Iedereen die graag nog eens wil biljarten, is van harte welkom. Je hoeft je niet in te schrijven of lid te worden! We vragen in het dienstencentrum Ter Wezel en Wijkhuis een deelnameprijs van **€ 2,00 per persoon per namiddag**. In het Wijkhuis is één biljartkeu beschikbaar. Mensen die zelf een biljartkeu hebben, brengen die dan best zelf mee.

BINGO

Vrijdag 4 januari : 13.30u -> Wuustwezel

Vrijdag 25 januari : 13.30u -> Loenhout



Heb je zin in een gezellige namiddag samen met vrienden, kleinkinderen, burens of kennissen? Kom meespelen op onze bingonamiddag! We spelen 5 rondjes en er zijn leuke prijzen te winnen!

Voor de deelname aan een ronde betaal je € 0,50.

GEZOND BEWEGEN - TURNEN

Woensdag 16 en 30 januari : 10.30u -> Wuustwezel
Woensdag 9 en 23 januari : 10.30u -> Loenhout

In beweging blijven is goed voor ons fysisch, psychisch en sociaal welzijn. Aan de hand van lichte en rustige oefeningen, willen we ervoor zorgen dat ook senioren kunnen blijven bewegen. Deze oefeningen zijn uitvoerbaar voor iedere senior en vereisen geen specifieke conditie.

Prijs per les: € 3,00

CONTACTMOMENT WIJKAGENT

Door samenwerking tussen de dienstencentra en de lokale politie proberen we de politie en de burgers dichter bij elkaar te brengen.

In **Loenhout** is **Hans van Elstlande** op **dinsdag 22 januari** vanaf **12.30u** aanwezig.

In **Wuustwezel** kan je op **vrijdag 25 januari** vanaf **14u30** de wijkagent treffen (**Mieke Van Peteghem en/of Dave Van Ginderen**).



DIGIPUNT VRAGENUURTJE

Donderdag 13.30u tot 15.00u -> Digipunt Wuustwezel

Open tot 31 mei 2019 (gesloten tijdens schoolvakanties en op feestdagen).

DIENSTVERLENING

DIENSTENCENTRUM

Hier kan je terecht voor al je vragen over: sociale voorzieningen, verkoop van maaltijdbonnetjes, activiteiten en dienstverlening...

Dienstencentrum Wijkhuis: maandag t/m donderdag van **9.00u tot 16.30u** en op vrijdag tot **15.30u** (uitgezonderd bij bingo en feesten tot 16.30u)

Dienstencentrum Ter Wezel: maandag t/m vrijdag van **9.00u tot 12u00 en van 13u00 tot 16u30**.

In het weekend en op feestdagen zijn beide dienstencentra gesloten.

INFORMATIEPUNT

De centrumverantwoordelijke is een centraal aanspreekpunt in het dienstencentrum. Je kan er terecht met allerlei vragen. Er zal naar een gepast antwoord worden gezocht. Indien dit nodig zou blijken, kan de centrumverantwoordelijke je doorverwijzen naar de gepaste hulpverlener.

CAFETARIA EN ONTMOETINGSRUIMTE

Iedereen is welkom in onze cafetaria. In deze ontmoetingsruimte kan je rustig de krant of een tijdschrift lezen. We hebben ook een uitgebreid aanbod in gezelschapsspelen.

RESTAURANT

In het dienstencentrum kan je dagelijks een warme maaltijd komen eten, bereid door de Palethoeve. Je krijgt soep, een hoofdgerecht, een dessert en plat- of bruiswater. Omdat we voldoende maaltijden moeten bestellen, vragen we om minstens één dag vooraf (voor 12.00u) te laten weten dat je komt eten.

Heb je een maaltijd besteld, maar kan je toch niet komen? Voor **9.00u** annuleren = geld terug! Let op: in het weekend en op feestdagen zijn er geen warme maaltijden beschikbaar.

Normaal tarief: € 7,00

Sociaal tarief: € 6,50 (Voor personen met een verhoogde tegemoetkoming. Meer informatie kan je krijgen bij de medewerkers van het dienstencentrum.)

MINDER MOBIELN CENTRALE EN HANDICAR

De Minder Mobielen Centrale is er voor mensen die niet langer zelf in hun verplaatsing kunnen voorzien door leeftijd, handicap of ziekte. Vrijwillige chauffeurs verzorgen vervoer naar bijeenkomsten, bezoek aan familie of dokter, vervoer naar de winkel...

Jaarlijks lidgeld: € 10,00 (lid na juli is € 5,00)
Een rit kost € 0,30/km, maar minimum € 3,00.

Handicar biedt aangepast vervoer aan voor rolstoelgebruikers. Er is één aangepaste minibus met lift, die de ritten doet. Indien deze bezet is, kan er een afspraak gemaakt worden met andere Handicars van de omliggende gemeenten.

Jaarlijks lidgeld: er is geen lidgeld te betalen.
Rolstoelgebruikers betalen €2 opstapgeld+ € 0,65 per 'beladen' kilometer.
Niet-rolstoelgebruikers betalen €2 opstapgeld +€ 0,90 per 'beladen' kilometer (tot 50 km). Boven de 50 km wordt het tarief € 1,00 per km.

Voor inlichtingen en boekingen kan u terecht op volgend telefoonnummer:
03 633 08 88.

De medewerkers zijn elke dag telefonisch bereikbaar tussen **09.00u** en **12.00u**.

Voor beide diensten vragen we om zo snel mogelijk en ten laatste drie werkdagen op voorhand de ritten te boeken. Zo hebben we voldoende tijd om een chauffeur te vinden die u kan vervoeren.

WIJKVERVOER

Kom je graag naar de dienstencentra maar geraak je er niet. Informeer dan naar ons wijkvervoer. Er wordt één keer per week wijkvervoer georganiseerd van en naar de dienstencentra. Je kan je voor en na het eten laten vervoeren en rond sluitingstijd terug thuis laten afzetten. Wens je hiervan gebruik te maken, contacteer één van de dienstencentra.

In Loenhout zal er wijkvervoer georganiseerd worden op donderdag.

Praktisch

WIJKHUIS
Datum: elke donderdag
Hoe laat: heenrit naar het dienstencentrum vanaf 11.30u
Terugrit rond 13.00u en rond 16.15u
Inschrijven: verplicht in het Wijkhuis ten laatste 1 dag voor de rit voor 12.00u
Kostprijs: 2 euro (heen – en terug)

BOODSCHAPPENDIENST

Het is niet altijd eenvoudig om naar de winkel te gaan en al je boodschappen thuis te krijgen. Daarom bieden wij een boodschappendienst aan.

Wie door bepaalde omstandigheden geen gebruik kan maken van de Minder Mobielen Centrale, kan beroep doen op de boodschappendienst.

Jouw bestelling wordt in het dienstencentrum genoteerd. Daarna gaan we op zoek naar een vrijwilliger die te voet, met de fiets of met de auto naar de winkel gaat. Indien er gebruik wordt gemaakt van de wagen, wordt er een kilometervergoeding aangerekend. Wil je graag nog meer informatie? Neem dan contact op met het dienstencentrum naar keuze.

VERKOOP PMD ZAKKEN

Bij ons kan je PMD- zakken kopen per stuk of per rol.
PMD-zak: € 0,13/stuk of € 2,50 per rol

PEDICURE en MANICURE

Twee keer per maand is er op donderdagvoormiddag en vrijdagochtend een pedicure aanwezig in dienstencentrum Ter Wezel en dienstencentrum Wijkhuis. Voor de juiste data kijk je best naar onze activiteitenkalender of vraag meer informatie in het dienstencentrum.

Prijs: € 12,00 voor 30 minuten - € 18,00 voor 45 minuten

Afspraken dienen gemaakt te worden in van onze dienstencentra, ten laatste 2 werkdagen voor datum.

BLOEDDRUKMETING

Twee keer per maand is er op dinsdag tussen **12.00u** en **13.00u** de mogelijkheid om gratis je bloeddruk te laten meten. Het volstaat om hiervoor een afspraak te maken bij het dienstencentrum Wijkhuis. Elke meting wordt bijgehouden in een persoonlijke bloeddrukkalender.

DIEET – EN VOEDINGSADVIES

Samen met een diëtiste van het Wit - Gele Kruis organiseren we dieet- en voedingsadvies.

Eén keer per maand, zal de diëtiste in dienstencentrum Ter Wezel aanwezig zijn om, op afspraak, deskundig advies te geven. Samen met de diëtiste ga je tijdens de consulten je voedingsgewoonten en ongemakken bespreken om daarna samen een individueel schema uit te werken waar je jezelf goed bij voelt en resultaat oplevert.

Voor de juiste data kijk je best naar onze activiteitenkalender of vraag meer informatie in het dienstencentrum.

Het eerste consult kost € 27,00.

De tweede consultatie kost € 20,00.

De daarop volgende afspraken € 12,00.

De meeste mutualiteiten geven een tussenkomst in deze consultaties (zeker als het op doktersadvies gegeven wordt). Raadpleeg uw eigen mutualiteit of het dienstencentrum voor meer informatie.

BEWEGEN OP VERWIJZING

Wil je meer bewegen? Maar...je hebt geen tijd, bent alleen, je weet niet hoe en of je het kan? Twijfel niet langer en start vandaag nog met meer bewegen, want:

- Je voelt je gezonder
- Je beweegt samen met kennissen of nieuwe vrienden
- Je beweegt dicht bij huis
- Je ontdekt nieuwe dingen
- Meer bewegen werkt als valpreventie zodat je langer thuis kunt wonen



Je huisarts helpt je verder!

Je huisarts verwijst je door naar een bewegen op verwijzing-coach die je o.a. kan treffen in de dienstencentra. Die professionele coach helpt je gezond te bewegen.

Jullie maken samen een beweegplan dat past bij jou en je leven. Zo zet je de eerste stap naar bewegen?

Interesse?

Voor meer info kan je steeds terecht in de dienstencentra.

Overtuigd en wens je een afspraak?

Neem dan contact op met bewegingscoach Ans Coene via telefoon: 0486/212.916 of via e-mail: Wuustwezel.Ans@bewegenopverwijzing.be.

PERSONENALARMSYSTEEM

Het personenalarmsysteem bestaat uit een klein zendertje dat je rond je hals of aan je pols draagt. Ben je gevallen, voel je je onwel of bevind je je in een andere noodsituatie? Met één druk op de knop heb je contact met de alarmcentrale, die je dag en nacht kan bereiken.

In de eerste plaats raden we je aan een personenalarm aan te vragen bij de mutualiteit. Indien zij niet onmiddellijk een toestel kunnen plaatsen, zal het dienstencentrum een toestel plaatsen in afwachting van de mutualiteit.

De eerste twee maanden is dit gratis. Vanaf de eerste dag van de derde maand, betaal je € 20,00 huur per maand.

VRIJWILLIGERSWERK

Een dienstencentrum kan bestaan dankzij de helpende handen van vele vrijwilligers. Je kan helpen met allerlei activiteiten: vb. wandelingen uitstippelen, helpen in de cafetaria, een cursus of workshop geven, meehelpen met de maaltijdbedeling, chauffeur zijn voor MMC...

Je kan werken binnen een enthousiaste vrijwilligersploeg. Je kan vorming volgen en wordt correct verzekerd. Ben je geïnteresseerd? Twijfel dan niet om meer info te vragen in het dienstencentrum naar jouw keuze.

DE LEKKERBEK

Een warme maaltijd in het dienstencentrum kost € 7,00. Plat- en bruiswater zijn inbegrepen in deze prijs. Je kan maaltijdbonnen aankopen in het dienstencentrum.

Wanneer je komt eten moet je dit één dag op voorhand laten weten, ten laatste tegen **12.00u**. Indien je gereserveerd hebt maar je kan toch niet komen, kan je de maaltijd kosteloos annuleren voor **9.00u**. Indien je later of niet annuleert, wordt de maaltijd aangerekend!



MENU JANUARI 2019

Di 1 jan	DIENSTENCENTRA GESLOTEN (NIEUWJAARSDAG)
Wo 2 jan	Knolseldersoep met juliennegroenten – Kippenbil, groentemix, frieten – Dessert
Do 3 jan	Schorsenerensoep – Gebakken vis, tartaarsaus, duo van wortel, puree – Dessert
Vr 4 jan	Aardappel-preisoep – Kalkoenlapje, jagersaus, witte kool, kookaardappelen – Dessert
Ma 7 jan	Groentensoep – Kalkoenrollade, natuursaus, rode kool, natuuraardappelen – Dessert
Di 8 jan	Courgettensoep – Tilapiafilet, currysous, groentemix, rijst – Dessert
Wo 9 jan	Champignonroomsoep – Stoofvlees, gebakken schorseneren, frieten – Dessert
Do 10 jan	Peterseliesoep, afgewerkt met boursin – Hamburger, uiensaus, snijboontjes, aardappelblokjes – Dessert
Vr 11 jan	Tomaten-groentensoep – Kipfilet, kruidensausje, bloemkool, puree – Dessert
Ma 14 jan	Andalousesoep – Kippenvink, sinaasappelsaus, boontjes, aardappelpartjes – Dessert
Di 15 jan	Broccolisoepe met wortelreepjes – Kippavé, Tomaat/kaas, spinaziepuree – Dessert
Wo 16 jan	Tomatenroomsoep – Varkensgebraad, erwten/wortelen, frieten – Dessert
Do 17 jan	Knolseldersoep met pompoen – Koolvis, Milanese saus, groentemix, penne – Dessert
Vr 18 jan	Minestrone-soep – Worst, natuursaus, savooikool, kookaardappelen – Dessert
Ma 21 jan	Kervelsoep – Frikadellen, tomatensaus, groene selder, Armeense aardappelen – Dessert
Di 22 jan	Tomatensoep – Boomstammetje, natuursaus, knolselder, kookaardappelen – Dessert
Wo 23 jan	Groentensoep – Kip Hawaii, appelmoes, frieten – Dessert
Do 24 jan	Kip met curry soep – Pollakplankje met spinazie op Florentijnse wijze, krielaardappelen – Dessert
Vr 25 jan	Erwtensoepe – Goulasch, groentemix, rijst – Dessert
Ma 28 jan	Pompoensoep met kokosroom – Slavink, natuursausje, spruiten, natuuraardappelen – Dessert
Di 29 jan	Schorsenerensoep met paprika – Gebakken vis, tartaarsaus, wortelblokjes, puree – Dessert
Wo 30 jan	Wortelsoep afgewerkt met kervel – Fricassee, wokgroenten, frieten – Dessert
Do 31 jan	Bloemkoolsoep met boursin – Kippenbil, Provençaalse saus, aardappelschijfjes – Dessert

SPEEL MEE

Winnaars van de vorige maand:

- Dienstencentrum Ter Wezel: Marcel Naenen
- Dienstencentrum Wijkhuis: Henri Bevers

De winnaar mag zijn prijs komen ophalen bij de medewerkers van het dienstencentrum. Proficiat aan alle deelnemers!

Misschien heb je meer geluk deze maand? Je kan je formulier binnenbrengen tot en met 18 januari.

Oplossing van vorige maand:



Spel van deze maand:

Los de rebus op en noteer de oplossing hieronder.

Tip: bij de 1^{ste} en de 5^{de} tekening moet je de letters omdraaien om het juiste woord te



vinden.

Oplossing:

Naam:

Telefoonnummer: