



INFOKRANT DIENSTENCENTRA



September 2021

Contactgegevens



Dienstencentrum Ter Wezel

Achter d'Hoven 65

2990 Wuustwezel

03 667 61 58

ldcterwezel@wuustwezel.be

Openingsuren:

- Ontmoetingsruimte:
 - Ma, di, do en vrijdag van 8.30 tot 16.30 u
 - Woe van 13.00 tot 16.30 u
- Kantoor:
 - Ma, woe, do en vrij van 8.30 tot 12.00 u & van 13.00 tot 16u30 u
 - Dinsdag van 8.30 tot 12.00 u & namiddag enkel op afspraak



Dienstencentrum Wijkhuis

Brechtseweg 29

2990 Wuustwezel

03 236 58 69

ldcwijkhuis@wuustwezel.be

Openingsuren:

- Ma, di, wo, do van 9.00 tot 16.30 u
- Vrij van 9.00 tot 15.30 u

In het weekend en op feestdagen zijn beide dienstencentra gesloten.

www.wuustwezel.be/dienstencentra

www.wuustwezel.be/vormingspunt

www.facebook.com/dienstencentrawuustwezel

VOORWOORD

Beste lezer, bezoeker

De (niet zo zonnige) zomer zit er bijna op! We hopen toch nog op een leuke nazomer.

Het einde van de zomer betekent ook dat we terug een versnelling hoger kunnen schakelen, nu we allemaal wat verlof hebben kunnen nemen en onze batterijen opgeladen zijn. Zo starten we deze maand terug met ons vormingsaanbod met onze creatieve cursussen en de cursussen van Digipunt, deze keer met de verwachting de lessenreeksen ook volledig te kunnen afwerken.

We hebben meteen ook de lat wat hoger gelegd voor onszelf en we beginnen met de uitbouw van antennepunten. Hierover lees je meer in het W-tje van september en in het artikeltje op pagina 5 van deze infokrant.

Verder willen we ook de samenwerking tussen beide dienstencentra versterken, het kan dus zijn dat je vanaf nu al eens een medewerker van Ter Wezel ziet in het Wijkhuis en omgekeerd.

Bovenal willen we natuurlijk dat iedereen zich welkom voelt in de lokalen van onze dienstencentra en antennepunten. Onze enthousiaste medewerkers en vrijwilligers staan vanouds klaar om iedereen welkom te heten.

Veel lees- en puzzelplezier en tot binnenkort!

Team LDC Ter Wezel & LDC Wijkhuis

INHOUD

Voorwoord	3
Info.....	5
Opstart antennepunt Gooreind	5
Water bij onze warme maaltijden	5
Verjaardagsmaaltijden.....	6
Corona Vaccinatiecertificaat aanvragen.....	6
Week van de dementie.....	7
Coda presenteert: “En hoe nu verder...?”	8
Zitdagen FOD voor personen met een handicap	8
Activiteiten & diensten.....	9
Bingo	9
Pedicure	9
Contactmoment wijkagent & fietsmarkering	10
1-op-1 gesprek met medewerker dienstencentrum	10
Digitale hulp in de dienstencentra	10
LDC Ter wezel – Activiteiten september 2021	11
LDC Wijkhuis – Activiteiten september 2021	12
Vooruitblik	13
Mosselen à la Walter.....	13
Hotdogdeals @LDC Wijkhuis!!!	13
Mmm, lekker	14
Puzzel	15
Mijn oplossingen	15
Puzzels vorige maand	16
Blijf op de hoogte	17
Ontvang je onze toekomstige infokranten graag digitaal?	17
Volg ons op Facebook.....	17
Klachtenprocedure	17

Opstart antennepunt Gooreind



De lokale dienstencentra zetten meer in op buurtgerichte werken; daarom starten we met antennepunten. Naast het gekende aanbod van de huidige lokale dienstencentra staan er de komende tijd enkele uitbreidingen op het programma!

De eerste stap zetten we in Gooreind waar er een gloednieuw lokaal dienstencentrum gaat komen. LDC Café Coda zal worden uitgebaat door Coda vzw en is gelegen in de gebouwen van Coda aan de Bredabaan 743.

In afwachting van de opstart van dit dienstencentrum, zullen er vanaf 1 september al warme maaltijden worden aangeboden in samenwerking met het lokaal bestuur. We werken ook hier weer samen met de Palethoeve, de menu zal dus identiek zijn met uitzondering van de frieten op woensdag: om logistieke redenen staan er (voorlopig) in Gooreind geen frieten op het menu.

De maaltijdbonnen zijn dezelfde als die in de lokale dienstencentra: je kan bonnen die je aankoopt in Ter Wezel of in het Wijkhuis in Gooreind gebruiken. Voor het reserveren van maaltijden gelden ook dezelfde regels: ten laatste de dag voordien vóór 12.00 u. Reserveren via LDC Wijkhuis: 03 236 58 69.



Water bij onze warme maaltijden

In september zetten we een volgende milieuvriendelijke stap!

Onze flessen plat water zullen worden vervangen door tapwater tijdens de maaltijden.

Ook gedurende de dag houden we ons kraantjeswater ter beschikking; je kan vanaf dan dus kiezen voor fleswater (€1) of een gratis, milieuvriendelijk tapje van de kraan!

Verjaardagsmaaltijden

Verjaren is altijd leuk, en onze gemeente geeft zijn inwoners graag een extra cadeautje! Wordt je 65 of ouder? In de maand dat je jarig bent mag je 1x komen eten op kosten van het lokaal bestuur in 1 van onze dienstencentra. Bestel ten laatste de dag voordien voor 12u je maaltijd, toon je ID-kaart en meldt tevoren dat het om een verjaardagsmaaltijd gaat!



Corona Vaccinatiecertificaat aanvragen

Vaccinatiecertificaten kunnen telefonisch worden aangevraagd bij de helpdesk van de Vlaamse overheid op het nummer **078 78 78 50** (van 9u tot 19u op weekdays en op zaterdag van 10u tot 18u); zij sturen dan **een papieren versie naar je officieel woonadres**.

- Hou uw rijksregisternummer bij de hand
- Enkel voor vaccinatie (geen test- of herstelcertificaten)
- Reken op een wachttijd van 1 week tussen bestelling en ontvangst van het certificaat

Digitale versies van uw certificaten kunnen opgevraagd worden via:

- de CovidSafeBE-app (mobiele app op uw smartphone of tablet)
- volgende websites:
 - www.mijngezondheid.be
 - www.myhealthviewer.be
 - www.burgerprofiel.be



Om certificaten digitaal op te vragen heeft u het volgende nodig: uw identiteitskaart, pincode en kaartlezer of een andere geactiveerde digitale sleutel (bijvoorbeeld itsme)

Hulp nodig? Wij of onze collega's van de dienst burgerzaken geven je graag meer info of ondersteuning.

Hartelijk
Welkom!

Vrijdag 10 september voorzien we in **LDC Ter Wezel** vanaf **13u30** tijd om je te helpen met het installeren van je apps; laat tevoren weten dat je langs wil komen. Breng die middag zeker je identiteitskaart en pincode van je identiteitskaart mee.

Vrijdag 17 september ben je vanaf **13u30** welkom in **LDC Wijkhuis** na een seintje vooraf.

Opgelet! Er doen momenteel phishing mails de ronde die melden dat er "urgente document(en) in uw 'My e-Box in verband met uw COVID-certificaat' ter beschikking staan. Met een frauduleuze link proberen deze mails persoons- en bankgegevens van de ontvanger los te krijgen. **Wees voorzichtig**, je hoeft zeker geen bankgegevens door te geven!

Week van de dementie

“Ria heeft het de laatste weken steeds moeilijker om met het gedrag van Geert om te gaan. Hij neemt nog nauwelijks initiatief en wanneer hij haar niet begrijpt of zij hem helpt met wassen en aankleden, reageert hij steeds vaker boos en afwerend. ‘Ik kan het zelf!’ is dan zijn reactie, terwijl Ria ziet dat het niet zo is. ‘Als ik dan die blik in zijn ogen zie... een man die vroeger zo zelfstandig was en daar nu staat te rommelen met zijn spullen.’”

Dementie is vaak een sluipend proces dat begint met ‘*oei ik ben dat vergeten!*’, stilletjes aan sluipt de ziekte verder en begint de persoon met dementie van gedrag te veranderen. Voor de directe omgeving is het moeilijk omgaan met deze emotieschommelingen en probleemgedragingen. Het is dan ook héél belangrijk dat deze mensen weten dat ze er niet alleen voor staan!



Binnenkort, **21 september is het internationale werelddag dementie**. Daarom willen wij gedurende héél deze week van 20 september tot 24 september het thema dementie extra in de kijker zetten! Uiteraard kan je ook na deze periode terecht bij ons met vragen, voor een folder of simpelweg voor een babbeltje.

Ken je de EHBD-koffer al?

EHBD staat voor Eerste Hulp Bij Dementie. De **bibliotheek van Wuustwezel heeft de EHBD-koffer** ontworpen om mensen te begeleiden in hun eerste zoektocht naar informatie over dementie. Dankzij deze koffer kan je op een anonieme en laagdrempelige manier een aantal materialen ontfangen en thuis verkennen. Met deze koffer uit te lenen hopen we mensen te kunnen helpen en te ondersteunen in hun zoektocht naar meer duidelijkheid, rust en begrip rond dit thema!

Praatcafé Noorderlicht

Momenteel organiseert Noorderlicht een virtueel praatcafé over dementie. Op deze manier hopen ze mantelzorgers te ondersteunen en de zorg voor personen met dementie bespreekbaar te maken. Interesse? Neem zeker een kijkje op hun website!

⇒ <http://www.noorderlicht-praatcafe-dementie.be>

Informatiemomenten over dementie

Dementie: blijf in beweging! → 21 september 2021 om 19:30u

Jongdementie → 30 november 2021 om 14u

- ⇒ Dienstencentrum Vesalius - Prins Kavellei 77 – Brasschaat
- ⇒ Meer info: <http://www.noorderlicht-praatcafe-dementie.be>

Coda presenteert: “En hoe nu verder...?”

Psychologe en rouwzorgconsulente van Coda, Susi Auth, geeft een lezing voor rouwenden en hun omgeving.

De lezing zal op verschillende locaties en tijdstippen doorgaan, telkens op een dinsdag. Hierbij alvast de data voor dit najaar:

September 2021 in Café Coda, Bredabaan 743

- 14 september om 14u
- 21 september om 19u30

Inschrijving is noodzakelijk en plaatsen zijn beperkt! Vrije bijdrage voor Coda vzw.

Info & inschrijvingen:

Email: rouwzorg@coda.care

Telefoon: 03 432 78 43

December 2021 in LDC Wijkhuis

- 7 december om 14.00 u
- 14 december 2021 om 19.30 u

Inschrijving is noodzakelijk en plaatsen zijn beperkt! Vrije bijdrage voor Coda vzw.

Info & inschrijvingen via LDC Wijkhuis

Zitdagen FOD voor personen met een handicap

FOD voor personen met een handicap houdt een aantal zitdagen in het Sociaal Huis waar je terecht kan met vragen of voor informatie. Deze gaan door in de even maanden en dan op de 2^{de} maandag van de maand van 10 uur tot 12 uur. De eerstvolgende zitdag is dus 11 oktober van 10 uur tot 12 uur.

ACTIVITEITEN & DIENSTEN

Lees hieronder alles over de activiteiten en diensten die we deze maand in onze dienstencentra aanbieden, ook tijdens de huidige coronamaatregelen. Aarzel zeker niet om ons te contacteren als je hiervan gebruik wilt maken of als je zelf nog leuke ideeën hebt.

Bingo



We starten terug met onze bingo! In september voorzien we een bingo-middag in LDC Wijkhuis op vrijdag 24 september

In Wuustwezel starten we terug de 1^e vrijdag van oktober.

Spaar je halve euro's maar alvast op 😊

Pedicure

Prijs: € 15,00 voor 30 minuten en € 20 voor 45 minuten, gelieve zoveel mogelijk gepast te betalen
Afspraken dienen gemaakt te worden in van onze dienstencentra, ten laatste 2 werkdagen voor de datum van de behandeling.



Waar: LDC Ter Wezel
Wanneer: Dinsdag 7, 14 en 21 september
Woensdag 1,15 en 29 september

Waar: LDC Wijkhuis
Wanneer: Dinsdag 7 en 21 september

Contactmoment wijkagent & fietsmarkering

De wijkagenten bieden graag een luisterend oor indien je opmerkingen of vragen hebt over jouw wijk. Je kan op afspraak de wijkagent ontmoeten maar je kan tijdens de inloophet moment hieronder vermeld ook gewoon kennis maken, gewoon een goede babbel doen of je kunt je fiets, rollator, scootmobiel, etc. laten markeren (wil je je fiets laten markeren, meld dit ons en geef op voorhand je rijksregisternummer door!)

Let wel: als je een aangifte wil doen of een klacht wil neerleggen, kan dat niet tijdens deze contactmomenten maar dien je dat op het politiebureau te doen.



Waar: LDC Ter Wezel (13:30u) en LDC Wijkhuis (14u)

Wanneer: Dinsdag 14 september 2021

1-op-1 gesprek met medewerker dienstencentrum

Wil je gewoon eens met iemand babbelen, wil je dat we je helpen bij het aanmaken van een WhatsApp of Facebook-account of heb je hulp nodig met iets anders? Maak hiervoor telefonisch een afspraak en dan bespreken we de mogelijkheden voor een 1-op-1 gesprek in één van onze dienstencentra. We zijn er om jou te helpen en doen dat met veel plezier! Wil je liever een bezoekje thuis, bel ons ook op, dan bekijken we wanneer we kunnen langskomen.

Digitale hulp in de dienstencentra



We helpen je graag bij het aanmaken van een WhatsApp- of Facebook-account. Maar ook voor andere digitale vragen kun je bij ons terecht. Bijvoorbeeld voor het installeren van je nieuwe smartphone of tablet, het instellen van een automatische back-up van je foto's, het installeren van de overheidsapp "ItsMe", etc. Zo kun je digitaal toch zoveel mogelijk in contact blijven met de wereld om je heen. We trachten jullie zoveel mogelijk zelf verder te helpen, maar misschien moeten we jullie alsnog doorverwijzen.

LDC TER WEZEL – ACTIVITEITEN SEPTEMBER 2021

wo 1 sept	8:45 Pedicure
do 2 sept	13:30 Biljart - 19:30 Babbelpunt
vrij 3 sept	
ma 6 sept	13:30 Kaarten
di 7 sept	8:45 Pedicure - 13:30 Rummikub
wo 8 sept	
do 9 sept	13:30 Biljart - 19:30 Babbelpunt
vr 10 sept	13:30 Hulp bij Corona certificaten
ma 13 sept	13:30 Kaarten
di 14 sept	8:45 Pedicure - 13:30 Rummikub – 13:30 contact moment wijkagent
wo 15 sept	8:45 Pedicure 9:30 Gezond bewegen @ Kadans (9:15 in LDC Ter Wezel) *
do 16 sept	13:30 Biljart – 13:30 Kantklossen - 13:00 Sporteldag - 19:30 Babbelpunt
vr 17 sept	
ma 20 sept	13:30 Kaarten
di 21 sept	8:45 Pedicure - 13:30 Rummikub
wo 22 sept	
do 23 sept	13:30 Biljart – 13:30 Kantklossen -19:30 Babbelpunt
vr 24 sept	
ma 27 sept	13:30 Kaarten
di 28 sept	13:30 Rummikub
wo 29 sept	8:45 pedicure
do 30 sept	9:00 Patchwork - 13:30 Biljart – 13:30 Kantklossen - 19:30 Babbelpunt

LDC WIJKHUIS – ACTIVITEITEN SEPTEMBER 2021

wo 1 sept	13:30 Petanque i.s.m. Okra
do 2 sept	13:00 Hobby – 13:30 Petanque Club 51
vrij 3 sept	
ma 6 sept	13:00 Kaarten i.s.m. KWB – 13:00 Biljart i.s.m. KWB
di 7 sept	9:00 recreatief schilderen en tekenen – 10:30 pedicure* 13:30 Biljart – 13:30 Rummikub
wo 8 sept	9:00 naaien* - 10:00 Gezond bewegen* - 13:30 Petanque i.s.m. Okra
do 9 sept	13.00 naaien* - 13:00 Hobby – 13:30 Petanque Club 51
vr 10 sept	13:00 Praatcafé i.s.m. Samana
ma 13 sept	13:00 Kaarten i.s.m. KWB – 13.00 Biljart i.s.m. KWB
di 14 sept	9:00 recreatief schilderen en tekenen 13:30 Biljart – 13:30 Rummikub – 14.00 contactmoment wijkagent – 14:00 fietsmarkering*
wo 15 sept	9:00 naaien* - 9.00 smartphone Android – Basis* - 13:30 Petanque i.s.m. Okra
do 16 sept	13.00 Naaien* - 13:00 Hobby - 13:30 Petanque Club 51 – 13:30 Digipunt vragenuurtje*
vr 17 sept	13:30 Hulp bij Corona certificaten*
ma 20 sept	13:30 Kaarten i.s.m. KWB – 13:30 Biljart i.s.m. KWB
di 21 sept	9:00 recreatief schilderen en tekenen - 9:00 Pedicure* - 13:30 Biljart – 13:30 Rummikub
wo 22 sept	9:00 naaien* - 9.00 smartphone Android – Basis* - 10:00 Gezond bewegen* 13:30 Petanque i.s.m. Okra
do 23 sept	13.00 Naaien* - 13:00 Hobby - 13:30 Petanque Club 51 – 13:30 Digipunt vragenuurtje*
vr 24 sept	13.30 Bingo
ma 27 sept	13:00 Kaarten i.s.m. KWB – 13.00 Biljart i.s.m. KWB
di 28 sept	9:00 recreatief schilderen en tekenen – 13:30 Biljart – 13:30 Rummikub
wo 29 sept	9:00 naaien* - 9.00 smartphone Android – Basis* - 13:30 Petanque i.s.m. Okra Hotdogs voor €1
do 30 sept	13.00 Naaien* - 13:00 Hobby - 13:30 Petanque Club 51 – 13:30 Digipunt vragenuurtje*

*vooraf inschrijven verplicht

VOORUITBLIK

Mosselen à la Walter

Onze vrijwilliger Walter roert ook dit jaar weer in de potten en maakt de mosselen met veel liefde klaar!

Voor €16 kan je komen smullen. Hou je niet zo van mosselen? Je kan ook kiezen voor vol-au-vent (€12). We serveren er brood of frieten bij (bij inschrijven door te geven!).

Waar : DC Ter Wezel

Wanneer: **Vrijdag 15 oktober om 12.00u**

Kostprijs: **€16** voor mosselen met brood of frieten || **€12** voor vol-au-vent met brood of frieten

Inschrijven: **Beperkte plaatsen** dus snel inschrijven is de boodschap! - Graag ten laatste vrijdag 8 oktober.

Hotdogdeals @LDC Wijkhuis!!!

Njam, njam, njam.... Iedereen kent dat wel zo een héérlijk broodje met een worst tussen met lekker veel saus. Simple food en helemaal trendy! Begin jij al te watertanden? Kom dan zeker **woensdag 29 september hotdogs eten in het LDC Wijkhuis!** Laat even weten met hoeveel jullie komen dan kunnen wij voldoende rantsoen aanhalen om jullie buikjes te vullen. **Graag ten laatste inschrijven op 25/9!**



MMM, LEKKER ...

Een warme maaltijd in het dienstencentrum kost € 7,00. Plat- en bruiswater zijn inbegrepen. 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 september 2021 - Telkens met dessert!	
wo 1 sept	Italiaanse tomaten soep – kippenbil, Provençaalse saus, groentenmix, frieten
do 2 sept	Courgette soep met brunoise groenten – spaghetti bolognaise met kaas
vrij 3 sept	Andalouse soep – Pollakplankje, peterselie – boursin saus, wortel en selder reepjes, puree
ma 6 sept	Broccoli soep met tomatenblokjes – goulash, groentenmix, rijst
di 7 sept	Pompoensoep met kokosroom – gebakken vis, tartaar, wortelblokjes, puree
wo 8 sept	Tomatenroomsoep – konijnenburger, grootmoederssaus, appelmoes, frieten
do 9 sept	Peterseliesoep met selderreepjes – varkensmingonette, dragonsaus, groene kool, aardappelpartjes
vr 10 sept	Minestrone soep met alfabet – worst, pickelsausje, knolselder, natuur aardappelen,
ma 13 sept	Pompoensoep met kokosmelk – Cordonbleu, natuursaus, appelmoes, puree
di 14 sept	Bleekseldersoep met tomatenblokjes – Hokifilet, tomatensaus, prei, aardappelblokjes
wo 15 sept	Zomer-erwtensoepp met prei-julienne – kippenbil, currysaus, groentemix, frieten
do 16 sept	Italiaanse tomatensoepp – Ardeense burger, ajuinsaus, schorseneren, gekookte aardappelen
vr 17 sept	Gele wortelsoepp met julienne groenten – varkensgebraad, tuinkruidensaus, erwten en wortelen, gratin
ma 20 sept	Kervelsoepp met alfabet – kipkotelet, dragonsaus, gele wortel, puree Opgelet: géén warme maaltijden in CODA
di 21 sept	Wortelsoepp met selderreepjes – varkens mignonette, straganoffsaus, witte kool, aardappelpartjes
wo 22 sept	Preisoep met boursin – stoofvlees, tomatenslaatje, frieten
do 23 sept	Broccolisoepp met wortelreepjes – tilapiafilet, provençaalse saus, groentenmix, penne
vr 24 sept	Tomatenroomsoep – worst, natuursaus, rode kool, gekookte aardappelen
ma 27 sept	Andalousische soep – scharrolletjes, witte wijn saus, erwten, kriel aardappelen
di 28 sept	Bloemkoolsoep met paprikablokjes, cannelloni met spinazie, kaassausje
wo 29 sept	Currysoepp met julienne groenten – frikadellen, tomatensaus, knol-en bleekselder, frieten
Do 30 sept	Tomatensoep met uiringen – kalkoenbiefstuk, champignonsaus, savooikool, gekookte aardappelen

> Allergeneninformatie is beschikbaar via medewerkers van de dienstencentra of op de website van De Palethoeve: www.palethoeve.be/dag-maaltijden.html. Let op: de samenstelling kan wijzigen.

PUZZEL

Los de puzzels op en bezorg ons jouw oplossingen voor 21 september. Als je voor elke puzzel de goede oplossing hebt gevonden, maak je kans op een prijs. Veel puzzelplezier!

Los de sudoku op!

1				2	3		4	
	5		4		6	2		
	4				5	7		
7		8			4			3
2			7			9		1
		9	5				8	
		6	8		9		5	
	7		2	4				6

Mijn oplossingen

Puzzel 1:

Naam:

Telefoonnummer:

Puzzels vorige maand

- | | |
|---|---------------------------|
| 1 | Kamperen kun je leren |
| 2 | Begin de dag met een lach |
| 3 | 29 |

WINNAARS VORIGE MAAND (3 consumptiebonnen):

Winnaar LDC Ter Wezel: Luc Roelands

Winnaar LDC Wijkhuis: Willy Van Deuren

BLIJF OP DE HOOGTE

Gezien de onzekere situatie plannen we momenteel geen nieuwe activiteiten. Van zodra er meer duidelijkheid is, zullen we dat communiceren via onze Facebook-pagina en in de volgende infokranten.

Ontvang je onze toekomstige infokranten graag digitaal?



Vraag of we je de infokrant doormailen en draag zo voortaan bij aan het verkleinen van onze papierberg en onnodig drukken van krantjes. Het menu en de puzzel kun je dan, na afspraak, nog altijd bij ons komen ophalen.

Verstuur een mailtje naar: ldcterwezel@wuustwezel.be met de vraag de infokrant digitaal te ontvangen. Zo hebben we zeker het juiste mailadres om aan de mailinglijst toe te voegen en meteen uw akkoord (GDPR) om de mail te mogen versturen.

Volg ons op Facebook

Op onze Facebook-pagina “Dienstencentra Wuustwezel” vind je steeds de laatste informatie over onze activiteiten, foto's van events, een link naar de infokrant en nog veel meer! Tijdens de coronacrisis hebben we gemerkt dat dit ook een belangrijke manier is om met zoveel mogelijk mensen in contact te blijven en belangrijke informatie heel snel te kunnen delen. Volg ons dus zeker als je op de hoogte wilt blijven van het laatste nieuws.



Heb je nog geen Facebook-account, maar zou je graag hulp willen om er één aan te maken, laat het ons dan zeker weten. We helpen je hier graag mee!

Klachtenprocedure

Al hopen wij van niet, toch is het mogelijk dat onze dienst in gebreke blijft. Je hebt steeds de mogelijkheid een klacht in te dienen. Kleinere tekortkomingen kan je telefonisch melden aan de verantwoordelijke voor de dienst.

Bij een ernstige tekortkoming kan je een schriftelijke klacht indienen, gericht aan de algemeen directeur, Gemeentepark 1, 2990 Wuustwezel.

Het hiervoor benodigde klachtenformulier kun je via e-mail bij ons aanvragen: ldcterwezel@wuustwezel.be of ldcwijkhuis@wuustwezel.be.

Uiteraard zijn alle suggesties en verbetervoorstellen steeds welkom.

Inschrijvingsformulier

Sporteldag Beweegroute

Naam + voornaam:

Adres (straat, postcode, gemeente):

Telefoonnummer:

E-mail:

Workshops

Ik kies voor

☐ Koersbal en linedance

☐ Taiji en Outdoor Workout

☐ Kubb/Mölki en yoga

Als de activiteit volzet is of niet doorgaat, kies ik voor volgende reserveactiviteit

☐ Koersbal en linedance

☐ Taiji en Outdoor Workout

☐ Kubb/Mölki en yoga

Praktische info

Programma

Donderdag 16 september vanaf 12u30

Achter d'Hoven 65 - Wuustwezel

12.30 u Onthaal en inschrijvingen

13.00 u Officiële opening beweegroute

13.30 u Start wandeling

13.45 u Start workshop 1

14.30 u Vervolg wandeling

15.30 u Start workshop 2

16.30 u Finale sjakossengooien

Kostprijs

€5, met vrijtijdspas €1. Inclusief cake, een stuk fruit, een gratis drankje, koffie en thee à volonté en verzekering.

Inschrijven

Lever het formulier in bij de sportdienst van je gemeente, bij de dienstencentra van Wuustwezel of via mail naar vrijetijd@wuustwezel.be.

Bereikbaarheid

Bushalte Wuustwezel Dorp, 350m van het dienstencentrum.

> Vanuit Brecht met buslijn 436

> Vanuit Brasschaat met buslijn 640

> Met de trein naar station Noorderkempem en verder met buslijn 436.



SPORTELDAG 50+

16 september 2021

Achter d'Hoven 65 - Wuustwezel

#sportersbelevenmeer



SPORT:
VLAANDEREN

Antwerpse Kempen de
SPORTREGIO



WUUSTWEZEL
Ruimte om te sporten.

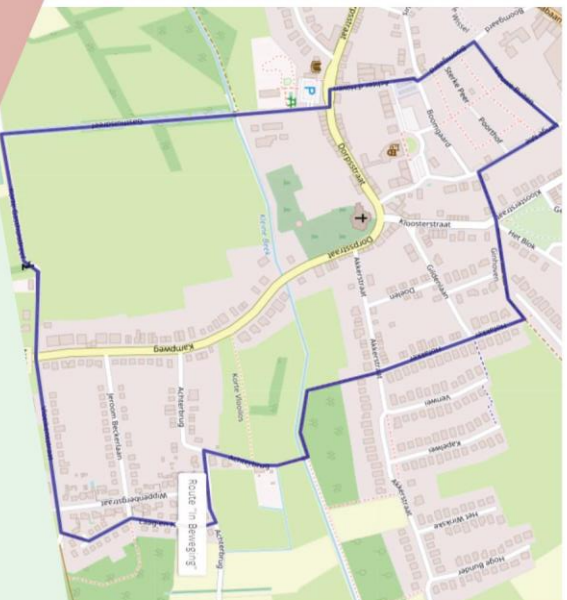


Sporteldag 50+

Langs de nieuwe bewegroute

Op **donderdag 16 september** wordt onze bewegroute officieel geopend! Alle activiteiten van de sporteldag zijn opgesteld in en rond deze route van ongeveer 4km.

Onderweg vind je de twee workshops waarvoor je bent ingeschreven. Daarnaast kan je ook dit jaar opnieuw een gooi doen naar de titel van **Wezels kampioen sjakossengooiën!**



Workshops van 45 min

Koersbal en Linedance

Je rolt de **koersbal** zo dicht als mogelijk bij het kleine balletje. Omdat de koersbal niet mooi rond is, maakt hij verschillende bochten. Dit maakt het extra moeilijk.

Het toegankelijke **linedance** is overgewaaid uit Noord-Amerika. Ervaring en een danspartner zijn niet nodig.

Taji en Outdoor Workout

Taji is een sport met meditatieve bewegingen, die oorspronkelijk uit een gevechtssport komen.

Laat je tijdens de **Outdoor Workout** verrassen door leuke oefeningen, die goed zijn voor heel je lichaam.

Kubb/ mólki en Yoga

Kubb of mólki zijn een combinatie van petanque, bowlen en schaken. Met houten stokken gooi je de blokken en uiteindelijk de koning van de tegenstander omver.

Yoga is veel meer dan een sport alleen. Je gebruikt gecontroleerde bewegingen en ademhalingen om zowel lichaam als geest open te stellen.



Info en inschrijvingen



Brasschaat

Helga Jonkers, 03 650 03 30
sport@brasschaat.be

Brecht

Kristian Vander Mast, 03 660 28 43
sportdienst@brecht.be

Essen

Ruben Kustermans, 03 670 01 45
sport@essen.be

Kalmthout

Cino Vanthillo, 03 666 95 02
gino.vanthillo@kalmthout.be

Kapellen

Anja Walravens, 03 660 67 62
sport@kapellen.be

Schoten

Citte Vanwesenbeeck, 03 680 10 74
gite.vanwesenbeeck@schoten.be

Stabroek

Jessica Beyers, 03 210 11 73
jessica.beyers@stabroek.be

Wuustwezel

Bieke Van Gils, 03 690 46 29
sportpromotie@wuustwezel.be

