

Aanbod dienstencentra

JANUARI – FEBRUARI 2024

Zedelgem





Dienstverlening

WARMER MAALTIJDEN

Wanneer: iedere werkdag, 11.30 - 13.00 u.

Waar: De Braambeier, Jonkhove, De Pasterelle en Veltershof

Prijs: 8,50 EUR of 11,50 EUR (soep, hoofdgerecht, dessert, drankje ter waarde van 1,50 EUR inbegrepen)

Reserveren: tot 12.00 u. de werkdag vooraf, tijdens de vakantie tegen uiterlijk 9.45u de dag vooraf!

DOUCHE

Wanneer: iedere werkdag

Van: Tijdens de openingsuren van de dienstencentra

Waar: De Braambeier, Jonkhove, De Pasterelle en Veltershof

Prijs: 2 EUR

Reserveren: neen

Zelf mee te brengen: zeep, shampoo en handdoeken

WASSALON

Wanneer: iedere werkdag tijdens de openingsuren

Waar: De Braambeier, Jonkhove, De Pasterelle en Veltershof

Prijs: wasbeurt: 2,50 EUR; drogen: 1,25 EUR

Reserveren: neen

OPHAALDIENST

Wanneer: iedere werkdag, 9.15 - 16.30 u.

Waar: De Braambeier, Jonkhove en Veltershof

Prijs: per persoon: 1 EUR (enkele rit); 2 EUR (heen en terug)

Reserveren: 2 werkdagen vooraf

BOODSCHAPPENDIENST

Wanneer: op afspraak

Waar: aanvraag via De Braambeier

Prijs: wettelijk tarief/km

Reserveren: minstens 2 werkdagen vooraf

FIETSVERHUUR

Wanneer: iedere werkdag

Welke: gewone stadsfiets, elektrische fiets, elektrische bakfiets

Waar:

- Gewone stadsfiets: De Braambeier en Jonkhove
- Elektrische fiets: De Braambeier en Jonkhove

Prijs:

- Gewone stadsfiets: 1 EUR/dag + 10 EUR waarborg

- Elektrische fiets: 3 EUR/dag + 20 EUR waarborg

- Elektrische bakfiets: 3 EUR/dag + 25 EUR waarborg

Reserveren: aan het onthaal van het dienstencentrum (niet via mail of telefoon), maximaal 1 maand voor de effectieve huurdatum. De fietsen/karren kunnen maximaal 3 dagen na elkaar gehuurd worden.

MOBITWIN

Mobitwin helpt je om in beweging te blijven. We zorgen ervoor dat mensen met een beperking, een laag inkomen, ouderen, ... kunnen blijven deelnemen aan het dagelijkse leven.

Alle redenen zijn goed om een chauffeur aan te vragen: familie of vrienden bezoeken, naar een dagcentrum of naar de dokter gaan, boodschappen doen of naar de kapper gaan...

Neem contact op met het dienstencentrum om te kijken of je in aanmerking komt om een lidmaatschap aan te gaan. Eénmaal lid, kun je vanaf twee werkdagen op voorhand vervoer aanvragen om op je bestemming gebracht te worden met een vrijwilliger.

Prijs: 12 EUR/jaar + 6 EUR per bijkomend gezinslid kilometer tarief volgens de geldende index

SOCIAAL ADVIES

In de dienstencentra kan je terecht voor informatie rond thuiszorgdiensten, premies of hulp bij administratieve vragen. Daarnaast verwijzen wij je hulpvraag correct door. Gelieve vooraf een afspraak te maken.

DIGIPUNTEN

Op volgende plaatsen kan je een digipunt vinden:

- Digipunt in Bibliotheek Zedelgem, Stadionlaan 50 open op woensdag van 15 u.-18 u.
- Digipunt in Kringwinkel 't Rad, Torhoutsesteenweg 236b open op donderdag van 10 u.- 12 u.
- Digipunt in Pasterelle, Ieperweg 11 open tweewekelijks op donderdag van 14 u.-16 u.
- Digipunt in Veltershof, Koning Albertstraat 9 open tweewekelijks op woensdagmiddag
- Digipunt in de Braambeier, Loppemestraat 14a open tweewekelijks op donderdagmiddag
- Digipunt in Jonkhove, Aartrijksestraat 9 open tweewekelijks op maandagmiddag

Activiteiten | De Braambeier

FAST WEEKPROGRAMMA

MAANDAG

- 14.00 u.: 't Klosje
tweewekelijks
- 13.30 u.: Kaarting Okra
Zedelgem Dorp
tweewekelijks
- 13.30 u.: Bingonamiddag
Okra Zedelgem Dorp
tweewekelijks

DINSDAG

- 14.00 u.: Naald en draad

WOENSDAG

- 09.15 u.: Yoga
- 13.30 u.: Breiclubje
- 13.30 u.: Line dance

DONDERDAG

- 09.30 u.: Kalligrafie
- 14.00 u.: Piekestroef kaarting
tweewekelijks

VRIJDAG

- 09.15 u.: Fitheid 50+ en figuurtraining
- 10.30 u.: Stoelturnen

CREATIEF

't Klosje



Wanneer: Maandag 15/01, 29/01 en 26/02

Start: 14.00u

Prijs: Gratis

Inschrijven: Neen

Naald en draad



Iedereen is welkom voor een gezellige namiddag tussen naald en draad! Wel of geen ervaring, maakt voor ons geen verschil. Ben je op zoek naar een machine? Wij hebben 6 naaimachines, 2 overlock- en 1 Coverlock machine ter beschikking. Ben je eerder vertrouwd met je eigen machine, dan neem je hem gewoon mee. Heb je vragen, wat hulp nodig of gewoon zin in wat gezelschap tijdens je naai- brei of haakwerk, kom dan zeker eens langs.

Wanneer: elke dinsdag

Start: 14.00 u.

Prijs: 3,50 EUR
(inclusief 1 consumptie)

Inschrijven: Neen

Breiclubje



Wanneer: Iedere woensdagmiddag

Start: 13.30 u.

Prijs: Gratis

Inschrijven: Neen

Kalligrafie



Wanneer: Elke donderdag
(behalve tijdens de vakanties)

Start: 9.30u

Inschrijven: Neen

CULINAIR

Soepmakers



Met producten van de sociale kruidenier maken we heerlijke verse soep maar ook andere gerechten zoals chocolademousse, compote of smoothies die, eens verwerkt, terug naar de sociale kruidenier gaan.... Uiteraard kun je proeven van de gerechten die je helpen maken hebt. Iedereen is welkom met als doel gezellig samen en een helpende hand te zijn voor de sociale kruidenier.

I.s.m.: Oranje

Wanneer: Elke maandag

Start: 9.30 u.

Prijs: Gratis

Inschrijven: Neen
(plaatsen beperkt)

Activiteiten | De Braambeier

Zoete Zonde



Wanneer:

Woensdag 03/01: Tiramisu taart

Donderdag 18/01: Poffertjes

Woensdag 07/02: Eclair

Donderdag 15/02: Valentijns
verwenbordje

Start: 14.00 u.

Prijs: 4,00 EUR

(inclusief een koffie, thee of water)

Inschrijven: Ja,

via onthaal Braambeier

(onthaal, telefoon of e-mail)

(op = op)

BEWEGING

Yoga



Wanneer: Elke woensdag

Start: 9.15 u.

Prijs: 8,00 EUR per les of 70,00 EUR
per 10 beurtenkaart

(eerste les voor beginners is gratis)

Inschrijven: Neen, behalve voor de
gratis proefles.

Line dance

Wanneer: Elke woensdag

Start: 14.00 u.

Prijs: 2,00 EUR per les

Inschrijven: Neen

Fitheid 50+ en figuurtraining



I.s.m.: Sportdienst Zedelgem

Wanneer: Iedere vrijdag

(behalve tijdens de schoolvakanties)

**Start opnieuw vrijdag 12 januari
2024**

Start: 9.15 u.

Prijs: 2,00 EUR

Inschrijven: Neen, de dag zelf aan-
melden via onthaal Braambeier

Stoelturnen



I.s.m.: Sportdienst Zedelgem

Wanneer: Iedere vrijdag

(behalve tijdens de schoolvakanties)

**Start opnieuw vrijdag 12 januari
2024**

Start: 10.30 u.

Prijs: 2,00 EUR

Inschrijven: Neen, de dag zelf
aanmelden via onthaal Braambeier

VASTE MAANDACTIVITEITEN

Crea-Atelier



Elke eerste dinsdag van de maand
maken we een mooi bloemstukje

I.s.m.: Oranje

Wanneer: Dinsdag 09/01 en 06/02

Start: 14 uur

Prijs: 15,00 EUR (materiaal en
consumptie inbegrepen)

Inschrijven: Ja,

via onthaal Braambeier,

tegen uiterlijk de week voordien.

Piekestroef kaartersclub

Wanneer: Donderdag 11/01, 25/01,
08/02 en 22/02

Start: 13.30u

Prijs: 1,50 EUR

Inschrijven: Neen, de dag zelf aan-
melden via Piekestroef kaartersclub.

Bingo



Wanneer: Dinsdag 23/01 en 27/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 4,00 EUR (inclusief een koffie/
thee en versnapering)

Inschrijven: Ja,

via onthaal Braambeier

(onthaal, telefoon of e-mail)

Sneukelweek



Deze week kan je weer elke dag
genieten van heerlijke zoetigheid.
Deze week serveren we heerlijke
pannenkoeken met suiker.

Wanneer: Van maandag 29/01 t.e.m.
01/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 4,00 EUR

(inclusief een koffie of thee)

Activiteiten | De Braambeier

Inschrijven: Ja, via onthaal van de Dienstencentra (onthaal, telefoon of e-mail) (op = op)

NIEUWE EN EENMALIGE ACTIVITEITEN

Samen gezond koken



I.s.m.: WiFi en koffie en Logo Brugge- Oostende

Wanneer: Dinsdag 30/01

Start: 14.00 u.

Prijs: Gratis

Inschrijven: Ja, via de Braambeier.

Opgelet: deze activiteit gaat door in Koffie & WiFi, Sint- Laurentiusstraat 28, 8210 Zedelgem

Drink elke dag 1,5 liter



I.s.m.: WiFi en koffie en Logo Brugge-Oostende

Wanneer: Vrijdag 02/02

Start: 14.00 u.

Prijs: Gratis

Inschrijven: Ja, via de Braambeier.

Opgelet: deze activiteit gaat door in Koffie & WiFi, Sint- Laurentiusstraat 28, 8210 Zedelgem

Digisnacks:
Scannen met je smartphone



Al eens een foto of document gescand via je smartphone? Wist je dat je eigenlijk elk object in je omgeving kan scannen om hier meer informatie over op te zoeken? Leer er alles over in deze digisnack.

I.s.m.: CVO Miras

Wanneer: Dinsdag 06/02 en 13/02

Start: 13.30 u.

Prijs: Gratis

Inschrijven: Ja, via onthaal van de Braambeier tegen uiterlijk dinsdag 30/01. Plaatsen zijn beperkt.

Bij inschrijving uw naam, voornaam, e-mailadres, tel-gsm nr en rijksregisternummer vermelden.

ACTIVITEITEN I.S.M. VERENIGINGEN

OKRA Rummikub namiddag



Gezellige rummikub namiddag

I.s.m.: OKRA Zedelgem Dorp

Wanneer: Dinsdag 02/01 en 06/02, Donderdag 18/01 en 22/02

Start: 13.30u

Prijs: 2 EUR/leden, 4 EUR/niet-leden

Inschrijven: Neen, de dag zelf aanmelden bij OKRA

Liliane Saint Pierre

60 jaar on tour



1964- We gotta stop...denk er eens over. De titel en de eerste zin van een eerste grote hit en het begin van haar carrière. Lang heeft ze er niet over na hoeven te denken. 60 jaar later is de muziek, het podium, nog steeds haar grote liefde, haar passie. Of zoals wijlen John Miles het zo prachtig heeft verwoord: 'Music was my first love and it will be my last!' Een live stream concert vanuit CC Zwanenberg - Heist-op-den-Berg.

I.s.m.: WZC Klaverveld en dienst Cultuur Zedelgem

Wanneer: Maandag 08/01/2024

Start: 14.00 u.

Prijs: 5 EUR (koffie, thee, water en een gebakje inbegrepen)

Inschrijven: Ja, inschrijven via het onthaal van de Braambeier

OKRA Bingo namiddag

Gezellige Bingo namiddag

I.s.m.: OKRA Zedelgem Dorp

Wanneer: Maandag 08/01, 22/01, 05/02 en 19/02

Activiteiten | De Braambeier

Start: 13.30u

Prijs: 3,00 EUR/niet-leden

Inschrijven: Neen, de dag zelf aanmelden bij OKRA

Fit en gezellig in de winter

In de koude wintermaanden zijn beweging, gezelligheid en warmte van groot belang. Daarom voorzien we simpele opdrachten om de beweging te stimuleren. Samen met een kopje koffie is er ook de ruimte voor een gezellige babbel.

I.s.m.: Familiehulp

Wanneer: Donderdag 11/01

Start: 14.00u

Prijs: Meer info i.v.m. de prijs is te verkrijgen op het nr. 050/33 14 55 (een koffie of thee is inclusief)

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 10/01 via Familiehulp 050/33 14 55 of noordwestvlaanderen@familiehulp.be. Graag bij inschrijving vermelden of je al klant bent bij familiehulp.

OKRA Kaarting namiddag

Gezellige kaarting

I.s.m.: OKRA Zedelgem Dorp

Wanneer: Maandag 15/01, 29/01, 12/02 en 26/02

Start: 13.30u

Prijs: 4 EUR/niet-leden

Inschrijven: Neen, de dag zelf aanmelden bij OKRA

Woorden raden/ Rad van fortuin

Klinken de woorden "Ik ga het zeggen Walter" jou bekend in de oren? Wil je graag eens een draai geven aan het rad en het woord raden? Een fortuin kunnen we niet geven, maar een fijne middag wel.

I.s.m.: Familiehulp

Wanneer: Donderdag 25/01

Start: 14.00u

Prijs: Meer info i.v.m. de prijs is te verkrijgen op het nr. 050/33 14 55 (een koffie of thee is inclusief)

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 13/01 via Familiehulp via 050/33 14 55 of noordwestvlaanderen@familiehulp.be. Graag bij inschrijving vermelden of je al klant bent bij familiehulp.

Uze Noaclub



Altijd al gezellig willen samen naaien, patroontjes en naai- ideeën uitwisselen? Sinds september houden we eenmaal per maand "Uze Noaclub" open. Er staan steeds twee overlocks, een coverlock en 6 naaimachines ter beschikking. Stik je liever op je eigen naaimachine, dan ben je uiteraard ook welkom met eigen machine. Je brengt je eigen creaties en naaigerief mee.

De bedoeling is om patroontjes en naai- ideetjes uit te wisselen. Het is niet de bedoeling om naailes te geven. Samen gezellig naaien en uitwisselen is leuk!

I.s.m.: Gezinsbond Zedelgem

Wanneer: Donderdag 25/01 en 22/02

Start: 19.00 u.

Prijs: 5 EUR/leden gezinsbond, 6 EUR/niet-leden

Inschrijven: Neen, plaatsen zijn wel beperkt maar indien je je eigen naaimachine gebruikt is er altijd plaats.

Bak activiteit

We gaan aan de slag om een dessertje

te maken om dan samen onze bak-kunsten op te eten, met een tasje koffie.

I.s.m.: Familiehulp

Wanneer: Donderdag 08/02

Start: 14.00 u.

Prijs: Meer info i.v.m. de prijs is te verkrijgen op het nr. 050/33 14 55 (een koffie of thee is inclusief)

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 05/02 via Familiehulp via 050/33 14 55 of noordwestvlaanderen@familiehulp.be. Graag bij inschrijving vermelden of je al klant bent bij familiehulp.

Verwenmiddag

We geloven dat iedereen nu en dan wat verwennerij verdient, daarom dat we een paar uur ontspanning plannen. Denk hierbij aan een hand- verzorging, nagelverzorging, een leuk muziekje en een versnapering natuurlijk.

I.s.m.: Familiehulp

Wanneer: Donderdag 22/02

Start: 14.00 u.

Prijs: Meer info i.v.m. de prijs is te verkrijgen op het nr. 050/33 14 55 (een koffie of thee is inclusief)

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 20/02 via Familiehulp (zodat we voldoende materiaal kunnen voorzien) via 050/33 14 55 of noordwestvlaanderen@familiehulp.be. Graag bij inschrijving vermelden of je al klant bent bij familiehulp.

Activiteiten | Jonkhove

VAST WEEKPROGRAMMA

MAANDAG

14.00 u.: Doe-plek
(tweewekelijks, plaatsen beperkt)
(i.s.m. OC Cirkant en vzw Oranje)

DINSDAG

14.00 u.: Haakclubje

WOENSDAG

09.30 u.: Line Dance
17.00 u.: Kruielcafé
(plaatsen beperkt)

DONDERDAG

13.30 u.: Ontspanningsnamiddag
i.s.m. OKRA Aartrijke

VRIJDAG

09.15 u.: Yoga in de Brouwerij

CULINAIR

Kruielcafé



Met het kruielcafé zoeken we een betere bestemming voor voedseloverschotten: we maken een gevarieerd menu, volledig gebaseerd op wat we die week hebben ontvangen. Elke woensdag om 14.00 u gaan we aan de slag in de keuken in Jonkhove. Zie je het zitten om mee te helpen koken, neem dan contact op met het kruielcafé op kruielcafé@zedelgem.be. Vanaf 17.30 u. kan je aanschuiven voor soep, rond 18.00 u. wordt het hoofdgerecht opgediend en we sluiten af met een lekker dessert. Om 19.00 u. beginnen we met opruimen en de afwas.

Wanneer: wekelijks op woensdag
Start: 17.00 u openen deuren, 17.30 u soep
Prijs: 2,50 EUR/ volwassenen, 1 EUR/kinderen tussen 3 jaar en 12 jaar
Inschrijven: Neen, plaatsen zijn beperkt

BEWEGING

Line Dance

Wanneer: Elke woensdag (behalve in de schoolvakanties)
Start: 09.30 u.
Prijs: 2,00 EUR per les
Inschrijven: Neen, de dag zelf aanmelden via onthaal Jonkhove

Yoga



Wanneer: elke vrijdag in de Brouwerij
Start: 9.15 u.
Prijs: 8,00 EUR per les of 70 EUR per 10 beurtenkaart (eerste les voor beginners is gratis)
Inschrijven: Neen, behalve voor de gratis proefles

BEWEGING

Haakclubje



Gezellig samen haakwerkjes maken

Wanneer: Dinsdag 09/01 (daarna wekelijks)
Start: 14.00 u.
Prijs: Gratis
Inschrijven: Neen. Eigen materiaal meebrengen.

VASTE MAANDACTIVITEITEN

Doe-plek

DOE-PLEK een project dat in samenwerking met OC Cirkant inzet op ontmoeting. Elke week wordt er industrieel werk voorzien, zoals zakjes vullen, sorteren, labelen of verpakken van producten. Tijdens een gezellige babbel gaan we hier dan samen met enkele buurtbewoners van de voorziening mee aan de slag. Nadien is er steeds de mogelijkheid om een drankje te bestellen.

I.s.m.: OC Cirkant

Wanneer: Maandag 08/01, 22/01, 05/02 en 19/02
Start: 14.00 u.
Prijs: Gratis
Inschrijven: Neen

Bingo



Wanneer: Dinsdag 09/01 en 13/02
Start: 14.00 u.
Prijs: 4,00 EUR (inclusief koffie/thee en versnapering)
Inschrijven: Ja, via onthaal Jonkhove (onthaal, telefoon of e-mail)

Zoete Zonde



Wanneer:
Dinsdag 16/01: Profiteroletaart
Dinsdag 06/02: Duo van Chocolademousse met een touch Valentijn
Dinsdag 20/02: Cheesecake

Start: 14.00 u.
Prijs: 4,00 EUR (inclusief een koffie, thee of water)
Inschrijven: Ja, via onthaal Jonkhove (onthaal, telefoon of e-mail) (op = op)

Kaartersclub De Vriendenkring

Maandelijkse clubkaarting.

I.s.m.: De Vriendenkring
Wanneer: Vrijdag 19/01 en 16/02
Start: 17.00 u. (inhalen) en 19.30 u.
Prijs: 5 EUR bij aanvang van het speeljaar en 0,50 EUR/ verliespartij
Inschrijven: neen

Sneukelweek



Deze week kan je weer elke dag genieten van een heerlijke zoetheid. Deze week serveren we heerlijke pannenkoeken met suiker.

Wanneer: Van 29/01 t.e.m. 02/02
Start: 14.00 u
Prijs: 4,00 EUR (inclusief een koffie/thee)
Inschrijven: Ja, via onthaal Jonkhove (onthaal, telefoon of e-mail) (op = op)

NIEUWE EN EENMALIGE ACTIVITEITEN

Lezing "Gezonde voeding"



Hoe het jezelf zeer simpel maken om gezond te blijven eten, over de valkuilen en wat mentale fitheid met je gezondheid doet. Een voordracht boordevol onmiddellijk toepasbare tips onder leiding van Delphine Steelandt.

Wanneer: Vrijdag 19/01
Start: 14.00 u.
Prijs: 5 EUR (inclusief een koffie/thee of water)
Inschrijven: Ja, via onthaal Jonkhove

Volksspelen met frietjes



Beleef een gezellige namiddag met volksspelen terwijl je geniet van een Belgisch bakje frietjes!

Wanneer: Vrijdag 16/02
Start: 14.00 u.
Prijs: 5 EUR
Inschrijven: Ja, via onthaal Jonkhove tegen uiterlijk 09/02

Lezing: Bevolkingsonderzoek dikkedarmkanker



Elk jaar krijgen meer dan 6500 Vlamingen te horen dat ze dikke-darmkanker hebben. Bij het ontstaan van dikkedarmkanker heb je eerst geen klachten. Daardoor wordt de ziekte pas vaak laat ontdekt. Het is daarom belangrijk om dikke-darmkanker op te sporen voordat je klachten hebt. Dikkedarmkanker en de voorlopers ervan kunnen met een stoelgangtest vroegtijdig worden opgespoord. De behandeling is dan meestal minder zwaar en je hebt meer kans om te genezen.

Wanneer: Maandag 04/03
Start: 14.00 u.
Prijs: Gratis
Inschrijven: Ja, via onthaal Jonkhove tegen uiterlijk 26/02

Starten met je smartphone

I.s.m.: LIGO
Wanneer: Februari
Meer informatie met betrekking tot

deze lessen/cursus is te verkrijgen in LDC Jonkhove.

ACTIVITEITEN I.S.M. VERENIGINGEN

Ontspanningsnamiddag

I.s.m.: OKRA Aartrijke

Wanneer: elke donderdag

Start: 13.30 u.

Inschrijven: Neen, de dag zelf aanmelden bij OKRA

Voordracht: "Het leven zoals het is- De Wetstraat"

2024 wordt het jaar van de verkiezingen. Op 9 juni stemmen Vlamingen en Brusselaars van 18 jaar en ouder voor een Europees Parlement, Kamer van volksvertegenwoordigers en een Vlaams of Brussels Hoofdstedelijk Parlement. Op 13 oktober stemmen we dan voor de gemeentebestuur en provincieraad. Tijd dus om Vlaanderen boeiendste en meest gevraagde politicoloog uit te nodigen voor een voordracht 'De Wetstraat'. Carl Devos geeft ons ongezoeten zijn visie op de politieke actualiteit en het politieke circus van de 21e eeuw. We kunnen aldus een blik werpen achter het gordijn van politieke fatsoen dat we in de media horen en zien; hoe de politiek werkt, wat de spelregels zijn, hoe de dames en heren politici met elkaar omgaan. Anders wellicht dan wat de man in de straat zich kan voorstellen.

I.s.m.: VLAS Torhout- Houtland

Wanneer: Donderdag 11/01

Start: 14.00 u.

Prijs: 9 EUR/leden, 12 EUR/niet-leden

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 07/01 via Bea Couvreur 0498/85 00 27, 051/56 82 32 of vlas.torhout@gmail.com

Hutsepot etentje

Eet jij graag hutsepot? Kan jij genieten om samen met vrienden te tafelen,

dan is het hutsepot etentje iets voor jou.

Aperitief, ouderwetse hutsepot à volonté, koffie en dessert en 1 drankje naar keuze inbegrepen.

I.s.m.: NEOS Aartrijke

Wanneer: Maandag 22/01

Start: 12.00 u.

Prijs: 28 EUR/leden, 35 EUR/niet-leden

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 12/01 via Frans Neyens 050/20 90 03, 0496/18 06 33 of neyens.frans@skynet.be

De heelkundige behandeling van de ziekte Parkinson

Bij 10% van de patiënten werkt een behandeling met medicatie onvoldoende. Die patiënten komen in aanmerking voor een neurochirurgische ingreep. Vroeger werden daarbij letsels gemaakt in de hersenen om het aangetaste gebied uit te schakelen, maar bij die aanpak kunnen er onomkeerbare bijwerkingen ontstaan. Professor Dokter Bart Nuttin en zijn team van UZ Leuven pasten als eersten ter wereld "diepe hersenstimulatie" toe. Daarbij worden er in de hersenen elektroden ingeplant, die de activiteit van zenuwcellen beïnvloeden met elektrische stroom en zo de afwijkende hersenactiviteit kunnen corrigeren. "Diepe hersenstimulatie" werd al succesvol toegepast bij meer dan 100.000 mensen met motorische aandoeningen zoals Parkinson en is ook effectief tegen chronische pijn en dwangstoornissen. Neurochirurgen van over heel Europa kwamen al in Leuven langs om de techniek te leren.

I.s.m.: VLAS Torhout- Houtland

Wanneer: Donderdag 25/01

Start: 14.00 u.

Prijs: 9 EUR/leden, 12 EUR/niet-leden

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 22/01 via Bea Couvreur 0498/85 00 27, 051/56 82 32 of vlas.torhout@gmail.com

Doe plek & Tea-room by Cirkant

Met OC Cirkant willen we jou ontmoeten!

Tijdens tea-room Cirkant en doe-plek willen we van de cafetaria van Jonkhove een ontmoetingsplek maken. Wil je samen met onze cliënten, buurtbewoners en andere bezoekers van Jonkhove samen werken aan semi-industrieel werk, zoals labelen, zakjes vullen, sorteren of verpakken? Of gewoon genieten van anderen ontmoeten, iets drinken bij een gezellige babbel of een potje biljart spelen of kaarten? Het kan allemaal en iedereen is welkom!

I.s.m.: OC Cirkant

Wanneer: Vrijdag 26/01 en 23/02

Start: 14.00 u.

Ontspanningsnamiddag

I.s.m.: NEOS Aartrijke

Wanneer: Maandag 29/01 en 26/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 2 EUR/leden, 5 EUR/niet-leden

Inschrijven: neen

Quiz

Quiz jij graag met een groepje, kom dan zeker naar onze eerste quiz met enige animatie. Je mag zelf jouw groepje van 4 personen samenstellen. Er is koffie bij het onthaal voorzien en nadien boterkoeken. Wie alleen of met twee komt, kan wel aansluiten met een ander groepje. De quiz is niet alleen voor echte quiz fanaten bedoeld maar de vragen komen uit het dagelijks leven en de omgeving.

I.s.m.: NEOS Aartrijke

Wanneer: Maandag 05/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 10 EUR/leden, 15 EUR/niet-leden

Inschrijven: Ja, via Frans Neyens 050/20 90 03 of 0496/18 06 33 of neyens.frans@skynet.be

Yogilates

Yogilates is een combinatie van yoga en pilates. Verstevigende pilates oefeningen worden afgewisseld met yoga stretches. Een persoonlijke time-out die zorgt voor een gezonde geest in een gezond lichaam.

I.s.m.: FERM Aartrijke

Wanneer: Dinsdag 06/02

Start: 19.20 u.

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 30/01 via Annick Willem 0474/45 60 91, annick.willem@outlook.com of via aartrijke.ferm@gmail.com, 0494/47 86 77

Voordracht: "Waarom ontstond godsdienst?"

Over heel de wereld geloven bijna alle mensen in een of andere God. Is dat niet merkwaardig? Toch zijn er ook volkeren, die geen godsdienst hebben. Uit de vergelijking van die twee groepen kunnen we leren waarom godsdiensten ontstaan zijn. Recent onderzoek in de biologie geeft ons namelijk een duidelijk antwoord. We weten zelfs waar, wanneer en waarom de eerste godsdiensten ontstaan zijn. Vooral die laatste vraag is van groot belang voor vrouwen, want in vrijwel alle godsdiensten van de wereld nemen vrouwen een ondergeschikte plaats in. Merkwaardig? Niet als je weet waarom die godsdiensten zijn ontstaan. Deze interactieve lezing neemt je mee op een fascinerende reis naar een ver verleden, toen er nog geen goden en geen godsdiensten waren- en wat er toen gebeurd is... De lezing is gestoffeerd met heel wat beeldmateriaal

I.s.m.: VLAS Torhout- Houtland

Wanneer: Donderdag 08/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 9 EUR/leden, 12 EUR/niet-leden

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 05/02 via Bea Couvreur

0498 85 00 27,
051 56 82 32 of
vlas.torhout@gmail.com

Bloemschikken/Valentijn

Een begeleider van het dagcentrum Horizon komt een workshop bloemschikken geven en brengt 4 cliënten mee. Er kunnen zich 4 personen inschrijven voor deze workshop waar een Valentijns bloemstukje gemaakt zal worden.

I.s.m.: OC Cirkant

Wanneer: Woensdag 08/02

Start: 13.30 u.

Prijs: 5 EUR

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 02/02 via dagcentrum.horizon@cirkant. broedersvanliefde.be

Bingo



Bingo met 5 of 6 spelrondes, prijzen einde rondes

I.s.m.: Samana Aartrijke

Wanneer: Maandag 12/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 3 EUR

Inschrijven: Neen

Lezing "Drummen op aarde"

Deze lezing schetst de klimaatopwarming en andere problemen in de context van de menselijke overbevolking. Onder leiding van bioloog, journalist en schrijver Dirk Draulans.

I.s.m.: NEOS Aartrijke

Wanneer: Maandag 12/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 5 EUR/leden, 8 EUR/ niet-leden

Inschrijven: Neen

Voordracht: " Medische mythes, waarheden en achtergronden"

Dokter Dirk Devroey, professor huisartsgeneeskunde aan de VUB en bekend van zijn boeiende interventies bij "De Madammen" op Radio 2 leert ons door het bos de bomen te zien wat betreft gezondheidstips. Wat is waarheid, wat is mythe en hoe kunnen we onze kans op kanker verminderen? Voor veel mensen is gezondheid een belangrijke doelstelling in hun leven. Vele boeken en websites beloven het eeuwige leven of reiken op zijn minst een aantal middeltjes aan om langer gezond te blijven of om ziektes te genezen. Veel van deze gezondheidstips zijn verkeerd en zijn mythen. De voordracht geeft een beter zicht op al deze- wel of niet verkeerde- claims en legt uit hoe misverstanden ontstaan zijn.

I.s.m.: VLAS Torhout- Houtland

Wanneer: Donderdag 22/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 9 EUR/leden, 12 EUR/niet-leden

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 19/02 via Bea Couvreur 0498/85 00 27, 051/56 82 32 of vlas.torhout@gmail.com

Kookles

Klaarmaken van een menu. Een hapje, voorgerecht, hoofdgerecht en dessert

I.s.m.: Femma Aartrijke

Wanneer: Donderdag 29/02

Start: 18.30 u.

Prijs: 13 EUR/ leden, 18 EUR/ niet leden

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 20/02 via Annie Van Brabant 050/20 15 82, 0479/365 101 of annie.van.brabant@telenet.be

Activiteiten | Pasterelle

FAST WEEKPROGRAMMA

MAANDAG

13.30 u.: Breiclubje

WOENSDAG

14.00 u.: Rummikub
(i.s.m. OKRA Loppem)

VASTE MAANDACTIVITEITEN

Breiclubje



Wanneer: Elke maandag
Start: 13.30 u.
Prijs: gratis
Inschrijven: neen

Zoete Zonde



Wanneer:
Donderdag 11/01: apfelstrudel
Donderdag 25/01: rijsttaartje
Donderdag 08/02: biscuittaart
Donderdag 22/02: appelbeignets
Start: 14.00 u.
Prijs: 4,00 EUR (inclusief een koffie, thee of water)
Inschrijven: ja, via Pasterelle (onthaal, telefoon of e-mail) (op = op)

Sneukelweek



Deze week kan je weer elke dag genieten van heerlijke zoetheit. Deze week serveren we heerlijke pannenkoeken met suiker.

Wanneer: Van maandag 29/01 t.e.m. 01/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 4,00 EUR
(inclusief een koffie of thee)

Inschrijven: Ja, via Pasterelle (onthaal, telefoon of e-mail) (op = op)

Bingo



Wanneer: Donderdag 01/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 4,00 EUR (inclusief een koffie/ thee en versnapering)

Inschrijven: Ja, via Pasterelle want vol=vol

EENMALIGE ACTIVITEITEN

Winterwandeling



Samen een gezellige winterwandeling maken. (onder voorbehoud van de weersomstandigheden)

Wanneer: Maandag 15/01

Start: 14.00 u.

Prijs: Gratis

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk 08/01 via Pasterelle

Basisvaardigheden smartphone

De basisvaardigheden omvatten verschillende belangrijke taken en functies die je helpen om optimaal gebruik te maken van het apparaat. Zoals de organisatie van het thuis-scherm en het maken van mappen, instellingen aanpassen, leren hoe je apps kunt installeren en verwijderen, je contacten kunt beheren en nog veel meer.

I.s.m.: Seniorennet

Wanneer: dinsdag 27/02 en 05/03

Start: 9 - 12 uur

Prijs: 10 € voor lessenreeks

Inschrijven: Ja, via Pasterelle tegen uiterlijk dinsdag 20/02.

OPGELET: deze cursus gaat door in **MFC Sint-Maarten, Mezenweg 18, 8210 Loppem.**

ACTIVITEITEN I.S.M. VERENIGINGEN

Rummikub



I.s.m.: OKRA Loppem

Wanneer: iedere woensdag

Start: 13.30 u.

Prijs: gratis

Inschrijven: neen

Hobbynamiddag

I.s.m.: OKRA Loppem

Wanneer: vrijdag 12/01, 26/01, 09/02 en 23/02

Start: 13.30 u.

Prijs: 1,50 EUR

Meebrengen: Eigen materiaal

Inschrijven: Nee

Activiteiten | Veltershof

VAST WEEKPROGRAMMA

DINSDAG

14.00 u.: Rummikub (maandelijks - 2de dinsdag van de maand)

WOENSDAG

14.00 u.: Bloemschikken (maandelijks 1^{ste} woensdag van de maand ism Covias, plaatsen beperkt!)

14.00 u.: Bingo (maandelijks 3^{de} woensdag van de maand)

DONDERDAG

14.00 u.: Hobbynamiddag (wekelijks)

VASTE MAANDACTIVITEITEN

Hobbynamiddag



Iedereen werkt aan zijn eigen handwerk, mandala's, diamond painting, ...

Wanneer: iedere donderdag

Start: 14.00 u.

Prijs: Gratis

Inschrijven: Neen

Rummikub



Wanneer: dinsdag 09/01 en 13/02

Start: 14.00 u.

Prijs: Gratis

Inschrijven: Ja, via Veltershof (onthaal, telefoon of e-mail)

Zoete Zonde



Wanneer:

Donderdag 11/01: Frangipane

Dinsdag 23/01: Duo van chocomousse

Dinsdag 06/02: Pannenkoeken met

boter en suiker

Donderdag 22/02: Oliebollen (of moelleux)

Start: 14.00 u.

Prijs: 4,00 EUR

(inclusief een koffie, thee of water)

Inschrijven: Ja, op = op

Schaken



Kan je al schaken of wil je het leren?

Ben je een krak in schaken of een echte beginneling?

In de komende maanden is er voor elk wat wils, van snelschaken tot een initiatie voor beginners.

I.s.m.: Schaakvereniging 'Krakkemat'

Wanneer:

Donderdag 11/01, 25/01, 08/02 en 22/02

18.00 u.: Initiatie voor beginners

19.30 u.: Spelen van partijen

Prijs: Gratis

Inschrijven: luc.beuselinck@skynet.be

Bingo



Wanneer: Woensdag 17/01 en 21/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 4,00 EUR (inclusief een koffie/ thee en versnapering)

Inschrijven: ja, via Veltershof (onthaal, telefoon of e-mail)

Activiteiten | Veltershof

Sneukelweek



Deze week kan je weer elke dag genieten van een heerlijke zoetheid. Deze week serveren we heerlijke pannenkoeken met suiker.

Wanneer: Van maandag 29/01 t.e.m. donderdag 01/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 4,00 EUR
(inclusief een koffie of thee)

Inschrijven: ja, op = op

Bloemschikken



Wanneer: Woensdag 07/02

Start: 14.00 u.

Prijs: 7,00 EUR

Inschrijven: Ja, inschrijven via Veltershof tegen uiterlijk de vrijdag voor de activiteit.

OPGELET: plaatsen zijn beperkt!

NIEUWE EN EENMALIGE ACTIVITEITEN

Digisnacks: WhatsApp en andere communicatie apps



WhatsApp is een populaire app om berichten, foto's en filmpjes uit te wisselen met collega's, vrienden en familie. In deze Digisnack leer je vast een aantal nieuwe mogelijkheden kennen.

I.s.m.: CVO Miras

Wanneer: maandag 08/01 en 15/01

Start: 8.30u - 11.30u

Prijs: Gratis

Inschrijven: Ja tegen uiterlijk dinsdag 02/01

De Lachende Banaan – Variétéshow



Omdat lachen één van de beste geneesmiddelen is tegen stress! 'De Lachende Banaan' is een dolkomisch variété optreden, met gezonde humor, sketches, bekende meezingers én pittige liedjes. Het belooft een zeer leuke show met veel variatie, muziek en prachtige kostuums.

Wanneer: vrijdag 15/03

Start: 14.00u - 16.00u

Prijs: 7 EUR

Inschrijven: Ja, tegen uiterlijk vrijdag 08/03



Algemene info en weetjes

ACTIVITEITEN BUNDELS

Vanaf heden worden er activiteiten bundels per seizoen aangeboden, in plaats van om de twee maanden. Je kan steeds in het dienstencentrum nagaan of er een nieuwe bundel beschikbaar is.

Wanneer: Elke werkdag

Start: Tijdens de openingsuren

Waar: Braambeier, Jonkhove, Pasterelle en Veltershof

Prijs: gratis

COLLECTIEVE SLUITINGSDAGEN

De dienstencentra zijn gesloten op maandag 1 januari 2024.



WIST JE DAT...

- Er in elk dienstencentrum gratis wifi ter beschikking is?
- Er in elk dienstencentrum een openbare computer beschikbaar is die kan gevraagd worden aan een medewerker?
Dit gaat over een laptop met toebehoren die je gratis kan gebruiken tijdens de openingsuren.
- Je kan via bepaalde digipunten een gratis laptop of tablet voor thuis ontlenen? Ga hiervoor naar een digipunt tijdens de openingsuren. Samen met de digihelper brengen we je aanvraag in orde. Bij het ophalen van de laptop of tablet krijg je de nodige uitleg. Je kan de tablet of laptop zeker 3 maanden gebruiken. Dit kan verlengd worden in overleg met de sociale dienst.
- De dienstencentra hebben een groot aanbod aan 'digisnacks'. Hierin krijg je in 2 of drie lessen alles aangeleerd rond een bepaalde toepassing. Houd hiervoor zeker de programmatie binnen deze katern in de gaten.

bruiken tijdens de openingsuren. Er is overal een eID-kaartlezer en bijna overal een printer aanwezig. Op de momenten dat de digihelpers aanwezig zijn, kun je bij hen terecht met je vragen of voor hulp.

DIGIPUNTEN IN DE DIENSTENCENTRA

Braambeier

- 2-wekelijks op donderdagmiddag
- Data: 04/01, 18/01, 01/02, 15/02, 29/02
- Tijd: 14.00 u-16.00 u

Pasterelle

- 2-wekelijks op donderdagmiddag
- Data: 11/01, 25/01, 08/02, 22/02
- Tijd: 14.00 u-16.00 u

Jonkhove

- 2-wekelijks op maandagmiddag
- Data: 08/01, 22/01, 05/02, 19/02
- Tijd: 14.00 u-16.00 u

Veltershof

- 2-wekelijks op woensdagmiddag
- Data : 10/01, 24/01, 07/02 en 21/02
- Tijd: 14.00 u-16.00 u

Een overzicht van alle digipunten vind je op de gemeentelijke website: www.zedelgem.be/digipunten



DIGIBANKEN



Dienstencentrum De Braambeier



📍 Loppemsestraat 14a, 8210 Zedelgem
☎ 050 25 22 40
✉ de.braambeier@zedelgem.be

Maandag	11.00 - 16.30 u.
Dinsdag	11.00 - 16.30 u.
Woensdag	11.00 - 16.30 u.
Donderdag	11.00 - 16.30 u.
Vrijdag	11.00 - 13.30 u.

Dorpshuis De Pasterelle



📍 Ieperweg 11, 8210 Loppem
☎ 050 25 01 37
✉ de.pasterelle@zedelgem.be

Maandag	11.00 - 16.30 u.
Dinsdag	11.00 - 16.30 u.
Woensdag	11.00 - 16.30 u.
Donderdag	11.00 - 16.30 u.
Vrijdag	11.00 - 13.30 u.

Dienstencentrum Veltershof



📍 Koning Albertstraat 11, 8210 Veldegem
☎ 050/ 30 10 62
✉ veltershof@zedelgem.be

Maandag	11.00 - 16.30 u.
Dinsdag	11.00 - 16.30 u.
Woensdag	11.00 - 16.30 u.
Donderdag	11.00 - 16.30 u.
Vrijdag	11.00 - 13.30 u.

Dienstencentrum Jonkhove



📍 Aatrijksestraat 9, 8211 Aatrijke
☎ 050 25 01 31
✉ jonkhove@zedelgem.be

Maandag	11.00 - 16.30 u.
Dinsdag	11.00 - 16.30 u.
Woensdag	11.00 - 16.30 u.
Donderdag	11.00 - 13.30 u.
Vrijdag	11.00 - 16.30 u.