

Het Boekske



De lokale dienstencentra van OCMW Kortrijk in samenwerking met CVO VIVO en CVO hitek organiseren een

KENNISMAKINGSMOMENT

COMPUTER-CURSUSSEN initiatie photoshop internet multimedia	TAALLESSEN EN PRAAT- & LEESGROEPEN Frans Engels Italiaans Spaans Duits
---	---

CVO VIVO  **CVO hitek**

Dinsdag 6 september om 14u00 LDC De Vlaskapelle in Bissegem	Dinsdag 20 september om 14u00 LDC De Condé in Kortrijk
--	---



IN DE KIJKER



Themadag Zorgend Vrijwilligerswerk in Kortrijk

In het kader van het Europees jaar van de vrijwilliger organiseren het OCMW en Stad Kortrijk een themadag over de plaats en de rol van vrijwilligers in zorgorganisaties.

De Themadag 'vrijwilligers in de zorg' gaat door op vrijdag 30 september vanaf 10 uur in OC De Vonke in Heule. Er wordt die dag een vrijwilligersbeurs georganiseerd, waar het aanbod aan vrijwilligerswerk in de zorg in Kortrijk wordt voorgesteld.

Daarnaast kan je deelnemen aan één van de lezingen, workshops of thematafels, die dieper ingaan op de verschillende aspecten van vrijwilligerswerk.

Tot slot stellen diverse organisaties tijdens een werkbezoek de deuren open om kennis te maken met vrijwilligerswerk 'op de werkvloer'.



DIENTEN

Thuis blijven wonen, kunnen we jou helpen?

De lokale dienstencentra stellen alles in het werk zodat je langer thuis kan blijven wonen. Wordt het wat moeilijker dan kan je éérs beroep doen op je naasten. Is dit niet meer haalbaar dan zorgen we samen voor passende hulp. Wens je informatie, raad en steun bij het organiseren van jouw thuiszorg, aarzel dan niet om beroep te doen op de woonzorgverlener. Zij zal je in alles bijstaan, toeleiden naar de juiste instanties, toelagen en premies onderzoeken. We deelden Kortrijk in acht woonzorggebieden in. Per gebied staat een woonzorgverlener in voor de organisatie van jouw zorg op maat. Het is die zorg die kwalitatief en prijsbewust voor jou de beste is, al dan niet door het OCMW georganiseerd. Het overzicht van de acht woonzorggebieden vind je op de achterkaft.

Standaard of sociaal tarief?

Voor onze eigen dienstverlening werken we met twee tarieven. Je betaalt standaardtarief tenzij je kan aantonen dat je in aanmerking komt voor Omnio en het KI van je eigendom lager is dan 750 euro, dan betaal je sociaal tarief. Neem een klevertje van de mutualiteit mee bij je inschrijving.

VOOR ALLE DIENSTVERLENING IS RESERVEREN OP VOORHAND VERPLICHT, neem contact op met de woonzorgverlener voor meer info.

Middagmaal in het dienstencentrum:

In de Zonnewijzer, de Condé, 't Cirkant, de Vlaskapelle, de Zevenkamer en Seniorenacties antenne de Weister (Aalbeke) serveren we elke werkdag een verzorgde dagshotel (soep, hoofdgerecht, dessert).
Standaard tarief: 6 euro • Sociaal tarief: 5 euro

Maaltijden aan huis geleverd:

Bij voldoende zorgbehoefte bezorgen we je een maaltijd aan huis. Driemaal per week leveren we je een vers gemaakte maaltijd, een halve liter soep en dessert (de soep en maaltijd warm je zelf op in de oven of microgolf). Weten of je in aanmerking komt? Neem contact op met de woonzorgverlener.
Standaard tarief: 6,50 euro • Sociaal tarief: 5,50 euro

Voetverzorging in het dienstencentrum:

In de Zonnewijzer, de Condé, 't Cirkant, de Vlaskapelle, de Zevenkamer, Centrum Overleie en Seniorenacties antenne de Weister (Aalbeke) kan je bij de medische pedicure terecht voor 30 minuten basisvoetverzorging.
Standaard tarief: 12 euro • Sociaal tarief: 8 euro

Haarverzorging in het dienstencentrum:

In de Zonnewijzer, de Condé, de Vlaskapelle en de Zevenkamer kan je bij de kapster terecht. Wij doen geen snit of permanent. Standaard tarief vrouwen (wassen, plix, lak): 14 euro / Sociaal tarief: 12 euro
Standaard tarief mannen (knippen): 10 euro / Sociaal tarief: 9 euro

Gezichtsverzorging in het dienstencentrum:

In de Zonnewijzer en de Vlaskapelle verzorgt de schoonheidsspecialiste jouw gezicht.
Standaard tarief: 16 euro • Sociaal tarief: 12 euro

Dieetadvies en – begeleiding in het dienstencentrum:

In de Condé, 't Cirkant en de Zevenkamer staat een diëtiste voor je klaar met raad en begeleiding.
Standaard tarief: 1^o gesprek: 18 euro; opvolgingsgesprekken: 16 euro • Sociaal tarief: 1^o gesprek: 16 euro; opvolgingsgesprekken: 10 euro

Kledij wassen en drogen in het dienstencentrum:

In de Zonnewijzer (met bediening) en in de Vlaskapelle en Centrum Overleie (zonder bediening) kan je terecht met de was.
Wassen met bediening: standaard tarief: 6 euro / Sociaal tarief: 1,50 euro • *Wassen zonder bediening:* standaard tarief: 5,50 euro / Sociaal tarief: 1,50 euro • *Drogen met bediening:* standaard tarief: 2,50 euro / Sociaal tarief: 0,75 euro • *Drogen zonder bediening:* standaard tarief: 2 euro / Sociaal tarief: 0,75 euro

Bad of douche nemen in het dienstencentrum:

In de Zonnewijzer en Centrum Overleie kan je een douche nemen. In de Condé en de Vlaskapelle kan je een bad nemen. Zeep en handdoek breng je zelf mee.
Standaard tarief: 3 euro • Sociaal tarief: 0 euro

Gezondheidsconsultaties in het dienstencentrum:

Op geregelde tijdstippen staat de sociaal verpleegkundige in voor gratis consultaties. Je kan er onder andere terecht voor het meten van de bloeddruk, gewicht en voor morele steun. Zie rubriek: OIP & gezondheid.

Ergotherapeutisch advies vanuit het dienstencentrum:

Vragen over woningaanpassing, gebruik van verschillende hulpmiddelen die je leven gemakkelijker kunnen maken, onze ergotherapeute staat je gratis met raad en daad bij. Zie rubriek: Ergo aan huis.

Vervoer van en naar het dienstencentrum:

Het verplaatsen naar het dienstencentrum is voor jou moeilijk, dan kan je misschien beroep doen op de vervoersdienst. De vrijwilligers-chauffeurs voeren je dan van en naar het dienstencentrum. Weten of je in aanmerking komt? Neem contact op met de woonzorgverlener. Tarief: 0,50 euro per rit.

Boodschappendienst vanuit het dienstencentrum:

Ben je niet meer in staat om zelf in te staan voor de grote aankopen dan kan je misschien beroep doen op de boodschappendienst. Weten of je in aanmerking komt? Neem contact op met de woonzorgverlener. Tarief: 1 euro

Poetshulp bij je thuis:

Ben je 60 jaar of ouder dan kan je via dienstencheques beroep doen op de poetsdienst. Tarief: 7,50 euro per uur (ongeveer 2 euro per cheque aftrekbaar via belastingen)

Personenalarmsysteem:

Via dit toestel kan u in geval van nood, bij u thuis, een noodsignaal maken (24u op 24u).
Standaard tarief: 15 euro/maand + 50 euro waarborg
Sociaal tarief: 12 euro/maand + 50 euro waarborg

Telesenior:

Naast het maken van een noodsignaal bij u thuis kan u ook praten met familie, vrienden, ... via uw TV. U hoort hen niet alleen, u ziet hen ook. Net alsof u een bezoekje bij hen thuis brengt. Tarief zorgbehoefte: 25 euro/maand+ 50 euro waarborg • Tarief mantelzorger: 20 euro/maand+ 50 euro waarborg

Klusjesdienst:

Je hebt een klein klusje in de woning. Wij zoeken voor jou een passende oplossing.

Strijkdienst:

Via de Zevenkamer kan je de strijk laten doen.

VRIJWILLIGERS



Begeleider voor bloemschikles

Taakomschrijving vrijwilliger:

begeleiden van bloemschiklessen voor de gebruikers, zelf voorstellen doen ivm de te maken stukken, eventueel zelf de aankoop van de grondstoffen willen doen (of in afspraak met de ergotherapeute)

Profiel vrijwilliger:

* Vereiste kennis

- verschillende technieken van bloemschikken
- materiaalkennis

* Vereiste vaardigheden

- een groep kunnen leiden
- geduld, vriendelijke houding, behulpzaam
- prijsafspraken naleven

Uurrooster: een viertal keer per jaar in de namiddag (onderling af te spreken)

Begeleider van crea- ateliers

Taakomschrijving vrijwilliger:

begeleiden van creatieve workshops (eventueel samen met de ergotherapeute), zelf voorstellen formuleren van creatieve activiteiten, eventueel de aankopen doen van de grondstoffen

Profiel vrijwilliger:

* Vereiste kennis

- verschillende actuele creatieve technieken onder de knie hebben
- materiaalkennis

* Vereiste vaardigheden

- een groep kunnen begeleiden
- geduld, vriendelijkheid, behulpzaamheid
- een techniek kunnen aanleren aan anderen

Uurrooster: ongeveer tweemaandelijks

voor bovenvermelde twee vrijwilligersopdrachten van toepassing:

Instelling:

* Adresgegevens + contactpersoon:

LDC De Vlaskapelle
Els De Witte
Hendrik Dewildestraat 8
8501 Bissegem
056 24 45 90

* Doelstelling/opdracht instelling:

Een lokaal dienstencentrum wil alles in het werk stellen om mensen zolang mogelijk thuis te laten wonen. Het is een ontmoetingsplaats waar men terecht kan voor informatie en advies evenals waar naast diensten (vb warme maaltijden) ook vormings –en ontspanningsactiviteiten aangeboden worden.

* Omschrijving doelpubliek

Het grootste aandeel van de bezoekers van het dienstencentrum zijn 55-plussers

Administratieve vrijwilliger voor Buren voor Buren Centrum Zuid

Taakomschrijving vrijwilliger:

1)Kopiëren en plooien van uitnodigingen, in omslagen stoppen, adresetiketten opkleven en vervolgens verdelen per straat en per gebied.

2)Helpen ronddragen van uitnodigingen in bepaalde delen van Centrum-Zuid: Drie hofsteden, Lange munte en Sint-Elisabeth

Profiel vrijwilliger:

* Vereiste vaardigheden

- Nauwkeurig werken

Uurrooster:

1)maandelijks 2 halve dagen afspreken met de verantwoordelijke waarop dit kan gebeuren

2)het ronddelen van de uitnodigingen is haalbaar in een groot uur met de fiets, afhankelijk van aantal personen die kunnen meehelpen

Instelling:

*Adresgegevens + contactpersoon:

Inge De Meersseman
Kortrijk-Centrum-Zuid
Langemeersstraat 6
8500 Kortrijk
0473862660

* Doelstelling/opdracht instelling:

De thuiswonende 75-plussers van de buurt bereiken doorze persoonlijk uit te nodigen naar de ontmoetingsnamiddag.



O.I.P. & GEZONDHEID

Goedkoper naar de huisarts

De regeling 'sociale derde betaler' is sinds 1 juli 2011 verruimd. Het bezoek aan de huisarts kan voortaan eenvoudiger en goedkoper.

Wat is sociale derde betaler?

Bij een raadpleging bij de huisarts betaal je normaal gezien een bedrag van ongeveer 20 euro en krijg je nadien van je ziekenfonds grofweg 15 euro terugbetaald. De resterende 5 euro die je zelf nog betaalt, heet het remgeld. Zo verlopen de meeste consultaties. Patiënten die (tijdelijk) financieel en/of sociaal minder krachtig zijn, konden al vragen om enkel het remgeld te moeten betalen aan de arts. Deze regeling heet de derdebetalersregeling. Dit kon echter enkel voor raadplegingen en huisbezoeken en de arts was ook niet verplicht om deze regeling toe te passen. Vanaf heden zal deze regeling voor ALLE prestaties van de huisarts gelden. Dus ook voor technische prestaties zoals een hechting of een gips aanleggen.

Wie heeft recht op sociale derde betaler?

Niet iedereen heeft recht op sociale derde betaler. Enkel in volgende situaties heb je recht:

- je bevindt je in een tijdelijke, financiële noodsituatie;
- je hebt recht op een verhoogde tegemoetkoming (op je klevertje van je ziekenfonds staat er bv de code 131/131, de laatste 1 wijst op een verhoogde tegemoetkoming);
- je jaarlijks bruto belastbaar gezinsinkomen is niet hoger dan het bedrag van het leefloon (12.081,30 euro voor een gezin of 9.060,97 euro voor een alleenstaande);
- je bent minimum 6 maand werkloos. Geldt één van deze situaties voor jou, dan heb je recht op sociale derde betaler. De huisarts heeft echter wel het recht om de sociale derde betaler te weigeren, wanneer hij van mening is dat je reële financiële en sociale situatie niet overeenkomt met je officiële situatie.

Hoe vraag ik de sociale derde betaler aan?

Wanneer je hiervan wil genieten, moet je dit zelf aan de huisarts vragen. Wanneer je al van de verhoogde tegemoetkoming geniet, is het voldoende om je klevertje van het ziekenfonds af te geven. Let wel op! Het moeten recente klevertjes zijn die je huidige situatie weergeven. Dit kan je steeds aanvragen via het loket bij het ziekenfonds.

Je kunt ook een attest aanvragen aan het loket van het ziekenfonds. Met dit attest vraag je de arts om de sociale derde betaler toe te passen. Let wel op dat je het attest nooit afgeeft zodat je het ook voor de volgende keer kunt gebruiken.

Uitbreiding Omnio-statuuat

GRATIS **Gezondheidsconsultaties**

De Zonnewijzer:

Elke donderdagvoormiddag vanaf 13u15

De Condé:

Woensdag 7 en 21 september van 13u30 tot 15u30

Centrum Overleie:

Dinsdag 6 en 20 september van 14u00 tot 16u30

Kortrijk-Centrum-Zuid:

Buurthuis Drie Hofsteden:
Elke maandag van 14u00 tot 16u00

't Cirkant Marke:

Dinsdag 6, 13 en 20 september van 13u30 tot 15u00

De Vlaskapelle Bissegem:

Vrijdagen 9 en 30 september van 14u00 tot 16u00
Dinsdag 13 september van 15u00 tot 17u00

De Zevenkamer Heule:

Maandag 5 september vanaf 13u15
Woensdag 7 september vanaf 8u45
Woensdag 14 september vanaf 16u00
Maandag 19 september vanaf 13u15

Seniorenacties:

Bellegem: woensdag 7/09
Rollegem: donderdag 8/09
Kooigem: woensdag 14/09
Aalbeke: donderdag 29/09
Telkens vanaf 14u00

VRIJWILLIGERS



Handige hulpjes bij het eten en drinken

Bij het ouder worden ondervinden we soms wat hinder bij het eten en drinken. Een aantal praktische hulpjes kunnen een goede ondersteuning zijn tijdens het eten en drinken. Bv. door reuma of arthrose is het soms moeilijk om onze handen open of dicht te vouwen. Daardoor is het soms niet zo gemakkelijk meer om ons bestek vast te houden.

Good Grip bestek: aangepast en buigbaar bestek. Dikke handvaten die zich aan de handen aanpassen. Verhoogt de grip, handig voor wie de vingers moeilijk kan plooiën of wie minder kracht heeft.

Bordrand: Kunststof bordrand voor platte borden. Voorkomt dat eten over de bordrand valt bij het eten met vork of lepel. Nuttig voor wie beide handen niet vlot kan gebruiken. Past op de meeste borden; Verwijderen bij het afwassen.

Caring Mug: Beker met 2 grote handvaten en tuitje om gebrek aan grijpkracht op te vangen te vergroten. Handig voor wie minder beweeglijkheid en grijpkracht in de vingers

Anti-slip matje: Matje om onder glas - fles - bord of kom te plaatsen. Handig in de keuken, voor eet-tafeltjes in bed. Handig voor wie maar 1 hand kan gebruiken bij opnemen van bokaal of fles.

GOOD GRIP BESTEK



ERGO AAN HUIS

ANTI-SLIP MATJE



ERGO AAN HUIS

CARING MUG



ERGO AAN HUIS

BORDRAND



ERGO AAN HUIS

Dienstencentrum

LDC De Zevenkamer
LDC De Zonnewijzer
LDC De Condé
LDC De Vlaskapelle
LDC Het Cirkant
Seniorenacties Kortrijk-Zuid

Ergotherapeut

Mariela Verbeke
Shirley Corteville
Mariela Verbeke
Els Dewitte
Hilde Declercq
Els Cleenwerck - Shirley Corteville



BEWEGING

TURNEN

Maandag	LDC De Zonnewijzer	9u30 – 10u15
Dinsdag	LDC Marke LDC De Condé	9u00 – 9u45 9u45 – 10u30
Woensdag	LDC De Zevenkamer	9u45 – 10u30
Donderdag	LDC De Vlaskapelle	9u00 – 9u45
Vrijdag		

AEROBIC

Maandag	LDC De Vlaskapelle	9u00 – 10u00
Dinsdag	LDC De Condé Weimeerssen Rollegem: i.s.m. vzw Sportplus	8u45 – 9u45 10u00 – 11u00
Woensdag	AEROBIC BASIC: LDC De Zevenkamer	8u45 – 9u45
Donderdag	LDC Marke LDC De Zonnewijzer	9u00 – 10u00 9u00 – 10u00
Vrijdag		

EENVOUDIG BEWEGEN

Maandag	LDC De Zonnewijzer LDC De Vlaskapelle	10u30 – 11u00 10u15 – 10u45
Dinsdag	LDC De Conde	10u30 – 11u00
Woensdag	LDC De Zevenkamer	10u30 – 11u00
Donderdag	LDC De Zonnewijzer	10u30 – 11u00
Vrijdag		

ZWEMMEN EN HYDROBIC

Uitgevoerd door lesgever vzw Sportplus		
Donderdagnamiddag	Lagaeplein Heule: aquafitness, start to swim en baantjeszwemmen	
Donderdag	Magdalenazwembad Sint-Maertens-Latemlaan in Kortrijk	17u00 – 17u30

VARIATIESPORT

i.s.m. vzw Sportplus (deelname mits sportkaart)		
Woensdag	Seniorenacties Kortrijk-Zuid: in sporthal Weimeerssen Rollegem	9u00 – 10u00

In elk dienstencentrum bieden we wekelijks enkele permanente bewegingsactiviteiten aan. Deze activiteiten gaan **niet door** tijdens de **korte schoolvakanties** (krokus-, paas-, herfst- en kerstvakantie).

Voor deze activiteiten schaf je een **10-beurtenkaart** aan tegen 5 euro per kaart (0,50 euro per beurt). De eerste les die je bijwoont, aanzien we als een proefles, en hiervoor hoeft je niet te betalen. Deze kaart kan je in alle dienstencentra gebruiken, met uitzondering van Seniorenacties Kortrijk-Zuid. Door een samenwerking met vzw Sportplus, geldt in Kortrijk-Zuid een andere regeling.

Wie wenst deel te nemen aan het seniorenzwemuurtje, betaalt aan de inkom de ingangsprijs voor een zwembeurt. Vzw Sportplus begeleidt de hydrobic, hiervoor schaf je een speciale kaart aan, die kan je eveneens aan de inkom verkrijgen.



COMPUTERHOEK



POWERLAN: een alternatief voor draadloos internet

Een draadloos netwerk laat toe vanop iedere plaats in de woning op het internet te geraken, hetgeen vooral bij gebruik van een laptop bijzonder handig is.

Soms is het bereik echter onvoldoende, zodat er voor de verst afgelegen punten toch nog een netwerkkabel nodig is. Dergelijke kabels zijn niet echt esthetisch en de aanleg is vaak moeilijk.

Er bestaat echter een alternatief, nl. een netwerkverbinding via het stopcontact, met Powerlan.

Wat is Powerlan?

Powerlan is een techniek die, voor het doorsturen van het internetsignaal, gebruik maakt van het elektriciteitsnet. Dit netwerk is immers in iedere woning aanwezig en het is vrijwel overal toegankelijk via de bestaande stopcontacten.

Het datasignaal van het internet kan natuurlijk niet zomaar op het elektriciteitsnet toegevoerd worden. Daarvoor zijn speciale powerlan-adapters nodig, die in het stopcontact geplugd worden en de scheiding maken tussen het hoogfrequent datasignaal en de voedingsspanning 230 Volt.

Hoe een powerlan verbinding opzetten?

Om een powerlanverbinding te realiseren zijn er minimum twee adapters nodig: één in het stopcontact ter hoogte van de router en één in het stopcontact ter hoogte van de computer.

Iedere adapter heeft een Lan-ingang, die met een kabeltje verbonden wordt met de Lan-uitgang van de router of de Pc.

Het opzetten van een powerlanverbinding is vrij eenvoudig, want de apparatuur configureert zich grotendeels zelf.

Wil men echter een aparte naam aan het netwerk geven of wil men het dataverkeer versleutelen, dan kan dit geconfigureerd worden via de aangesloten PC. Dit is echter alleen echt nodig wanneer er meerdere Powerlannetwerken binnen hetzelfde gebouw actief zijn.

Wat met de beveiliging?

In tegenstelling tot WiFi is een Powerlanverbinding ook zonder versleuteling van de data voldoende veilig. Immers de signalen worden niet uitgestuurd in de ether en het hoogfrequent signaal kan niet voorbij de elektriciteitsteller. Noch de burens, noch een laptop in een wagen voor de deur kunnen uw gegevens oppikken.

Waarop te letten bij aankoop.

Koop altijd twee adapters van hetzelfde merk. Er zijn immers verschillende standaarden die onderling niet compatibel zijn.

Kies voor snelle apparatuur, met een theoretische overdrachtsnelheid van minimum 200 Mbit/s, te herkennen aan de typenaam.

Nog meer vragen over Powerlan, kom dan gerust naar de computerhoek, waar de computerassistent je maar al te graag zal helpen.

Frans Labaere computerassistent

GRATIS

Computerassistentie

Maandagvoormiddag

Jan Algoed & Pieter Buurman
(in de Wervel Bellegem)

Maandagnamiddag:

Raf Putman (in 't Cirkant)
Viviane Dewulf (in De Zonnewijzer)
Jan Algoed & Lucien
Vandecasteele (in Buurthuis
Rollegem)

Dinsdagvoormiddag:

Tony Van Biervliet (in De Condé)
Luc Scharre & Lucien
Delchambre (in Kastanjehuis
Kooigem)
Noël Vinckier (in De Vlaskapelle)

Dinsdagnamiddag:

Noël Vinckier (in De Zonnewijzer)

Woensdagvoormiddag:

Louis Segers (in De Condé)

Woensdagnamiddag:

Lucien Delchambre & Ronny
Demeere (in De Zonnewijzer)

Donderdagvoormiddag:

Paul Vandekerckhove
(in De Vlaskapelle)

Donderdagnamiddag:

Raf Putman & Marcel Debevere
(in De Weister Aalbeke)
Frans Labaere
(in De Zevenkamer)
Lucien Vandecasteele
(in De Zonnewijzer)
Bernard Cannie (in De Condé)

Vrijdagnamiddag:

Jan Coessens
(in De Zonnewijzer)
Charles Vervalcke
(in Centrum Overleie)

Blog eens naar:

<http://blog.seniorennet.be/zonnewijzerblog>



L.D.C.



ZONNEWIJZER

Z

Feestmenu: Breughelbuffet

Voor we het najaar ingaan met de klassieke, lekkere feestmenu's, willen we jullie in de nazomer een heerlijk Breughelbuffet aanbieden!

Nog één maal aanschuiven aan het uitgebreid en verzorgd buffet met een onder andere een stukje ham, paté, hoofdvlees en een assortiment aan groentjes in een gezellig en mooi kader met familie, vrienden, burens en kennissen, wat wens je nog meer...!





-  : woensdag 28 september
-  : vanaf 11u00
-  : 8 euro, aperitief en dessert inbegrepen geen soep.
-  : Inschrijven tot en met 28 juni.

Vlaamse kermis

De zomer sluiten we af met een typische Vlaamse kermis, met de traditionele spelen en activiteiten van de dagen vroeger. Wat denken jullie van sjoelbakken, zaklopen en hoefijzerwerpen...? Wie gaat de uitdaging aan?

Laat jullie verrassen en kom de sfeer van vroeger opsnuiven!

Span alvast maar jullie kuitjes, want vanaf volgende maand starten we opnieuw met de dans- en jukeboxnamiddagen!

-  : woensdag 28 september
-  : 14u30
-  : gratis
-  : Geen inschrijving nodig.



Creatief met naald en draad

U kan lessen volgen in de naaicursus i.s.m. de KAV en de allochtone vrouwenwerking Amber. Nu kan u de kleren maken die u echt zelf wilt, of als cadeau voor de kinderen en kleinkinderen...

De lessen zijn zowel voor beginners als gevorderden, en we werken met eigentijdse ontwerpen.


We bieden u een cursus van 60 uur verspreid over 1 schooljaar (20X3u); wekelijks, niet in de schoolvakanties. U kan kiezen tussen donderdag- en vrijdagvoormiddag.

-  : Vanaf donderdag 8 september, elke donderdag uitgezonderd schoolvakanties. Vanaf vrijdag 2 september, elke vrijdag uitgezonderd schoolvakanties.
-  : van 9u00 tot 12u00
-  : 50 euro voor de volledige cursus, wie een naaimachine wil huren betaalt 30 euro extra
-  : Inschrijvingen aan het secretariaat of bij Riet Delbaere: 0472/573648



De medicatieronde




In het voorjaar hadden we al een reeks infomomenten rond ziekte en medicijnen. Ook in het najaar komt er een reeks. We worden terug goed geïnformeerd door apotheker Bram Verhaeghe. Hij zal ons algemene informatie geven alsook een zicht op de meest voorkomende aandoeningen bij het ouder worden en de geneesmiddelen die daar doorgaans worden bij voorgeschreven.

-  : Vrijdag 9 september: Vaccinaties
Vrijdag 14 oktober: Reuma
Vrijdag 18 november: Incontinentie
Vrijdag 9 december: Winterkwaaltjes
-  : 14u30
-  : 3 euro
-  : ??????



Hulpgroep rouwen

Elke maand komen mensen samen om van elkaar te leren hoe we kunnen omgaan met verlies en verdriet. Dit alles gebeurt onder leiding van Guy Vander Linden. Er wordt telkens gewerkt aan de hand van een thema. U kunt zich steeds aansluiten bij deze groep. Meer informatie kunt u bekomen bij Annelies De Meulemeester op het nummer 056/24 42 03.

-  : Maandag 5 september:
Rouwen en scheiding
- Maandag 3 oktober:
Signalen voor en na overlijden
-  : 14u30
-  : gratis

Fundans

Het is weer tijd om de benen te strekken en erin te vliegen! De dansers van "Ladyfun" seizoen 2010-2011 poseren enthousiast bij de laatste les voor het zomerverlof. Enkele trouwe leden ontbreken spijtig genoeg op de foto. Kom eens proeven tijdens de gratis les bij de nieuwe start op dinsdagmorgen 20 september. Kom gerust af, bij ons is het een plezier om te bewegen!

Groeten van Lionel, de dansanimator.

-  : Reeks 1: 20-27september
4-11-18-25 oktober
- Reeks 2: 8-15-22-29 oktober
6-13 december
-  : ????
-  : Eerste reeks 20 euro
Tweede reeks: 24 euro
-  : U kan ten laatste inschrijven op de dag van de proefles; voor de eerste of tweede reeks of voor beiden.





Biljart

De wedstrijden voor het intercentratornoot zijn weer opgestart. Zonder onze de voorzitter proberen we het draaiende te houden. We wensen hem veel sterkte en we duimen dat hij spoedig mag terugkeren!

De eerstvolgende data voor het intercentratornoot:
Donderdag 1 september: Kortrijk-Waregem
Donderdag 15 september: Wielsbeke-Kortrijk
Donderdag 29 september: Kortrijk-Roeselare2
Al wie graag biljart van harte welkom. U kan elke dag vrij biljarten tegen 0,20 euro per kwartier!
Zet volgende datum al in je agenda: Algemene Vergadering voor alle leden op donderdag 6 oktober om 14u. Wie kandidaat is voor het bestuur geeft zich vooraf op aan Trui!




Infonamiddag ouderen gsm:

Vindt u een gewone gsm te ingewikkeld?
Dan probeert u best eens een eenvoudige gsm van DORO. Noteer deze data alvast in uw agenda:

-  : Condé:
dinsdag 11 oktober: 14u00 tot 16u00
Zonnewijzer:
dinsdag 8 november: 14u00 tot 16u00
-  : Prijs 2 euro per infosessie

Kalliope

Voor de mensen die niet in de mogelijkheid zijn hierbij aanwezig te zijn hebben we ook een afspraak op Maandag 19 september om 14u00 in LDC de zonnewijzer. Deze samenkomst zal dan niet uitsluitend gaan over het nieuwe project die we wensen op te starten, maar ook over de lopende zaken van het voorbij jaar. De hobby waar het zal doorgaan zal het moment zelf pas beslist worden, maar ik zorg ervoor dat jullie mij weten te vinden! Van harte welkom!

-  : Donderdag 15 september en maandag 19 september
-  : 14u00
-  : LDC t' Cirkant / LDC de Zonnewijzer






L.D.C.

ZONNEWIJZER

Z

Uitstap Euroshop

Waar: We gaan naar euro shop in Rumbeke / Roeselare. Een winkel met zeer uiteenlopende en gedifferentieerde producten. Je kunt er allerlei 'hebbedingetjes' vinden, maar ook genieten van een mooie afdeling 'interieur'. Om dan tot slot een gezellige namiddag af te sluiten met een drankje in de gezellige cafetaria. Plezier verzekerd op deze namiddag-uitstap. Toegankelijk voor rolstoelen, bij vragen kan je bellen naar Shirley: 0473 86 24 75

-  : Dinsdag 27 september
-  : Om 13u45 vertrekt de bus aan de Zonnewijzer
- Terug: om 17u aan de zonnewijzer
- € : 2 euro
-  : Tijdig inschrijven!

Wandelclub

U kan het ganse jaar door lid worden van de wandelclub voor slechts 5 euro per jaar! Lidkaarten zijn te verkrijgen in Centrum Overleie en in de Zonnewijzer. Inschrijven voor elke wandeling apart is wel nog nodig! Vervoer kan worden aangevraagd.

Vrijdag 2 september: 'Werken'

Zwaar beschoten bij de derde slag om Ieper tijdens wereldoorlog één, ligt de landelijke gemeente 'Werken'. Deze gemeente ligt centraal in West-Vlaanderen. De wandeling gaat van Bovekerke richting Werken, om zo te eindigen in Zarren. Met als bezienswaardigheden twee gerestaureerde molens. We zoeken rustige oorden op voor fervente wandelaars waarbij Rudy jullie zal begeleiden en jullie met het één en ander graag kennis wil laten maken.

vrijdag 2 september

Vertrekkur bus: stipt vertrek om 13u30 aan de ingang van de Zonnewijzer. Heb je zelf vervoer en kan je aan het startpunt geraken? Laat het weten, dan zijn er meer plaatsen vrij op het busje voor anderen. Je wordt dan verwacht om 14u00 in Bovenkerke aan de kerk.

7 oktober: Ardoois


Trotse Ardooisenaars vinden we er terug en wandelen is datgene wat wij er zullen doen. Laten we de beginnende herfstlucht opsnuiven en genieten van het vallen van het blad.

Datum: vrijdag 7 oktober

Vertrekkur bus: stipt vertrek om 13u30 aan de ingang van de Zonnewijzer of voor wie onmiddellijk ter plaatse gaat om 14u00 aan het provinciaal domein 'T' veld' te Ardoois.

Bingo

Op deze contactnamiddag spelen we het alom bekende spel Bingo. Heb de cijfers aan u kant, trek de juiste bal met de hand en misschien win jij wel een mooi prijs tijdens dit Bingo spel! Neem gerust burens, vrienden en kennissen mee. Ook de taart en de koffie ontbreken deze keer niet.

-  : Donderdag 8 september
-  : 14u30
- € : 2 euro
-  : Inschrijven tot maandag 5 september

Ontspanningsnamiddag

Terug naar vroeger

Na ons stukje taart en potje koffie halen we nog eens de goede oude tijd boven! Gissen en hokken om woorden die gaan over een bepaald onderwerp! Je krijgt een foto te zien waarover vrij verteld mag worden. De kunst is om de juiste kernwoorden te achterhalen en het meeste punten binnen te halen! Achteraf word ook nog een korte, maar mooie voorstelling getoond van de goede oude tijd! Indien u vervoer wenst, gelieve dit vooraf aan te vragen.

-  : Donderdag 22 september
-  : 14u30
- € : 2 euro
-  : Inschrijven tot maandag 19 september



Fietsclub

De dagtocht zit er weer op! Bedankt aan het bestuur voor een geslaagde dag en aan Luc en Bernard aan alle voorbereiding! In september zijn er nog twee mooie ritten gepland.

-  : maandag 12 september: Rumbek
maandag 26 september: Emelgem
-  : 13u45 verzamelen aan de Zonnewijzer
- € : Voor de leden: 10euro (voor een volledig jaar) Voor één fietstocht betaal je 1 euro (voor de verzekering). Altijd welkom om eens mee te rijden!

Zet ook volgende data in je agenda:

Op 10 oktober de laatste fietstocht naar Aalbeke
Op maandag 24 oktober sluiten we het fietsjaar zoals gewoonlijk af met een gezellig samenzijn en een lekker etentje.

Leesclub i.s.m. Okra

Altijd welkom om eens aan te sluiten bij de leesclub, elke twee maanden op donderdagnamiddag. In september lezen we *Verstoten* van Sadie Jones. De Engelse scenarioschrijfster leverde met haar debuutroman een parel af. Het is een prachtige roman, boordevol onderhuidse liefde en opgekropte gevoelens.

Datum: donderdag 8 september
Uur: 14u30

Vrouwenwerking i.s.m. Amber

Elke maandagnamiddag vinden de praatgroepen van Amber plaats. Deze vrouwen met uiteenlopende nationaliteiten komen opnieuw samen in twee groepen, begeleid door een vrijwilliger en bespreken actuele thema's en schaven ondertussen hun Nederlands bij. Spreekt u dit aan, altijd welkom om eens deel te nemen of om als vrijwilliger mee te helpen en de praatgroepen te begeleiden! Elke derde of vierde maandag van de maand wordt er een vorming verzorgd door de vormingsdienst van de Viva SVV. Op maandag 26 september heeft de vorming als thema de menopauze, gegeven door Yannick Provoost. Wegens de ramadan starten de praatgroepen van Amber pas op maandag 12 september.

Vast aanbod:

Turnen en eenvoudig bewegen

Maandag 9u30 tot 10u00 = turnen
Maandag 10u30 tot 11u00 = eenvoudig bewegen
Donderdag 10u30 tot 11u00 = eenvoudig bewegen

Uitzondering:

Maandag 12 september geen turnles!
Er wordt een vervangende les voorzien op donderdag 15 september van 11u00 tot 11u45! Allen van harte welkom!

Aerobic

De lessen aerobic starten opnieuw vanaf donderdag 1 september van 9u00 tot 10u00.

Repetitie muzikanten

Onze huismuzikanten zijn welkom elke vrijdagvoormiddag vanaf 8u30 in hobby 2!

Scrabble/ Rummikub

Data: Maandag 5 en 19 september
Uur: Vanaf 14u00.

Wekelijks petanque op vrijdag

Bij regenweer spelen we koersbal in de zaal.
Data: elke vrijdagnamiddag om 14u30.
Prijs: 5 euro lidgeld voor het ganse seizoen, 1 euro per namiddag.

Pingpong

Datum: elke dinsdag om 14u00
Inschrijven hoeft niet.

Darts

Data: iedere donderdagnamiddag om 14u00
Prijs: gratis

Stadswacht

Ook Christine is uit verlof en verwacht jullie op donderdagnamiddag terug in de cafetaria met al je vragen over veilig en aangenaam wonen in je buurt.

Data: elke donderdagnamiddag in september
Uur: van 14u30 tot 15u30

Kaartersclub

manillen: 8 en 22 september
Kingen: 23 september om 14u00



L.D.C. DE CONDÉ





C

Wat kan een diëtiste voor je doen?

Infonamiddag 'Gezonde voeding voor actieve senioren'

Tijdens een informatieve namiddag krijg je informatie over zaken waarmee u bij een diëtiste te rade kan gaan. Indien je dit wenst kan je tijdens een persoonlijke consultatie jouw gewicht, percentage vetmassa, spieren en vocht laten meten en je BMI laten berekenen en duiden. De diëtiste bespreekt met u hoe gezonde en gevarieerdere voeding, aangepast aan je leefsituatie hulp kan bieden.




Een aanbod van hartige en zoete hapjes tonen tenslotte aan dat gezond en mager ook lekker kan zijn. Met de beschikbare receptjes kan je nadien ook zelf aan de slag. Mieke Bourgois, onze huisdiëtiste staat in voor de begeleiding.

-  : Donderdag 15 september
(let op: nieuwe datum!)
-  : 14u00 – 16u00
-  : 3 euro
-  : Inschrijven tot 8 september

2-luik: "Grootouders, de kunst om er te zijn"





Ben je grootouder en help je met plezier zorgen voor je kleinkinderen? Dan is deze interessante namiddag iets voor jou! De opvoedingswinkel 'De Pluim' is dé plaats bij uitstek voor iedereen die met opvoeding bezig is. Opvoeden is leuk en boeiend, maar kan ook lastig zijn. Heb je twijfels, ben je onzeker of heb je vragen over de opvoeding van je kleinkinderen? Dan kan je tijdens deze namiddag genieten van allerlei nuttige informatie, praktische tips en advies.

- Het 2-luik start met een **informatieve sessie**. Je krijgt via een voordracht algemene informatie over verschillende opvoedingsthema's. Hierna zoeken we samen met jou naar een passend antwoord op al je opvoedingsvragen.
- Het tweede deel bestaat uit een **rondleiding in de opvoedingswinkel te Kortrijk**. Alle informatie rond de werking en het aanbod van de opvoedingswinkel wordt meegedeeld.

-  : Maandag 10 oktober
-  : 14u00, Sint-Janslaan 1 te Kortrijk
-  : 3 euro
-  : Inschrijven kan tot uiterlijk 3 oktober.

Infonamiddag ouderen gsm

Indien u een gewone gsm niet gebruiksvriendelijk vindt dan moet u de eenvoudige gsm van DORO zeker eens uitproberen. Voordelen van deze toestellen zijn: alarmtoets, vaste nummers met sneltoets, grote letters en toetsen, heel eenvoudig in gebruik, luid en duidelijk verstaanbaar. Op deze infonamiddag demonstreren we de werking en tonen we de kenmerken van vier eenvoudige gsm's. Nadien kan u het zelf eens proberen.

-  : dinsdag 11 oktober
-  : 14u00 – 16u00
-  : 2 euro
-  : Inschrijven voor 5 oktober
Maximum 16 deelnemers



Teken- en schilderatelier

Is tekenen en/of schilderen uw passie en bent u geïnteresseerd om in gezelschap creatief aan de slag te gaan, wil u ervaringen uitwisselen, of bent u nog een beginneling? Dan bent u van harte welkom! Het atelier is gratis, gezellig en staat open voor iedereen. Onze creatieve en ervaren begeleiders, zijn aanwezig om u op weg te helpen of nieuwe technieken aan te leren.

-  : Eerste bijeenkomst op donderdag 8 september
-  : 14u00
-  : Gratis
-  : Meer info: Mariela Verbeke (056/24 48 70 of mariela.verbeke@ocmwkortrijk.be)





Soepclub - soep van de maand

Vanaf september kan u om de twee maanden aansluiten bij onze soepclub 'soep van de maand'. We geven u ook het receptje mee om het nadien nog eens thuis uit te proberen. Deze maand hebben we **'Courgettesoep met romige kaas en fijne kruiden'** voor u in petto!

🗓️ : Donderdag 8 september
 🕒 : 10u00
 € : 2 euro
 ✍️ : Inschrijven tot en met 1 september.

Basis koken

Bent je een alleenstaande man en zou je graag leren koken? Of ben je geïnteresseerd in het maken van heerlijke eenpansgerechten? In de maand oktober gaan we van start met eenvoudige kooklessen. Gedurende deze voormiddag leer je een eenvoudig gerecht klaarmaken, die je nadien mag opsmullen! Deze maand bereiden we: 'Pasta bolognaise met mozzarella en vers basilicum'. Je krijgt uiteraard dit lekkere recept mee naar huis.

🗓️ : Donderdag 6 oktober
 🕒 : 10u30
 € : 5 euro
 ✍️ : Inschrijven tot en met 29 september.



Kookdemonstratie 'Raw Food'

Sushi is een veel gegeten gerecht uit Japan. Het kan met allerlei ingrediënten bereid en van verschillende pittige sausen vergezeld worden. Het traditionele recept bestaat uit een hapje rijst in verschillende vormen. U krijgt de nodige achtergrondinformatie en leert volgende gerechtjes klaarmaken: Maki-sushi, temaki-sushi, carpaccio van rundsvlees en carpaccio van zalm.

🗓️ : Donderdag 15 september
 🕒 : 14u00
 € : 10 euro
 ✍️ : Inschrijven tot 8 september!

Bloemschikken

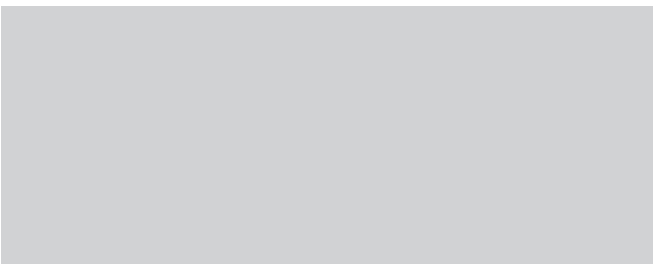
De lessen gaan door in samenwerking met het volwassenonderwijs PCVO West-Vlaanderen.

🗓️ : Dinsdag 27 september
 🕒 : 14u00
 € : 7 euro (materiaal niet inbegrepen)
 ✍️ : Eigen materiaal mee te brengen: mesje, tang, snoeischaar en handdoek. Andere materialen brengt de lesgeefster mee. Deze extra kosten zullen maximum tot 15 euro oplopen! Inschrijven tot 20 september.

Juwelen maken

Voor de creatievelingen die zich begin januari inschreven voor de reeks 'Juwelen maken', zetten we hieronder nogmaals alle data op een rij:

🗓️ : maandagen 5 september en 5 december (telkens om de twee maanden)
 🕒 : 13u30



Feestmaaltijd september

Wie inschrijft voor de maandelijkse feestmaaltijd wordt verwelkomd met een aperitiefje. De maaltijd wordt vergezeld van een glaasje wijn en afgesloten met een koffie.

Sangria
 🍷
Bloemkoolsoep met gandaham
 🍷
Noorse visschotel met frietjes
 🍷
Duo van chocolademousse

🗓️ : donderdag 22 september
 🕒 : aperitief vanaf 11u00
 € : 11 euro



L.D.C. DE CONDÉ




C

Biljartclub

In dienstencentrum De Condé kan u op iedere 1ste en 3de dinsdag van de maand komen biljarten. Deze namiddagen zijn telkens vanaf 14u00 en we beginnen met het vrij spel. De ledenbijdrage bedraagt 15 euro per jaar. Is biljarten uw passie en zou u graag in competitieverband willen spelen? Dan bent u aan het juiste adres! Kom zeker eens een kijkje nemen... Bij vragen mag u altijd contact opnemen met Mariela Verbeke (056 24 48 71 of mariela.verbeke@ocmwkortrijk.be).

Lessenreeks Tai Chi

Tai Chi is een reeks van bewegingen die op een heel zachte manier uitgevoerd worden. Op fysiek niveau heeft Tai Chi een weldadige invloed op de spieren, pezen, gewrichten, het klierstelsel, het zenuwstelsel, de bloedsomloop, de organen, de ademhaling en het energiesysteem. Emotioneel en mentaal komt u tot rust.

-  : Woensdagen 14, 21, 28 september, 5, 12, 19 oktober en 9, 16, 23, 30 november
-  Uur: 9u30
-  Prijs: 80 euro voor de 10 lessen

Senioredans op moderne muziek





Zin om te dansen of leuke danspasjes te leren? Dan is deze lessenreeks iets voor jou! Vanaf september kan je **iedere vrijdagmiddag** van **14U00 tot 16U00** in dienstencentrum De Condé komen dansen. De lesgever Gregory Cneut zal je nieuwe en hippe danspassen aanleren op eigentijdse muziek, maar er zal ook gedanst worden op Country&Western en nog zoveel meer. De dansen zijn eenvoudig en sportief, je hebt er geen danspartner voor nodig! Het is een speciaal afgestemd programma voor 50-plussers en de lesgever heeft reeds 10 jaar ervaring. Laat je dus niet afschrikken en kom gerust eens proberen tijdens de **GRATIS initiatieles** die doorgaat op **vrijdag 2 september**.



Heb je interesse en wens je meer informatie? Aarzel dan niet om Mariela Verbeke (056 24 48 70 of mariela.verbeke@ocmwkortrijk.be) te contacteren.





Fietstocht "Ijzerbroekenfietsroute"

De fietsroute loopt door het waterrijke landschap van de Ijzerbroeken. Na de tocht genieten we in het dienstencentrum van een heerlijke koude schotell! Gelieve bij inschrijving te vermelden als u vervoer wenst of u eventueel mensen kan meenemen. Indien u geen vervoer heeft voor uw fiets, beschikken wij over een busje om de fietsen veilig naar de bestemming te brengen!

-  : Dinsdag 20 september
-  : 13u30 STIPT verzamelen aan het dienstencentrum, 14u00 verzamelen aan de kerk 'Sint-Leonardus' in Zuidschote
-  Prijs: 6 euro
-  : Inschrijven tot 13 september!

Herfstwandeling met hutsepotavond

Op deze route wandel je door het glooiende landschap van de Wervikse deelgemeente Geluwe. Na deze stevige wandeling worden we verwacht in het dienstencentrum om van heerlijke hutsepot te smullen!

-  : Dinsdag 11 oktober
-  : 13u30 verzamelen aan De Condé
-  : 7 euro (hutsepot en biertje inbegrepen)
-  : Inschrijven tot en met 4 oktober.
Gelieve bij inschrijving te vermelden als u vervoer wenst of u eventueel mensen kan meenemen.

Op stap in Kortrijk

Bezoek aan het stadhuis

Ga jij ook af en toe naar het stadhuis om documenten of formulieren in orde te brengen. En zoek je dan telkens een bereidwillige medewerker die je de weg wijst naar de juiste contactpersoon of dienst? Je komt het allemaal te weten op 18 oktober tijdens een rondleiding in het administratief en beleidsstadhuis. Afsluiten doen we met een potje koffie.

-  : Dinsdag 18 oktober
-  : 14u00 verzamelen aan het stadhuis op de hoek Rijselstraat - Leiestraat
-  : 1 euro
-  : Inschrijven tot 11 oktober




L.D.C. DE CONDÉ

**C**

Bedrijfsbezoek




Jeneverstokerij 'Filliers': van korrel...tot borrel.

In september bezoeken we de graanstokerij Filliers in Bachte-Maria-Leerne.

-  : Datum: Dinsdag 27 september
-  : 13u45 STIPT verzamelen aan het dienstencentrum
14u30 ter plaatse: Leernsesteenweg 5 te Deinze (Bachte-Maria-Leerne)
- € : 6,5 euro (inclusief degustaties)
-  : Inschrijven tot en met 15 september!!
Gelieve bij inschrijving te melden of u al dan niet vervoer nodig hebt en eventueel mensen kan meenemen. Vooraf inschrijven tot en met 7 september!!

Borstelmuseum

Nog altijd roept de naam "Izegem" vooral het begrip "schoenenstad" op, maar daarbij vergeet men wel eens dat de borstelnijverheid eigenlijk evenveel voor de stad heeft betekend. In 1981 kon het Nationaal Borstelmuseum worden geopend en op 19 maart 1988 kwam er overigens een heropening.

-  : Dinsdag 25 oktober
-  : 13u30 verzamelen aan het dienstencentrum, 14u00 ter plaatse: Baron de Pélichystraat 3 te Izegem
- € : 4 euro (ingang + gegidste rondleiding inbegrepen)
-  : Inschrijven tot en met 18 oktober.
Gelieve bij inschrijving te melden of u al dan niet vervoer nodig hebt en eventueel mensen kan meenemen.

Place Vendôme

De luxeparfumerie Place Vendôme lokt klanten van aan de andere kant van de wereld. Tussen het ruime aanbod, vind je ook enkele unieke stukken. Zo is er L'Abeille van Guerlain. De fles is van baccaratkristal en de kostprijs is 12.500 euro...Het is overigens niet het duurste wat hij in zijn winkel heeft. Nog zo een bijzonder parfum is de Mitsouko van Guerlain, het parfum van Charly Chaplin.

Vast aanbod:

Bridgeclub de Condé

Kaartnamiddagen

De bridgenamiddagen gaan door op maandag-, woensdag- en vrijdagmiddag.

We starten om 14u stipt. Gelieve om 13u45 aanwezig te zijn voor het verdelen van de groepen!!!!

Geen kaarting op...

Vrijdagen 9 en 16 september

Ontmoetingsnamiddag september

Datum: Woensdag 28 september

Uur: 14u00

Prijs: 2 euro

Inschrijven tot 21 september

Wij voorzien vervoer voor de minder mobiele ouderen. Gelieve te vermelden bij inschrijving.

Naaiatelier

De vrijwilligers van het naaiatelier doen gratis kleine herstellingswerken aan uw kledij!

Datum: Donderdag 29 september

Graag uw te herstellen kledij binnen brengen voor 27 september!

Info: Mariela Verbeke - 056 24 48 70

Bowling

Data: 13 september, 11 oktober, 8 november en 13 december (telkens de 2de dinsdag van de maand)




Uur: 14u00

Prijs: 3 euro (te betalen in de Bowling Max te Kortrijk)

Gelieve op voorhand in te schrijven!

Moestuin

woensdag 7 september en 12 oktober om 14u00, gratis

-  : Maandag 7 november
-  : 13u30 verzamelen aan het dienstencentrum, 14u00 ter plaatse: Menenstraat 2 te Wevelgem
- € : 2 euro
-  : Inschrijven tot en met 31 oktober.
Gelieve bij inschrijving te melden of u al dan niet vervoer nodig hebt en eventueel mensen kan meenemen.






L.D.C.

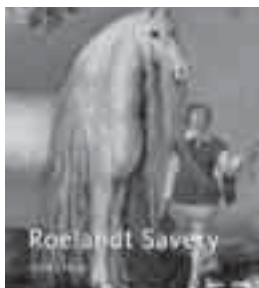
CENTRUM OVERLEIE

0

Museumbezoek Roelandt Savery




Op donderdag 8 september gaan we wat cultuur opsnuiven in het Broelmuseum, waar een prachtige tentoonstelling loopt. We willen er genieten van de werken van Roelandt Savery een man die bovendien werd geboren in Kortrijk! Zin in een leuke namiddag met een culturele insteek? Schrijf je dan zeker in voor dit boeiende bezoek!

-  : donderdag 8 september
-  : Vertrek 15u00 te Centrum Overleie
-  : 5 euro (drinkje inclusief)



Crea: bloemschikken



Na enige tijd zonder onze sfeervolle Crea-activiteiten zijn we er op 6 september weer en we organiseren een sessie bloemschikken in samenwerking met een professional! Heb jij 'groene vingers' en fleur je je huiskamer graag op met iets moois, combineer dit gerust en schrijf je in voor onze deze activiteit. Opgelet beperkte plaatsen!

-  : dinsdag 6 september
-  : 14u00
-  : 10 euro



Gezondheidsvoordracht: Hoe gezond starten met sporten?

Tijdens deze namiddag is het de bedoeling dat we samen een bewegen op muziek. In een kleine groep krijgen we wat tips, over hoe je op een gezonde manier kan starten met sporten... In de pauze krijg je een verfrissend drankje en gezond hapje aangeboden. Na deze voordracht start in Centrum Overleie een reeks Leren Lopen. Meer info te verkrijgen in Centrum Overleie. Let op deze activiteit kent een beperkt aantal plaatsen!

-  : vrijdag 9 september
-  : 14u00
-  : 1,50 euro






Gezondheidsspecial: Tapasbordje

Deze maand dus geen gewone kookspecial, maar een ware gezondheidsspecial. Laat je verrassen door een lekker receptje uitgekozen en gepresenteerd door onze sociaal verpleegkundige Marian!

-  : vrijdag 23 september
-  : 15u00
-  : gratis

Hobbyclub Overleie

Iedereen kan op donderdagnamiddag verder werken aan zijn of haar handwerk, brei of wat dan ook. Gezellig samen rond een tafel, een potje koffie erbij. Wandelclub Overleie/ Zonnewijzer

-  : elke donderdagnamiddag
-  : 14u00 – 16u30
-  : gratis



Contactnamiddag voor 75-plussers

Na een korte pauze zijn we er weer! Kom en geniet mee met enkele collega's van een leuke namiddag! Schrijf je tijdig in zo kan je meegenieten van een taartje en een tasje koffie! Vervoer nodig? Zeker aanvragen!

 : dinsdag 20 september
 : vanaf 14u00
 : 2 euro

Fietsclub Overleie

Fietstocht: Vichte

Zin in een leuk tochtje? Dan is deze fietstocht naar het mooie Vichte iets voor jou. Kom langs in Centrum Overleie om je in te schrijven en geniet mee!

 : vrijdag 23 september
 : vanaf 13u30 aan Centrum Overleie
 : gratis

Wandelclub Overleie/Zonnewijzer

Wandelen: Zarren

Dikkelvenne vormt onze tweede stap bij het verleggen van onze horizonten. We gaan opnieuw richting Oost-Vlaanderen waar we samen met onze Gids Rudy deze kleine maar dappere gemeente verkennen.

Heb je zelf vervoer en kan je aan het startpunt geraken? Laat het weten, dan zijn er meer plaatsen vrij op het busje voor anderen.

 : vrijdag 2 september
 : 13u30 vertrek aan Centrum Overleie en LDC De Zonnewijzer, meer info te verkrijgen aan het infopunt van Centrum Overleie!
 : 5 euro voor 12 deelnames

Wandeling: Ardooië

Op vrijdag 7 oktober is er een wandeling richting Ardooië! Inschrijvingen zullen lopen vanaf midden september.

 : vrijdag 7 oktober
 : 13u30
 : lidkaart

Vast aanbod

Fairtrade maaltijd

Op 6 oktober is er een eerlijke maaltijd! Een feestmaaltijd in een jasje van fairtrade. Lekker eten en gebruik maken van fairtrade-producten?! Het kan!

Datum: donderdag 6 oktober

Uur: vanaf 11u00

Prijs: 8 euro (inschrijvingen vanaf 12 september, tijdig inschrijven is nodig)

Gezonde kookles

In oktober vindt er opnieuw een gezonde kookles plaats. Ditmaal van 10u00 tot 12u00! Meer info te verkrijgen vanaf 1 september in Centrum Overleie! Inschrijvingen zullen lopen vanaf midden september!

Datum: dinsdag 4 oktober

Uur: 10u00

Prijs: 5 euro per persoon



BvB KORTRIJK CENTRUM-ZUID

CZ

Ontmoetingsnamiddagen voor 75-plussers

in het kader van Buren voor Buren

Na een verlofperiode verwelkomen we jullie graag opnieuw op onze ontmoetingsnamiddagen. Dit zowel in het gebied van de Lange Munte, als in het gebied van de 3-hofsteden.

We starten onze namiddag wel een half uurtje later, zodat jullie na het middagmaal nog wat kunnen rusten. Aanvang dus om 14u30 in plaats van 14u00. Wie er niet zelfstandig kan geraken kan dit melden bij inschrijving. We halen u graag thuis op met een liftbusje. Dus laat dat zeker geen belemmering zijn om ook een namiddag samen door te brengen met leeftijdsgenoten.

Ook nieuwe mensen zijn van harte welkom!

Inschrijvingen gebeuren best via de woonzorgverlener Inge De Meersseman.

Inge is telefonisch bereikbaar tijdens de week (tijdens de kantooruren- en niet op woensdag) op het nummer 0473 86 26 60. U kan ook altijd een boodschap inspreken, dan belt ze zo spoedig mogelijk terug op. Of u contacteert ze per mail: inge.demeersseman@ocmwkortrijk.be

Of tijdens de consultaties OIP in het wijkbureau, volksvertegenwoordiger De Jaegerelaan 52, op maandagnamiddag tussen 14u00 en 16u00. (juiste data terug te vinden in de kalender).

Gebied Lange Munte

Deze namiddag zorgen we voor informatie op een ontspannende manier. We laten jullie in kleine groepjes deelnemen aan een gezondheidskwis. Laat dit u niet afschrikken, het blijft op een leuke en eenvoudige manier. Want een gezellige namiddag beleven blijft het belangrijkste!





De kop koffie en een warme appeltaart met ijs ontbreken ook niet op het menu.

-  : Dinsdag 6 september
-  : 14u30
-  : buurthuis Lange Munte, Lange Munteplein 7, bus 5
-  : 2 euro
-  : bij Inge vóór 2 september. Niet via Rebecca deze keer want zij is in verlof!

De volgende namiddag gaat door op dinsdag 4 oktober. Noteer deze datum alvast op uw kalender. Dan zorgen we voor een informatief moment en erna gezellig samen-zijn.

Gebied 3-hofsteden

Wij zorgen voor een ontspannende namiddag met een 8-tal oude volksspelen. Dus zeker de moeite om langs te komen en mee te doen. De smaakpapillen verwennen we deze keer met lekkere chocolademousse en natuurlijk een heerlijk kopje koffie. Voor de diabetici zorgen we voor een aangepast alternatief. Gelieve dit te vermelden bij inschrijving.

-  : Dinsdag 20 september
-  : 14u30 in de refter van de school 3-hofsteden, te bereiken via de Oudenaardses-teenweg
-  : 2 euro
-  : Inschrijvingen vóór 16 september.

	De Zonnewijzer		De Condé		Centrum Overleie		Kortrijk-Centrum-Zuid	
Donderdag 01 september	09u00 09u00 10u30 13u00 14u00 14u00	Pedicure Aerobic Eenvoudig bewegen Gelaatsverzorging Darts Computerassistentie	14u00	Bijeenkomst bijartclub	14u00	Hobbyclub		
Vrijdag 02 september	08u30 08u30 09u00 13u30 14u00 14u30	Haarverzorging Repetitie muziek Naaiatelier Amber Wandeling Zarren Computerassistentie Petanque	14u00 14u00	Bridge Seniorendans	13u30	Wandeling Zarren		
Maandag 05 september	09u30 10u30 13u00 14u00 14u00 14u30	Turnen Eenvoudig bewegen Pedicure Scrabble Rummikub Computerassistentie Rouwen en Verlies	13u30 14u30	Juwelen maken Bridge			14u00	Consultaties OIP
Dinsdag 06 september	09u00 09u30 14u00 14u00 14u00	Pedicure Bestuur Fietsclub Ping pong Computerassistentie Infomoment Computer (Vlaskap)	VM 08u45 09u00 09u45 10u30 14u00	Computerassistentie Aerobic Pedicure Turnen Eenvoudig bewegen Infomoment Computer (Vlaskap)	14u00 14u00 14u00	Gezondheidsconsultatie CREA bloemschikken Infomoment Computer (Vlaskap)	14u00 14u30	Infomoment Computer (Vlaskap) Ontmoetings-namiddag 75+ op Lange Munte
Woensdag 07 september	14u00	Computerassistentie	VM 09u30 13u30 14u00 14u00	Computerassistentie Reiscluboverleg Consultaties Moestuin Bridge				
Donderdag 08 september	09u00 09u00 09u00 09u00 10u00 13u00 13u30 14u00 14u00 14u00 14u30 14u30	Italiaans voor op reis Naaiatelier Amber Pedicure Aerobic Eenvoudig bewegen Gelaatsverzorging Naaiatelier Amber Manillen Darts Computerassistentie Leesclub Contactnamiddag	NM 10u00 14u00	Computerassistentie Soep van de maand Tekenen- en schilderatelier	14u00 14u30	Hobbyclub Museumbezoek		
Vrijdag 09 september	08u30 08u30 09u00 14u00 14u30 14u30	Haarverzorging Repetitie muzikanten Naaiatelier Amber Computerassistentie Voordracht medicatie Petanque	14u00	Seniorendans	14u00	Gezondheidsvoordracht hoe gezond starten met sporten		
Maandag 12 september	10u30 13u00 14u00 14u00 14u00	Eenvoudig bewegen Pedicure Fietstocht Rumbeke Amber Computerassistentie	14u00	Bridge			14u00	Geen consultaties OIP!
Dinsdag 13 september	08u45 09u00 09u00 09u00 09u00 13u45 13u45 14u00 14u00	Computerinitiatie 2 Ochtendgym (Plein) Pedicure Photoshop 2 Daguitstap Séclin Internet basis Photoshop workshop Pingpong Computerassistentie	VM 08u45 09u00 09u00 09u45 10u30 14u00	Computerassistentie Aerobic Ochtendgym (Plein) Pedicure Turnen Eenvoudig bewegen Bowling	09u00 09u30	Ochtendgym (Plein) Pedicure	09u00	Ochtendgym (Plein)
Woensdag 14 september	09u00 14u00	Pedicure Computerassistentie	VM 09u30 09u30 13u30 14u00	Computerassistentie Werkgroep cultuur Tai Chi Kapsalon Bridge				
Donderdag 15 september	09u00 09u00 09u00 09u00 10u00 11u00 13u30 14u00 14u00 14u30	Italiaans voor op reis Naaiatelier Amber Pedicure Aerobic Eenvoudig bewegen Turnen Naaiatelier Amber Reisclub Computerassistentie Darts	NM 09u30 09u30 14u00 14u00	Computerassistentie Bestuur Bridge Werkgroep computerassistentie Kookdemo Voordracht voeding	14u00 14u30 17u30	Hobbyclub Leeskring Computerinitiatie		

	De Zonnewijzer		De Condé		Centrum Overleie		Kortrijk-Centrum-Zuid	
Vrijdag 16 september	08u30 08u30 09u00 14u00 14u30	Haarverzorging Repetitie muzikanten Naaiatelier Amber Computerassistentie Petanque	08u45 13u45 14u00	Internet gevorderden Computerinitiatie Seniorendans	09u00 13u30	Internet basis Internet gevorderd		
Maandag 19 september	09u30 10u30 13u00 14u00 14u00 14u00 14u00 14u30	Turnen Eenvoudig bewegen Pedicure Amber Kalliope Scrabble Computerassistentie Rummikub	14u00	Bridge			14u00	Consultaties OIP
Dinsdag 20 september	08u45 09u00 09u00 09u15 13u45 13u45 14u00 14u00 14u00	Computerinitiatie 2 Photoshop 2 Pedicure Fundans Internet basis Photoshop workshop Info taalcursussen (Idc de Condé) Pingpong Computerassistentie	VM 08u45 09u00 09u45 10u30 13u30 14u00	Computerassistentie Aerobic Pedicure Turnen Eenvoudig Bewegen Fietstocht Reninge Info taalcursussen (Idc de Condé)	09u30 14u00 14u00	Pedicure Contactnamiddag met gezondheidsconsultatie voor deelnemers Info taalcursussen (Idc de Condé)	14u00 14u30	Info taalcursussen (Idc de Condé) Ontmoetings-namiddag op 3 Hofsteden
Woensdag 21 september	09u00 14u00	Pedicure Computerassistentie	VM 09u30 13u30 14u00	Computerassistentie Tai Chi Consultaties Bridge				
Donderdag 22 september	09u00 09u00 09u00 09u00 10u00 13u00 13u30 14u00 14u00 14u00 14u30 14u30	Italiaans voor op reis Naaiatelier Amber Pedicure Aerobic Eenvoudig bewegen Gelaatsverzorging Naaiatelier Amber Manillen Panaché tornooi Computerassistentie Darts Ontspanningsnamiddag	NM 11u00 14u00 17u00	Computerassistentie Feestmaaltijd Dieetadvies Hydrobic	14u00 17u30	Hobbyclub Computerinitiatie		
Vrijdag 23 september	08u30 08u30 09u00 14u00 14u00 14u00 14u30	Haarverzorging Repetitie muzikanten Naaiatelier Amber Kingen Panaché tornooi Computerassistentie Petanque	08u45 13u45 14u00	Internet gevorderden Computerinitiatie Seniorendans	09u00 13u30 13u30 15u00	Internet basis Fietstocht Vichte Internet gevorderd Gezondheidsspecial		
Maandag 26 september	09u00 09u30 10u30 14u00	Italiaans 3 Turnen Eenvoudig bewegen Computerassistentie	14u00 14u00	Spaans 2 Bridge			14u00	Consultaties OIP
Dinsdag 27 september	08u45 09u00 09u15 13u00 13u45 13u45 14u00 14u00 14u00	Computerinitiatie 2 Photoshop 2 Fundans Pedicure Internet basis Photoshop workshop Vrije hobby Pingpong Computerassistentie	VM 08u45 09u00 09u45 10u30 14u00 14u30	Computerassistentie Aerobic Stuurgroep BvB Turnen Eenvoudig Bewegen Bloemschikken Bezoek Filliers	08u30 09u30	Engels 6 Pedicure		
Woensdag 28 september	09u00 11u30 14u00 14u00	Pedicure Breughel Buffet Vlaamse kermis Computerassistentie	VM 09u30 13u30 14u00 14u00	Computerassistentie Tai Chi Kapsalon Ontmoetingsnamiddag Bridge				
Donderdag 29 september	09u00 09u00 09u00 09u00 10u00 13u30 14u00 14u30	Italiaans 1 Naaiatelier Amber Pedicure Aerobic Eenvoudig bewegen Naaiatelier Amber Computerassistentie Darts	NM	Computerassistentie Daguitstap Naaiatelier	14u00 17u30	Hobbyclub Computerinitiatie		
Vrijdag 30 september	08u30 08u30 09u00 14u00 14u30	Themadag zorgend vrijwilligerswerk Haarverzorging Repetitie muzikanten Naaiatelier Amber Computerassistentie Petanque	08u45 09u00 13u45 14u00	Themadag zorgend vrijwilligerswerk Internet Gevorderden Proefles Spaans Computerinitiatie Seniorendans	09u00 13u30	Themadag zorgend vrijwilligerswerk Internet basis Internet gevorderd		Themadag zorgend vrijwilligerswerk

	't Cirkant (Marke)		De Vlaskapelle (Bissegem)		De Zevenkamer (Heule)		Seniorenacties	
Donderdag 01 september	09u00 09u30 13u30	Aerobic Oplaadpunt Eandis Bridge	08u30 09u00 10u00 13u30 14u00	Haarverzorging Turnen Computerassistent Fitness Vrije hobby	14u00	Voordracht: rookstop	16u30	Ping-pong (R)
Vrijdag 02 september	14u30	Ontmoetingnm. 80+	14u00	Pingpong				
Maandag 05 september	09u30 14u00 14u30	Oplaadpunt Eandis Computerassistentie Darts	09u00 09u00 10u15 11u00 13u00 13u15	Aerobic Gelaatsverzorging Eenvoudig bewegen Fit 4 fun Pedicure Wandeltocht - Izegem	09u00 13u15 14u30	Pedicure Consultaties Manillen	09u00 09u00 10u30 14u00	Computerassis. (B) OIP (B) OIP (K) Computerassis. (R)
Dinsdag 06 september	09u00 09u00 13u30 14u00 14u00 14u00	Turnen Pedicure Consultaties soc.ver. Fietstocht Heule Kubb Infomoment: Computercursussen (De Vlaskapelle)	10u00 14u00	Computerassistent Infomoment: Computercursussen (De Vlaskapelle)	13u30 14u00 14u00	Bridge Scrabble Infomoment: Computercursussen (De Vlaskapelle)	09u00 09u00 10u00 14u00 14u00 16u00	Eenvoudig bew. (A) Computerassis. (K) Aerobic (R) Hobbyclub (R) Infomoment: Computercursussen (De Vlaskapelle) OIP (R)
Woensdag 07 september	14u00 14u00	Biljart Pingpong	09u00 14u00 14u30	Fitness Het Vlaskapelle Koor Clubkaarting	08u45 08u45 09u45 10u30	Consultaties Aerobic basic Turn je fit Eenvoudig bewegen	09u00 09u00 09u00 14u00	Pedicure (A) OIP (A) Variatiesport (R) Contactnamiddag (B)
Donderdag 08 september	09u00 09u30 13u30	Aerobic Oplaadpunt Eandis Bridge	08u30 09u00 10u00 10u00 13u30	Haarverzorging Turnen Computerassistent Mobiële keuken Fitness	13u45 14u00	Fietstocht: Harelbeke Rookstop in groep	09u00 14u00 14u00 16u30	Duits voor op reis (A) Contactnamiddag (R) Computerassis. (A) Ping-pong (R)
Vrijdag 09 september	14u30	Kaarting	10u00 14u00 14u00 14u30	Centrumraad (clubw) Pingpong Cons. Soc. Verpl. Koersbal (start)			14u00	Rummikub (A)
Maandag 12 september	09u30 14u00 14u30	Oplaadpunt Eandis Computerassistentie Darts	08u45 09u00 10u15 11u00 13u00 13u45 14u00 14u30	PC-initiatie (les 1) Aerobic Eenvoudig bewegen Fit 4 fun Pedicure Photoshop (les 1) Scrabble Rugtraining (proefles)	09u00 09u00	Pedicure Zumba	08u45 09u00 09u00 10u30 13u45 14u00	Internet gev. (A) OIP (B) Computerassis. (B) OIP (K) Photoshop work. (A) Computerassis. (R)
Dinsdag 13 september	09u00 09u00 13u30 13u30 14u00	Ochtendgym (Plein) Pedicure Consultaties soc.verp Wandelen Hulste Kubb	09u00 10u00 13u30 14u00 14u30 15u00	Ochtendgym (Plein) Computerassistent Fietstocht – Izegem Voordracht parkinson Ontmoetingsnamid. Cons. Soc. Verpl.	09u00 13u45	Ochtendgym (Plein) Bridge	09u00 09u00 10u00 09u00 16u00	Ochtendgym (Plein) Computerassis. (K) Aerobic (R) Ochtengym (Plein) OIP (R)
Woensdag 14 september	09u00 09u30 13u45 14u00 14u00 14u00	Photoshop 2 Werkgr. Cultuurbus Multimedia Interkaarttornooi Biljart Pingpong	09u00 14u30	Fitness Gezelschapsspelen	08u45 08u45 09u00 09u00 09u45 13u30 14u00 16u00	Aerobic basic Turn je fit Zomerles Engels Haarverzorging Eenvoudig bewegen Pedicure Contactnamiddag Consultaties	08u45 09u00 09u00 10u00 13u45 14u00	Windows 7 (B) OIP (A) Variatiesport (R) Aerobic (R) Internet gev. (B) Contactnamiddag (K)
Donderdag 15 september	09u00 09u30 13u30 14u00	Aerobic Oplaadpunt Eandis Bridge Werkgr. kalligrafie	08u30 09u00 10u00 13u30	Haarverzorging Turnen Computerassistent Fitness	14u00 14u00	Rookstop in groep Dieetadvies	09u00 14u00 16u30	Duits voor op reis (A) Computerassis. (A) Ping-pong (R)
Vrijdag 16 september	09u00 13u45 14u30	Internet Photoshop 3 Scrabblenamiddag	14u00 14u30	Pingpong Petanque (Slot)			13u30	Crea met textiel (B)
Maandag 19 september	09u30 09u30 14u00 14u30	Buren v/buren Marke Oplaadpunt Eandis Computerassistentie Darts	08u45 09u00 09u00 10u15 11u00 13u00	PC-initiatie Aerobic Gelaatsverzorging Eenvoudig bewegen Fit 4 fun Pedicure	09u00 13u15 14u30	Pedicure Consultaties Manillen	08u45 09u00 09u00 10u30 13u45 14u00	Internet gev. (A) OIP (B) Computerassis. (B) OIP (K) Photoshop work. (A) Computerassis. (R)

			13u45 14u30	Photoshop Rugtraining			14u00	Rugschool (R)
	't Cirkant (Marke)		De Vlaskapelle (Bissegem)		De Zevenkamer (Heule)		Seniorenacties	
Dinsdag 20 september	09u00 09u00 13u30 13u30 14u00 14u00 14u00	Turnen Pedicure Consultaties soc.verp Textielvormgeving Fietsen Stasegem Kubb Info taalcursussen (Idc de Condé)	10u00 14u00 14u00	Computerassistent Dans: Flamenco Info taalcursussen (Idc de Condé)	13u45 14u00 14u00	Bridge Scrabble Info taalcursussen (Idc de Condé)	09u00 09u00 14u00 16u00	Eenvoudig bew. (A) Computerassis. (K) Info taalcursussen (Idc de Condé) OIP (R)
Woensdag 21 september	09u00 09u00 13u45 14u00 14u00	Photoshop 2 Zumba Multimedia Biljart Pingpong	09u00 09u00 14u00 14u30	Fitness Pedicure Het Vlaskapelle Koor Clubkaarting	08u45 09u45 10u30	Aerobic basic Turn je fit Eenvoudig bewegen	08u45 09u00 09u00 09u00 10u00 13u45	Windows 7 (B) OIP (A) Variatiesport (R) Pedicure (A) Aerobic (R) Internet gev. (B)
Donderdag 22 september	09u00 09u30 13u30 14u00	Aerobic Oplaadpunt Eandis Bridge Kalligrafie	08u30 09u00 10u00 14u00	Haarverzorging Computerassistent Fitness Wandel door culturen	13u00 13u45 14u00	Bedrijfsbezoek Fietsclub: Bissegem Rookstop in groep	09u00 13u30 14u00 14u00 16u30	Duits voor op reis (A) Bezoek shopping Wandeltocht (R) Computerassis. (A) Ping-pong (R)
Vrijdag 23 september	09u00 13u30 13u45 14u00	Internet Textielvormgeving Photoshop 3 Aquarel	14u00	Pingpong			13u30	Bezoek shopping
Maandag 26 september	09u00 09u30 14u00 14u30	Frans 3 Oplaadpunt Eandis Computerassistentie Darts	08u45 09u00 10u15 11u00 13u00 13u45 14u00	PC-initiatie Aerobic Eenvoudig bewegen Fit 4 fun Pedicure Photoshop Scrabble	09u00 09u00 09u00	Pedicure Zumba Engels 3	08u45 09u00 09u00 09u00 10u30 13u45 14u00 14u00 14u00 14u00	Internet gev. (A) OIP (B) Yoga (R) Computerassis. (B) OIP (K) Photoshop work. (A) Bezoek vlamuseum Engels 4 (A) Rugschool (R) Objectief (R) Computerassis. (R)
Dinsdag 27 september	09u00 09u00 12u00 14u00	Turnen Pedicure Culinair festijn Kubb	09u00 10u00 14u00	Taalles: Spaans Computerassistent Dans: Flamenco	13u45 14u00	Bridge Lijndansen	09u00 09u00 16u00	Eenvoudig bew. (A) Computerassis. (K) OIP (R)
Woensdag 28 september	09u00 09u00 13u45 14u00 14u00	Photoshop 2 Zumba Multimedia Biljart Pingpong	09u00 09u00 14u00 14u30	Taalles: Italiaans Fitness Het Vlaskapelle Koor Gezelschapsspelen	08u45 09u00 09u45 10u30	Aerobic basic Haarverzorging Turn je fit Eenvoudig bewegen	08u45 09u00 09u00 13u45	Windows 7 (B) OIP (A) Variatiesport (R) Internet gev. (B)
Donderdag 29 september	09u00 09u30 13u30	Aerobic Oplaadpunt Eandis Bridge	08u30 09u00 09u00 10u00 13u30	Haarverzorging Taalles: Engels Turnen Computerassistent Fitness	11u45 14u00	Feestmaaltijd Rookstop in groep	14u00 14u00 14u00 16u30	Contactnamiddag (A) Fietstocht Computerassis. (A) Ping-pong (R)
Vrijdag 30 september	09u00 09u00 13u45 14u00	Themadag zorgend vrijwilligerswerk Engels 1 Internet Photoshop 3 Aquarel	14u00 14u00 14u00 14u30	Themadag zorgend vrijwilligerswerk Prijskaarting Pingpong Cons. Soc. Verpl. Volksspelen	14u00	Themadag zorgend vrijwilligerswerk Juwelen vervilten	09u00 13u30	Themadag zorgend vrijwilligerswerk Italiaans 2 (A) Crea met textiel (B)

(A) = Aalbeke, (B) = Bellegem, (K) = Kooigem, (R) = Rollegem



“Getagd” van 1/09 t.e.m 28/10

Fototentoonstelling naar aanleiding van 25 jaar Kortrijkse dienstencentra”

Overzicht van 25 jaar lokale dienstencentra is niet het opzet van deze tentoonstelling. Wat de medewerkers bewoog om deze tentoonstelling te realiseren is ‘wat 25 jaar werking van de dienstencentra’ betekent en heeft betekend voor de Kortrijkse senioren, ouderen.

Waar de dienstencentra in de afgelopen 25 jaar voor veel ouderen soelaas bracht en brengt voor de nood aan sociaal contact, de vraag naar heldere informatie en advies, de behoefte aan zelfontplooiing en vorming is vooral het beeld van de oudere in de samenleving bijgestuurd en genuanceerd tot de “ervaren actieve oudere met zijn/haar menselijke beperkingen maar vindingrijk en wijs”.

De Kortrijkse dienstencentra willen dan ook in de toekomst een lans blijven breken voor de ouderengroep in onze samenleving en zijn overtuigd dat zij een belangrijke rol te vervullen hebben.

Deze tentoonstelling heeft 10 foto's “getagd”. We willen 10 beelden met u delen, naar analogie met wat in populaire sociale netwerksites als facebook, netlog, ... veelvuldig gebeurd. Het zijn foto's waarbij we ouderen in een niet alledaagse context plaatsen. We tonen u 10 getagde foto's die uitnodigen tot nadenken, glimlachen, herkennen, fronsen, ...

Deze tentoonstelling is gerealiseerd dankzij de spontane medewerking van een 40-tal figuranten, de klimzaal blueberry hill, shoppingcenter K in Kortrijk en Tack toren.

De foto's werden genomen door fotograaf Sarkis Bagramian.

De foto's zijn vanaf 1 september tot 28 oktober te bekijken in 't Cirkant. Spring gerust eens binnen.



Info-namiddag ‘verdriet heeft met liefhebben te maken’ i.s.m. KVLV Marke

Een scheiding, het overlijden van je kind, je partner die zwaar ziek wordt of dement, je job verliezen... Er is zoveel zichtbaar en onzichtbaar verlies in het leven, op straat en in huiskamers. In onze maatschappij wordt rouwen vaak gezien als een emotionele pijn waarvan je zo snel mogelijk moet herstellen. Rouw moet een eindpunt hebben. Uitspraken als 'je moet erover praten, anders wordt je ziek', of 'Je zult er sterker uitkomen' drukken bepaalde verwachtingen uit waaraan jij denkt dat je moet beantwoorden in je rouwproces. Maar elk rouwproces is uniek en elke mens mag rouwen op zijn manier, zelfs als je de pijn een leven lang meeneemt. Tijdens deze vorming wordt stilgestaan bij het unieke van elk rouwproces, met veel geloof in de innerlijke veerkracht van elke mens. Mevrouw Marina Osaer zal ons over dit thema onderhouden.

🗓️ : maandag 10 oktober
 🕒 : 14u00
 € : 2 euro (koffie inbegrepen)
 Organisatie: dienstencentrum 't cirkant en KVLV Marke

Het interkaarttoernooi

De verschillende kaarterclubs uit Bellegem, de Zevenkamer, de Vlaskapelle en 't Cirkant nemen het vanaf september terug tegen elkaar op. In een heen- en een terugronde dingen ze voor het meest gewonnen partijen. Elke clubverantwoordelijke duidt zijn spelers aan.

De kaartnamiddag start telkens om 14u00. Hieronder volgt de kalender:

🗓️ : Woensdag
 14/09/11: 't Cirkant
 12/10/11: OC de Wervel (Bellegem)
 09/11/11: de Zevenkamer (TerMelle)
 14/12/11: de Vlaskapelle
 11/01/12: 't Cirkant
 08/01/12: OC de Wervel
 14/03/12: de Zevenkamer
 11/04/12: de Vlaskapelle



L.D.C. 'T CIRKANT

M

De nieuwe voordrachtenreeks

Het dienstencentrum 't Cirkant is partner in het samenwerkingsverband (15 verenigingen) die de organisatie op zich neemt van een viertal boeiende voordrachten. De laatste hand moet nog aan het programma worden gelegd maar wij kunnen u alvast een aantal sprekers uit de reeks warm aanbevelen:

Olijfolie en pesto (met proefsessie) door Ann Vansteenkiste: dinsdag 6 december 11 om 20u00
Ik ben niet van gisteren door trendwatcher Herman Konings: donderdag 2 februari 12 om 20u00
Rachida Lamrabet (Schrijfster) ikv internationale vrouwendag: donderdag 8 maart 12 om 20u00
Meer informatie in het Boekske van oktober.

2 delige herfstactiviteit

Bezoek champignonkwekerij in Wevelgem

In 1990 werd gestart met de kweek van champignons. De stiel leerden de huidige uitbaters van hun ouders die een champignonkwekerij hadden. Deze lag in het centrum van Wevelgem.

Een champignonbedrijf bestaat uit verschillende 'teeltcellen'. Elke teeltcel bevindt zich in een ander stadium van het teeltproces. Op deze manier kunnen elke dag verse champignons voorzien worden. In de werkgang staan verschillende apparatuur om de teelt zo goed mogelijk te laten verlopen.³





Groenten eten is gezond. Omdat ze calorie- en vetarm zijn en rijk aan mineralen, vitaminen en vezels. Net zoals champignons. Op sommige voedingswaarden scoren champignons zelfs beter dan groenten. Geen wonder dat champignons ook wel supergroenten worden genoemd. Ze zijn een belangrijke bron van vitamine B2, vitamine B3, foliumzuur en van de mineralen kalium en fosfor. Daarnaast zijn ze ook rijk aan vezels en koper.

Zin om een kijkje te nemen in de wereld van de champignon?

-  : vrijdag 7 oktober
-  : 13u30 vertrek LDC 't Cirkant
14u00 t/p Champignonkwekerij Dhaene-Vanlede Bieststraat 107 Wevelgem
-  : 5 euro (origineel champignonhapje en glaasje kava inbegrepen)
1 euro vervoersonkosten voor wil meerijden
-  : Inschrijven kan tot 29 september

Kookles: lekker met champignons.



Na het bezoek aan de champignonkwekerij kregen we echt goesting om heerlijke gerechtjes te toveren met deze bijzondere groente. We maken een drietal lekkernijen: paddenstoelentaart met geitenkaas, champignontoast met brie en honing, champignonragout (met kastanjechampignons)

-  : Datum: 24 oktober
-  : 14u00
-  : 10 euro
-  : Inschrijven kan tot 17 oktober

Zumba-fitness voor senioren (najaar 2011)

Zumba betekent letterlijk "snel bewegen en lol maken" Bewegen op verschillende swingende Latijns – Amerikaanse muziek. Hoewel je met een stevige work-out bezig bent, voelt dit absoluut niet zo aan. Zumba is anders! De klassieke fitness die wordt gegeven bevat vaak een reeks van bewegingen die telkens herhaald worden. Al gauw leidt deze herhaling tot verveling. Het dynamische Zumba-fitnessprogramma biedt heel wat variatie en de afwisseling tussen de snellere en tragere nummers geven je de kans om even te recupereren. Zumba werkt effectief! Na een aantal zumba-lessen heb je al de indruk dat het volgen van de lessen invloed heeft op je uithoudingsvermogen. Zumba heeft ook het voordeel dat je achteraf geen spierpijn voelt omdat je alle oefeningen op je eigen tempo en naargelang je eigen conditie kan uitvoeren. Zumba = Party Time



-  : woensdag voormiddag 21/9-28/9
5/10-12/10-19/10-26/10
9/11-16/11-23/11-30/11
7/12-14/12-21/12
-  : van 9u00-10u00
-  : 52 euro (13 lessen)
: GRATIS LES op woensdag 14/09
-  : Inschrijven kan tot en met 14 september



Cursus aquarel en/of acryl voor beginners

U kunt genieten van een mooi stilleven of een landschap uit de provence in die prachtige aquareltechniek. Het is altijd uw wens geweest deze techniek onder de knie te krijgen. Welnu vanaf vrijdag 23 september organiseert het dienstencentrum een 10-delige cursus aquarel voor beginners. Een sterke motivatie is de ideale basis om een nieuw avontuur tot een goed einde te brengen. Uw gids en ervaren lesgeefster is Mevr. Lucienne Blomme. Zij laat u kennismaken met de verschillende materialen, de beginselen van het tekenen en uiteraard de techniek van het aquarelleren. Wie naast aquarel ook kennis wil maken met het schilderen met acrylverf zit met deze cursus goed.

-  : 23 , 30 september
7, 14, 21, 28 oktober
18, 25 november
2, 9 december
-  : 14u00 - 16u30
-  : 65 euro
-  : Inschrijven vóór 16 september 11 in dienstencentrum 't Cirkant (056 24 08 25)



Atelierwerking Aquarel

Heb je al wat ervaring met het aquarelschilderen dan kan je terecht in het schildersatelier op dinsdagnamiddag. Tijdens deze lessen kan er vrij geschilderd worden, wat je schildert kies je zelf. Als ondersteuning en begeleider is de heer Pol Allaert in

-  : 11, 18, 25 oktober
8, 15, 22, 29 november
6, 13, 20 december
-  : 14u00 – 17u00
-  : 75 euro voor 10 lessen
-  : Inschrijven kan tot 4 oktober

de les aanwezig.

Nieuwe reeks kalligrafie

Kalligrafie of de kunst van het schoonschrijven is een techniek om je schrift te verbeteren en om mooie ontwerpen te maken waarmee je je medemens kan verblijden door hem een eigengemaakte kaart, kader, verjaardagswens, of communiewens enz te sturen. Het vergt veel geduld, oefening en aandacht om het tot een goed einde te brengen. Wie eens door de microbe gebeten is komt steeds tijd te kort. We vertrekken vanuit het Humanistisch Coursief. Dit is een zeer gangbaar en goed leesbaar lettertype en biedt vele mogelijkheden tot variaties . Dit kan gaan van eenvoudige ontwerpen tot de meer ingewikkelde soort die dan al meer richting boekbinden uitgaat. Een voorproefje van een bijkomende cursus misschien ? Ook andere lettertypes kunnen aangeleerd worden. Ze hebben hun eigen vorm en charme en geven een totaal ander karakter aan het werk . Keuze genoeg. Deze cursus groepeerd zowel beginners als gevorderden. De deskundige begeleiding wordt verzorgd door Mevr. Mia Clibouw.

Benodigheden:

- gewoon typepapier A3 formaat (90 gr)
- pennenset kan aangekocht worden bij de leeraar à 15 euro (omvat : 1 pennestok, 2 pennen Speedball (C2 en C4), 1 potlood, 1 inktpot zwart Parker , 1 kneedgom)
- Graag een lat liefst van 50 cm

Gezien we op blanco papier werken (niet geruit) worden er bladen met de onderlijntjes gegeven door de lesgever .

-  : Telkens op donderdagnamiddag
: 22 september - 6 , 20 oktober - 10,
24 november - 8, 22 december - 12, 26
januari - 9 februari
-  : 14u00 - 16u30
-  : 50 euro
-  : Inschrijven vóór 16/09/11





L.D.C. 'T CIRKANT

M

Textielvormgeving najaar 2011

Er zijn nog enkele plaatsen vrij, wie snel is kan er nog bij!

 : Dinsdag 20 september 4, 8 oktober 15, 29 november 13 december	 : Vrijdag 23 september 7, 21 oktober 18 november 2, 16 december
 : 13u30-17u00	
 : 45,00 euro	

Fietstochten + terugblik op het fietsseizoen 2011

Voor de laatste maand van het fietsseizoen 2011 pakt de fietsclub uit met een 3-tal activiteiten: twee fietstochten en de klassieke terugblik op het seizoen 2011.

 : 06 september: fietstocht Heule 20 september: fietstocht Stasegem
 : telkens verzamelen om 13u30 vertrek om 14u00
 : 1 euro (verzekering inbegrepen)

Om het fietsseizoen op een feestelijke manier af te sluiten organiseert het dienstencentrum op dinsdag 4 oktober een terugblik op de afgelopen maanden fietsplezier. Bij een lekkere feestdis staan we stil bij de mooie fietsmomenten. Etienne zorgt zoals elk jaar voor de filmbeelden.





Op het menu

tomatenroomsoep

Kipfilet royale met zijn garnitures en mini-kroketjes




chocomousse

In de loop van de namiddag: koffie met gebak

 : dinsdag 4 oktober
 : 12u00
 : 9 euro (maaltijd + koffie en gebak) 2 euro (enkel koffie en gebak)
 : inschrijven vóór 27september

Wandelen: het Muizelmolenpad in Hulste

De Muizelmolen is het vertrek- en middelpunt van de wandeling. De wandeling loopt hoofdzakelijk in het landelijk gebied van Hulste en is vrij goed begaanbaar.

 : dinsdag 13 september
 : 13u30 (verzamelen in 't Cirkant)
 : 1 euro (+ 1 euro vervoer)





Culinair festijn

De lekkerbekken onder jullie kijken alvast uit wat we deze maand aanbieden:

Bouillabaise



Crème brullé

 : Datum: dinsdag 27 september
 : 12u00
 : 8 euro
 : Inschrijven vóór 23 september

Vast aanbod:

Scrabble-namiddag

Datum: Vrijdag 16 september

Uur: 14u30

Ping-Pong

Elke woensdagnamiddag vanaf 14u00 (onder voorbehoud dat grote zaal vrij is)

Darts

Iedere maandag om 14u30 in de cafétaria van het dienstencentrum, gratis.

Bridgeclub 't Cirkant

De bridgeclub 't Cirkant speelt elke dondersdagnamiddag haar partijen
Aanvang om 13u30.

Vrije hobby

Kan deze maand niet doorgaan.

Kubb





Iedere dinsdag om 14u00, gratis

L.D.C. VLASKAPELLE

**B**

Wandel door culturen...

Kortrijk telt ondertussen al een enorme diversiteit aan culturen. Daarom nodigen wij jullie graag uit op deze interculturele wandeling doorheen Kortrijk, mét gids. We gaan langs in de halal slagerij, bezoeken een Turkse bakker, een Pakistaanse supermarkt.... De eigenaars van deze zaken vertellen u graag over hun tradities en de dagelijkse gang van zaken. We leren ook hoe de stad Kortrijk omgaat met migratie en we zien welk traject nieuwkomers doorlopen. Deze wandeling is in handen van Leiaarde (VZW Bik) in opdracht van Stad Kortrijk.

-  : donderdag 22 september.
-  : 14u00 op de Veemarkt ter hoogte van parkeertoren C, of 13u30 in LDC De Vlaskapelle
-  : 4 euro
-  : Inschrijven kan tot 8 september.
Gelieve bij inschrijving door te geven waar u wacht, en of u vervoer nodig heeft naar de Veemarkt.






Voordracht: Op weg met Parkinson ism de Vlaamse Parkinson Liga

De ondervoorzitter van de Vlaamse Parkinson Liga geeft je, tijdens deze infonamiddag, een betere kijk op deze ziekte. Hij put vooral vanuit zijn eigen ervaringen als patiënt en hoopt ondersteuning en inzicht te verlenen over het dagelijks omgaan met deze chronische ziekte. Thema's als confrontatie met andere patiënten, depressie en seksualiteit gaat hij niet uit de weg. Deze namiddag is gericht op al wie met deze ziekte in contact komt : patiënten, partners, familie, vrienden, zorgverleners,...

-  : Dinsdag 13 september
-  : 14u00
-  : 3 euro (incl. koffie en versnapering).

Op de koffie: Toontje Hoger

ism OC De Neerbeek, Okra Bissegem en de Kortrijkse OuderenAdviesraad. Het werk van Toon Hermans raakt en ontroert nog steeds! Toontje Hoger wordt voor velen een prettig weerhoren, voor sommigen een ontdekking, maar voor allen een warm bad vol eenvoudige tedere gevoelens. Toontje Hoger bestaat uit 3 rasmuzikanten: Ariadne Van Den Brande, Joke Schreurs en Frank Tomme. Verwacht u niet aan imitaties maar meer aan een mooie ode tot Nederlands mooiste komiek.

-  : Dinsdag 18 oktober 2011
-  : 14u30
-  : 8 euro (Koffie en gebak inbegrepen)
Kaarten o.m. te verkrijgen aan de receptie van het dienstencentrum.

Dans in't Vlas!

Dansen is in! Laat de danskriebels al maar komen want wij bieden dit najaar 2 unieke kennismakingssreeksen aan met de Oriëntaalse dans en Flamenco. Beide reeksen tellen 5 danslessen gericht op 55-plussers.

REEKS 1 : FLAMENCO (5 lessen)

Benieuwd of er een Spaanse furie in u schuilt? Doe dan mee! Flamenco dans is afkomstig uit de zuidelijke provincies van Spanje. Kenmerkend voor deze muziekvorm zijn de Arabische klanken en het sterke "12-tellen" ritme. Het is een heel krachtige expressieve en temperamentvolle dansstijl, waar wat krachtig voetenwerk bij komt kijken. Maar evenzeer zijn de sierlijke armbewegingen van tel!



-  : Dinsdagen 20, 27 september
4, 11 en 18 oktober.
-  : 14u00 tot 15u30
-  : 55 euro voor 5 lessen van 1u30 (met korte pauze).
-  : Inschrijven kan tot 6 september.



L.D.C.

VLASKAPELLE

B

REEKS 2 : ORIENTAALSE DANS (5 lessen)

Maak kennis met de opzweepende oosterse ritmes en schrijf je in! Schuilt er in u een mysterieus oosters danstalent? Waarschijnlijk wel! Oriëntaale dans is de verzamelnaam voor dansvormen uit Noord-Afrika en het Midden-Oosten. De meest gekende is het buikdansen, en meer en meer komt ook de "Bollywood" dansstijl in de mode. Het opvallendste aan deze dansvormen is dat bewegingen vooral vanuit de heupen en de schouders beginnen.

-  : Dinsdagen 11 en 25 oktober
Donderdagen 13, 20 en 27 oktober.
-  : 15u00 tot 16u30
-  : 55 euro voor 5 lessen van 1u30 (met korte pauze).
-  : Inschrijven kan tot 27 september.

Voordracht : GPS Namibië




Tijdens deze diavoorstelling vertelt centrumleider Tom Bruneel zijn 16-daagse relaas in voor velen Afrika's mooiste land: Namibië. Je krijgt prachtige beelden en informatie over de mooie maar ook minder mooie aspecten van deze Duitse kolonie. Rassenhaat, safari, gastvrijheid, sloppenwijken, woestijnen,... In zijn verhaal reis je mee van Bissegem richting Frankfurt naar Windhoek en terug. Misschien krijgt u zelf zin om ernaar toe te trekken...

-  : Woensdag 19 oktober
-  : 14u00
-  : 3 euro (koffie + versnapering).




GRATIS proefles Rugtraining i.s.m. Sportdienst Kortrijk

De zeer gerichte oefeningen die spierversterkend en versoepelend werken, helpen rugklachten voorkomen en verminderen. Ook de goede individuele begeleiding zorgt er voor dat de oefeningen correct uitgevoerd worden. Onze trouwe deelnemers kunnen dit zeker beamen!

-  : gratis proefles op maandag 12 september,
-  reeks op maandag 19 september, 3, 10, 17 en 24 oktober, 7, 14 en 21 november, 5, 12 en 19 december om 14u30 tot 15u30.
-  : 38,50 euro
-  : tot 5 september voor de proefles, tot 12 september voor de reeks. Dit omdat er slechts 20 plaatsen beschikbaar zijn, om de individuele begeleiding te kunnen garanderen.

Ontmoetingsnamiddag 75 +:

Maandelijks houden wij een ontmoetingsnamiddag voor alle 75 plussers in Bissegem. Een namiddag om samen met uw leeftijdsgenoten een tasje koffie te drinken. Bij de koffie serveren wij deze maand chocolademousse. Reden genoeg dus om de deur van je huis voor een namiddagje dicht te trekken en langs te komen in De Vlaskapelle. Geen vervoer? Bij inschrijving laat je dit weten en onze vervoersdienst staat voor je klaar!



-  : Dinsdag 13 september
-  : 14u30
-  : 2 euro (betalen de dag zelf)
-  : inschrijven voor 7 september

L.D.C. VLASKAPELLE

**B**




'De vlasstappers' wandeltocht (waar ieder welkom is!)

Wij rijden met onze wagens richting Izegem en doen er dan een volledig vlakke wandeling. We houden halverwege een stop in: "Den Mol". De tocht duurt ongeveer 2 x 1 uur (ongeveer 8 km.). Een broodjesmaaltijd is achteraf voorzien in het dienstencentrum.

-  : maandag 5 september
-  : verzameling om 13.15 u (gelieve U aan te melden bij de verantwoordelijken). vertrek om 13.30 u
-  : 3 euro (inschrijving, verzekering en broodjesmaaltijd).
-  : Inschrijven ten laatste op donderdag 1 september. Wie de dag zelf wenst mee te gaan kan dit en betaalt 1 euro, dan zijn er geen broodjes voorzien

Bedrijfsbezoek: IMOG

Tijdens dit bezoek komen we ondermeer te weten hoeveel afval wij eigenlijk verzamelen. We moeten recyclen maar wat doen ze dan met alle PMD of met het papier en karton? We krijgen ondermeer een rondleiding in de Verbrandingsinstallatie. Bij het buitenzetten van je volgende huisvuilzak zal je ongetwijfeld nog eens terugdenken aan dit bedrijfsbezoek...

-  : Dinsdag 25 oktober
-  : 14u00 (Indien vervoer nodig, afspraak om 13u45 in De Vlaskapelle).
-  : 1,50 euro

Een creatieve gave?

De Vlaskapelle is op zoek naar mensen die de gave hebben om creatief uit de hoek te komen. In 't Vlasatelier zouden we graag maandelijks iets willen creëren. Bloemschikken, glaswerk, kunstwerkjes in papier-maché, schilderen, boetseren,... alles kan! Heeft u zo'n talent of kent u iemand die in deze wereld thuis is? Laat ons iets weten! Misschien leren wij binnenkort van u iets!

Den Troubadour: Leen Persijn

OC De Neerbeek organiseert dit jaar een reeks 'Troubadouravonden'. Bissegemnaren kennen ongetwijfeld de vroegere feestzaal "Den Troubadour" nog waar nu het OC-gebouw staat. Het OC gaat dus met deze reeks terug in de tijd... Leen Persijn is al meer dan 20 jaar een vaste waarde in Vlaanderen en Nederland, als actrice, cabaretière en zangeres. Samen met pianist Patrick Desmedt wil ze u een onvergetelijke avond bezorgen.

Zin om met het Dienstencentrum af te spreken voor een avondje uit?

-  : 7 oktober
 -  : 20u00
 -  : 7 euro
- Tickets o.m. te verkrijgen aan de receptie

NIEUW seizoen: Koersbal 2011-2012

Iedereen welkom bij de start van het nieuwe speeljaar! Koersbal wordt binnen gespeeld op een lange mat. Er moeten afgeplatte ballen zo dicht mogelijk bij een klein balletje gerold worden. Een leuk spel, dat toch enige handigheid en concentratie vereist, maar dat geschikt is voor alle leeftijden.

-  : vrijdag 9 september, 14 oktober
-  : 14u30
-  : 0,50 euro
-  : Inschrijven kan de dag zelf

Voordracht : Symptomen als wegwijzers ism Ziekenzorg

Tijdens deze lezing maak je in eerste plaats kennis met de werking van je lichaam bekeken vanuit het aetiopatistisch standpunt. Dit wil zeggen dat je leert begrijpen hoe je lichaam functioneert vanuit holistisch standpunt. Je lichaam is een samenstelling van verschillende elementen die nauw met elkaar verbonden zijn en die samen een geheel vormen. Ieder proces binnenin je lichaam is een reactie van je lichaam om te overleven in de situatie waarin het





L.D.C.

VLASKAPELLE


B

zich bevindt. Je krijgt inzicht in het ontstaan van je ziektebeelden waarbij je op zoek kan gaan naar oplossingen voor jouw problemen. Je klachten zijn er niet zomaar gekomen, ze zijn er in de eerste plaats om je te helpen en niet om je te straffen. Je symptoom is dan ook je ideale bondgenoot op weg naar genezing en persoonlijke ontwikkeling. Spreker : Koen Margo.

 : donderdag 27 oktober
 : 14u00
 : 3 euro
 : Inschrijven ten laatste op woensdag 19 oktober.




Zangtalent in Bissegem?

We kregen heel wat positieve reacties op ons artikel van vorige maand waarbij we lieten weten graag een koor op te richten die zich toelegt op populaire liedjes van vroeger en nu. Maar we zijn op zoek naar nóg meer mensen die 'goesting' hebben om te zingen. Geef graag een seintje als je naar onze eerste repetitie wil komen!

 : Woensdag 7 september
 : 14u00 oktober.

Nieuwe pedicure!

Vanaf september kom je in de gangen van het Di-
enstencentrum een nieuw gezicht tegen. Mevrouw Carol Desschans is de nieuwe pedicure van De Vlaskapelle!

 : ledere maandagnamiddag vanaf 13u00.
ledere derde woensdag van de maand
 : vanaf 9u00.
 : Een afspraak? Kom langs of bel 056 24 45 00 oktober

Terugblik TFW-dag

De Trein-Fiets-Wandeldag van dit jaar richting Diksmuide was weer een succes. Via onderstaande link kan u enkele foto's bekijken van de wandeling die we maakten! www.bloggen.be/donderdagstappers.

Vast aanbod:

Clubkaarting

woensdagen 7 en 21 september om 14u30, gratis.

Feestmenu :

Voor volgend feestmenu (28 oktober) kan u pas inschrijven op 3 oktober.

Fitness :

ledere maandag om 11u00.
ledere woensdag om 9u00.
ledere donderdag om 13u30.
Prijs: 0,50 euro per beurt.

Gezelschapsspelen :

woensdagen 14 en 28 september om 14u30, gratis.

Petanque

We spelen de laatste maal dit jaar op vrijdag 16 september om 14u30, prijs : 0,50 euro.

Ping-Pong

Elke vrijdagnamiddag om 14u00. Inschrijven hoeft niet! Sporadisch spelen: 0,50 euro.

Prijaskaarting

Elke laatste vrijdag van de maand om 14u30, prijs: 0,90 euro.

Scrabble & Rummikub i.s.m. OKRA

Maandagen 12 en 26 september om 14u00, gratis.

Turnen :

ledere donderdag om 9u00. Prijs: 0,50 euro per beurt.

Volksspelen :

ledere laatste vrijdag van de maand om 14u30, prijs: 0,50 euro.

Vrije hobby

ledere eerste donderdag van de maand om 14u00, gratis.

L.D.C. ZEVENKAMER



H

Een nieuwe spruit op komst!

Zoals jullie ongetwijfeld al opgemerkt hebben is onze woonzorgverlener Hanne Demeersseman in blijde verwachting van haar eerste kindje. Begin september komt het kleine wonder ter wereld. We zullen Hanne dan ook een aantal maanden moeten missen, terwijl zij thuis geniet van de eerste levensmaanden van haar zoon/dochter (dit is ook voor Hanne nog een verrassing)! We verwelkomen de kersverse mama terug in januari 2012.





Vanaf 29 augustus worden Hannes taken overgenomen door Kelly Nuyttens. Bij Mariela Verbeke, de ergotherapeut, kunnen jullie terecht voor de gezondheidsconsultaties.



Bijleren in De Zevenkamer:

Informatieve namiddag: Energiebesparing in de woning

Welke energievreters heb je in huis? Hoe staat het met je verbruik en CO2-uitstoot? En waar moet je op letten bij de aankoop van nieuwe (huishoud)toestellen? Hoe kunt U besparen op verlichting? Hoe kan je warmteverlies doorheen ramen en vensters tegengaan? De antwoorden op deze vragen geven we je op onze informatieve namiddag!

-  : Donderdag 13 oktober
-  : 14u00, Het Kasteel, Heulse Kasteelstraat 1 te Heule!
-  : 3 euro (koffie inbegrepen)
-  : Inschrijven tot en met 6 oktober!



Bedrijfsbezoek

Wasserij "Dumoulin"

Wasserij Dumoulin is een hypermoderne industriële wasserij die zich al 50 jaar profileert in de zorgsector als een betrouwbare partner; zoals voor het OCMW Kortrijk. Hun hoofddoel is het overnemen van alle zorgen en behoeften qua linnenservice en dit tegen uiterst competitieve prijzen. Het bedrijf beschikt over een modern machinepark en de allernieuwste software.





-  : Donderdag 22 september
-  : 13u00 STIPT verzamelen in Ter Melle
13u30 ter plaatse: Textielstraat 13 te Komen
-  : 1,50 euro
-  : Inschrijven tot en met 15 september!
Gelieve bij inschrijving te melden of je al dan niet vervoer nodig hebt en eventueel mensen kan meenemen.



Leren Bridgen

De bridgeclub van dienstencentrum De Zevenkamer organiseert in september een lessenreeks Bridge! Heb je enige kennis van kaartspelen en zou je graag leren bridgen? Dan zijn deze lessen iets voor jou! De lessenreeks bestaat uit 13 sessies van 2u (er wordt halverwege een kwartiertje pauze voorzien) telkens op dinsdagnamiddag.

Geïnteresseerden kunnen zich inschrijven bij de receptie van LDC De Zevenkamer of op het nr. 056 24 46 00.

-  : Datum: Elke dinsdag vanaf 20 september (uitgezonderd 1 november)
-  : 13u45
-  : 30 euro voor de 13 lessen
-  : Inschrijven tot en met 12 september



L.D.C.


ZEVENKAMER

H

Vrijwilligers in de bloemetjes

Elk jaar zetten we traditiegetrouw onze vrijwilligers eventjes in de aandacht om hun inspanningen te belonen. Hun engagement draagt dan ook bij tot het realiseren van een uitgebreid, kwalitatief activiteiten- en dienstenaanbod en tot een toffe sfeer binnen het centrum!

Terwijl er in het verleden steeds een vrijwilligers-entente georganiseerd werd, doen we het dit jaar iets anders... We nemen jullie mee voor een dagje vol verrassingen! Veel kunnen we nog niet verklappen, maar dit geven we al even mee:

-  : Vrijdag 25 november
-  : 12u45 stipt verzamelen in ter Melle! De vermoedelijke terugkomst in Ter Melle wordt gepland omstreeks 19u30. verzamelen in de Mellezaal in Ter Melle
- € : Gratis voor vrijwilligers, partners van vrijwilligers kunnen mee aan de zeer gunstige prijs van 25 euro per persoon.
-  Inschrijven t.e.m donderdag 10 november!

Centrumraad

Elk jaar organiseren we een viertal centrumraden, waarop het reilen en zeilen van het centrum wordt besproken om zo te kijken wat goed loopt en wat we nog kunnen verbeteren. Bezoekers en vrijwilligers worden dan ook uitgenodigd om eens een centrumraad bij te wonen en hun tips en advies met ons te delen, iedereen is welkom! Op de komende centrumraad wordt vooral stilgestaan bij het verloop van het voorbije voorjaar.

-  : Vrijdag 23 september
-  : 14u00
- € : WZC Ter Melle in de Mellezaal

Lijndansen

Blijven bewegen is een gouden raad die op alle leeftijden geldt. Het hoeft niet altijd wandelen of fietsen te zijn. Wij bewegen op een creatieve manier: Lijndansen! Je kan iedere laatste dinsdag van de maand lijndans beoefenen in het dienstencentrum.


De nieuwe lesgeefster zal je nieuwe danspassen aanleren op eigentijdse muziek, maar er zal ook gedanst worden op Country&Western en gitaar-blues... Je hebt er geen danspartner voor nodig.

-  : Dinsdagen 27 september, 25 oktober, 29 november en 20 december.
-  : 14u00 – 16u00
De Vonke, Lagaeplein 24 in Heule!
- € : 3 euro
-  : Gelieve op voorhand in te schrijven ten laatste op 20 september!!



Nieuw! Nieuw! ZUMBA Nieuw!

Zumba leek eerst één van die voorbijgaande rages te zijn, maar ondertussen is het een vaste waarde geworden voor iedereen die zijn lichaam liefheeft! Zumba is een fitnessprogramma gebaseerd op Latijns-Amerikaanse dans en bewijst dat bewegen en plezier maken perfect samen kunnen gaan. Op maandag 12 september bieden we een gratis les aan, dus kom zeker proberen en laat de Zumba-microbe ook jou te pakken krijgen!

-  : Maandag 12 september
-  : 9u00 – 10u00 in WZC Ter Melle in Heule!
- € : GRATIS
-  Bij grote opkomst wordt er een 10-lessenreeks aangeboden op volgende data: maandagen 26 september, 3, 10, 17 en 24 oktober en 7, 14, 21 en 28 november en 5 december.



L.D.C. ZEVENKAMER





H

Nieuw! Nieuw! YOGA Nieuw!




In deze hectische tijd zijn er meer en meer klachten van vermoeidheid, spierspanningen, rugpijn, depressieve stemming, uitputting en gebrek aan concentratie en innerlijke rust.

Yoga staat al duizenden jaren gekend als zeer heilzame oefeningen die onze lichamelijke en geestelijke gezondheid verbeteren. Het zenuwstelsel wordt tot rust gebracht en gesterkt, de rug wordt geschoold, de ademhaling wordt beter en er is ook een gunstig effect op de bloedsomloop, de stofwisseling en de klieren. In deze yogalessen ligt de klemtoon meer op rustige bewegingen vanuit een opmerkzaamheid en actieve inzet. De oefeningen zorgen voor nieuwe energie en concentratie, zo komen we tot een opbouw en een regeneratie. Yoga is toegankelijk voor iedereen: de houdingen zijn aangepast en vereisen geen grote lenigheid.

-  : Vrijdag 7 oktober
-  : 14u00 – 16u00
- Het kasteel, Heulse Kasteelstraat 1 te Heule!
- € : 7 euro
-  : Bij grote opkomst wordt er een 3-lessenreeks aangeboden op volgende data: dinsdagen 11, 18 en 25 oktober. Benodigheden: losse comfortabele kledij. Inschrijven tot en met 30 september!



Fietsclub

-  : Donderdag 20 oktober naar Wevelgem
-  : Vertrek fietstocht om 13u45, de maaltijd wordt voorzien bij aankomst.
- WZC Ter Melle
- Maaltijd enkel voor leden van de fietsclub.
-  : Inschrijven kan tot en met 6 oktober. Inschrijvingsstrookjes zijn te verkrijgen in het dienstencentrum en mogen afgegeven worden aan Tiny.

Hobby en crea

Juwelen vervilten

Viltsieraden hebben door hun eenvoud en originaliteit een fascinerende aantrekkingskracht. Tijdens deze namiddag vilt u een leuk en origineel juweel, waarbij enkel de wol een rol speelt. Geen voorkennis vilten nodig, dus waar wacht u nog op?

-  : Vrijdag 30 september
-  : 13u30
- Het Kasteel, Heulsekasteelstraat 1 in Heule!
- € : 5 euro (materiaal niet inbegrepen)
- Eigen materiaal mee te brengen: noppenfolie, zeep (Sunlight/Marseille), oude spons, plasticen doos (bv. ijscrème doos), badhanddoek.
- Andere materialen brengt de lesgeefster mee en zijn bij haar te betalen. Deze extra kosten zullen tot ±6 euro oplopen!
-  : Inschrijven tot en met 23 september.

Sogetsu Ikebana 'Nieuwe lessenreeks'

Het schikken van bloemen is het beleven van een geluk, dat de omgang met de schoonheid van de natuur ons schenkt. Er bestaat niets mooier dan de bloemen in deze wereld. Hoe meer wij ons bewust worden van die pracht, des te verder willen wij doorgaan. We worden telkens weer geïnspireerd en wij doen nieuwe ontdekkingen. Ikebana leert je hoe je door het arrangeren van bloemen tot jezelf doordringt en je binnenste tot leven brengt. Je schikt jezelf door middel van het bloemenschikken.



-  : Maandagen 3, 17 oktober en 7, 21 november en 5, 19 december
-  : 13u30
- Het Kasteel, Heulsekasteelstraat 1 in Heule!
- € : 52 euro voor de lessenreeks (6 lessen)
-  : Inschrijven tot en met 26 september.



L.D.C.

ZEVENKAMER

H

Kookdemonstratie

Koken met bier




Een nieuwe trend in de kookwereld... die nog in zijn kinderschoenen staat. De rijke traditie van de tapas uit Spanje ligt aan de basis van dit nieuwe streekproduct: hop + tapas = hoppas. Hoppas zet het cultureel en culinair erfgoed uit Vlaanderen op de kaart van Europa! Deze nieuwe trend is dan niet zomaar een concept, het is een product dat België op de kaart moet zetten. Het menu dat wij in beeld zullen brengen zijn heerlijke creaties van onze lesgeefster en u mag het hele menu proeven!

-  : Vrijdag 14 oktober
-  : 14u00
- WZC Ter Melle, Mellestraat 15 te Heule!
- € : 10 euro
-  : Inschrijven tot en met 7 oktober!



Bloemschikken !!!Nieuwe lesgeefster !!!


De lessen gaan door in samenwerking met het volwassenonderwijs PCVO West-Vlaanderen. Een ervaren leerkracht 'Bloemschikken' zal jullie vakkundig begeleiden bij het maken van een prachtig bloemstuk dat wekenlang uw woning zal opfleuren! Er worden telkens nieuwe originele bloemstukken gemaakt.

-  : Vrijdagen 21 oktober en 16 december (om de twee maanden)
-  : 14u00
- € : 7 euro (materiaal niet inbegrepen)
- WZC Ter Melle, Mellestraat 15 te Heule!
- Eigen materiaal mee te brengen: mesje, tang, snoeischaar en handdoek. Andere materialen brengt de lesgeefster mee. Deze extra kosten zullen maximum tot 15 euro oplopen!
-  : Inschrijven tot 14 oktober.

Gezondheid

Rookstop in groep

Samen met tabakoloog Els Demuyne organiseren we 8 groepssessies om te stoppen met roken. In groep wordt u voorbereid op uw stopdag. Daarnaast is er tijdens de verschillende sessies aandacht voor de lichamelijke en psychologische afhankelijkheid van het roken. De klemtoon ligt op de groep: samen stoppen met roken.

-  : Donderdagen 8, 15, 22, 29 september; 6, 13, 27 oktober en 10 november
-  : 14u00 – 15u30
- WZC Ter Melle
- € : 30 euro voor de 1ste sessie, 20 euro per sessie voor de 2de tot en met 8ste sessie. Deze prijs wordt volledig terugbetaald door uw mutualiteit!

Dieetadvies

Elke derde donderdag van de maand kan je terecht in het dienstencentrum bij diëtiste Mieke Bourgois. Tijdens het eerste gesprek (1 uur) beluistert ze jouw huidige voedingsgewoonten, en haalt hieruit de positieve en negatieve punten. Daarna wordt een nieuw voedingsschema opgesteld, dat zo dicht mogelijk aanleunt bij het vroegere schema. Enkel worden negatieve voedingsgewoontes zoveel mogelijk vervangen door positieve voedingsgewoontes. Bij de volgende sessies (half uur) kan opgevolgd worden of je problemen hebt bij het volgen van het nieuwe voedingsschema. In dat geval kan je samen met de diëtiste op zoek gaan naar alternatieven die gemakkelijker te volgen en vol te houden zijn.

-  : Donderdag 15 september
-  : Vanaf 14u00 in WZC Ter Melle
- € : Zie tabel
-  : Gelieve een week vooraf te reserveren.

	Standaardtarief	Sociaal tarief
Eerste gesprek	18 euro	16 euro
Opvolgingsgesprek	12 euro	10 euro

L.D.C.




ZEVENKAMER

**H**

Ontspanning

Film: "Wafelijzers en schietgeweren"

Een komische film en waardige opvolger van de twee vorige Goetgebuerfilms "Wafelijzers en schietgeweren". In Wafelijzers & schietgeweren wordt het verhaal van de 2de film 'Aan de oevers van de Leie' gewoon verder gezet. Hoewel de achtergrond van de film, de Tweede Wereldoorlog, een dramatisch gegeven is, wordt deze derde Goetgebuerfilm ongetwijfeld de meest humoristische van de drie.

 : Donderdag 6 oktober
 : 14u30
 : 5 euro (koffie en taart inbegrepen)
in OC De Vonke, Lagaeplein 24, Heule
:Kaarten zijn te verkrijgen in OC De Vonke
en de deelnemende verenigingen
ISM Okra Heule, S-Plus Heule, GOSA Heule
en OC De Vonke

Feestmaaltijd

Om het najaar op een gezellige manier in te zetten, nodigen we jullie zoals steeds uit voor een lekkere maaltijd:

Menu

Aperitief van het huis




Witloofroomsoep met grijze garnalen en bieslook



Parelhoenfilet gefarceerd met een duxelle van champignons, sausje van dragon en cognac, warme herfstkrans en spekgratin







Koffie en warme appeltaart 'Normande' met bourbon vanille-ijs

 : Donderdag 29 september
 : 11u45 in WZC Ter Melle
 : 10,50 euro
 : Inschrijven tot donderdag 22 september
Vermeld bij de inschrijving duidelijk of je met iemand samen aan tafel wil zitten!
Als je meerdere personen wenst in te schrijven, vermeld dan duidelijk hun namen!

Contactnamiddag 75+

Na de zomervakantie zijn we er uiteraard terug met een gezellige ontmoetingsnamiddag voor de Heulse 75-plussers, die vanaf nu ook doorgaat in Ter Melle. Zoals gewoonlijk starten we met een tas koffie en een stukje taart. Wil je graag een suikervrij dessert, vermeld dit dan duidelijk bij inschrijving. Daarna wordt een woordje uitleg gegeven over de boodschappendienst. Vervolgens kan er gekaart worden naar hartelust. Vanaf 16u kan je ook terecht bij Mariela voor de gezondheidsconsultaties. Wie niet op eigen kracht in het dienstencentrum kan geraken, kan beroep doen op vervoer. Gelieve dit wel duidelijk te vermelden bij inschrijving.

 : Woensdag 14 september
 : 14u00 in WZC Ter Melle
 : 2 euro
 : Inschrijven tot 7 september.

Vast aanbod:

Maandagmanillen

- Maandag 5 september
- Maandag 19 september
Om 14u30.

Bridge

Wekelijks op dinsdagnamiddag om 13u45.

Scrabble

- Dinsdag 6 september
- Dinsdag 20 september
Om 14u00.

Fietsclub

- Donderdag 8 september: Harelbeke
- Donderdag 22 september: Bissegem
Om 13u45.

Beweging

Wekelijks op woensdagvoormiddag:
- Aerobic basic om 8u45
- Turn je fit om 9u45
- Eenvoudig bewegen om 10u30

Ochtendgymnastiek met alle Lokale Dienstencentra

Niets zo gezond als bewegen onder de opgaande zon!





Om 9u00 starten we met een gezamenlijke opwarming op muziek. Daarna maken we kleine groepjes die via een doorschuifstelsel 5 varianten van turnoefeningen uitvoeren op muziek. Telkens ongeveer 10 minuten.

1. spierversterkende oefeningen met gewichten
2. lenigheid en spierversterkende op een stoel voor de benen!
3. oefeningen met de bal
4. conditie – aerobics
5. oefeningen met stokken

Breng best een handdoek mee en de zin om te bewegen. Indien het wat frisjes is op deze lentemorgen misschien een dikke trui voorzien. Geen nood indien het regent, we hebben hiervoor een alternatief.

Na dit uurtje bewegen, worden jullie verwend met een gezond drankje en hapje! (inbegrepen in de prijs)



-  : dinsdag 13 september
 -  : 9u00 (einde voorzien rond 11u00) op Plein Kortrijk
 -  : 1 euro
 -  : Kan bij alle dienstencentra voor 7 september.
- Meebrengen: handdoekje
 Wat: Verschillende vormen van bewegingsoefeningen, zowel voor beginnende als ervaren sporters

UITSTAP



Daguitstap Gravelines – Calais – Cassel

Op donderdag 29 september organiseert de Condé reisclub een laatste zomeruitstap. Bestemming wordt Noord Frankrijk. Een Belgische gids neemt ons de ganse dag op sleeptouw.

Programma

7u30 vertrek aan de Condé

Voormiddagprogramma:

GRAVELINES

Gravelines is een vissers- en handelshavenstadje, gelegen aan de monding van de Aa. Sinds de 17de eeuw, toen Vauban Gravelines versterkte heeft de oude stad het karakter van een vestingstad.

In Gravelines nemen we het ontbijt (koffie en croissant) Nadien verkennen we de stad met onze gids.

Middagmaal

We nemen het middagmaal 'face à la mer' op de dijk van Calais.

Kir



Gratin de pêcheur



Escalope de volaille,

sauce crémée aux champignons, frites



Tarte



Café



1 glas wijn/persoon inbegrepen

Namiddagprogramma:

CALAIS

Calais, de grootste ferryhaven ter wereld, is tevens ook een charmante stad met verschillende toeristische troeven.

Vooraf het stadhuis met belfort en tuin, gekend voor zijn monument 'les bourgeois de Calais van Rodin' is een omwegje waard.

Wij doen een rondrit met de bus. (stadhuis – ferry's)

CASSEL – bezoek aan het Musée de Flandre

In het najaar opende het Musée de Flandre zijn deuren. Dit klein, maar bijzonder museum is ondergebracht in een middeleeuws pand in hartje Cassel.





In het museum staat de kunst van Vlaanderen aan beide zijden van de grens centraal. De vaste collectie, zo'n 6000 kunstwerken, brengt het culturele leven in Vlaanderen in beeld vanaf de late middeleeuwen tot

vandaag. Behalve voorwerpen en documenten uit de volkscultuur en de collectie Vlaamse meesters verzamelt en toont het ook hedendaagse kunst naast een heel diverse uitstalling van religieuze, historische etnografische en geografische voorwerpen. Wij bezoeken het museum met 2 plaatselijke gidsen.

Avondmaal

Voor het avondmaal, koude schotel in buffetvorm, houden we halt in Callecannes aan de grensovergang.

Terug thuis omstreeks 21u00

-  Organisatie: reisclub de Condé
-  : donderdag 29 september
-  : Vertrek om 7u30 aan de Condé
- Terug thuis omstreeks 21u00
-  : 48 euro (alles inbegrepen- excl. drank tijdens het avondmaal)
-  : Inschrijven MET betaling voor 21 september (056 24 48 70)





TALEN

NIEUW: ITALIAANS VOOR OP REIS in de maand september

Kortlopende cursus die een aantal aspecten van het Italiaans aanhaalt die je praktisch kan gebruiken op reis.

 : donderdag 8, 15, 22 september
LDC De Zonnewijzer
 : 9u00 - 12u00
€ : 18 euro


NIEUW: DUIJS VOOR OP REIS

Waarom kiezen voor Duits? Duits is immers een complexe en dus niet meteen populaire taal. Bovendien draagt ze voor de modale Europeaan een geschiedenis met zich mee. Duits leren is toch interessant. Waarom? **ENGLISCH IST EIN "MUSS", DEUTSCH IST EIN "PLUS"**. Duits is, samen met het Russisch, de grootste moedertaal in Europa en staat in de top tien van de talen met de meeste moedertaalsprekers ter wereld. Met kennis van Duits kun je terecht in:

- Berlijn, dat sinds enkele jaren weer op het lijstje staat van de places to be, en niet enkel door de schitterende hedendaagse architectuur, maar ook als brandpunt van de jongerencultuur
- de media (TV, radio)
- de wereld van de Duitstalige cinema, die met uitzonderlijke films als *Das Leben der Anderen*, *Gegen die Wand*, *Das Wunder von Bern*, *Der Untergang* terug in de belangstelling staat

In een reeks van vier sessies zal de lesgever, Nathalie Demeyer, het belang van

Duits proberen aan te tonen en een inleiding geven op de Duitse taal. Er wordt ook aandacht besteed aan typische Duitse, Zwitserse en Oostenrijkse gebruiken, feesten, gerechten, persoonlijkheden, gebeurtenissen. Deze reeks is een smaakmaker. Deelnemers die na deze vier sessies de smaak voor het Duits echt te pakken hebben, kunnen volgend schooljaar met dezelfde leerkracht een jaar lang Duits volgen. Succes verzekerd!

 : donderdag 8, 15, 22 september
de Weister, Aalbeke
 : 9u00 - 12u00
€ : 18 euro.
 : inschrijven via Seniorenacties in Rollegem.

Aanbod taalcursussen 2011-2012

(in samenwerking met volwassenonderwijs CVO Hitek)

Cursus	Lesmoment	Locatie	Startdatum	Aantal lessen	Prijs
Engels 1	Vrijdagvoormiddag	Marke	30 september	24	80
Engels 2	Donderdagvoormiddag	Bissegem	29 september	24	80
Engels 3	Maandagvoormiddag	Heule	26 september	24	80
Engels 4	Maandagnamiddag	Aalbeke	26 september	24	80
Engels 6	Dinsdagvoormiddag	Overleie	27 september	24	80
Praat- & leesgroep Engels	Maandagvoormiddag	Condé	10 oktober	20	75
	Dinsdagvoormiddag	Marke	04 oktober	20	75
	Woensdagvoormiddag	Heule	05 oktober	20	75
	Donderdagvoormiddag	Marke	06 oktober	20	75
Frans 3	Maandagvoormiddag	Marke	26 september	24	80
Praat- & leesgroep Frans	Dinsdagvoormiddag	Zonnewijzer	04 oktober	20	75
	Donderdagvoormiddag	Condé	13 oktober	20	75
Italiaans 1	Donderdagvoormiddag	Zonnewijzer	29 september	24	80
Italiaans 2	Vrijdagvoormiddag	Aalbeke	30 september	24	80
Italiaans 3	Maandagvoormiddag	Zonnewijzer	26 september	24	80
Italiaans 4	Woensdagvoormiddag	Bissegem	28 september	24	80
Praat- & leesgroep Italiaans	Vrijdagvoormiddag	Zonnewijzer	07 oktober	20	75
Italiaans voor op reis	Donderdagvoormiddag	Zonnewijzer	8 september	3	18
Spaans 1	Vrijdagvoormiddag	Condé	30 september	24	80
Spaans 2	Maandagnamiddag	Condé	26 september	24	80
Spaans 3	Dinsdagvoormiddag	Bissegem	27 september	24	80
Spaans 4	Woensdagvoormiddag	Marke	28 september	24	80
Praat- & leesgroep Spaans	Dinsdagvoormiddag	Condé	11 oktober	20	75
	Dinsdagnamiddag	Condé	11 oktober	20	75

COMPUTER



Aanbod computercursussen najaar 2011 (in samenwerking met volwassenonderwijs CVO VIVO)

Cursus	Lesmoment	Locatie	Startdatum	Aantal lessen	Prijs
PC-initiatie deel 1	Maandagvoormiddag	Bissegem	12 september	15	70 euro
	Vrijdagnamiddag	Condé	16 september	15	70
	Donderdagavond	Overleie	15 september	15	70
PC-initiatie deel 2	Dinsdagvoormiddag	Zonnewijzer	13 september	15	70
	Woensdagvoormiddag	Bellegem	14 september	15	70
Photoshop deel 1	Maandagnamiddag	Bissegem	12 september	15	70
Photoshop deel 2	Dinsdagvoormiddag	Zonnewijzer	13 september	15	70
	Woensdagvoormiddag	Marke	14 september	15	70
Photoshop deel 3	Vrijdagnamiddag	Marke	16 september	15	70
Photoshop workshop deel 1	Dinsdagnamiddag	Zonnewijzer	13 september	15	70
Photoshop workshop deel 2	Maandagnamiddag	Aalbeke	12 september	15	70
Internet basis	Dinsdagvoormiddag	Zonnewijzer	13 september	15	70
	Vrijdagvoormiddag	Marke	16 september	15	70
	Dinsdagnamiddag	Heule	13 september	15	70
	Vrijdagvoormiddag	Overleie	16 september	15	70
Internet gevorderden	Vrijdagvoormiddag	Condé	16 september	15	70
	Maandagvoormiddag	Aalbeke	12 september	15	70
	Woensdagnamiddag	Bellegem	14 september	15	70
	Vrijdagnamiddag	Overleie	16 september	15	70
Multimedia deel 1	Woensdagnamiddag	Marke	14 september	15	80
Multimedia deel 2	Dinsdagvoormiddag	Heule	13 september	15	80
Google toepassingen	Maandagavond	Aalbeke	12 september	10	50



CULTUUR

Wanneer? maandag 24 oktober 2011 | 20.15 uur

Waar? Schouwburg Kortrijk

Tickets: € 16 - € 14 - € 12

UIT in Kortrijk | Schouwburgplein 14 - Kortrijk

Tel. 056 23 98 55 | www.cultuurcentrumkortrijk.be

Warre Borgmans is peter van de aankunflats Akkerwilde. De opbrengst van deze voorstelling gaat naar de verdere uitbouw van een dementievriendelijke omgeving in de woonzorgcentra van het OCMW Kortrijk.

Eindelijk! Hamlet.

Warre Borgmans

Eindelijk! Feest. Familiefeest!
Champignonnesoep. Videokes. Pokes en Erwtjes. Otsertong.
Moord en Bedrog. Vetes met Vergif gemengd.
Is this Life? Op 1 avond. In 1 ferme Ruk. 1 Acteur. Ik. Hamlet.
Prins van Denemarken. Nooit gespeeld, tot hedenavond!
Om te lachen. Op Hoge Zee. Farzeel!
Ik sta in 't midden. Op een stoel. Draag een gedichtje voor. Zing een liedje.
Applaus. Buigen. Bukken. Doodvallen. Dessert.
To be. Not to be.
Vraag der Vragen.



LDC De Zonnewijzer

Langemeersstraat 6, 8500 Kortrijk
T 056 24 42 00
zonnewijzer@ocmwkortrijk.be
Rek.: BE61 0682 0657 0217



LDC De Condé

Condédreef 16, 8500 Kortrijk
T 056 24 48 70
conde@ocmwkortrijk.be
Rek.: BE86 0682 3244 3450



Buurtpunt Drie Hofsteden

V. De Jaegerelaan 52/02,
8500 Kortrijk
T 0473 86 26 60



Centrum Overleie

Overleiestraat 45, 8500 Kortrijk
T 056 27 73 80
centrum.overleie@kortrijk.be
Rek.: BE09 0000 0192 6357



LDC De Zevenkamer Wegens verbouwing

Mellestraat 15, 8501 Heule
T 056 24 46 00
zevenkamer@ocmwkortrijk.be
Rek.: BE12 0682 0994 3692



LDC De Vlaskapelle

H. Dewildestraat 8, 8501 Bissegem
T 056 24 45 00
vlaskapelle@ocmwkortrijk.be
Rek.: BE45 0682 2191 3189



LDC 't Cirkant

Hellestraat 6, 8510 Marke
T 056 24 08 25
ldc.marke@ocmwkortrijk.be
Rek.: BE63 0682 0617 1608



OCMW KORTRIJK



Seniorenacties Kortrijk-Zuid

Tombroekstraat 2, 8510 Rollegem
T 056 27 77 65
seniorenacties@ocmwkortrijk.be
Rek.: BE67 7775 9823 8987

Het lokaal dienstencentrum (LDC) organiseert diensten en activiteiten opdat je zo lang mogelijk thuis kan blijven wonen. We creëren ontmoetingskansen, we stimuleren gezond leven, zijn een aanspreekpunt voor al je (thuiszorg)vragen, we bevorderen jouw zelfontplooiing, organiseren buurthulp én dat dankzij de inzet van meer dan 350 vrijwilligers.

Openingsuren:

- Reserveren en betalen doe je op het secretariaat van maandag tot vrijdag: 9u00-12u00 en 13u30-16u30.
- Ons permanent aanspreekpunt voor al jouw (thuiszorg)vragen is er van maandag tot vrijdag: 8u30-12u30 en 13u30-17u00.

ye print

DIGITAAL • OFFSET



Vichtseweg 176a - 8790 Waregem - T 056 77 22 33 - F 056 77 22 44 - info@yepriint.com - www.yepriint.