

INF



MEI 2017



ONTSPANNING INFORMATIE VORMING ONTMOETING
DIENSTVERLENING PARTNER IN DE THUISZORG



ALGEMEEN

- 1 Voorblad
- 2 Inhoudstafel
- 3 Dienstverlening in 't kort
- 4 - 10 Activiteitenkalender en menu

't DORP

- 11 Voorblad 't Dorp
- 12 Maandactiviteit Recreatief
- 13 Maandactiviteit Recreatief
- 14 Maandactiviteit Recreatief
- 15 Maandactiviteit Recreatief
- 16 Maandactiviteit Recreatief
- 17 Maandactiviteit Vormend
- 18 Maandactiviteit Vormend
- 19 Maandactiviteit Informatief
- 20 Maandactiviteit Informatief
- 21 Verwacht
- 22 Mededeling
- 23 Mededeling
- 24 Mededeling + Extraatje

COGELSHOF

- 25 Voorblad Cogelshof
- 26 Vaste weekactiviteit
- 27 Vaste weekactiviteit
- 28 Vaste weekactiviteit
- 29 Vaste weekactiviteit
- 30 Vaste weekactiviteit
- 31 Maandactiviteit Recreatief
- 32 Maandactiviteit Recreatief
- 33 Maandactiviteit Recreatief
- 34 Maandactiviteit Vorming
- 35 Maandactiviteit Vorming
- 36 Maandactiviteit Informatief
- 37 Verwacht
- 38 Mededeling

ALGEMEEN

- 39 Nuttige telefoonnummers
- 40 Contactgegevens LDC



DIENSTVERLENING

DIENSTENCENTRUM 't Dorp

Cogelshof
lokaal dienstencentrum



WARME MAALTIJDEN

Dagelijks 12u - 13u30

€ 6,70



BROOD

Dagelijks op bestelling

€ 2,20



GROENTEKAR

Woensdag 9u/9u30

't Dorp



PEDICURE/MANICURE

Maandag 't Dorp
Dinsdag Cogelshof
Woensdag 't Dorp

€ 14,00/€ 12,00



KAPSALON

Woensdag Cogelshof
Donderdag 't Dorp
Vrijdag 't Dorp

vanaf € 8,00



BAD OF DOUCHE

Weekdagen 9u - 16u
Cogelshof, € 1,00

Ma- vrijdag 13u30 - 16u
't Dorp, € 3,00



WASSALON

Weekdagen 9u - 16u

€ 2,00



BOODSCHAPPENTAXI

Zie
activiteitenkalender

€ 2,00



WIFI

gratis draadloos
internet



INFOSTANDAARD DE LIJN

inkomhal



DIENST PENSIOENEN EN SOCIALE PREMIES

Weekdagen 9u - 12u

(*)

HANDICAR

(*)



MINDER MOBIELN CENTRALE

(*)



THUIZORGDIENSTEN

Weekdagen 8u - 12u

(*)

BRIEVENBUSSEN CHRISTELIJKE EN SOCIALISTISCHE MUTUALITEITEN

Ingang dienstencentra

(*) Telefoonnummers: zie p 39

MEER WETEN? VRAAG NAAR ONZE ALGEMENE
INFOBROCHURE DIENSTVERLENING



lees verder in de INFO voor specificaties

DATUM	't Dorp	Cogelshof
Ma 01/05	Knolseldersoep—Kippenworst, wortelpuree—Gebak	
Di 02/05	BOODSCHAPPENTAXI	
	Tai Chi/Qi Gong	Engelse conversatie
		CENTRUMRAAD
	Spinaziesoep—Spaghetti Bolognaise—Vanillepudding	
	Biljart	Spaanse conversatie
	Petanque	Petanque
		Bridge
		Hobbyclub 't Stokpaardje
		COMPUTERLES
	Woe 03/05	Line Dance
Weight Watchers		Tai Chi
Zwemmen		
Champignonsoep—Kalkoenlapje, pepersaus, sla, frieten—Fruit		
Petanque		Pergamano/handwerk
BINGO		Computerhulp
FIETSEN		Tafeltennis
Do 04/05		Seniorobics
	Zitdans	Engelse conversatie
	Courgettesoep—Cordon bleu, boontjes, rosties—Gebak	
	Biljart	Portretschilderen
	Petanque	Bridge
	DESSERTENMIDDAG	COMPUTERLES
	Vrij 05/05	Zijdeschilderen
Computerhulp		Kalligrafie
		Samenzang
		UITSTAP ELEXIR D'ANVERS



lees verder in de INFO voor specificaties

DATUM	't Dorp	Cogelshof
	Soep—Vislasagne—Fruit/Pap	
	Kantklossen	Petanque
	Koersbal	Tafeltennis
		SAMANA
Za 06/05	Minestrone—Witte pens, appelmoes, puree—Ys	
Zo 07/05	Bloemkoolsoep—Fricassee, champign., kroketten—Vanillepudding	
Ma 08/05	Geheugentraining	Yoga
	Frans	
	Broccolisoepp—Ardeense burger, jonge wortelen, aard.—Fruit	
	Hobby	Line dance
	Biljart	Line dance voor beginners
	VFG Boccia + Sjoelen	Schilder- en tekenatelier
		Spaans 4e jaar
		Geheugentraining
Di 09/05	BOODSCHAPPENTAXI	
	Tai Chi/Qi Gong	Engelse conversatie
	CENTRUMRAAD	
	Lentesoep—Gebraad, mosterdsaus, spinaziepuree—Aardbeipudding	
	Biljart	Spaanse conversatie
	Petanque	Petanque
	INFO: ALOË VERA	Bridge
		Hobbyclub 't Stokpaardje
		COMPUTERLES
	Woe 10/05	Weight Watchers
Zwemmen		Tai Chi
Komkommersoep—Kipfilet, appelmoes, frieten—Fruit		
FIETSEN		



lees verder in de INFO voor specificaties

DATUM	't Dorp	Cogelshof
	Petanque	Pergamano/handwerk
	FILM	Computerhulp
		Tafeltennis
Do 11/05	Seniorobics	Rust Roest
	Zitdans	Engelse conversatie
	Preisoep—Kalfsblanket, groentjes, gebakken aardappelen—Gebak	
	Biljart	Portretschilderen
	Petanque	Bridge
		COMPUTERLES
	INFOVERGADERING FLOREAL	INFO OUDERENZORG
Vrij 12/05	INVULLEN BELASTINGEN	Spaans 6e jaar
	Zijdeschilderen	Kalligrafie
	Computerhulp	Samenzang
		PERGAMANO LES
	Soep—Gebakken vis, tartaar, kruidenpuree—Fruit/Pap	
	Kantklossen	Petanque
	Koersbal	Tafeltennis
Za 13/05	Champignonsoep—Ardeense burger, erwtjes, aard.—Ys	
Zo 14/05	Tomatensoep—Kalkoen, champ.saus, kroketten—Vanillepudding	
Ma 15/05	Geheugentraining	Yoga
	Frans	
	Seldersoep—Slavink, bloemkool, aardappelen—Fruit	
	Hobby	Line dance
	Biljart	Line dance voor beginners
	VFG Boccia + Sjoelen	Schilder- en tekenatelier
	LICHTPUNT WIJNEGEM	Spaans 4e jaar
		Geheugentraining



lees verder in de INFO voor specificaties

DATUM	't Dorp	Cogelshof
		COMPUTERLES
Di 16/05	BOODSCHAPPENTAXI	
	Tai Chi/Qi Gong	Engelse conversatie
	Groentesoep—Kippenburger, pickelsaus, boontjes, puree—Rijstpap	
	Biljart	Spaanse conversatie
	Petanque	Petanque
		Bridge
		Hobbyclub 't Stokpaardje
		COMPUTERLES
	Woe 17/05	Line Dance
Weight Watchers		Tai Chi
Zwemmen		
Ajuinsoep—Stoofvlees op Vlaamse wijze, wortelslaatje, frieten—Fruit		
Petanque		Pergamano/handwerk
MODESHOW DONELLI'S		Computerhulp
		Tafeltennis
		BLOEMSCHIKKEN
		BINGO
Do 18/05		Seniorobics
	Zitdans	Rust Roest
		Engelse conversatie
	Slasoep—Lasagne bolognaise—Gebak	
	Biljart	Portretschilderen
	Petanque	Bridge
	PATCHWORK	COMPUTERLES



lees verder in de INFO voor specificaties

DATUM	't Dorp	Cogelshof
Vrij 19/05	Zijdeschilderen	Spaans 6e jaar
	Computerhulp	Kalligrafie
		Samenzang
		INFOHUIS AUTISME
	Soep—Witte visfilet, saus met fijne groenten, puree—Fruit/Pap	
	Kantklossen	Petanque
	Koersbal	Tafeltennis
		HANDWERK
		UITSTAP MIDDELHEIMPARK
Za 20/05	Pompoen-kerriesoep—Kalkoenlapje, wortelen, aardappelen—Ys	
Zo 21/05	Paprikasoep –Ardeense burger, Provençaalse saus, rosties— Yoghurt met fruit	
Ma 22/05	Geheugentraining	Yoga
	Frans	
	Komkommersoep—Chipolata, boontjes, aardappelen—Fruit	
	Hobby	Line dance
	Biljart	Line dance voor beginners
	VFG Boccia + Sjoelen	Schilder- en tekenatelier
		Spaans 4e jaar
		Geheugentraining
		COMPUTERLES
Di 23/05	BOODSCHAPPENTAXI	
	Tai Chi/Qi Gong	Engelse conversatie
	Cressonsoep—Kalkoenschnitsel, knolselder i/bechamel, puree— Vanillepudding	
	Biljart	Spaanse conversatie
	Petanque	Petanque
	INFO: INTERNET BANKIEREN	Bridge



lees verder in de INFO voor specificaties

DATUM	't Dorp	Cogelshof
		Hobbyclub 't Stokpaardje
		COMPUTERLES
Woe 24/05	Line Dance	Qigong
	Weight Watchers	Tai Chi
	Zwemmen	
	Tomatengroentensoep—Kippenbil, pepersaus, slaatje, frieten—Fruit	
	Petanque	Pergamano/handwerk
	BINGO	Computerhulp
	FIETSEN	Tafeltennis
Do 25/05	Groentesoep—Gebraad, broccoli, aardappelen—Gebak	
Vrij 26/05	Zijdeschilderen	Spaans 6e jaar
	Computerhulp	Kalligrafie
		Samenzang
		PERGAMANO LES
	Soep—Gekookte vis, witte wijnsaus, venkelpuree—Fruit/Pap	
	Kantklossen	Petanque
	Koersbal	Tafeltennis
Za 27/05	Wortelsoep—Kippenvink, schorseneren, aardappelen—Ys	
Zo 28/05	Aspergesoep—Goulash met groentjes, kroketten—Mokkapudding	
Ma 29/05	Geheugentraining	Yoga
	Frans	
	Knolseldersoep—Braadworst, wortelen, aardappelen—Fruit	
	Hobby	Line dance
	Biljart	Line dance voor beginners
	VFG Boccia + Sjoelen	Schilder- en tekenatelier
		Spaans 4e jaar
		Geheugentraining



lees verder in de INFO voor specificaties

DATUM	't Dorp	Cogelshof
Di 30/05	BOODSCHAPPENTAXI	
	Tai Chi/Qi Gong	Engelse conversatie
	Groentesoep—Varkensgebraad, mosterdsaus, spinaziepuree— Speculoospudding	
	Biljart	Spaanse conversatie
	Petanque	Petanque
	SPELENNAMIDDAG	Bridge
		Hobbyclub 't Stokpaardje
		COMPUTERLES
	Woe 31/05	Line Dance
Weight Watchers		Tai Chi
Zwemmen		
Preisoep—Koninginnenhapje, frieten –Fruit		
Petanque		Pergamano/handwerk
MINIGOLF		Computerhulp
		Tafeltennis
		JUWELENNAMIDDAG

BOODSCHAPPENTAXI

Dinsdag 2/05: Colruyt en Aldi

Dinsdag 9/05: Lidl en Delhaize

Dinsdag 16/05: Colruyt en Aldi

Dinsdag 23/05: Lidl en Delhaize

Dinsdag 30/05: Colruyt en Aldi

Inschrijven bij de centrumleiders tot de dag voordien:

03 644 67 94 of 03 680 07 77



Dienstencentrum 't Dorp

J. Van Craenstraat 1

2900 Schoten

03/680.07.77

dienstencentrumdorp@ocmwschoten.be



VFG SJOELEN-BOCCIA - MAANDAG - 14U - € 0.50 - Poly 1

De mensen van de VFG komen wekelijks bijeen voor een gezellige namiddag; rummikub, kaarten, babbelen, ...

RECREAS komt sjoelen en boccia spelen. Kom gerust langs om kennis te maken met deze gezellige groepen.



BILJART - MA-DI-DO - 13.30U - € 0.50 - Poly 2/3

Er zijn 2 biljarttafels waarop je elke dag voor € 0,50 een half uur kan spelen. Op maandag, dinsdag- en donderdag-namiddag wordt de handicap gespeeld. We vragen je engagement om geregeld te komen spelen.



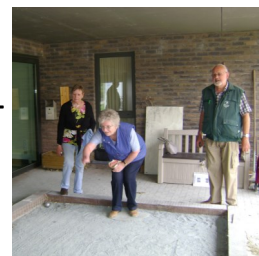
HOBBY - MAANDAG - 14U - GRATIS - Cafetaria

“Babbelen en breien” gaan wel degelijk samen. IJverige handwerksters en enthousiaste babbelaars brengen samen de maandagnamiddag door om mooie werkjes te maken die regelmatig de cafetaria opvrolijken.



PETANQUE - DI-WOE-DO - 13u30 - Gratis - Buiten

Heb je zin om petanque te spelen? Kom dan eens langs om op één van de twee petanquebanen een balletje te rollen. Speelde je al eerder of ben je een beginneling? Iedereen welkom, ook op woensdag als Recrea +3 speelt.



NAAIWERK - DINSDAG - 14u - € 0.50 - Poly 2/3

Wie wil er wat ondersteuning bij het herstellen van een rok? Wie zijn broek moet worden ingekort? Weet je niet hoe eraan beginnen of kan je best wat hulp gebruiken? 't Bobijntje' helpt je met naald en draad.





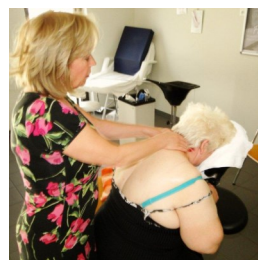
ZWEMMEN - WOE - 8.15u - € 4.7 + € 2 vervoer

Wekelijks, behalve de laatste woensdag van de maand, gaan we zwemmen in Brasschaat. We vertrekken om 8.30u aan 't dienstencentrum. Iedere Schotenaar betaalt € 4,70 of kan een 10-beurten-kaart nemen tegen € 38. Rijd je graag met het busje mee betaal je € 2.



MASSAGEVERWENMOMENT - DO - VM - € 5 - Kapsalon

Elke donderdagvoormiddag kan je je 30 minuten laten verwennen tijdens een hand-, voet-, gelaats-, rug- of hoofd- en schoudermassage. Vooraf even inschrijven en betalen aan het onthaal van het dienstencentrum.



ZIJDESCHILDEREN - VRIJDAG - 9u - € 0.5 - Poly 2/3

Ook zijdeschilders zijn bij ons aan 't werk. Op vrijdagvoormiddag kan je hun prachtige werken bewonderen. Als je er meer over wil weten of het zelf wil proberen, geeft men je met plezier wat meer inlichtingen.



KANTKLOSSEN - VRIJDAG - 13u30 - Gratis - Cafetaria

Wie houdt er van kantklossen? Op vrijdagnamiddag reserveren we een plaats in de cafetaria voor kantklossende creatievelingen. Zin om eens te komen kijken of het zelf uit te proberen? Iedereen is er welkom.



KOERSBAL - VRIJDAG - 13.30u - € 0.5 + € 0.5 - Poly 1

Op vrijdagnamiddag spelen we koersbal. Het is een spel met ballen op een mat. Als je er graag het fijne van wil weten, kom dan eens langs om te kijken of mee te spelen met de leden van Recrea 3+ .





NORDIC WALKING - VRIJDAG - 13.45u LDC - GRATIS

Op vrijdagmiddag wandelen we, met of zonder stokken, op een rustig tempo door het park. We vertrekken aan de Koekoek en houden ergens ook een stop voor een drankje, ijsje, ... Ism Recrea 3+ .



BINGO

WOE 3/5 - WOE 24/5

14u - Poly 1 - € 3 / 6 spelletjes



FIETSEN / WANDELEN

Gratis : enkel een eenmalige bijdrage van € 7 voor de jaarverzekering van S-Sport zodat u een gans jaar verzekerd bent voor mogelijke ongevallen.

Elke woensdag fietsen we, samen met Recrea Plus 3 langs groene wegen waar het aangenaam fietsen is naar steeds een andere locatie.

- 3/5 Boshuisje Halle-Zoersel
- 10/5 Café FC De Kampioenen Broechem *ism*
- 17/5 Rivierenhof en omgeving
- 24/5 Hof van Nazareth



RECREA+3



Inschrijven met enveloppe 1 tot 1 dag op voorhand

MINIGOLF

WOENSDAG 31/5 - 10.30u - LDC -
3 (+ € 2 vervoer betalen op de dag zelf)

Bij mooi weer starten we terug met onze maandelijkse minigolf in Brasschaat. Ook supporters zijn Welkom én het is er heerlijk buiten zitten.

Inschrijven met enveloppe 2 vóór di 30/5





AT WAR WITH THE ARMY

WOENSDAG 10/5 - 14U - POLY 1 - € 2, incl. knabbel

Het verhaal speelt zich af tijdens de Tweede Wereldoorlog. Soldaat Alvin Corwin (Jerry Lewis) en sergeant Vic Puccinelli (Dean Martin) waren vroeger dikke maatjes, maar nu is er verschil in rang. Vic is de zelfverzekerde cassanova en Alvin is de sukkel die niets goed kan doen. Deze derde komedie van het succesvolle duo bevat muziek en lachscènes te over.



Inschrijven met enveloppe 1 vóór dinsdag 9/5.

VAKANTIE FLOREAL : LAATSTE AFSPRAKEN

DONDERDAG 11/5 - 14U - POLY 2/3 - GRATIS

Voor ieder wie in juni meegaat naar de zee houden we nog even een korte bijeenkomst om de afspraken omtrent vertrek en aankomst, verblijf, benodigdheden, ... te overlopen. De afrekening moet ten laatste op 20/05/2017 gebeuren, tot dan is kosteloos annuleren nog mogelijk.



MODESHOW DONELLI'S

DO 17/5 - CAFETARIA - 14U - GRATIS

**SHOW VAN BETAALBARE DAMESMODE
MET MOGELIJKHEID TOT DIRECTE AANKOOP!**





SPELENNAMIDDAG MET SNOEPERIJ

DINSDAG 30/5 - 13.30U - POLY 1/CAFETARIA - GRATIS



De leerlingen van het 5de jaar Verzorging van Mater Dei Brasschaat stellen zich vandaag ten dienste van ons senioren.

In de voormiddag helpen zij enkele flatbewoners met allerlei taken en in de namiddag verzorgen zij voor ons een heuse volksspelelnamiddag.

En voor ieder die de verschillende spelen heeft uitgeprobeerd, bakken de leerlingen heerlijke pannenkoeken.

Inschrijven niet nodig.

BEZOEK KASTEEL CORTEWALLE BEVEREN

DONDERDAG 8/6 - 9.30u - € 7 + € 4 vervoer

Kasteel Cortewalle is een prachtige waterburcht gelegen in een uitgestrekt park. De mooi geres- taureerde kamers en huiskapel maken een be- zoek de moeite waard. Op de zolder bevindt zich het heemkundig museum met een kant- afdeling. In het park bevinden zich koetshuis met oranjerie, een ijskelder en een gietijzeren hangbrug uit 1905.



We vertrekken in de voormiddag, maken met hen die willen een wan- deling door het park en eten een kleinigheid in het Cultuurcafé (op voorhand te bestellen via de enveloppe) vóór we het kasteel onder be- geleiding van een gids bezoeken.

Inschrijven met enveloppe 'Cortewalle' vóór 1/6



GEHEUGENTRAINING - MAANDAG - 10u - € 2 - POLY 2/3

Wekelijks trainen we ons geheugen. De oefeningen zijn niet te moeilijk; lezen, rekenen, logisch denken, het komt allemaal aan bod. Zegt dit je wel iets? Kom dan samen en in een gezellige groep je geheugen trainen.



FRANS - MAANDAG - 10u - € 2 + € 2 - Poly 2/3

Wekelijks komt een groep gemotiveerde leerlingen samen om Frans te spreken.

Deze mensen volgden reeds de cursus voor gevorderden en zitten op het niveau van de Franse Conversatie.



TAI JI—QI GONG - DINSDAG - 10u - € 5 + € 0.50 - Poly 1

Qi gong is het leren gebruiken en beheersen van je levensenergie door de ademhaling. De bewegingen maken je lichaam soepel en ontspannen, ze verbeteren je houding en conditie. Dus Qi Gong is je lichaamshouding verbeteren, je ademhaling regelen en je geest ontspannen.



WEIGHT WATCHERS - WOENSDAG - 9u30 - Poly 2/3

Gezond afslanken ...? Alles eten, geen frustraties en toch gewicht verliezen op een gezonde en evenwichtige manier? Je staat er niet alleen voor! De beste resultaten krijg je door de steun van de andere afslankers in de groep.



LINE DANCE - WOENSDAG - 9u30 - € 2 - Poly 1

Swa die een opleiding seniorendans volgde, brengt je op vrolijke, hedendaagse muziek al dansend in beweging. Een ontspanning van kop tot teen. We dansen meestal zonder partner, dus iedereen is welkom!





SENIOROBICS - DONDERDAG - 10u - € 4 - Poly 1

Aerobic aangepast voor senioren ; ritmisch bewegen op vrolijke uitnodigende muziek. Van kop tot teen blijven we lenig, we verbranden caloriën en genieten van de muziek en het gezelschap. Ieder die actief wil bezig zijn is welkom.



ZITDANS - DONDERDAG - 10u - € 1,5 - Poly 2/3

Doen jouw benen niet altijd meer wat je wil maar beweeg je wel graag op vrolijke muziek? Dan is dit zeker iets voor jou! We doen allerhande oefeningen in leuk gezelschap, én we sluiten af met een kopje koffie en een gezellige babbel.



COMPUTERHULP - VRIJDAG - 10u - GRATIS - Poly 1

Heb je vragen over het gebruik van de computer of over bepaalde programma's? Weet je niet hoe je een nieuw programma installeert? Hoe je foto's op een CD plaatst? In LDC 't Dorp kan je terecht met al deze vragen.



DESSERTMIDDAG

DONDERDAG 4/5 - 14u - Poly 2/3 - € 3

Deze maand maken we echte heerlijke **bewaarwafeltjes**.

Inschrijven met enveloppe 1 vóór woe 3/5



PATCHWORK

DONDERDAG 18/5 - 14u - Poly 1 - tarieven Femma

Alle info ter plaatse

bij Femma-verantwoordelijke Mireille Simons.





ALOË VERA

DINSDAG 9/5 - 14U - POLY 1 - GRATIS

Forever Living Products

Onze producten hebben als basis de pure zuivere Aloë Vera Gel. Je kan ze op de huid gebruiken, maar ook drinken, waardoor jij je fitter en energiever gaat voelen.

Aloë vera wordt ook wel wonderplant, natuurlijke genezer en brandwondenplant genoemd.

Hij bevat veel stoffen die een gunstige invloed op de gezondheid hebben. (eczeem, psoriasis, hoofdpijn, allergieën, wondheling, osteoporose, darmtransit, vitaminebevoorrading, betere huidconditie, ...)



Inschrijven met enveloppe 1 vóór 8/5 .

INTERNET BANKIEREN

DINSDAG 23/5 - 14U - POLY 1 - € 2, koffie incl.

Meer en meer worden de diensten van de banken afgebouwd. Sommige banken verminderen het aantal personeelsleden en de openingsuren. De dienstverlening wordt stelselmatig afgebouwd. Men verwacht dat steeds meer mensen gebruik maken van internetbankieren.



Twee medewerkers van Belfiusbank, Sofie Andreka en Dirk Van Dijck, komen toelichting geven over de voordelen van bankieren via internet. De veiligheid, het ingeven van betalingen, het opvolgen van uw verrichtingen, ...

ism

Inschrijven met enveloppe 1 vóór 22/5 .

Progressief Senioren Alternatief
"OPSTANDING"

**PRAATCAFÉ DEMENTIE LICHTPUNT****lichtpunt****'Ethische aspecten rond dementie'** door Liselotte Van Ooteghem

Wat betekent goede zorg aan het einde van het leven voor mensen met dementie? Kan een persoon met dementie hier nog over beslissen? Wat kan de rol van de familie en naasten hierbij zijn? Wat is de waarde van een wilsverklaring voor mensen met dementie?

WAAR? WZC Rustenburg, Koolsveldlaan 94, 2110 Wijnegem

WANNEER? Maandag 15/05—19u, aanvang 19u30

INKOM: gratis

'Hoe treed je in contact bij veranderde relatie' door Sara Mahieu

WAAR? LDC 't Dorp, Jozef Van Craenstraat 1, 2900 Schoten

WANNEER? Maandag 4/09—19u, aanvang 19u30

INKOM: gratis

'Als eten zorg wordt' door Riet Pauwels

WAAR? WZC Rustenburg, Koolsveldlaan 94, 2110 Wijnegem

WANNEER? Maandag 13/11—13u30, aanvang 14u

INKOM: gratis



SENIORENMIDWEEK FLOREAL TE BLANKENBERGE

<u>VERTREK</u>	Ma 26/6	Laatste opstap 8.45U LDC
<u>AANKOMST</u>	Vr 30/6	+/- 16.30u LDC
<u>NIET VERGETEN</u>	Identiteitskaart + Medicatielijst	



Wij wensen alle deelnemers een fantastische week !!!

ONTDEK DE WERELD VAN HET ONZICHTBARE : YAKULT

DINSDAG 20/6 - meer info in Info Juni

Ze zijn echt overal: op de grond, in de lucht, in het zeewater. Maar ook in je neus, je oren, je ogen, je maag, je darmen, ... We hebben het over **micro-organismen**, zoals bacteriën. We zien ze niet, maar ze zijn met **ontzettend veel** en ze zijn **zeer actief**. De onzichtbare wereld van deze microben is **heel boeiend**. Nog al te vaak denken we bij bacteriën aan ziektes, infecties en besmettingen. Maar die minuscule wezentjes doen ook veel **goede, wonderlijke en noodzakelijke dingen** in de natuur én in ons lichaam. Een **micro-organisme of microbe** is een wezen dat té klein is om met het blote oog te kunnen zien en toch is het het **machtigste, meest succesvolle leven op aarde!**

CIRKELEN RONDOM DE NOORDERPLAATS TE A'PEN

VRIJDAG 23/6 - meer info in Info Juni

We gaan op verkenning in het stukje Antwerpen dat zich rond het kruispunt 'Italiëlei, Londenstraat, Noorderlaan, Kempischdok en Kattendijkdok' bevindt. Hoe zag dit stukje Antwerpen er vroeger uit, wat gebeurt er nu allemaal en zullen we er morgen onze weg nog vinden? Aan de hand van deze vragen gaan we twee dagen op stap; 23/6 en 24/8.



HULP BIJ INVULLEN PERSONENBELASTING

VRIJDAG 12/5 - 9U-12U / 13.30U-15.30U

De dienst belastingen uit Antwerpen organiseert in Schoten 2 zitdagen waarop je in de dienstencentra terecht kan voor ondersteuning bij het invullen van de brieven voor de personenbelasting.



12/5 't Dorp & 18/5 Cogelshof

CENTRUMRAAD

DINSDAG 9/5 - 10.30U - POLY 2/3

4 maal per jaar zitten we met een vaste gemotiveerde kern rond de tafel om samen te denken rond de werking van ons dienstencentrum. Ieder die graag meedenkt, een opmerking of vraag heeft, is welkom.

Adelaïde Van Birgelen, echtgenote van Joseph Lambrechts en trouwe biljarter op maandag, is op 24/3 op 86-jarige leeftijd overleden.

Ook **Marie-Louise De Vylder**, die tot voor kort hier in de flatjes woonde, is op 29/3 op 80-jarige leeftijd van ons heengegaan.

Op 2 april 2017 is op 87-jarige leeftijd **Jeanneke Lenaerts** overleden.

Wij wensen de familie heel veel sterkte in deze moeilijke dagen.

Ik kan helaas geen afscheid nemen

Ik kan helaas niet bij je zijn

Maar ik denk aan jou en voel de pijn

Pijn die een leven lang zal duren

Het had ook anders kunnen zijn ...





PROCEDURE BIJ KLACHTEN

Heb je **klachten of opmerkingen over de werking binnen het dienstencentrum?** U vindt een klachtenformulier in de gang van het LDC waarop u uw klacht of bemerking kan formuleren. De procedure die wij hanteren bij de klachtbehandeling wordt hierop ook beschreven.

PROCEDURE SEKSUEEL GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG

Hebt u het gevoel dat een medewerker van het dienstencentrum (centrumleider, vrijwilliger, andere medewerker...) **uw persoonlijke grenzen niet respecteert?** Uit uw bekommernis op het klachtenformulier zoals hierboven beschreven.

AFSPRAKEN KAPPER - PEDICURE - MASSAGE

Wij willen er toch nog eens op aandringen om gemaakte afspraken die men niet kan nakomen tijdig af te bellen. Zo krijgen anderen de kans om verder geholpen te worden en zitten kapper, pedicure of onze vrijwilligers niet onnodig te wachten. Wordt er op regelmatige basis niet afgebeld dan zijn wij genoodzaakt de behandeling toch aan te rekenen.

RESERVATIES KAPPER - PEDICURE

Afspraken voor KAPPER en PEDICURE kan u maken op **03/680 06 40**, en dit van maandag tot en met donderdag van 9u tot 12u en van 13u30 tot 15u30. Uiteraard kan u ook nog steeds terecht bij uw centrumleider.

PEDICURE

Vanaf 1 mei zit onze pedicure wekelijks de ganse dag op maandag en op woensdagvoormiddag.

Cogelshof
lokaal dienstencentrum



Dienstencentrum Cogelshof

Deuzeldlaan 49

2900 Schoten

03/644.67.94

dienstencentrumcogelshof@ocmwschoten.be



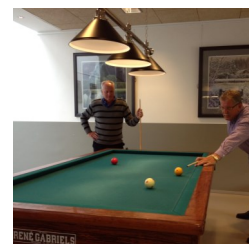
GEZELSCHAPSSPELEN - DAGELIJKS - 9u00 - GRATIS - CAFETARIA

Er liggen diverse gezelschapsspelen ter uwer beschikking in de cafetaria. Een greep uit het aanbod: Rummikub, Scrabble, dambord, pitjesbak...



BILJART - DAGELIJKS - 9u00 - € 0,50/30min - CAFETARIA

Er is één biljarttafel waarop dagelijks gespeeld kan worden. Tijdens het maaltijdgebeuren tussen 12u en 13u30 kan er niet gespeeld worden.



YOGA - MAANDAG - 9u30 - € 6,50 - AR

Yoga is een combinatie van ademhalings-, bewegings- en ontspanningsoefeningen. Yoga is heilzaam bij stress, rug-, nek- en gewichtsklachten, ademhalingsstoornissen en slaapstoornissen. Yoga is bedoeld voor alle leeftijden, mannen of vrouwen.



SPAANS OP REIS - MAANDAG - 9u00 - P3/P4

Op een ontspannen manier maak je kennis met de Spaanse taal en cultuur. **INSCHRIJVEN NOODZAKELIJK!**

Ism CVO IVORAN, meer info: <http://cvo-ivoran.be/>



LINE DANCE - MAANDAG - 13u30 - € 2,00 - AR

Op het ritme van verschillende muziekgenres worden er verschillende dansjes aangeleerd. Men doet dit in rijen naast elkaar waarbij iedereen dezelfde passen maakt. Je hebt geen vaste partner nodig.





GEHEUGENTRAINING - MAANDAG - 14u00- € 2,00- C1

Met geheugentraining worden je hersenen in vorm gehouden. Onder deskundige leiding van Rudy kan je elke week je geheugen komen verbeteren! Cursusmateriaal en een tasje koffie zijn voorzien.



SCHILDER- EN TEKENATELIER - MAANDAG - 13u30 - € 1,50 - P1/P2

Een groepje echte artiesten, verenigd onder de naam Horizon, tonen telkens weer hun kunsten. Iedereen is welkom, of je nu wil schilderen, boetseren of gewoon een praatje maken.



LINEDANCE VOOR BEGINNERS - MAANDAG 15u45 - € 2,00 - AR

Cursus voor beginnende dansers met minder danservaring. Op EENVOUDIGE EN LANGZAME MANIER zullen verschillende figuren inge oefend worden, om nadien mee te kunnen met de gevorderde dansers.



SPAANS 4 - MAANDAG 13u20 - P3/P4

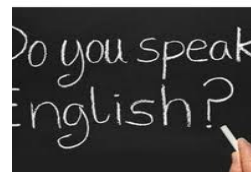
Op een ontspannen manier maak je verder kennis met de Spaanse taal en cultuur.

Ism CVO IVORAN, meer info: <http://cvo-ivoran.be/>



ENGELSE CONVERSATIE - DI- EN DONDERDAG 9u30 - € 0,50 - A1

OP een ontspannen manier wordt de actualiteit besproken. (in het Engels weliswaar!).





SPAANSE CONVERSATIE - DINSDAG 13u20 - P3/P4

Je kan je reeds vlot en adequaat uitdrukken in het Spaans. Onvoorbereide situaties schrikken je niet af.

Ism CVO IVORAN, meer info: <http://cvo-ivoran.be/>



PETANQUE - DINSDAG/VRIJDAG - 13u30 - € 0,50 - AR

Er wordt indoor petanque gespeeld op een kunstgrasmat. Poets je ballen op en vergezel ons!



BRIDGE - DINSDAG/DONDERDAG - 13u30 - € 0,50 - P1/P2

Hersenen trainen? Dan is bridge beslist een uitdaging. Een goed geheugen, concentratie en denkvermogen zijn alvast een prima start. Goede afspraken met je partner zijn onontbeerlijk.



HOBBYCLUB 'T STOKPAARDJE - DINSDAG - 13u00 - € 2,00- A1

Bij ons is er plaats voor elke vorm van kunstzinnige vrijetijdsbesteding. Er is gezelligheid en plezier want iedereen kan er zichzelf zijn ongeacht discipline, niveau of leeftijd.

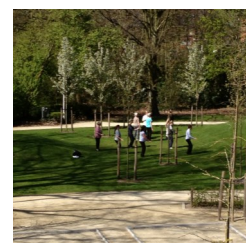


't Stokpaardje

QIGONG - WOENSDAG - 9u45 - ABONNEMENT- AR

Qigong heeft als doel de lichamelijke en geestelijke gezondheid te verbeteren en te behouden.

Instappen steeds mogelijk.





TAI CHI - WOENSDAG - 10u45 - ABONNEMENT - AR

Tai Chi is een rustige Chinese bewegingsvorm die zich richt op de ontspanning en het evenwicht van lichaam en geest. Instappen steeds mogelijk.



PERGAMANO/HANDWERK- WOENSDAG- 13u00 - € 0,50 - P1/P2

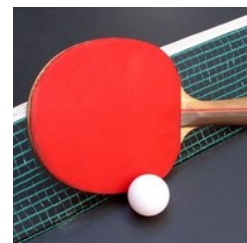
Er worden creatieve wenskaarten gemaakt met verschillende technieken. Pergamano, het op een specifiek doorprikken van perkament, is er één van.

Heb je zin om te breien, naaien, handwerken... in gezelschap? Iedereen welkom!



TAFELTENNIS - WOENSDAG EN VRIJDAG - 14u00 - € 1,50 - AR

Tafeltennis olv hobbyclub 't Stokpaardje. Er wordt enkel op recreatieve basis gespeeld. Breng zelf je paletje mee. Iedereen welkom.



COMPUTERHULP - WOENSDAG - 14u00 - GRATIS - C2

Wat ook je vraag of probleem is, klop gerust eens aan bij de vrijwilligers van de Senioren Computer Club Schoten (SCCS).

COUNTRYDANSEN

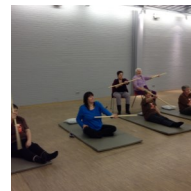
LESGEVER GEZOCHT!!!!!!





RUST ROEST - DONDERDAG - 10u00 - € 0,50 - AR

De lessen zijn specifiek voor mensen met een bewegingsbeperking (MS, spierziekten...). Deze lessen worden gegeven door een professionele kinesist



PORTRET - DONDERDAG 13u30 - € 1,50 - P3 en P4

Diverse portretschilders die zich verenigen onder de naam Horizon nemen elke donderdag hun penseel ter hand. Wil je graag een portret van jezelf kom dan eens langs!!!



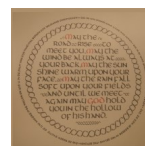
SAMENZANG ALOEËTTE- VRIJDAG - 10u30 - € 2,00 - AR

We zingen meerstemmige volksliedjes allerhande en het plezier in het zingen is de hoofdzaak. Je mag altijd komen mee doen. Je zal verbaasd zijn van het feel-good effect en de energie die je ervan krijgt



KALLIGRAFIE - VRIJDAG - 9u30 - € 1,50 - P1 en P2

Wat heb je nodig? Een vaste hand, een pen met brede punt en veel geduld!



SPAANS 6 - VRIJDAG - 9u00 - P3/P4

Deze cursus volgt op de lessen Spaans 5e jaar.
Ism CVO IVORAN, meer info: <http://cvo-ivoran.be/>





BINGO

WOENSDAG 17/05

14u

cafetaria

€ 3,00/6 kaarten



HANDWERK

VRIJDAG 19/05

14u

cafetaria

Verschillende soorten materiaal,
patronen en gerief ter beschikking



SAMANA: MOMENTJE VAN DE MAAND

VRIJDAG 05/05

14u

cafetaria

gratis, verteer voor eigen rekening



UITSTAP ELEXIR D'ANVERS

VRIJDAG 05/05

10u00 aanvang rondleiding!!!

€ 6,00 per persoon

€ 2,5 per persoon indien u mee wil met het busje

We brengen een bezoek aan “Distillateurs de Beukelaer” beter bekend als Elixir d’Anvers. Bij vele ouderen gekend als geneesmiddel voor diverse kwaaltjes of de boeren gaven het aan hun paarden bij koliek.

De rondleiding gaat door in de gebouwen gelegen aan de Haantjeslei 132, 2018 Antwerpen. Afspraak aan de ingang.

U hebt de keuze om zelf tot daar te komen of om gebruik te maken van het vervoer met onze busjes. We proeven 3 producten.

!!INSCHRIJVEN en BETALEN tot en met 27/04!! bij Sarah of Stanny



© L. de Groof



UITSTAP MIDDELHEIMPARK

VRIJDAG 19/05

13u15

€ 6,00

vervoer met busje aan € 3,00/pp



“Mythologie en oudheid”: Bij deze rondleiding wordt dieper ingegaan op de mythologische en Bijbelse thema’s waarop de kunstenaars zich geïnspireerd hebben bij de creatie van hun beeldhouwwerken.

!!INSCHRIJVEN EN BETALEN T.E.M.05/05 BIJ SARAH!!

JUWELENNAMIDDAG BCM

WOENSDAG 31/05

Opstelling om 12u

Met traktatie!

INSCHRIJVEN T.E.M. 29/05 bij Sarah



CENTRUMRAAD

DINSDAG 2/05

10u30

Cafetaria

Iedereen welkom: we bespreken het reilen en zeilen van ons LDC!



COMPUTERLESSEN

ref :	Cursus :	Dag :	Lesdata (chronologisch) :	Prijs :
10e	Windows 10 : Basis	vrijdag	27/01 - 03/02 - 10/02 - 17/02 - 24/02 - 10/03 - 17/03 - 24/03	€ 30,00
40m	iPad : Kennismaking	dinsdag	07/03 - 14/03 - 21/03	€ 15,00
90b	Mappen en Bestanden	vrijdag	31/03	€ 5,00
10f	Windows 10 : Basis	dinsdag	18/04 - 25/04 - 02/05 - 09/05 - 16/05 - 23/05 - 30/05 - 06/06	€ 30,00
40n	iPad : Kennismaking	donderdag	20/04 - 27/04 - 04/05	€ 15,00
41k	Android	donderdag	11/05 - 18/05 - 01/06 - 08/06	€ 15,00
40o	iPad : Vervolg	maandag	15/05 - 22/05 - 29/05	€ 15,00
10g	Meer halen uit Windows 10	vrijdag	09/06 - 16/06 - 23/06	€ 15,00
90c	Mappen en Bestanden	dinsdag	13/06	€ 5,00

Inschrijven via <http://www.schoten-sc.be/Cursussen.html> of elke woensdag tussen 14u en 16u in lokaal C2

BLOEMSCHIKKEN

WOENSDAG 17/05

13u00

A1

€ 11,00/pp voor plantmateriaal
en drankje achteraf



www.bissfloral.nl

Inschrijven en betalen bij Sarah t.e.m.12/05



LES PERGAMANO

VRIJDAG 12 en 26/05

10u

C1

€ 10,00



DIENSTVERLENING

Cogeshof
lokaal dienstencentrum



ZITDAG INVULLEN BELASTINGBRIEVEN

DONDERDAG 18/05

C2

9u - 12u en 13u30 - 15u30

De deuren gaan open om 8u30

Gratis



!!!!!!!!!!!!!!!!!! BRENG ZEKER JE IDENTITEITSKAART MEE !!!!!!!!!!!!!!!!!!!



INFOHUIS AUTISME

VRIJDAG 19/05

10u tot 13u

A1 en C1



In het Infohuis Autisme kan je als ouder of persoonlijk betrokkene vrijblijvend langslopen voor een gesprek. De bondgenoten van het Infohuis Autisme kunnen je een antwoord geven op concrete praktische vragen, luisteren naar jouw verhaal en vanuit hun eigen ervaring tips geven.

!!!VRIJE TOEGANG!!!

INFO OUDERENZORG OCMW SCHOTEN

DONDERDAG 11/05

19u30

A1

Gratis



Waarvoor kan je bij ons allemaal terecht? Hulp nodig in huis? Je wil er even tussenuit en je zoekt opvang voor je moeder met dementie? Je wil graag verhuizen naar een Assistentiewoning? Wat is de kostprijs verbonden aan deze diensten en moet je voldoen aan bepaalde voorwaarden?

Graag inschrijven tem 8/05 bij Sarah



OPTREDEN PERFAVORE

WOENSDAG 28/06

14u

€ 5,00 incl. drankje en versnapering



BBQ

VRIJDAG 7/07

Info volgt





MAALTIJDEN SOCIAAL TARIEF

Heel wat Schotenaren krijgen te kampen met financiële moeilijkheden. Beide dienstencentra kregen de mogelijkheid om een tegemoetkoming uit te werken voor wat betreft de **WARME MAALTIJDEN**.

Komt u geen warme maaltijd bij ons eten omdat u vindt dat dit een te grote hap is uit uw weekbudget, kom dan langs bij de centrumleider. Zij zal samen met u bekijken wat de mogelijkheden zijn.

Breng alvast een klever van het ziekenfonds mee.

EIGEN DRANK/ETEN CAFETARIA

Het in de cafetaria nuttigen van zelf meegebrachte dranken en snacks is niet toegelaten. Wilt u trakteren, dan kan u gebruik maken van het aanbod van Medirest, waarvoor we trachten onze prijzen zo laag mogelijk te houden.

DANK VOOR HET BEGRIP!

PEDICURE

Vanaf dinsdag 2 mei kan u **ELKE** dinsdag ook in de namiddag terecht bij onze pedicure.

Gelieve steeds een afspraak te maken: 03 680 06 40 of 03 644 67 94.

BELGERINKEL-ACTIE: "ZO DICHTBIJ"

Vanaf zaterdag 29 april tot en met zaterdag 3 juni: vraag uw lotje aan onze cafetariamedewerker indien u te voet of met de fiets tot het Cogelshof komt.



Wachtdienst dokters	0900 10 512
Wachtdienst apothekers	0900 10 500
Brandweer/ziekenwagen	100 met GSM 112
Antigifcentrum	070 245 245
Politie bij hoogdringendheid	101 met GSM 112
Politie Schoten	03 680 12 70
Bankkaart verloren of gestolen	070 344 344
Identiteitskaart verloren of gestolen	00800 2123 2123
Algemeen nummer gemeente Schoten	03 680 09 00
Algemeen nummer OCMW Schoten	03 680 06 40
Dienstencentrum 't Dorp	03 680 07 77
Dienstencentrum Cogelshof	03 644 67 94
Dienst Gezinszorg en Aanvullende Thuiszorg	03 680 06 35 / 38
Dienstenonderneming Ouderenzorg met Poetshulp, Taxicheques en Personenalarm	03 680 06 36
Dienst Pensioenen en sociale premies	03 680 07 75 / 76
Minder Mobielen Centrale	03 646 16 88
Handicar	03 646 52 98
WoonZorgCentrum Verbert - Verrijdt	03 680 05 95
Dagverzorgingscentrum	03 680 07 70
Informatie Kortverblijf en Flatjes	03 680 05 65 / 66
Dienstenonderneming voor gezinnen	03 680 06 34



dienstencentrumdorp@ocmwschoten.be



Dienstencentrum 't Dorp

J. Van Craenstraat 1

2900 Schoten

03 680 07 77

maandag tot vrijdag van 9u00 tot 16u00

Als je graag **onze 'INFO' per mail** wil ontvangen, e-mail dan naar één van beide dienstencentra. Zo kennen we je juiste e-mailadres en van zodra de nieuwe 'INFO' klaar is zetten wij hem graag in jouw mailbox. **Zo kan je thuis, vers van de pers, al eens bekijken wat we de komende tijd te bieden hebben.**

Surf ook eens naar

www.ocmwschoten.be - DIENSTENCENTRA - ACTIVITEITENKALENDER voor een beknopt overzicht van de geplande activiteiten voor de komende periode.

dienstencentrumcogelshof@ocmwschoten.be



Dienstencentrum Cogelshof

Deuzeldlaan 49

2900 Schoten

03 644 67 94

maandag tot vrijdag van 9u00 tot 16u00