

LDC *l*
B R A S S C H A A T

NIEUWS

november 2024

NIEUWSBRIEF VAN DE BRASSCHAATSE DIENSTENCENTRA



Week van de senior 18 - 24 november

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
<p>04 Soep van groene groenten</p> <p>Macaroni met ham, prei en kaas</p> <p>Ijs</p>	<p>05 Raapjessoep met spek</p> <p>Kotelet zonder been met zoete uiensaus, spruiten en aardappelen</p> <p>Fruitcocktail op z'n best</p>	<p>06 Minestrone soep</p> <p>Kippenbout Archiduc, rauwkost en frieten</p> <p>Gekarameliseerde appel met kaneel en vanilleroom</p>	<p>07 Bloemkoolsoep</p> <p>Braadworst, vleesjus met sjalot, rode kool en aardappelen</p> <p>Praliné mousse</p>	<p>01 Groene kruidensoep</p> <p>Visfilet meunière, tartaarsaus, witloofslaatje en aardappelpuree</p> <p>Ijsdessert + koffie</p>	<p>02 Juliennesoep</p> <p>Jagersgebraad, fijne vleesjus, witte kool in bechamelsaus en aardappelen</p> <p>Liègeois van chocolade</p>	<p>03 Portugese tomatenroomsoep</p> <p>Rundstoverij, pastinaakpuree met peer</p> <p>Gebak + koffie</p>
<p>11 Groentesoep</p> <p>Ardeense burger, schorseneren in bechamelsaus en aardappelen</p> <p>Ijs + koffie</p>	<p>12 Tomatensoep met balletjes</p> <p>Heek filet met venkel en mosterdsaus en aardappelen</p> <p>Elleboogjespudding</p>	<p>13 Soepje van peterseliawortel</p> <p>Mosselen met frieten</p> <p>Limoenmousse</p>	<p>14 Waterkerssoep</p> <p>Kipfilet, kerriesaus, ananas en rijst</p> <p>Crème Catalane met citrusfruit</p>	<p>15 Knolseldersoep</p> <p>Vispasteitje van witvis en zalm kreeftensaus en spinaziepuree</p> <p>Banaan/Vers fruit</p>	<p>16 Pompoensoep</p> <p>Hamrolletjes met voetselder en tuinkruidensaus, aardappelpuree</p> <p>Chocoladeflan</p>	<p>17 Preiroomsoep</p> <p>Kalfsfricasee op grootmoederswijze, wortelen en denappels</p> <p>Gebak + koffie</p>
<p>18 Witloofsoep</p> <p>Breugeltafel - ter ere van de week van de senior!</p> <p>Ijs</p>	<p>19 Spinaziesoep</p> <p>Spaghetti bolognaise van de chef met gemalen kaas</p> <p>Vers fruit</p>	<p>20 Courgettesoep met venkel</p> <p>Fazant Fine champagne, witloofsalade en aardappelwafels</p> <p>Crumble appeltaart</p>	<p>21 Andalouisische tomatensoep</p> <p>Kalfschipolata, vleessaus, wortelstampot en mosterd</p> <p>Vanillepudding met koekje</p>	<p>22 Edelweissoep</p> <p>Koolvisfilet, romige prei en biaritzpuree (met tomaat)</p> <p>Dessertbordje</p>	<p>23 Kippensoep</p> <p>Zwarte pens met appelmoes en aardappelen</p> <p>Mokkaroomdessert</p>	<p>24 Gele paprikasoep met mascarpone</p> <p>Stoofpotje van varkensvlees met Duvel en Luikse siroop, erwten en hertoginnenaardappelen</p> <p>Gebak + koffie</p>
<p>25 Broccolissoep</p> <p>Blinde vink, vleessaus, rode kool en aardappelen</p> <p>Ijs</p>	<p>26 Tomatengroentensoep</p> <p>Alaska pollak rugstuk met vissaus en champignons, gebroken boontjes en gebakken aardappelen</p> <p>Chocoladepudding</p>	<p>27 Preisoep</p> <p>Stoverij op z'n Vlaams, rauwkost en frieten</p> <p>Yoghurtroom op cocktailfruit</p>	<p>28 Kerriesoep</p> <p>Hamrolletjes met witloof en kaassaus, aardappelpuree</p> <p>Griesmeelpudding met krieken</p>	<p>29 Groene kruidensoep</p> <p>Pangasiusfilet op Portugese wijze en aardappelpuree</p> <p>Flan met karamelsaus</p>	<p>30 Raapjessoep met korstjes</p> <p>Vleesbrood, grootmoederssaus, spruiten en aardappelen</p> <p>Banaan/Vers fruit</p>	

VOORWOORD



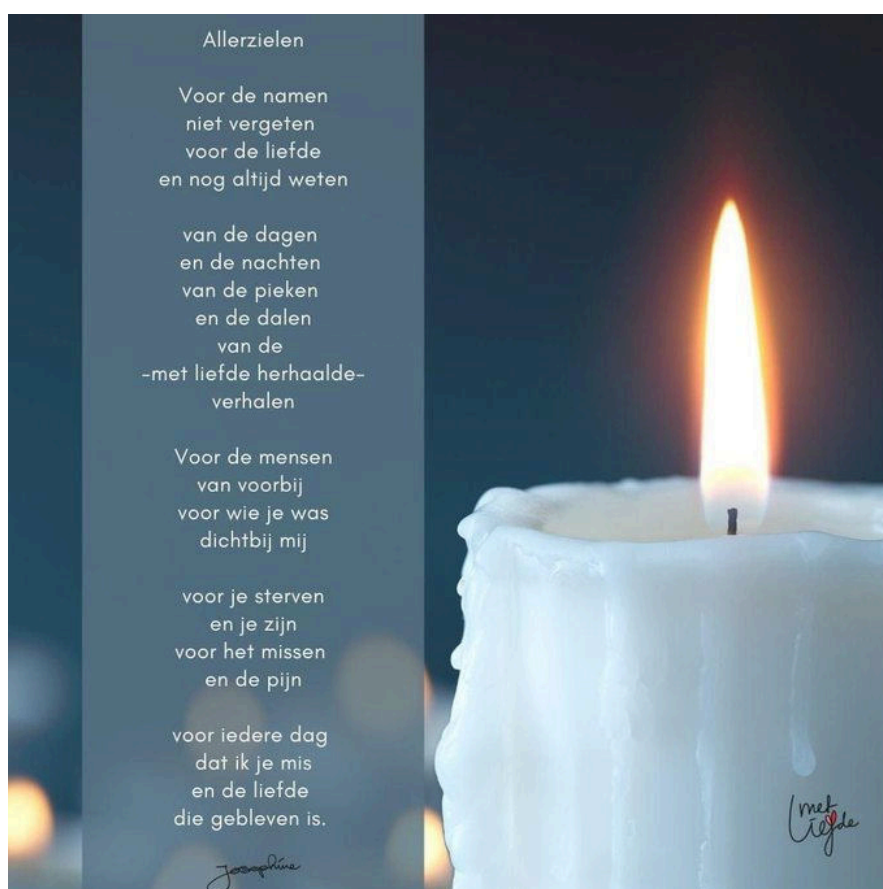
Beste lezer

In oktober stonden we stil bij onze geestelijke gezondheid. Een onderwerp waar het gros van de mensen niet graag over praat. Toch proberen we met de dienstencentra ons steentje bij te dragen en de initiatieven te ondersteunen die in de gemeente op poten worden gezet over dit thema. Maar het moet niet bij deze 10 dagen blijven. Elke dag zetten we verder in op het doorbreken van het taboe rond geestelijke gezondheid. Spreek ons zeker aan als je ergens mee zit.

In de maand november herdenken we alle geliefden die er niet meer zijn. Vaak een pijnlijke dag, Allerzielen, maar ook een mooi moment om fijne herinneringen op te halen aan wie er niet meer is.

In de voorlaatste week van november is het de week van de senior! Kijk bij uw LDC voor het programma.

Veel leesplezier



Woonzorgcentrum, Kabas en Dienstencentrum presenteren

Vesalius Wintert!

30 November 2024

13u - 17u



Prins Kavellei 75
2930 Brasschaat

- Chocomelk - Glühwein - Fotobooth - Grabbelton
- Koetsritten - Cadeaumarkt - Wafels - Confituur - Live muziek -

SPORTLESSEN

Geen sportlessen in de herfstvakantie!

Voor de volledige planning; vraag een folder in uw dienstencentrum.

Hieronder vind je een overzicht van alle activiteiten die wekelijks doorgaan in het dienstencentrum. Wil je graag aansluiten bij een van deze activiteiten? Je kan hier steeds vrijblijvend naar informeren bij het dienstencentrum. Wees welkom!

VASTE ACTIVITEITEN

	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag
MTHH	9u00 Vrij aquarel 13u15 Petanque in clubverband 13u30 Vrij aquarel 14u00 Wedstrijd rikken	9u00 Pedicure 13u00 Fietsen met Fons 14u00 Hobbycafé 14u00 Kantklossen LBC	9u00 Pedicure 9u00 Olieverfschilderen 13u15 Petanque in clubverband	9u00 Pedicure 9u30 Cursus naaien	9u00 Pedicure 9u30 Zentangle/mandala 10u00 Franse conversatie beginners 11u00 Franse conversatie gevorderden 13u30 Cursus naaien 14u00 Wedstrijd slagen halen
Vesalius	8u30 Pedicure 9u30 Telefoonster 13u30 Creawerking 13u30 Open Leersalon	8u30 Pedicure 9u30 Frans 13u00 Biljart	8u30 Pedicure 11u00 Zitturnen	9u00 Kapsalon 9u00 Telefoonster 13u00 Bridge	8u30 Pedicure 9u30 Italiaans 2 13u30 Biljart 13u30 Bijeenkomst chronisch zieken
Antverpia	09u30 Gymnastiek Caroline 09u30 Creatief atelier 13u00 Kantklossen (tweewekelijks) 13u30 Zangstonde 13u30 Kaarten	09u00 Pingpong 10u00 Patchwork 13u30 Kaarten 13u30 Petanque 14u00 Hobby	09u15 Tekenatelier 10u00 Engelse conversatie 14u00 Schaken	09u00 Leren tekenen (tweewekelijks) 13u30 Petanque 13u30 Kaarten 14u00 Vrij atelier 14u00 Franse conversatie	09u30 Spaanse conversatie 13u30 Pingpong 14u Wandelen met Diane (tweewekelijks) 14u Kalligrafie

2024

AGENDA VAN NOVEMBER

	MTHH	Vesalius	Antverpia
vrij 1/11	Gesloten	Kantoren gesloten	Gesloten
za 2/11			
zo 3/11			
ma 4/11			
di 5/11		12u30 Burelen gesloten wegens teamoverleg LDC Vesalius	
woe 6/11	14u Info Cybercriminaliteit 13u Digigroeier		14u Infosessie brandweer
do 7/11	9u30 PC-Club	8u30 Kalligrafie 10u Quilting bee	
vrij 8/11		9u30 Wandeling in de Kalmthoutse heide met gids	14u Wandelen met Diane: herfstwandeling in Ertbrandbos
za 9/11			
zo 10/11			
ma 11/11	Gesloten	Kantoren gesloten	Gesloten
di 12/11	9u30 Vertrek Intratuin	10u Vertrek Intratuin (volzet) 13u Naai- en breiatelier Moeders voor Moeders	10u30 Vertrek Intratuin
woe 13/11	13u Digigroeier 13u30 Digitaal spreekuur	9u Digigroeier 14 u bewegingsactiviteit hogeschoolstudenten ergotherapie	14u Infosessie cybercriminaliteit
do 14/11	14u Luisterwandeling door het leven	13u Kantklossen	13u Digigroeier 14u Bingo
15/11			
za 16/11			
zo 17/11			

2024

AGENDA VAN NOVEMBER

	MTHH	Vesalius	Antverpia
ma 18/11	12u Breugeltafel	Start Week van de Senior 12u30 Breugeltafel 14u30 Optreden Kletz	12u Breugeltafel 13u30 Naald en draad
di 19/11	10u Digitale weetjes 14u Gezelschapspelletjes en smul: warm appelgebak met ijs	14u Burenborrel PKH 14u Luisterverhaal Leen en René: In Flanders Fields	14u Infosessie internetbankieren
woe 20/11	13u Digigroeier 14u Film: the great escaper	9u Digigroeier 14u Smulnamiddag pruimenvlakaike	
do 21/11	9u30 PC-Club	10 u infosessie cybercriminaliteit 14u Bingo	13u Digigroeier 14u Workshop kombucha
vrij 22/11		14u Film: The aryan couple	14u Wandelen met Diane: Ruige heide en stoppelbergen
za 23/11			
zo 24/11			
ma 25/11	14u Bingo	13u30 Repaircafé	
di 26/11	19u30 Infosessie mantelzorg: voorafgaande zorgplanning en wilsverklaringen	19u30 Infosessie mantelzorg: voorafgaande zorgplanning en wilsverklaringen	19u30 Infosessie mantelzorg: voorafgaande zorgplanning en wilsverklaringen
woe 27/11	13u Digigroeier 14u Infomoment Stef: digitale data 14u Optreden Kletz	9u Digigroeier	
do 28/11	13u30 Repair café	13u Kantklossen	13u Digigroeier 14u Workshop kombucha
vrij 29/11			14u Film: de 8 bergen
za 30/11		13-17u Vesalius Wintert (wintermarkt)	

Blikvangers van Maria-Ter-Heide- Hove

Infosessie : cybercriminaliteit

Woensdag 6 november om 14u

Wil je liever geen slachtoffer worden van cybercriminelen? Kom je dan zeker informeren tijdens dit infomoment.

Gratis - inschrijven via: bincyberbrasschaat@gmail.com



Luisterwandeling door het leven

Donderdag 14 november om 14u

Andrea en Etienne zochten mooie luisterliedjes uit en brengen deze, samen met aangepaste teksten, als een wandeling door het leven. Want elke levensfase werd ooit wel eens bezongen in een mooi lied. Een namiddag om van te genieten.

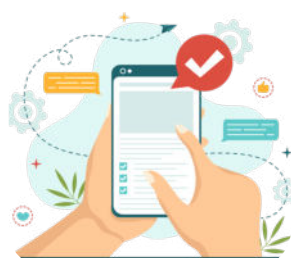
Gratis - graag inschrijven

Gezelschapspellen en smulnamiddag

Uitzonderlijk op dinsdag 19 november vanaf 14 uur

Vandaag smullen we warm appelgebak met ijs en slagroom

1,7 euro per portie



Digitale weetjes

Dinsdag 19 november om 10 uur

Samen met Sylvia leer je de digitale wereld steeds beter kennen

€2 per les

Blikvangers van Maria-Ter-Heide-Hove

Film: The great escaper

Woensdag 20 november om 14u

Een 87-jarige man “ontsnapt” uit het woonzorgcentrum om, met de hulp van mensen die hij tegenkomt, naar een herdenking te gaan van WOII.

Gratis - graag inschrijven



Infosessie: digitale data en datalekken

Woensdag 27 november om 14u

Digitale gegevens kunnen bewaard worden op je PC, tablet of smartphone. Maar ook in de “cloud”. Waar kan je jouw gegevens opslaan, terug opvragen, doorsturen,... Hoe kan je voorkomen dat er data gelekt worden? Wat kan het gevolg zijn van zo’n data-lek? Stef vertelt je er alles over!

Gratis - graag inschrijven



Optreden: Kletz

Woensdag 27 november om 14 uur

Een paar gepensioneerde opvoeders maken fijne muziek . Kom mee luisteren, dansen en zingen want muziek brengt mensen samen!

Gratis - graag inschrijven



Fietsen met Fons

Dinsdag om 13u

Elke dinsdag vertrekt er een groepje fietsers aan het dienstencentrum om te genieten van een sportieve namiddag. Kom je graag mee trappen door onze mooie streek? Kom dan zeker eens mee rijden!

Gratis



Blikvangers van Vesalius



Annulatie bij kapper of pedicure

Als u een afspraak heeft bij onze pedicure of kapster en er komt iets tussen (u bent ziek, een dringende familieaangelegenheid, ...) bel dan tijdig af. Verwittig ons zodat de pedicure of kapster niet nodeloos zit te wachten. Uw plekje kan wellicht opgevuld worden door iemand anders. Bedankt om hier extra op te letten.

Opbrengst cupcakeverkoop

In september maakten onze vrijwilligsters Magda, Marina en Chantal cupcakes. Deze werden verkocht aan de toog. De mooie opbrengst van € 276 konden we storten t.v.v. Stichting Alzheimer Onderzoek.



Digigroeier

Woe 13/11 - woe 20/11 - woe 27/11

Collega Yannick komt elke woensdag langs om je te adviseren over je internetabonnement. Hij bekijkt samen met jou je huidige abonnement en zoekt mee uit wat eventueel nog goedkoper is. Of als je nog geen abonnement hebt dan kunnen jullie samen bekijken wat het voordeligst zou zijn. Vanaf nu helpt hij ook bij kleine digitale vragen over je smartphone, tablet, apps, social media, enz.

Afspraak maken via ons bureel



Wandeling met gids in de Heide

Vrijdag 8 november om 9u30

Deze herfst nemen we je mee op een mooie wandeling door de Kalmthoutse Heide. De schoonzus van Elly is er gids en zal wat meer vertellen over het ontstaan en de cultuurgeschiedenis van de Heide. De wandeling is 6 km lang en duurt ongeveer 3 u. We spreken daar af om 9u30 (aan de Vroente) of om 9u in het dienstencentrum als je met het busje mee wil. Niet toegankelijk voor rolstoelen of rollators.

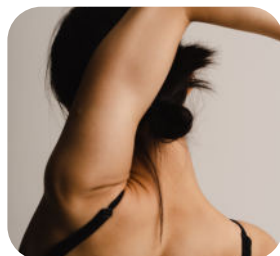
€3 - inschrijven aan het bureel



Blikvangers van Vesalius

Bewegingsactiviteit

Woensdag 13 november om 14u00



Een groepje studenten van de AP hogeschool die de richting ergotherapie volgen, komen een activiteit met jullie doen rond beweging. Een beetje beweging is gezond en je helpt de studenten bij hun opdracht. Meer info via de flyer.

Gratis - inschrijven aan het bureel

Week van de Senior

Week van 18 tot 22 november

In deze week zijn er tal van leuke activiteiten. Er zit voor ieder wat wils bij.

Maandag 18/11: Breugeltafel in buffetvorm en muziekoptreden van Kletz

Dinsdag 19/11: vaste klant René leent één van zijn zelfgeschreven verhalen uit om te laten voorlezen door Leen. "In Flanders Fields" Kom meer te weten over hoe en waarom het geschreven werd. (Inschrijven aan bureel)

Woensdag 20/11: Smul pruimenvlaaike (bestellen aan bureel)

Donderdag 21/11: Bingo met extra gratis ronde

Vrijdag 22/11: Film 'The aryan couple' met verrassingsnack (inhoud van de film, lees verder)



Film: The Aryan couple

Vrijdag 22 november om 14u00

Een beklijvende oorlogsfilm met Oscarwinnaar Martin Landau. Het verhaal speelt zich af tijdens de Tweede Wereldoorlog en gaat over een rijke Duitse industrieel die hartverscheurende keuzes moet maken wil hij niet naar Auschwitz gestuurd worden.

Gratis - inschrijven aan het bureel

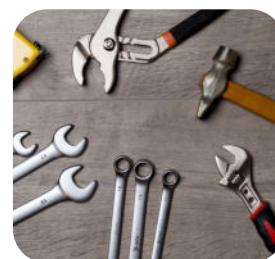


Repaircafé

Maandag 25 november om 13u30

Heb jij nog een kapot voorwerp thuis liggen dat je al lang gerepareerd wil zien? Kom dan naar het repaircafé. Een vrijwilliger gaat dan (samen met jou) aan de slag. Zo ga je hopelijk met een hersteld item naar huis. Ondertussen voorzien wij koffie en thee. Wat er wel of niet in aanmerking komt voor reparatie, kan u navragen op ons bureel .

Gratis (uitgezonderd materiaal dat moet aangekocht worden voor herstelling.) Op voorhand inschrijven.



Blikvangers van Antverpia



Infosessie brandweer

Woensdag 6 november om 14u

Wil jij graag weten hoe je je woning beter kan beschermen tegen brand? Of wat je moet doen mocht het ooit branden? Kom dan naar deze gratis infosessie gegeven door de brandweer.

Gratis - vooraf inschrijven verplicht

Bingo

Donderdag 14 november om 14u

De eerste bingo in onze vernieuwde cafetaria! Weer met de uitstekende stem van Herman.

€0,50 per bingoblaadje



Wandelen met Diane

Vrijdag 8 en 22 november om 14u



Diane neemt jullie mee naar de mooiste plekjes in de omgeving rond Brasschaat.

Deze maand staat het Ertbrandbos en de Ruige Heide op de planning. We verzamelen in Antverpia om 13u30 of spreken om 14u ter plaatse af. Er wordt gewandeld aan het tempo van de traagste wandelaar en vooral genoten van de natuur. Geen betere manier om je weekend te starten!

Degelijke schoenen zijn met het herfstweer zeker aan te raden, rolstoelen of rollators niet mogelijk.

Gratis - vooraf inschrijven

Breugeltafel

Maandag 18 november om 12u

Niets zo gezellig als samen zijn aan de eettafel. Daarom verwennen we jullie met een Breugeltafel voor de week van de senior.

€9 voor de inwoners van Brasschaat, €12 voor niet - inwoners



Blikvangers van Antverpia



Naald en draad

Maandag 18 november om 13u30

Caroline werkt met jullie aan een project met naald & draad. Een gezellig samenzijn met een creatieve uitkomst!

Gratis

Infosessie internetbankieren

Dinsdag 19 november om 14u

Tegenwoordig kan je alles online kopen. Maar hoe doe je dat juist? En hoe zorg je ervoor dat het veilig verloopt? Joke leert jullie internetbankieren in deze gratis infosessie. Neem je smartphone/laptop/tablet en kastje van de bank mee.

Gratis - vooraf inschrijven verplicht



Workshop kombucha

Donderdag 21 en 28 november

Kombucha is een drank op basis van gefermenteerde thee. Het leuke eraan is dat je dit volledig zelf thuis kan maken en dat is ook wat Marc ons zal leren. De workshop bestaat uit twee delen en je gaat op het einde van de rit naar huis met verse kombucha en al het materiaal om het proces thuis verder te zetten!

€14 - vooraf inschrijven verplicht wegens beperkte plaatsen



Film: de acht bergen

Vrijdag 29 november om 14u

Een film over een vriendschap tussen twee jongens die een leven lang blijft duren. Gefilmd in een prachtig landschap.

Gratis - vooraf inschrijven



UITpas



Omruilvoordeel UiT-pas

- Vanaf 1 december valt het omruilvoordeel voor een gratis maaltijd in de dienstencentra Vesalius weg. Dit was reeds het geval in MTHH. Tijdens de maand november kan u nog wel een UiT-pas maaltijd reserveren met uw punten, nadien niet meer. Antverpia blijft dit voordeel wel aanbieden.

Verwacht in december

Maria-Ter-Heide-Hove

- 2/12 Cybercriminaliteit
- 11/12 Algemene quiz
- 12/12 Kerstmarktje i.s.m Samana, hobbyclub en knutselaars ten voordele van de Warmste Week
- 16/12 De warmste wafel
- 17/12 Kerstbloemschikken
- 19/12 Uitstap winterrevue (inschrijven vanaf 4 november)

Vesalius

- 4/12 Verkoop nachtkleding en ondergoed Dreamwear en Brillenbus
- 13/12 Thé Dansant met juke box Paul t.v.v. de Warmste Week
- 14/12 Voordracht Diabetesliga 'Hoe diabetes invloed heeft op die mooie kijkers' door oogarts Dr. Liselotte Aerts
- 19/12 De warmste bingo & uitstap Winterrevue (inschrijven v.a. 4/11)
- 23/12 Monoloog door mevr. Switsers - 'Waar de sterre bleef stille staan' van Felix Timmermans

Antverpia

- 12/12 Bingo ten voordele van de warmste week!
- 19/12 Uitstap Winterrevue (inschrijven vanaf 4 november)
- 20/12 Kerstfilm

Verwacht in januari

Zoals vastgesteld bij de nieuwe prijzen worden deze ieder jaar geïndexeerd. Deze index zal midden december bekend zijn en toegepast worden op de huidige prijzen. Hierdoor is boeken voor 2025 pas mogelijk vanaf mid-december. Meer info volgt later via de dienstencentra.



Seniorenfeest

Van Brasschaat Voor Brasschaat

19 november 2024

Met optredens van

**Johan Kalifa met
Ineke Van de Sande**
& het koor **Bloezette**

Ruiterhal | Azalealaan 6

Prijs 10 euro
(enkel in VVK bij
vzw Remise en alle
seniorenbonden)

Deuren 13 uur
Start 14 uur

een organisatie van:

Brasschaatse Seniorenraad & vzw Remise & vzw Het Eigenzelf

Adresgegevens

Idc Maria-Ter-Heidehove

Centrumleider : Hilde Bleyenbergh

Eikendreef 18

2930 Brasschaat

T 03 663 77 07

e-mail : ldc.mthh@brasschaat.be

Dienstencentrum: maandag tot vrijdag 08u45 tot 17u

Kantoren: iedere werkdag: 09u-12u en 13u30-16u, gesloten op donderdag vanaf 14u



Idc Vesalius

Centrumleider : Elly Van Gorp

Prins Kavellei 77

2930 Brasschaat

T 03 650 34 85

E-mail : ldc.vesalius@brasschaat.be

Dienstencentrum: maandag tot vrijdag 09 tot 17u

Kantoren: iedere werkdag: 09u-12u30 en 14u-16u, gesloten op woensdagmiddag



Idc Antverpia

Centrumleider : Charlotte Aerts

St Antoniuslei 95-97

2930 Brasschaat

T 03 660 58 00

E-mail : ldc.antverpia@brasschaat.be

Openingsuren dienstencentrum: maandag tot vrijdag 09u tot 17u

Kantoren: iedere werkdag: 09u-13u en 13u30 tot 16u, gesloten op donderdag vanaf 14u

