

NIEUWSBRIEF DE SCHAKEL

Maart - April 2024



STAY CALM AND PLAY PETANQUE ❤️

Petanque is een toegankelijke sport voor elke leeftijd, het houdt je lichaam soepel en je geest scherp! 🧘🏻‍♀️👏

↙ Nog niet vertrouwd met petanque? Kom dan vrijblijvend kennis maken:

- op maandag in De Schakel Houthulst (organisatie: Blyde Petanquers)
- op woensdag in het Heuvelhuis Klerken (organisatie: Jong van Hart)
- op donderdag in het Stationshuis in Merkem (organisatie: De Schakel)
- op vrijdag in het Dorpshuis Jonkershove (organisatie: OKRA)

Aanbod genoeg dus in Houthulst!

De contactgegevens van de verschillende clubs zijn te verkrijgen in het dienstencentrum en op de dienst Vrije Tijd.



ACTIVITEITEN DE SCHAKEL

📍 Brs. Xaverianenstraat 12 - 8650 Houthulst

Brei-atelier “De Slekkebreiers”

Elke maandag om 13u30

Elke donderdag om 19u00

Hou je ook van breien of haken? Wil je dit op een gezellige manier beleven samen met anderen? Kom dan naar het breicafé!

Ambiance verzekerd! 🧡

Op donderdag 7 maart komt lesgeefster Marijke langs om een nieuwe techniek aan te leren.

- Kostprijs € 2,00 per week, consumptie inbegrepen (Als Marijke langskomt wordt er € 4,00 lesgeld gevraagd)

Schilderatelier “Met Verve”

Tweewekelijks op woensdag

De beginnende artiesten krijgen de basisbegrippen mee van een ervaren kunstschilder. 🎨 Wie reeds vlot het penseel hanteert en wat hulp wil bij het verfijnen van zijn schildertechniek is eveneens welkom.

- Kostprijs € 5,00, lesgeld en consumptie inbegrepen

Fietsseizoen 2023 gaat weldra van start!

Elke donderdag om 13u30

Fiets jij met ons mee? 🚲 Op donderdag 21 maart trappen de Seniorenfietsers Houthulst het nieuw fietsseizoen op gang. De fietsers verzamelen elke donderdag aan De Schakel vanaf 13u30 en vertrekken om 13u45 voor een ontspannen fietstocht in eigen streek.

Iedereen is welkom om mee te rijden. 🚲

- Inleg: € 1,50

Wist je dat

Er in Nederland meer fietsen dan inwoners zijn?

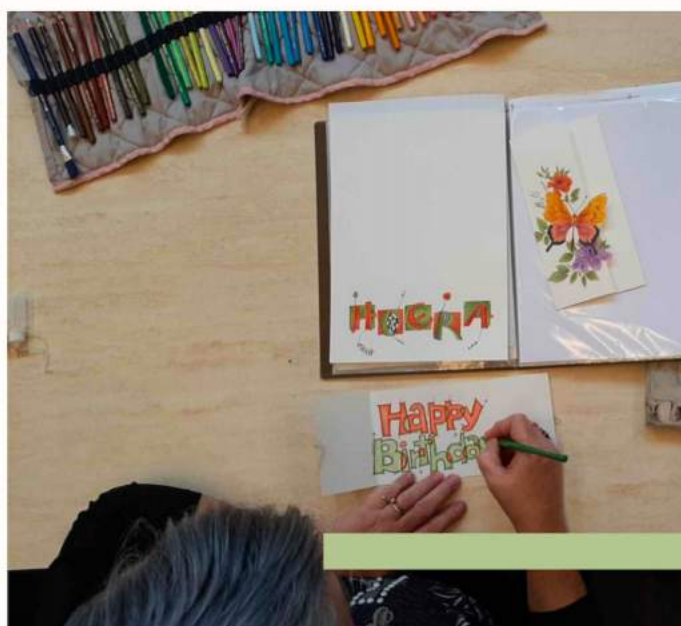
Creatief met kleuren

Maandelijks op woensdag om 14u00

Lesgeefster Nicole neemt je mee in de wondere wereld van het kleuren. 🌈

We experimenteren met verschillende kleurtechnieken. Beginners zijn zeker ook welkom! Het resultaat is telkens verrassend, je gaat ongetwijfeld met een mooie creatie naar huis.

- Kostprijs € 4,00 per les, lesgeld en consumptie inbegrepen (5 lessen in het voorjaar)



Petanqueclub “De Blyde Petanquers”

Elke maandag om 13u30

Wekelijks kun je in De Schakel terecht voor een spelletje petanque. In de winter en bij regenweer wordt er binnen op tapijt gespeeld. Bij mooi weer gebruiken we de buitenpleinen naast de zaal. 🌳

- Inleg: € 1,00

ACTIVITEITEN DE SCHAKEL

📍 Brs. Xaverianenstraat 12 - 8650 Houthulst

Kaartclub De Schakel

Elke vrijdag om 13u30

Op vrijdagmiddag verwelkomen we jou graag om een partijtje te komen manillen.

Ben je zelf geen kaarter, maar wil je gewoon iets komen drinken? **Van harte welkom!**

De bar is open vanaf 13u30. 🍷🍷



ACTIVITEITEN ANTENNEPUNT MERKEM

📍 WZC De Groene Verte - Kouterstraat 46 - 8650 Merkem

Petanqueclub De Schakel

Elke donderdag om 13u45

In zaal Stationshuis in Merkem kun je elke donderdag om 13u45 terecht voor een spelletje petanque. Er worden 2 partijen gespeeld met tussenin een pauze.

- Inleg: € 1,00

Breiclub

Elke dinsdag om 14u30

Hou je ook van breien of haken? Wil je dit op een gezellige manier beleven, samen met anderen? Kom dan naar de wekelijkse breiclub in cafetaria 't Koutertje!

Ambiance verzekerd! 🎵🎶

- Deelname is gratis.

Quiz

Vrijdag 1 maart om 14u30

Doe mee aan de quiz en wie weet ga jij wel met een prijs naar huis! 🎁

Je bent welkom in cafetaria 't Koutertje.

- Inschrijven vooraf is niet nodig.
- Deelname is gratis.

Muziekbingo

Vrijdag 5 april om 14u30

Herken jij de hits van vroeger en nu?

Duid ze aan op de bingo-kaart, is jouw kaart als eerste vol, dan ga jij met de prijs lopen.

Je bent welkom in cafetaria 't Koutertje.

- Inschrijven vooraf is niet nodig.
- Deelname is gratis.



ACTIVITEITEN ANTENNEPUNT MERKEM

📍 WZC De Groene Verte - Kouterstraat 46 - 8650 Merkem

Lezing: Het belang van bewegen en de impact op de gezondheid van ouderen en senioren

Dinsdag 19 maart om 19u30

Wordt het belang van bewegen onderschat? Wat is eigenlijk de impact op mijn gezondheid? Waarom doen we dit zo weinig? 🧑🏻

De BeweegCoach zal met wetenschappelijke informatie en concrete voorbeelden het belang toelichten. Ook is er een interactief gedeelte met testen / fitproeven.

Je kan meteen aan de slag met concrete actiepunten.

Neem het stuur in eigen handen en GO! 🧑🏻

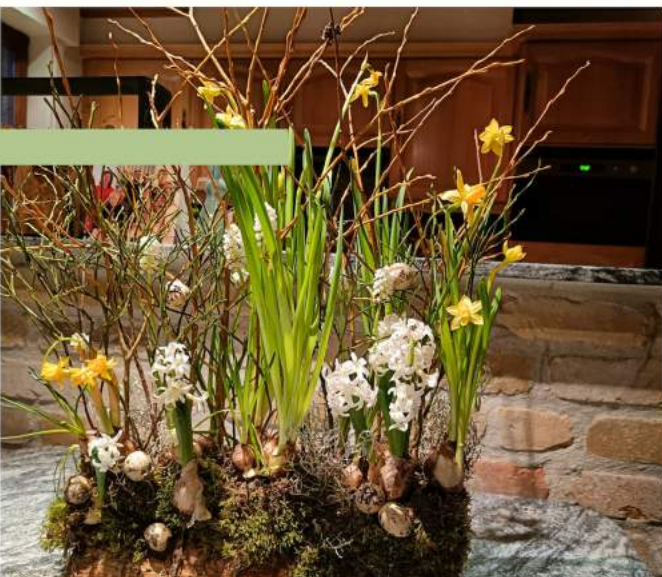
- Inkom gratis, gelieve vooraf in te schrijven
- In cafetaria 't Koutertje

Bloemschikken, thema Pasen 🐰

Donderdag 28 maart om 14u30

We maken een bloemstuk rond het thema Pasen, lesgeefster Carine helpt jou waar nodig. 🌸

- Kostprijs € 25,00 (lesgeld, materiaal en consumptie inbegrepen)
- In cafetaria 't Koutertje
- Vooraf inschrijven is noodzakelijk



Blijf actief en gezond!

Elke werkdag mogelijk tussen 9u00 en 16u30

In de beweegruimte van de Groene Verte Er wordt een persoonlijke fitheidstest afgenomen, op basis van jouw resultaten wordt een individueel beweegplan opgemaakt. **Samen gaan we op weg naar een actieve(re) levensstijl!** 🍊🍊

- Interesse? Contacteer Sharon Leroy of mail naar info@degroeneverte.be

Markt/ Tearoomnamiddag in 't Koutertje: heerlijke wafels 🍪🍪

Dinsdag 16 april vanaf 14u30

Zeg nu zelf, wat is er lekkerder dan huisbereide verse wafels, vergezeld door een kop koffie, theetje of chocolademelk?

Tip! Breng ook een bezoek aan onze markt en maak kennis met de nieuwe lente/zomer collectie: kledij, schoenen juwelen en ondergoed/lingerie.

Toneelstuk: "Trap niet in de Vak"

Vrijdag 26 april om 14u30

Struikelen over het tapijt, je evenwicht verliezen in de tuin, ... Een val is snel gebeurd.



Tijdens dit ludieke en educatieve toneelstuk gebracht door 65-plussers voor 65-plussers, krijgen we tips aangereikt om actie te ondernemen en om vallen te voorkomen.

- Inkom gratis, gelieve vooraf in te schrijven
- In cafetaria 't Koutertje

ACTIVITEITEN PORTUS

📍 OC De Zwaan - Vladsloplein 10 - 8600 Vladslo

Als een opname in zich komt. (i.s.m. andere diensten en woon-zorgcentra uit de regio)

Maandag 18 maart om 14u00

Als de zorg voor een persoon met dementie thuis te zwaar wordt, kan een opname in een woonzorgcentrum een oplossing bieden. Tijdens deze namiddag geeft Els Terryn (maatschappelijk werker OCMW) uitgebreide informatie over een (toekomstige) opname.

- Inschrijven is noodzakelijk
- Deze activiteit is gratis



Wist je dat

Het woon- en zorgcentrum Cassiers regelmatig activiteiten inricht voor personen met dementie en hun mantelzorgers? We verzamelen telkens in de cafetaria 'De Madelon'.

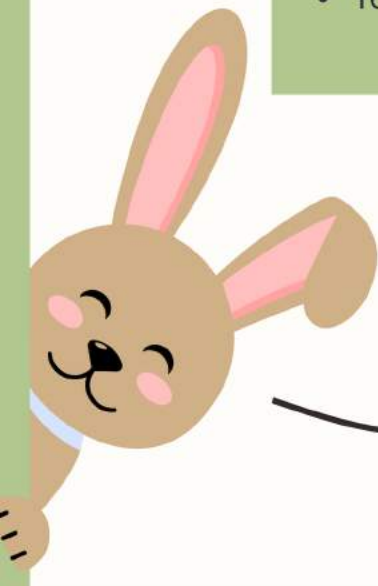
Meer info: 051/70 81 90 of via e-mail: refdementie@wzccassiers.be

Save the date:

- 19 maart: knutselen thema Pasen
- 16 april: kook- en proefactiviteit



VROLIJK PASEN!



DIENSTVERLENING

Infoloket voor senioren

Elke maandag, woensdag en vrijdag
van 9u00 - 11u00

Hier kun je terecht bij Chantal
(centrumleider De Schakel) met al jouw
vragen over dienstverlening,
tegemoetkomingen, vrijwilligerswerk,
thuiszorgondersteuning, enz...



Wist je dat

Je kunt ook op dinsdag terecht in
het antennepunt te Merkem en
op donderdag in het
antennepunt te Klerken.

Infoloket dementie

Antennepunt Merkem (De Groene Verte)

Het is voor mantelzorgers niet altijd evident
om wegwijs te geraken in het aanbod aan
info omtrent dementie. Met vragen kan je
steeds bij de referentiepersoon dementie
Sharon terecht: 051/54 45 30, of
langskomen in WZC De Groene Verte.

- Indien gewenst is een thuisbezoek ook
mogelijk.

Boekendienst aan huis

i.s.m. de bibliotheek Houthulst

Wil je graag genieten van de collectie van de
bib, maar lukt het je niet om zelf naar de bib
te gaan? Dan kan je beroep doen op “De bib
aan huis”! 📖 Een vrijwilliger brengt dan de
boeken, tijdschriften, cd's en dvd's bij jou
aan huis.

- Lidgeld bibliotheek: € 5,00/jaar
- Kostprijs: gratis

Mobitwin

Organisatie van vervoer voor personen met
verplaatsingsmoeilijkheden.

Moet je naar de dokter, kapper, één van onze
antennepunten, de winkel, op
familiebezoek, ... ? Onze chauffeurs brengen
jou veilig naar jouw afspraak. 🚗
Het vervoer gebeurt door vrijwilligers met
hun eigen wagen.

- Lidgeld € 12,00 lidgeld/jaar (gezinstarief
bedraagt € 18,00)
- Kostprijs € 0,4269 per km en een
administratiekost van € 0,50 per aanvraag

Bad- en douchegelegenheid

@ WZC Cassiers & WZC De Groene Verte

Op afspraak kun je een bad of douche 🚿
nemen in één van onze woonzorgcentra.

- Kostprijs: € 2,50

BUURTRESTAURANTS

Elke werkdag vanaf 11u30 kun je komen genieten van een lekker middagmaal!



Wist je dat

Samen eten bijdraagt aan je geluksgevoel! Het is een manier om sociale contacten te onderhouden, vrienden en burens te verbinden.

In de buurtrestaurants houden we ook rekening met jouw dieetwensen (zoutloos, suikerarm, lactosevrij,...).

De kostprijs bedraagt in alle buurtrestaurants € 10,00. 🍴

De menu bestaat telkens uit: soep, hoofdgerecht (aardappelbereiding of rijst, groenten, vlees of vis), dessert en een drankje. De menu's kan je raadplegen op www.ldcdeschakel.be.

WZC De Groene Verte

Kouterstraat 46
8650 Merkem
T: 051 54 45 30
www.degroeneverte.be

LDC De Schakel

Brs. Xaverianenstraat 12
8650 Houthulst
T: 051 69 71 76
www.ldcdeschakel.be

Zorgcentrum De Vleugels

Stokstraat 1
8650 Klerken
T: 051 70 81 90
www.devleugels.be

INFO & CONTACT

Lokaal dienstencentrum De Schakel
Brs. Xaverianenstraat 12 - 8650 Houthulst
T: 051/69 71 76 - E: dienstencentrum@wzccassiers.be