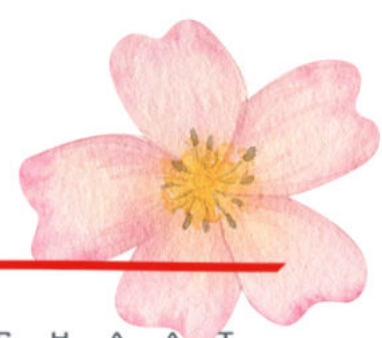




LDC



l
B R A S S C H A A T

NIEUWS

mei 2025

NIEUWSBRIEF VAN DE BRASSCHAATSE DIENSTENCENTRA



<

LENTE IN HET LAND!

Beste bezoekers,

De vogels fluiten, het zonnetje schijnt, de lente is in het land! We hebben al genoten van enkele momenten op onze terrassen en hopen de komende weken en maanden hier nog meer gebruik van te maken. We zetten komende maand weer in op verschillende thema's. In MTHH wordt er veel bewogen, in Vesalius komt de mondcoach langs en in Antverpia leggen we de focus op onze bekkenbodemspieren.

Ook digitalisering komt aan bod, een belangrijk thema waarin we jullie willen ondersteunen waar nodig. Maar ook als je liever enkel een koffietje drinkt, ben je meer dan welkom in onze dienstencentra!

Let wel op, in mei zijn we gesloten op donderdag 1 en 29 mei. In juni zijn onze deuren dan weer gesloten op 3 en 9 juni. Drie juni zijn trouwens alle diensten van de gemeente gesloten, want dan is het onze heuse teambuildingsdag!

Vergeet ook zeker donderdag 22 mei niet in de agenda te noteren omdat dan de seniorenbeurs doorgaat in de Remise van 13u30 - 16u00. Dit keer is het thema preventie en veiligheid, het belooft zeker weer de moeite te worden dus kom zeker eens kijken, het is gratis!

Volg ons op Facebook



De dienstencentra van Brasschaat hebben een publieke facebook pagina die je kan volgen. Zoek op "dienstencentra Brasschaat".

Hier kan je lezen wat de LDC's zoal doen en zie je foto's van de voorbije activiteiten. Onder deze pagina zitten er 3 groepen waar je lid van kan worden: Vesalius, Antverpia en Maria-ter-Heidehove. Klik zeker op "lid worden" bij je favoriete LDC!



Online infosessie mantelzorgers

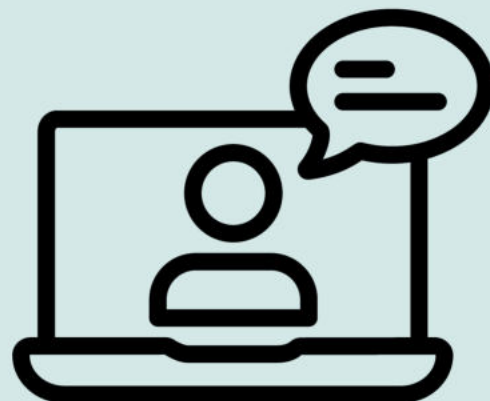
Thema: online zorgdossier



De laatste jaren zijn er heel wat digitale projecten uitgerold rond de medische informatie van burgers. Denken we maar aan de informatie over vaccinaties, het globaal medisch dossier bij de huisarts, het medicatieschema, ... Sinds kort kan iedereen die beschikt over internettoegang zijn eigen medische gegevens zelf raadplegen via een beveiligde website.

13 mei 2025 van 14u00 tot 15u30

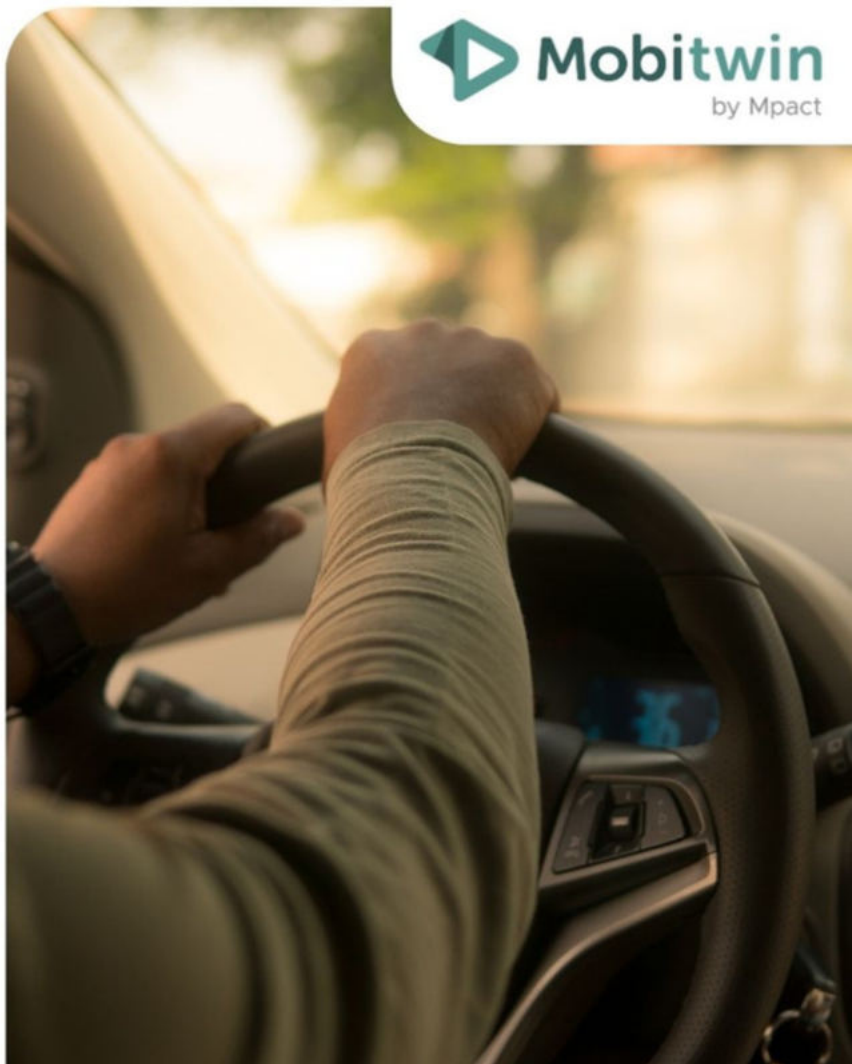
Deelname mogelijk Antverpia, meld je dan zeker voordien even aan bij de balie.



De Mobitwin centrale Brasschaat zoekt nieuwe chauffeurs.

- Kilometervergoeding voorzien
- Met eigen wagen rijden
- Volledig verzekerd
- Keuze over dagen/uren

Neem contact op LDC Vesalius.
Elly of Tina geven je graag meer
info over dit vrijwilligerswerk.



VASTE ACTIVITEITEN

EEN OVERZICHT VAN ALLE ACTIVITEITEN DIE WEKELIJKS OF TWEEWEEKLIJKS PLAATSVINDEN IN HET DIENSTENCENTRUM.

DE SPORTLESSEN VINDT U TERUG IN DE SPORTBROCHURE EN IN HET BOEKJE VAN JULI EN DECEMBER.

		MTHH		Vesalius		Antverpia
Maandag	9u00 13u15 13u30 14u00	Vrij aquarel Petanque in clubverband Vrij aquarel Wedstrijd rikken	8u30 9u30 13u30 13u30	Pedicure Telefoonster Creawerking Open Leersalon + Digipunt	9u30 9u30 13u00 13u30 13u30 14u00 14u00	Gymnastiek Caroline Creatief atelier Kantklossen (tweewekelijks) Zangstonde Kaarten Engelse conversatie Kapsalon
Dinsdag	9u00 9u00 13u00 14u00 14u00	Pedicure Tafeltennis Fietsen met Fons Hobbycafé Kantklossen LBC	8u30 9u30 13u00	Pedicure Frans Biljart	8u00 9u00 10u00 13u30 13u30 14u00 14u00	Pedicure Pingpong Patchwork Kaarten Petanque Hobby Dansles
Woensdag	9u00 9u00 13u15 13u30	Pedicure Olieverfschilderen Petanque in clubverband Digitaal Spreekuur (op afspraak)	8u30 11u00	Pedicure Zitturnen	09u00 09u00 10u00 14u00	Kapsalon Teknatelier Engelse conversatie Schaken
Donderdag	9u00 9u00 9u30	Pedicure Beren maken Cursus naaien	9u00 9u00 13u00	Kapsalon Telefoonster Bridge	08u00 09u00 13u30 13u30 14u00 14u00	Pedicure Leren tekenen (tweewekelijks) Petanque Kaarten Vrij atelier Franse conversatie
Vrijdag	9u00 9u30 10u00 11u00 13u00 13u30 13u30 14u00	Pedicure Zentangle/mandala Franse conversatie beginners Frans gevorderden Digitaal Spreekuur Cursus naaien Tafeltennis Wedstrijd slagen halen	8u30 9u30 13u30 13u30	Pedicure Italiaans 2 Biljart Bijeenkomst chronisch zieken	09u00 09u30 13u30 14u00 14u00	Kapsalon Spaanse conversatie Pingpong Wandelen met Diane (tweewekelijks) Kalligrafie

 **2025**

AGENDA VAN MEI

	MTHH	Vesalius	Antverpia
Do 1/5	LDC gesloten	burelen LDC gesloten	LDC gesloten
Vrij 2/5			
Za 3/5			
Zo 4/5			
Ma 5/5	14u Preventie Cybercriminaliteit	13u Naai- en breiatelier Moeders voor Moeders	
Di 6/5		14u Voordracht 'mondgezondheid bij ouderen'	10u Digitale dinsdag
Wo 7/5	14u30 Bewegen op verwijzing		14u Boekenclub
Do 8/5	13u45 Algemene quiz	8u45 Kalligrafie 10u Quilting bee	14u Bingo
Vrij 9/5		14u Infosessie 'Artificiële Intelligentie'	13u30 Wandelen met Diane
Za 10/5			
Zo 11/5			
Ma 12/5	14u Spelletjes- en smulnamiddag smul met éclairs		
Di 13/5		14u Burenborrel PKH	10u Cybercriminaliteit 14u Infosessie mantelzorg: online zorgdossier
Wo 14/5	14u30 Bewegen op verwijzing		14u Eco-comedy
Do 15/5		10u Informatiesessie 'internetcriminaliteit-cyberpreventie' 13u Kantklossen 14u Smulnamiddag 'profiterollekes'	
Vrij 16/5			14u Film: the great escaper

 **2025**

AGENDA VAN MEI

	MTHH	Vesalius	Antverpia
Za 17/5			
Zo 18/5			
Ma 19/5		13u30 Repaircafé	
Di 20/5	10u Digitale weetjes	13u45 Gezelschapsspellen met leerlingen Mater Dei	9u30 Open centrumraad
Wo 21/5	14u30 Bewegen op verwijzing 14u30 Babbelkot		
Do 22/5	Seniorenbeurs 13u30 Repair café	Seniorenbeurs	Seniorenbeurs
Vrij 23/5		14u Bingo	13u30 Wandelen met Diane
Za 24/5			
Zo 25/5			
Ma 26/5	14u Bingo	14u Kledingverkoop marktboetiek Hilde met modeshow	
Di 27/5		10u Vorming 'phishing'	
Wo 28/5	14u Verjaardagsfeest: accordeon en ijscoupe		14u Welzijnswoensdag: bekkenbodemspieren
Do 29/5	LDC Gesloten	burelen LDC gesloten	LDC gesloten
Vrij 30/5			
Za 31/5			

Blikvangers van Maria-Ter-Heide-Hove

Kaarten: “rikken” en “slagen halen”

Maandag “rikken”, vrijdag “slagen halen”, om 14u

Kaartwedstrijden voor iedereen. Elke maandag, behalve de bingo-dag spelen we “rikken”, elke vrijdag is het “slagen halen”. Inschrijven kan vanaf 13u30. Spelregels ter plaatse te bevragen

Inschrijving: €2,50



Preventie Cybercriminaliteit

Maandag 5 mei om 14u

Wees slimmer dan de internetcriminelen en laat je informeren door mensen met kennis van zaken!

Gratis - wel inschrijven via bincyberbrasschaat@gmail.com

Algemene Quiz met Etienne en Andrea

Donderdag 8 mei om 13u45

De gekende formule: kennis, weetjes en vooral veel plezier!

Gratis - wel inschrijven



Spelletjes- en smulnamiddag

Maandag 12 mei vanaf 14u

Kom samen spelletjes spelen en smullen van heerlijke éclairs.

Inschrijven niet nodig

Digitale weetjes

Dinsdag 20 mei om 10u

Samen digitale problemen oplossen, dat is het doel van deze maandelijkse bijeenkomst. Kom zeker eens kennis maken met dit leerrijke groepje.

Inschrijven is niet nodig - € 2 per lesmoment



Blikvangers van Maria-Ter-Heide-Hove

Babbelkot

Woensdag 21 mei om 14u30

Kom mee kletsen over de dingen des levens! Praten kan deugd doen, luisteren ook. Waar ben jij mee bezig, wat gaat er door je hoofd? Lachen mag ook!

Gratis - inschrijven is niet nodig



Repair-café

Donderdag 22 mei vanaf 13u30

We gooien zo vaak dingen weg die nog wel gerepareerd kunnen worden. Marc probeert kleine elektrische toestellen nieuw leven in te blazen. Ook andere gebroken dingen wil hij graag bekijken. Kom gerust langs met je kapotte schatten.

Gratis service - eventuele onderdelen te betalen aan kostprijs, wel inschrijven

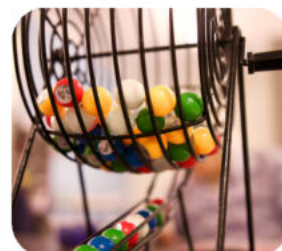


Bingo

maandag 26 mei om 14u

Onze maandelijkse bingo is steeds een succes! Liggen je stiften al klaar?

Bingoblaadje €0,5



Verjaardagsfeest met accordeon en ijs

Woensdag 28 mei om 14 uur

Een groep accordeonspelers komt optreden op het 5de verjaardagsfeest! Als traktatie serveren we ijsjes van Coccorico! Kom mee feesten en smullen.

Inschrijven verplicht - €5 Wie jarig is in mei feest gratis (op vertoon van identiteitskaart)

Bewegen op verwijzing

Woensdag 7 - 14 en 21 mei om 14u30

Stilzitten is niet goed voor je gezondheid. Je lichaam soepel houden en regelmatig bewegen is goed voor alles. Hoe krijg je meer beweging in je leven als je al wat beperkingen hebt? Stijn geeft uitleg over beweging en zet je ook in beweging. Het is een reeks van 8 maar je kan op elk moment nog aansluiten.

Gratis - wel inschrijven



Blikvangers van Vesalius

Voordracht 'mondgezondheid bij ouderen'

Dinsdag 6 mei om 14u

De mond is een toegangspoort naar de rest van je lichaam. Een goede mondgezondheid is dan ook essentieel. Tijdens de voordracht gaan we hier uitgebreid op in. We zullen ook stilstaan bij enkele vaak voorkomende mondaandoeningen bij ouderen zoals een droge mond, tandbederf en een slecht ruikende adem. De voordracht wordt gegeven door een leercoach van Vief.



Gratis - op voorhand inschrijven

Infosessie 'Artificiële Intelligentie'

Vrijdag 9 mei om 14u



Artificiële intelligentie, een term die niet meer weg te denken is, maar ook een hoop vragen oproept. In deze workshop gaat Marc met jullie aan de slag om een basiskennis AI op te doen. Zo kan je je volgende uitstap plannen of een weekmenu opstellen met behulp van Chat GPT. Klinkt leuk? Schrijf je dan snel in!

€2 per persoon – inschrijven via onze burelen

Smulnamiddag 'profiterollekes'

Donderdag 15 mei om 14u

Lekkere profiterollekes met room. Voor de liefhebbers mét chocoladesaus. Schrijf je snel in om te komen smullen!

€1.80 - op voorhand reserveren



Repaircafé

Maandag 19 mei om 13u30



Heb jij nog een kapot voorwerp thuis liggen dat je al lang gerepareerd wil zien? Kom dan naar ons 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
Graag op voorhand inschrijven*

Blikvangers van Vesalius

Gezelschapsspelletjes

Dinsdag 20 mei om 13u45

Leerlingen van Mater Dei komen om samen met jullie gezelschapsspelletjes te spelen. Rummikub, Mens erger je niet, Scrabble, ... Speel gezellig mee en beleef een toffe namiddag. Je krijgt van ons een gratis tasje koffie en een koekje.

Gratis - op voorhand inschrijven



Kledingverkoop marktboetiek Hilde met modeshow

Maandag 26 mei om 14u

Hilde komt langs met haar team van de marktboetiek. En deze keer wordt er ook nog eens een modeshow gelopen. Kom zeker een kijkje nemen.

Geen aankoopverplichtingen

Vorming 'phishing'

Dinsdag 27 mei om 10u

Phishing is een vorm van cybercrime waarbij criminelen een e-mail of sms naar je verzenden om te proberen inloggegevens, creditcardinformatie, pincodes of andere persoonlijke gegevens van jou te achterhalen. In deze vorming wordt uitgelegd hoe je jezelf daartegen kan wapenen.

Gratis - op voorhand inschrijven



Ijskar

Elke woensdagnamiddag bij mooi weer

Ijskar 't Ijsbeertje komt elke woensdagnamiddag tijdens de zomerperiode langs het dienstencentrum als het mooi weer is en verkoopt de lekkerste ijsjes!

Prijs afhankelijk van het ijsje dat u kiest

Blikvangers van Antverpia

Digitale dinsdag

Dinsdag 6 mei om 10u

Naar maandelijkse gewoonte zijn jullie welkom met al jullie digitale vragen over smartphone, laptop, itsme,... Let wel op, we spreken vanaf nu af in de voormiddag!

Gratis - graag vooraf inschrijven



Boekenclub: de regels van het Ciderhuis

Woensdag 7 mei om 14u

De boekenclub las tegen deze maand 'de regels van het Ciderhuis'. Ze bespreken het boek aan de hand van vragen en spreken een nieuw moment en boek af. Enthousiaste lezers zijn altijd welkom!

Gratis



Bingo

Donderdag 8 mei om 14u

Herman verblijdt jullie weer met een middag vol cijfers en hopelijk heel wat bingo's!

€0.5 per blaadje



Wandelen met Diane

Vrijdag 9 en 23 mei om 13u30

Op 9 mei neemt Diane jullie mee naar de Bospolder en Muisbroek, een prachtig stukje natuur bij Ekeren. 23 mei trekt de wandelgroep naar Vordenstein. Er wordt gewandeld op het tempo van de traagste.

De wandelingen vertrekken om 13u30 in de inkomhal van Antverpia of om 14u ter plaatse (9/5: einde Vierkerkenstraat in Ekeren, 23/5 parking Kopstraat in Schoten)

€1 voor carpool - vooraf inschrijven



Darts

Dinsdagvoormiddag & vrijdagnamiddag

We voorzien vanaf begin mei al het materiaal voor een dartsclub. Zo kunnen we meedoen met de hipste sport van het moment!

Gratis - graag aanmelden bij interesse



Blikvangers van Antverpia

Eco-comedy

Woensdag 14 mei om 14u

Steven Vroman brengt op humoristische wijze de problematiek van de opwarming van de aarde. Je mag je verwachten aan een gezellige middag met de nodige bewustwording over een belangrijk thema!

Gratis - graag vooraf inschrijven



Film: the great escaper

Vrijdag 16 mei om 14u

Bernard Jordan, een oorlogsveteraan, ontsnapt uit het verzorgingshuis waar hij woont om zich nog eenmaal bij zijn collega-oorlogsveteranen te voegen op het strand van Normandië ter herdenking van hun gevallen kameraden.

Gratis - vooraf inschrijven

Open centrumraad

Dinsdag 20 mei om 9u30

Kom mee bepalen hoe het er in ons dienstencentrum aan toe gaat. Tijdens de vergadering bespreken we de afgelopen activiteiten, kijken we vooruit op de toekomst en zijn alle ideeën meer dan welkom!



Welzijnswoensdag: bekkenbodemspieren

Woensdag 28 mei om 14u

Een onderwerp waar al eens een taboe rond hangt, maar daarom nét zo belangrijk om het aan bod te laten komen. Stephanie, een gediplomeerd kinesiste uit Mariaburg, komt jullie meer uitleg geven over de bekkenbodemspier en geeft ook enkele oefeningen mee om zelf aan de slag te gaan!

Gratis - vooraf inschrijven



Italiaanse conversatie

We bekijken de optie om een groep op te starten voor Italiaanse conversatie. De focus ligt op het praten, het is geen les. Er zijn al enkele enthousiastelingen, maar zouden graag met minstens 5 personen zijn om te starten. Heb je interesse? Kom het dan zeker even melden op het onthaal!



Verwacht in juni

*Sluiting dienstencentra op dinsdag 3 juni wegens teambuilding personeel.
Alle gemeentelijke diensten sluiten op deze dag de deuren.*

Maria-Ter-Heidehove

- 5 juni - Vlaams/Nederlandse muziekquiz
- 12 juni - Mantelzorgcafé: grenzen stellen
- 19 juni - Decoratieve fiets maken
- 24 juni - Iedereen coureur : “veilig fietsen”
- 26 juni - Verjaardagsfeest met Rudy
- 27 juni - BK wielrennen, supportersprogramma



Antverpia

- 5 juni - Bingo
- 6 en 20 juni - Wandelen met Diane
- 11 juni - Cybercriminaliteit
- 12 juni - Onthaal uitzonderlijk gesloten - dienstencentrum open
- 16 - 27 juni - De academie gebruikt onze zalen, er zullen aanpassingen zijn in de locatie van onze vaste activiteiten

Vesalius

- 5 juni - Infosessie De Fietsschool: Langer fietsen
- 6 juni - Brillenbus en Dreamwear
- 13 juni - Zangoptreden Steven De Lelie (acteur in Familie)
- 16 juni - Infosessie ‘Overlijden, wat nu?’
- 17 juni - Interactieve sessie ‘veilig fietsen’
- 20 juni - Informatiesessie ‘internetcriminaliteit-cyberpreventie’
- 23 juni - Vorming WhatsApp
- 23 juni - Film Mark Cavendish: Never enough

COMING SOON

SENIORENBEURS



22 MEI 2025 | REMISE | GEMEENTEPARK
THEMA: PREVENTIE EN VEILIGHEID



GEZELLIGE INFORMATIEMARKT **van 13:30 tot 16:00**

Met o.a. stands van de Politie, gemeenschapswacht, digibank, thuiszorgwinkel, LDC's, woonzorgcentra, seniorenverenigingen, sport, Bib, en nog veel meer...

Iedereen welkom – gratis toegang
Gratis **ijsje** voor elke bezoeker (zolang de voorraad strekt)
Speciaal cadeau voor de eerste **150** bezoekers

Voor info: ouderenzorg@brasschaat.be

vu: waarnemend burgemeester Adinda Van Gerven

een organisatie van:

Gemeente Brasschaat **ism**

de Brasschaatse
Seniorenraad

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 09u tot 17u

Kantoren: iedere werkdag: 09u30-12u 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 09u tot 17u

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

Zaterdag en zondag geopend van 12u-17u, cafetaria open vanaf 13u30



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

