

Info en activiteiten van Lokaal Dienstencentrum TerHarte

TERHARTE

NOVEMBER EN DECEMBER 2022

info



Lokaal dienstencentrum TerHarte | Verlorenkost 22 Westerlo
dienstencentrum@westerlo.be | 014 53 87 87
open van maandag tot vrijdag van 9 tot 16 uur



WESTERLO
Parel van de Kempen



Dorien Hoes
is onze nieuwe
woonassistent en
medewerker van ons
zorgteam.
Welkom!

Lokaal dienstencentrum TerHarte is een open huis en een ontmoetingsplaats voor alle inwoners van Westerlo. In het bijzonder is er aandacht voor kwetsbare groepen en senioren.

Lokaal dienstencentrum TerHarte probeert het welzijn, de levenskwaliteit en zelfredzaamheid te bevorderen of te ondersteunen door het organiseren van activiteiten waar ontmoeting met anderen centraal staat. Daarnaast staat het zorgteam klaar om de (hulpbehoevende) senioren van Westerlo verder te helpen.

Ook externe partners hebben een eigen stek in ons dienstencentrum: CADO Dagopvang voor ouderen, wijkwerken, Huis van het Kind met opvoedingsondersteuning, ruilwinkel Mooi en peuterspeelpunt Fijn, Kind en Gezin en de Huisartswachtpost. Meer info over deze diensten vind je verder in de brochure.

Lokaal dienstencentrum TerHarte werkt vooral met vrijwilligers die, dankzij hun belangeloze inzet, de werking van het lokaal dienstencentrum mogelijk maken. We zijn hen hier zeer dankbaar voor.

Het team bestaat uit Katy Vandoninck (onderhoud), Carmen Van Bedts (coördinator), Greet Verstrepen (onthaalmedewerker), Marijke Peeters (zorgcoördinator), Sarah Curinckx (zorgcoördinator), Petrina Claes (onderhoud), Lisa Van Loy (onderhoud), Fabiënne Verhaegen (onthaalmedewerker), Ingrid Celen (onthaalmedewerker), Lieve De Ceulaer (projectwerker en vrijwilligerscoördinator) en Dorien Hoes (woningassistent en medewerker zorgteam).

Je herkent ze op de foto van links naar rechts, de onderste rij eerst.

Switchcampagne donderdag 1 december

Vragen over je energiecontract of energiefactuur? Maak een afspraak en kom op donderdag 1 december tussen 9 en 16 uur langs bij de energiesnoeiers van De Kringwinkel in lokaal dienstencentrum TerHarte, Verlorenkost 22 in Westerlo.

Ze bekijken samen met jou of je huidige contract het meest voordelige is door een vergelijking te maken via de V-test van de VREG. Indien gewenst, helpen ze je over te stappen naar een nieuw contract of een nieuwe leverancier.

Wie al recht heeft op het sociaal tarief moet niet overschakelen, want hij/zij heeft al recht op het meest voordelige tarief. Je kan wel een gratis energiescan laten uitvoeren van je huis. Dat vraag je aan via www.energiesnoeiers.net/energiescan.

Breng je meterstanden van gas en elektriciteit mee en je laatste afrekeningsfactuur. Een afspraak maken is nodig en kan je bij het onthaal van Lokaal Dienstencentrum TerHarte tussen 9 en 16 uur.

Lokaal Dienstencentrum TerHarte - 014 53 87 87



Alweer een hoge energiefactuur?

Wil je graag minder betalen voor gas en elektriciteit?

Kom dan naar het Switch-loket.

www.energiesnoeiers.net  

Sterrelicht en appeltaart donderdag 17 november

Een appelboom met een bank erbij, een vertrouwd tafereel waarbij de boom gedurende een jaar verschillende keren verandert naar gelang de seizoenen. Dit geldt ook voor de hoofdrolspelers in deze theatervoorstelling. Ze zijn allemaal verbonden met elkaar via het lokale woonzorgcentrum. Sterre, een stagiaire van het woonzorgcentrum en kleindochter van vaste bezoeker Rosa, wil mensen dichterbij elkaar brengen om zo hun eenzaamheid te doorbreken. Dit verloopt niet zo gemakkelijk en zal het haar lukken?

Geels regisseur Luc Stevens speelt met theaterstuk 'Sterrelicht en Appeltaart' in op actuele thema's zoals eenzaamheid, maar ook het belang van een verbindende buurt en open instelling. Een sterke cast met o.a. Ivan Pecnik, Nicky Langley, Celien Deloof, Brent Pannier en Mark Lenaerts brengt deze ontroerende, muzikale theatervoorstelling met liedjesteksten geschreven door Stef Vanderbeken.

Theo en Diane, onze vrijwilligers van de cafetaria, doen trouwens ook mee aan deze voorstelling. Kom dus op donderdag 17 november om 14 uur zeker kijken naar deze voorstelling in De Zoerla. Tickets kosten 16 euro of 18 euro aan de kassa.

Tickets via webshopwesterlo.recreatex.be
Info via 014 53 92 00



Ruilwinkel Mooi

In Ruilwinkel Mooi van het Huis van het Kind kan je allerlei spulletjes voor kinderen tussen 0 en 6 jaar ruilen. Iedereen is vrijblijvend welkom.

Maandag van 9 tot 12 uur
Donderdag van 13 tot 16 uur
Elke 1e zaterdag van de maand van 10 tot 12 uur



Linedance

Je danst alleen en toch met zijn allen, in lijn of op een rij met andere woorden je blijft in beweging en traint je coördinatie. Je betaalt per les 2,50 euro aan de lesgevers.

Woensdag 18.30 tot 20.30 uur
Vrijdag 13.30 tot 16 uur



Peuterspeelpunt Fijn

Bij het Peuterspeelpunt Fijn in het Huis van het Kind kan je gratis komen spelen met je baby en of peuter van 0 tot 3 jaar. Er wordt een gezonde snack voorzien en vooraf inschrijven is niet nodig.

Maandag van 9 tot 12 uur

Brei- en naaicafé

Op woensdag ben je welkom in het brei- en naaicafé. Heb je klein herstel- of naaiwerk liggen? Dan kan je een beroep doen op de vrijwilligers om je te helpen.

Woensdag van 14 tot 17 uur
(niet op feestdagen)

Dorpscafetaria

Iedereen is welkom in onze gezellige cafetaria waar onze vrijwilligers zorgen voor een hapje, drankje en vooral gezelligheid. Let wel, het laatste drankje wordt geserveerd om 16.45 uur.

Woensdag, zaterdag en zondag en feestdagen van 14 tot 17 uur.



Kaartnamiddag

Zin in een gezellig spelletje kaarten? Kom dan zeker eens langs. Elke namiddag zijn er kaarters aanwezig.

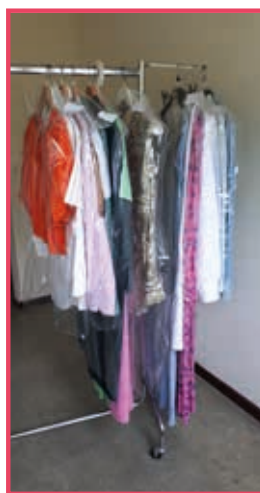


Hoog-laag bad

Samen met familie of een zorgkundige kunnen personen die minder mobiel zijn gebruik maken van het bad.

Je betaalt hiervoor 5 euro en je zorgt zelf voor handdoeken en producten.

Strijkservice



Laat je strijk doen door Contenti en betaal met dienstencheques. De strijk wordt dagelijks opgehaald en enkele werkdagen later terug gestreken afgeleverd.

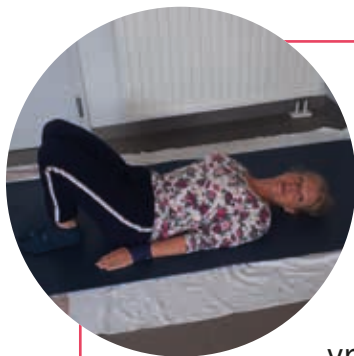
www.contenti.be
014 28 57 57

Kranten

Wil je rustig de krant lezen? Dat kan, in de foyer zijn er dagelijks kranten ter beschikking.

Gezelschapsspelen

Geen zin om te dansen of de krant te lezen? Je kan ook een gezelschapsspel spelen in het Lokaal Dienstencentrum. Dagelijks wordt er in de namiddag al eens kaartje gelegd of rummikub gespeeld.



ViniYoga

Je leert op een fijne manier en met aandacht voor ieders unieke "Zijn" wat yoga is en wat het met je kan doen. Voor deze cursus moet je helemaal niet lenig of sportief te zijn. Je beweegt op een manier die jij aangenaam vindt en op het ritme van je adem met aandacht voor de grenzen van je lichaam. De eerste les is gratis, daarna betaal je 35 euro voor 4 lessen. Je kan elk moment vrij instappen.

Donderdag van 9.30 tot 10.45 uur

Dorpsrestaurant

Van maandag tot vrijdag zorgt ons keukenteam voor een lekkere driegangenmaaltijd. Vanaf 12 uur zijn jullie allemaal welkom. De prijs voor de maaltijd bedraagt 8 euro. Inschrijven doe je via het onthaal of www.westerlo.be > e-loket > lokaal dienstencentrum.

Het menu voor november vind je achteraan deze brochure. Dat van december wordt later bekend gemaakt en kan je vragen aan het onthaal of in het restaurant.



Dorpsrestaurant Heultje donderdagdagen 1 en 24 november en 8 en 22 december

In gezelschap samen eten in Heultje. De gekende formule van het dorpsrestaurant in Lokaal Dienstencentrum TerHarte organiseren we ook regelmatig in de Merodezaal, Heultjedorp 1 in Heultje. Je bent er welkom vanaf 11.45 uur. Let wel, vooraf inschrijven is nodig en kan via het Lokaal Dienstencentrum TerHarte.

Voor 8 euro kan je genieten van een lekkere maaltijd met driegangen. Vrijwilligers staan klaar om jullie te bedienen.

Lokaal Dienstencentrum TerHarte
dienstencentrum@westerlo.be - 014 53 87 87



Misviering in Het Rietje vrijdag 25 november en 23 december

Iedereen is welkom om de mis mee te volgen in de grote zaal. De viering start om 10 uur.



Weduwewerking Klim Op

Klim Op is een groep voor zowel weduwen, gescheiden of alleenstaande dames die een aangename en gezellige namiddag willen doorbrengen met gelijkgestemde zielen.

Elke laatste maandag van de maand komen ze samen voor een gezamenlijke activiteit zoals een muziekoftreden, voordracht,... Je kan er ook altijd genieten van een stukje taart met thee of koffie. Je betaalt 20 euro lidgeld per jaar en 5 euro per activiteit voor de koffie of thee met het stukje taart. Iedereen is van harte welkom op hun activiteiten die plaatsvinden in zaal 't Rietje.

Marie-Louise Geeraerts - 014 84 20 99 of 0467 01 89 93

Dansvoorstelling - maandag 28 november om 13.30 uur
Kerstfeest onze vedetten treden op - vrijdag 16 december om 13.30 uur

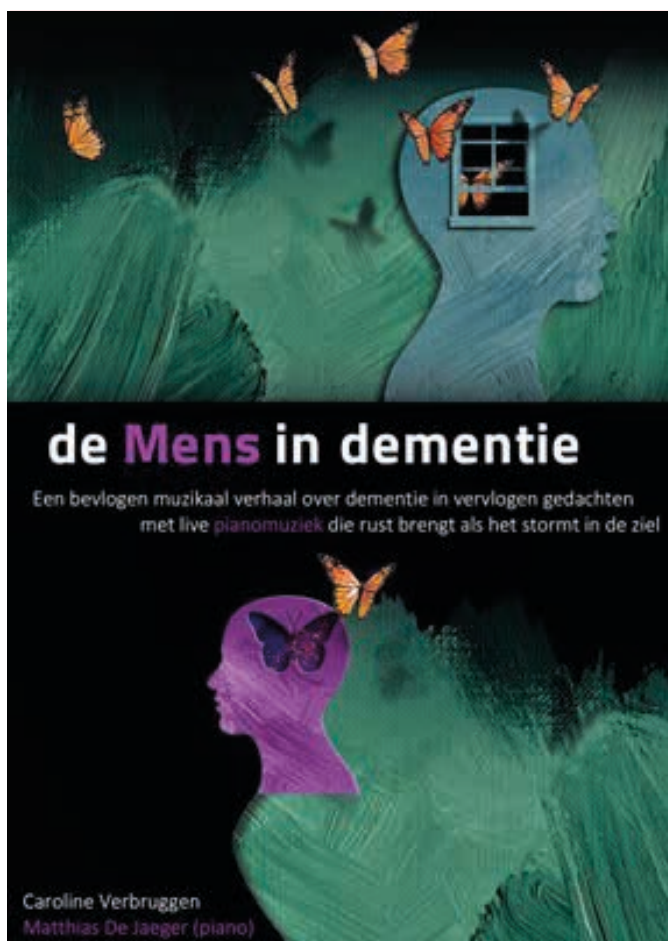
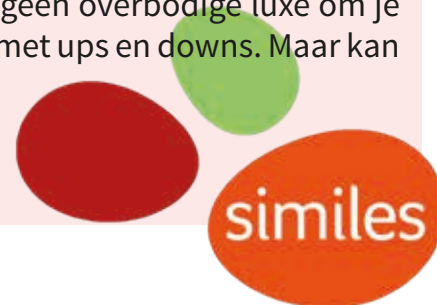
Similis Zuiderkempen

Similis ondersteunt familie en naasten van mensen die psychisch kwetsbaar zijn. Door samen te komen met lotgenoten ondersteun je elkaar. Deze bijeenkomsten vinden plaats in Zaal Klaproos en starten om 20 uur. Vooraf inschrijven is niet nodig en iedereen is welkom.

Hoe schuldgevoel omzetten in kracht en vergroot het je veerkracht? Gespreksavond op maandag 28 november

Bij schuldgevoel heb je te maken met niet-reële schuld. Het ontstaat omdat je jezelf iets hebt opgelegd en wat je niet waar hebt kunnen maken. Normen en waarden van jezelf of van anderen spelen hierbij een rol. Tegelijk is het belangrijk dat je laat merken dat die gevoelens van schuld en schaamte er mogen zijn. Hoe meer veerkracht je hebt, hoe makkelijker het is om op een goede manier om te gaan met verlies, veranderingen en tegenslag. Het is geen overbodige luxe om je veerkracht verder te ontwikkelen, want het leven loopt nu eenmaal met ups en downs. Maar kan je dit vergroten en zo ja, hoe doe je dat?

Meer info bij Eddy Cuypers op 0497 04 40 79



Content(d)ement De mens in dementie maandag 21 november

Deze muzikale voorstelling, van Caroline Verbruggen en Matthias De Jaeger, is toegankelijk voor een breed publiek en werpt een unieke blik op dementie. Vanuit verrassende invalshoeken worden ervaringen, opinies en gevoelens verweven met subtiele, live pianocomposities. Met als resultaat een hartverwarmend verhaal dat probeert te raken. De toegang is gratis en vooraf inschrijven is niet nodig.

Deze voorstelling vindt plaats om 19 uur in zaal 't Rietje.

Familiegroep Alzheimerliga Zuiderkempen Voordracht Ik wil niet eten, als eten een zorg wordt maandag 19 december

Een gezond en gevarieerd dieet versterkt de gezondheid en kwaliteit van leven en daarom is goed eten en drinken zeer belangrijk. Hoe gaan we ermee om als er eetproblemen ontstaan. Tijdens deze voordracht krijg je tips om hiermee om te gaan. De toegang is gratis en vooraf inschrijven is niet nodig.

De voordracht vindt plaats om 19 uur in zaal 't Rietje.

Neos Westerlo activiteiten november en december

Neos Westerlo is een vereniging van en voor actieve senioren uit die hun vrije tijd graag op een actieve en zinvolle manier doorbrengen. Iedereen is dan ook van harte welkom op hun activiteiten. In november en december organiseren ze 2 activiteiten. Deze activiteiten vinden telkens plaats in zaal 't Rietje.

Lezing Achter de schermen van het Vaticaan door Tom Zwaenepoel
donderdag 3 november om 14.30 uur

**Lezing Mijn vader was priester, mijn moeder een non door
Koen Wauters**
maandag 5 december om 13.30 uur



Bingo dinsdag 22 november

Op dinsdag 22 november kan je om 14 uur deelnemen aan een spelletje bingo. Je betaalt 1 euro voor een kaart.

Iedereen is van harte welkom.

Warmteplan voor het najaar

De koude wintermaanden staan weer voor deur en dan zoeken we allemaal naar wat extra warmte om het gezellig en aangenaam te maken. Thuis doen we dit door de thermostaat een graadje hoger te zetten. Door de hoge energieprijzen worden we er dagelijks aan herinnerd dat dit de dag van vandaag niet meer vanzelfsprekend is en we veel zuiniger met energie moeten omgaan.

Zoals jullie weten is het lokaal dienstencentrum een open huis waar iedereen welkom is. Je kan een namiddagje komen kaarten, rustig de krant lezen of gewoon genieten van een lekker drankje.

Zo leer je andere mensen kennen en moet je thuis je verwarming niet aanzetten waardoor je dan weer energie bespaart.

Lokaal Dienstencentrum TerHarte - Verlorenkost 22
dienstencentrum@westerlo.be - 014 53 87 87



Zorgteam

Ons zorgteam is het centrale aanmeldpunt voor zorgbehoevende senioren uit Westerlo. Senioren en hun mantelzorgers kunnen er terecht met al hun zorgvragen zoals:

- zorgcoördinatie voor de thuissituatie (poets hulp, ondersteuning dagelijks leven,...)
- psychosociale ondersteuning
- administratieve ondersteuning
- het organiseren van multidisciplinair overleg (MDO)
- inschrijvingen en opvolging wachtlijsten assistentiewoningen OCMW Westerlo, Woonzorgcentrum Parel der Kempen, bejaardenwoningen en zorgwoningen Kaaibeeksedijk
- financiële steun voor verblijfskosten in een woonzorgcentrum

Je meldt je aan en je wordt opgevolgd door een vaste medewerker van het zorgteam. Zo zijn veelvuldige doorverwijzingen overbodig.

Ook projectwerking zoals Buurten in het Dorp te Heultje is opgericht door het zorgteam.

**Sarah Curinckx en Marijke Peeters – zorgteam@westerlo.be (enkel op afspraak)
014 53 87 87**



Vrijwilligerscoördinator

Binnen het team is er ook een vrijwilligerscoördinator die instaat voor een warme ontvangst van de vrijwilligers. Ze wijst hen onder meer de weg naar de juiste taken. Deze vrijwilligers zorgen ervoor dat gemeente en OCMW haar professionele dienstverlening kan versterken met een warme en hartelijke ondersteuning van mensen van bij ons. Interesse in een taak als vrijwilliger? Laat het ons dan zeker weten.

**Lieve De Ceulaer - lieve.de.ceulaer@westerlo.be
014 53 87 87- onthaal Lokaal Dienstencentrum**



Dagopvang voor ouderen (CADO)- gezinszorg

CADO zorgt voor de dagopvang van bejaarden in een huiselijke sfeer. Maximum tien personen kunnen er van maandag tot vrijdag van 9 tot 16 uur terecht voor verschillende dagactiviteiten, gezelschap, animatie, een dutje, verzorging, een lekker middagmaal en wat extra aandacht.

Gezinnen, alleenstaanden en bejaarden die hulp nodig hebben bij het huishouden en gezinstaken kunnen een beroep op de dienst gezinszorg van Welzijnszorg Kempen.

CADO en gezinszorg - Thuiszorg Kempen 0473 77 06 33 of gezinszorg.westerlo@iok.be

Huisartsenwachtpost



Ben je ziek of heb je gezondheidsproblemen waarvoor je dringend een dokter nodig hebt?

Dan kan je 's nachts, in het weekend of tijdens feestdagen telefonisch contact opnemen met de huisarts van wacht of het secretariaat van de huisartsenwachtpost

Huisartsenwachtpost – 014 22 22 00

Mindermobielencentrale

De mindermobielen-centrale vervoert mensen met een beperkt inkomen en mobiliteit. Elke gebruiker betaalt lidgeld namelijk 12 euro voor een jaar of 6 euro voor een half jaar. Voor een koppel betaal je 18 euro of 9 euro per half jaar.



Per rit betaal je 0,41 euro per gereden kilometer aan de chauffeur die trouwens als vrijwilliger werkt voor de mindermobielencentrale. Het minimumbedrag voor een rit bedraagt 4 euro.

Mindermobielencentrale
014 53 95 40
tussen 9 en 12 uur

Content(d)ement

Woonzorgcentrum Parel der Kempen organiseert, in samenwerking met het Lokaal Dienstencentrum TerHarte, regelmatig activiteiten die in het teken staan van dementie onder de naam Content(d)ement.

Inschrijven op de nieuwsbrief kan via info@westerlo.be of via het onthaal van het lokaal dienstencentrum.





Voetverzorging Anouk

Op maandag en woensdag kan je voor een medische pedicure terecht bij Anouk.

Maak wel eerst een afspraak.

anouk@infinity8.be - 0472 31 57 19

Kapsalon Cindy

Je kan op donderdag en vrijdag terecht bij kapsalon Cindy, ze werkt enkel op afspraak.

0489 65 35 97



Kind & Gezin

Kind & Gezin volgt baby's en kleuters op voor ze naar school gaan. Je vindt ze ook in het Huis van het Kind.

Huis van het Kind

Huis van het Kind Herselt-Hulshout-Westerlo is dé plaats waar je terecht kan met kleine en grote vragen over kleine en grote kinderen. Want samen worden we groot! Zo zijn er de ruilwinkel MOOI, de peuterspeelpunten FIJN, de pamperbank, de opvoedingsondersteuning, de mama-groep, het lokaal loket kinderopvang, de huiswerkbegeleiding aan huis en de spelotheken.

0499 21 86 35 (Joke) of 0472 20 15 75 (Britt)

www.huisvanhetkindregiowesterlo.be



Samen worden we groot

HUIS VAN HET KIND

— HERSELT - HULSHOUT - WESTERLO —

Ruilwinkel Mooi

Ben je klantvriendelijk, kan je werken in een team, hou je van netheid, sorteer- en opvouwerk?

Dan ben jij de juiste vrijwilliger die we zoeken voor de ruilwinkel Mooi.



Haarinroller

Ben je sociaal voelend, ga je graag om met oudere mensen en kan je je wekelijks een voormiddag van 8.45 tot 11 uur vrijmaken? Geef dan zeker een seintje, want ons team van haarinrollers kan altijd nog helpende handen gebruiken.

Ervaring is niet nodig.



Fietsvrijwilliger

We zijn altijd op zoek naar vrijwilligers die tijd willen vrijmaken om mensen te leren fietsen en/of om met deze mensen regelmatig een fietstochtje te maken zodat ze vertrouwd geraken met het verkeer.



Wandelen met hond

We zoeken iemand die graag een keertje gaat wandelen met een hond in de regio van Voortkapel.



Vrijwilliger familiegroep Alzheimerliga Zuiderkempem

Als vrijwilliger begeleid je de familiegroep met enkele praktische en administratieve taken.



Je maakt ook mee reclame voor de activiteiten van de familiegroep in Westerlo.

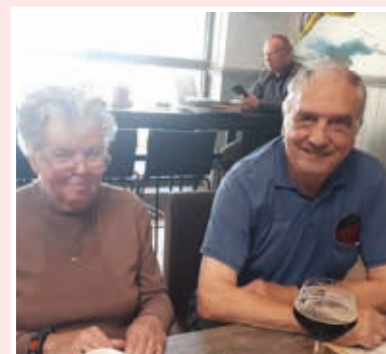


Heb je interesse in één van deze vacatures? Geef dan een seintje aan de vrijwilligerscoördinator van het Lokaal Dienstencentrum TerHarte. Neem zeker ook eens een kijkje op het digitaal vrijwilligersloket voor de andere vacatures die openstaan.

Vrijwilligerscoördinator Lieve De Ceulaer
lieve.de.ceulaer@westerlo.be - 014 53 95 48

TERUGBLIK UITSTAP TOERISTENTRAMMETJE

Op 6 oktober trokken de bewoners van de assistentiewoningen erop uit met het trammetje, na een tocht van 25 km door Westerlo konden ze genieten van een broodmaaltijd in het themacafé van KVC Westerlo.



MAANDMENU DORPSRESTAURANT TERHARTE

DINSDAG 1 NOVEMBER GESLOTEN - ALLERHEILIGEN

WOENSDAG 2 NOVEMBER

- Broccolisoepp
- Tongrolletjes met druivensaus met puree
- Taart

DONDERDAG 3 NOVEMBER

- Kervelsoep
- Kipkotelet met jagersaus, wortelen en erwtjes en kroketten
- Tiramisu

VRIJDAG 4 NOVEMBER

- Minestrone-soep
- Hespenrolletje met kaassaus en puree
- Fruitsalade

MAANDAG 7 NOVEMBER

- Aspergesoep
- Gebraad met driekolenmengeling in bechamelsaus en natuuraardappelen
- Ijsstronkje

DINSDAG 8 NOVEMBER

- Agnes Sorelsoep
- Alaska pollak meunière in groene kruidensaus met spinaziepuree
- Gele rijstpap

WOENSDAG 9 NOVEMBER

- Paprikasoep
- Spekburger met gestoofde spruitjes en natuuraardappelen
- Karamelpudding

DONDERDAG 10 NOVEMBER

- Noedelsoep
- Gevuld kalfslapje met provençaalse saus en groenterijst
- Tiramisu

VRIJDAG 11 NOVEMBER GESLOTEN - WAPENSTILSTAND

MAANDAG 14 NOVEMBER

- Velouté met brunoise groentjes
- Kip meunière, knolselder in kaassaus en natuuraardappelen
- Potje fruit

DINSDAG 15 NOVEMBER

- Broccolisoepp
- Chipolata, savooi met boontjes en natuuraardappelen
- Andreasbeker

WOENSDAG 16 NOVEMBER

- Erwtensoepp met korstjes
- Varkensstooftje met groentepuree
- Chocolade rijstpap

DONDERDAG 17 NOVEMBER

- Witloofsoep
- Kalkoenrollade, gevulde peer met veenbessen en bolkroketjes
- Rozijnenpudding

VRIJDAG 18 NOVEMBER

- Bouillonsoep
- Gebakken kabeljauw
- Bieslookpuree
- Fruitmousse

MAANDAG 21 NOVEMBER

- Tomatensoep met balletjes
- Gebraad met champignonsaus, erwten en worteltjes en rozemarijn aardappelen
- Fruityoghurt

DINSDAG 22 NOVEMBER

- Spinaziesoepp
- Vogelnestje in tomatensaus met knolselderstampot
- Semoule

WOENSDAG 23 NOVEMBER

- Aspergesoep
- Spek met rode kool en natuuraardappelen
- Sjoeke

DONDERDAG 24 NOVEMBER

- Pompoensoep
- Kippenpasteitje met frieten
- Abrikozenrijst

VRIJDAG 25 NOVEMBER

- Preisoepp
- Pekelharing in ajuinsaus met natuuraardappelen
- Koekjespudding

MAANDAG 28 NOVEMBER

- Bonensoep
- Italiaanse kippenschnitzel
- Koninginnemélange/kruiden
- Natuuraardappelen
- Roomijs

DINSDAG 29 NOVEMBER

- Champignonsoep
- Worst met witte kool en natuuraardappelen
- Gele rijstpap

WOENSDAG 30 NOVEMBER

- Velouté met brunoise
- Gebraad, spruitjes met spek en natuuraardappelen
- Peer Belle Hélène



Na een pauze van 2 jaar was eindelijk zover! Op 25 september genoten de bewoners van de assistentiewoningen en de vrijwilligers van de cafetaria van een lekkere bbq. En dat het gezellig was!



Op vrijdagmiddag worden de ballen nogal in het rond gegooid tijdens een potje petanque.



Onder een deugdoend nazomerzonnetje trokken onze wandelvrijwilligers er nog op uit met onze bewoners.



Onlangs kon je genieten van deze verwenkoffie tvv de Alzheimerliga. Dankzij jullie konden we 500 euro doneren aan de Alzheimerliga.



WESTERLO
Parel van de Kempen