

Info en activiteiten van Lokaal Dienstencentrum TerHarte

TERHARTE

SEPTEMBER EN OKTOBER 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

TERHARTE VOORGESTELD



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) en Lieve De Ceulaer (projectwerker en vrijwilligerscoördinator).

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



**HUISARTSEN
WACHTPOST
ZUIDERKEMPEN**



Samen worden we groot

HUIS VAN HET KIND
—HERSELT · HULSHOUT · WESTERLO—



**Welzijnszorg
Kempen**

Aanbod cursussen vanaf september

Cursussen CVO Edukempen

Smartphone voor beginners vanaf maandag 19 september

Deze cursus vindt plaats op maandagvoormiddag van 9.15 tot 11.30 uur. Je leert er werken met een smartphone met besturingssysteem Android. Na deze cursus is er de mogelijkheid om na een weekje pauze ook de vervolmaking te volgen.

Eerste jaar Spaans mondeling vanaf donderdag 22 september

Elke donderdag van 10 tot 13 uur vindt de cursus Spaans mondeling plaats. Je hebt geen voorkennis nodig. Je volgt twee weken les en je bent één week vrij.

Tweede jaar Spaans mondeling vanaf maandag 19 september

Na het eerste jaar Spaans mondeling is het mogelijk om ook het tweede jaar te volgen. Deze lessenreeks vindt elke maandag 13 tot 16.05 uur plaats. Je volgt twee weken les en je bent één week vrij.

Vervolgcurcus ICT vanaf vrijdag 23 september

Deze vindt plaats elke vrijdagvoormiddag van 9 tot 12 uur. Enkel de cursisten van de huidige klasgroep ICT kunnen deelnemen aan deze vervolgcurcus.

Meer info over bovenstaande cursussen vind je op www.edukempen.be.

Cursussen Ligo Kempen

De cursussen van Ligo Kempen zijn gericht op mensen zonder diploma of met een beperkte opleiding. Deelnemers met basiskennis kunnen ook altijd aansluiten bij een cursus die al bezig is.

Computerles voor beginners vanaf dinsdag 6 september

Tot 29 november loopt de cursus van schooljaar 2021-2022 nog door. Bij voldoende interesse volgt er een nieuwe reeks.

Basisopleiding smartphone, computer of tablet voor beginners

Bij voldoende inschrijvingen wordt een startdatum bepaald.

Ligo Kempen - 014 58 41 91

Lessenreeks Zit je Fit vanaf dinsdag 20 september

Soepele gewrichten en stevige spieren helpen je om fit te blijven, je evenwicht en energie op peil te houden, pijn meer onder controle te krijgen,... Zo blijf je langer onafhankelijk, kan je veel zelf blijven doen en makkelijker naar buiten om je sociale contacten te onderhouden. Het is verrassend wat je nog van beweging kan doen op een stoel en hoe het je fit houdt. De wekelijkse ontmoeting met anderen maakt het ook nog extra gezellig!

De lessenreeks vindt elke dinsdag plaats van 10.45 tot 11.45 uur in zaal 't Rietje in het Lokaal Dienstencentrum TerHarte. Je betaalt 35 euro voor 10 lessen. In september zijn de eerste 2 lessen gratis. Voor meer info om in te schrijven kan je terecht bij het onthaal.

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



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 2,5 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. Vanaf september kan je terug proeven van het bier van de maand, een nieuw biertje dat de hele maand in de kijker wordt gezet. De voorbije maanden kon je al genieten van Kemping, Hert, Stanneman, Het Vals Paterke en het Viswif.

Kom zeker ook eens langs op 10 en 11 september voor een lekker stuk taart met koffie of op 15 en 16 oktober voor een verwenkoffie ten voordele van de Alzheimer Liga.

Woensdag, zaterdag en zondag en feestdagen van 14 tot 17 uur. Het laatste drankje wordt geserveerd om 16.45 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.



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



Op een luchtige manier en met aandacht voor ieders unieke Zijn leer je wat yoga is en wat het met je kan doen. Je hoeft niet lenig of sportief te zijn. Het is ook mogelijk om de oefeningen zittend op een stoel uit te voeren. Je oefent op een manier die jij als aangenaam ervaart. Je beweegt op het ritme van je adem met aandacht voor de grenzen van jouw lichaam. Je betaalt 30 euro voor 4 lessen en 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 september vind je achteraan deze brochure. Dat van oktober wordt later bekend gemaakt en kan je vragen aan het onthaal of in het restaurant.

Dorpsrestaurant Heultje donderdagdagen 8 en 22 september en 13 en 27 oktober

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 30 september en 28 oktober

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



Weduwewerking Klimop

Klimop is een praatgroep voor vrouwen die opnieuw gezelschap zoeken na het verlies van hun partner. De groep komt maandelijks samen waarbij ze dan samen een activiteit doen. Inschrijven is niet nodig en de toegang is gratis.

Optreden showorkest Jefke Do en Stafke Ré maandag 26 september om 13.30 uur

Een optreden van Jefko en Stafke Re zorgt altijd voor een portie vrolijke muziek en animatie voor zowel jong en oud. Kom zeker langs als je zin hebt in een namiddag vol sfeer en gezelligheid.

Spreekbeurt op maandag 31 oktober

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.

De kracht van positief denken en hoe haal je die kracht boven? Gespreksavond op maandag 26 september

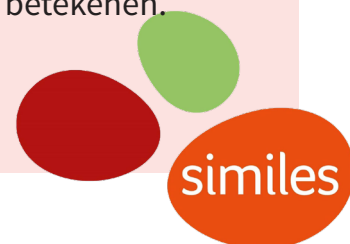
Denk jij al snel aan het ergste scenario? Wanneer je iets erg en ingrijpend meemaakt, kan het idee dat heel je leven overhoop gegooid wordt de kop opsteken. Dat maakt het extra moeilijk.

Ben jij klaar om dit anders aan te pakken? Probeer dan de kracht van het positief denken toe te passen. We bieden je tijdens deze gespreksavond de kans om in alle vertrouwen je verhaal te delen, vragen te stellen en naar lotgenoten te luisteren. Ontdek in groep hoe je die switch naar positief denken kan maken.

Infoavond communicatie en open dialoog door Jef Hoet maandag 24 oktober

Jef Hoet, gewezen voorzitter van de werkgroep communicatie hulpverlender-mantelzorger, geeft tijdens deze infoavond een uiteenzetting over het belang van communicatie en open dialoog. En dan vooral wat dit voor zowel cliënt, naastbetrokkenen en hulpverlener kan betekenen.

Meer info bij Eddy Cuypers op 0497 04 40 79



Contactkoor Stem van het geheugen dinsdagen 6 en 20 september en 4 en 18 oktober

Contactkoor Stem van je geheugen is een koor speciaal voor mensen met dementie en hun mantelzorger. Zingen maakt mensen met dementie 'wakker', actiever en toegankelijker. Het koor geeft op deze manier mensen met dementie opnieuw een stem en hernieuwt de contacten met hun omgeving.



Het contactkoor komt om de twee weken samen op dinsdag van 18 tot 19 uur. Iedereen is van harte welkom.

Lezing Neos Westerlo dinsdag 27 september om 13.30 uur

Neos Westerlo organiseert een lezing met als thema 'De oorlog winnen is altijd een illusie. Oorlog vermijden is de opdracht' met spreker Gie Goris.

Iedereen is welkom voor deze lezing in zaal 't Rietje in het Lokaal Dienstencentrum TerHarte.

Infosessies in de bib

De beste apps voor je smartphone of tablet op donderdag 8 september



Op donderdag 8 september van 14 tot 16.30 uur vindt in de bib een infosessie plaats waarbij je te weten komt welke je apps je kan gebruiken op je smartphone of tablet. Veel mensen gebruiken op hun smartphone of tablet namelijk maar een beperkt aantal apps. Er zijn nochtans zoveel apps die je het leven gemakkelijker kunnen maken. Het zijn er zelfs zoveel dat je door het bos de bomen niet meer ziet en welke zijn dan de moeite om te gebruiken en welke niet?

Tijdens deze interactieve sessie loodst Kristof D'Hanens van Appstublieft je door een vijftientigal verrassende apps die je kan gebruiken op kantoor, op reis, om te sporten.... Dit met een vleugje humor en ruimte om vragen te stellen.

Deze infosessie is gericht op senioren en beginnende smartphone- of tabletgebruikers. Deelnemen kost 5 euro inclusief drankje en een stukje cake.

Digiklap voor je vragen over smartphone en tablet op zaterdag 17 september

Op zaterdag 17 september van 10 tot 12 uur vindt er in de bib weer een Digiklap plaats. Dan kan je bij de vrijwilligers van de bib terecht met al je vragen over het gebruik van je smartphone of tablet. We helpen je zo goed als mogelijk verder met kleine vragen zoals hoe je meer ruimte vrijmaakt op je toestel, hoe je foto's kan delen met WhatsApp, welke privacy-instellingen je best gebruikt,...

Je bent doorlopend welkom. Vergeet zeker je opgeladen toestel en de nodige wachtwoorden niet.

Bibliotheek Westerlo Kasteelpark 5
bibliotheek@westerlo.be - 014 54 94 62
www.bibwesterlo.be

HEB JE VRAGEN OVER JE SMARTPHONE, TABLET OF LAPTOP?

DIGIKLAP

HELPT JE VERDER!



GRATIS ADVIES
VRIJE TOEGANG

Ben je graag in beweging?

Wandel dan mee de TerHarte Beweegroute

Op 1 mei werd onder ruime belangstelling de TerHarte Beweegroute ingewandeld. Omdat dit zo goed meegevallen is bij de bewoners van onze assistentiewoningen maken enkele vrijwilligers elke maandagvoormiddag tijd vrij om met hun de beweegroute te wandelen. De maandagen staan dus garant voor beweging en ontspanning. De bijhorende foto's spreken voor zich.

Ben jij ook een fervente wandelaar en wil je je inzetten om te samen te wandelen met de bewoners van onze assistentiewoningen? Laat het ons dan zeker weten!

Lieve De Ceulaer - lieve.de.ceulaer@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 contact opnemen met de huisarts van wacht of het secretariaat van de huisartsenwachtpost van jouw regio via het nummer 014 22 22 00. De inwoners van Heultje worden doorverwezen naar de huisartsenwachtpost van Heist-op-den-Berg.

Huisartsenwachtpost – 014 22 22 00
0900 20 002 (inwoners Heultje)

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.

Mindermobielen centrale

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 0,35 euro per gereden kilometer aan de chauffeur die trouwens als vrijwilliger werkt voor de mindermobielen centrale.

Lokaal Dienstencentrum TerHarte - 014 53 87 87

Voetverzorging Anouk

Op maandag en woensdag kan je voor een medische pedicure terecht bij Anouk. Maak wel eerst een afspraak.

0472 31 57 19

Content(d)ement

Content(d)ement organiseert activiteiten die in het teken staan van dementie. Deze worden georganiseerd door het Woonzorgcentrum Parel der Kempen in samenwerking met het Lokaal Dienstencentrum TerHarte.

Werelddementiedag op woensdag 21 september om 14 uur

Op woensdag 21 september staat de ziekte van Alzheimer in de kijker, want dan is het Wereld Alzheimer Dag. Familiegroep Dementie Zuiderkempen laat deze dag niet onopgemerkt voorbij gaan en organiseert naar jaarlijkse traditie een leuke activiteit waaraan de persoon met dementie samen met hun mantelzorgers kunnen deelnemen. Dit jaar spelen we oude volksspelen in de tuin van kasteeltje van Woonzorgcentrum De Winde in Veerle. Iedereen is vanaf 14 uur welkom om deel te nemen of te genieten van een lekker drankje.

Op 15 en 16 oktober organiseert het Lokaal Dienstencentrum TerHarte en Woonzorgcentrum Parel der Kempen een actie waarbij je de Stichting Alzheimer Onderzoek kan steunen. Meer info hierover vind je in de Westel Info van oktober.

Praatcafé op maandag 17 oktober om 19 uur

Tijdens dit praatcafé praten we over problemen in het dagelijks leven van mensen met dementie en hun naasten. De referentiepersonen Patris Beenens en Sarah Curinckx geven een toelichting over gewone dagelijkse dingen die niet meer zo vanzelfsprekend zijn door dementie.

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

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.

www.huisvanhetkindregiowesterlo.be

014 54 92 08 - 078 15 01 10



Samen worden we groot

HUIS VAN HET KIND

— HERSELT - HULSHOUT - WESTERLO —

Extra activiteiten naar aanleiding van het tweejarig bestaan

Omdat bewoners van Heultje aangaven dat ze vereenzaamden en nood hadden aan sociaal contact werd het dorpsrestaurant in Heultje opgestart. Dit was en is nog steeds een groot succes waarbij we altijd kunnen rekenen op verschillende enthousiaste bezoekers die niet alleen van de maaltijd komen genieten, maar het ook leuk vinden om bij te babbelen met de andere bezoekers.

In oktober bestaat het dorprestaurant al 2 jaar en dat willen we extra in de kijker zetten door enkele leuke activiteiten te organiseren waarbij we de mensen gezellig samen willen brengen.

Rolstoelvriendelijke wandeling op donderdag 13 oktober om 10.15 uur

Deze wandeling duurt ongeveer een uurtje en start om 10.15 uur aan de Merodezaal, Heultjedorp 1 in Heultje. Ben je niet goed te been en je wil toch deelnemen aan de wandeling? Geef ons dan een seintje en we voorzien een rolstoel en begeleider.

Deze wandeling is gratis. Vooraf inschrijven is nodig!

Aansluitend kunnen geïnteresseerden aanschuiven voor een lekkere maaltijd in het dorpsrestaurant. Zoals altijd moet je voor de maaltijd op voorhand reserveren.

Workshop zentangle op donderdag 27 oktober om 13 uur



In samenwerking met Samana organiseert het Lokaal Dienstencentrum een workshop zentangle.

Zentangle is een tekenmethode waarbij je door gestructureerde patronen van lijnen te herhalen een klein kunstwerk maakt. Deze techniek is een vorm van meditatie die de concentratie en creativiteit bevordert.

Je leeftijd of hoe goed je kan tekenen is bij Zentangle niet belangrijk. Iedereen die een pen vast kan houden, kan beginnen met deze leuke hobby.

De workshop is gratis en start om 13 uur in de Merodezaal, Heultjedorp 1 in Heultje. Vooraf inschrijven is nodig.

Personen die op donderdag 27 oktober komen eten in het dorpsrestaurant kunnen rustig blijven zitten en deelnemen aan de workshop.

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



Vrijwilliger May rolt met plezier wekelijks haren in

In het Woonzorgcentrum Parel der Kempen helpt een team van vrijwilligers enkele bewoners hun haren in te rollen.

Zo komt vrijwilliger May al bijna zes jaar wekelijks haar inrollen. Ze kijkt altijd uit naar dit moment omdat ze er zoveel voldoening uithaalt. Het is leuk om met de bewoners een babbeltje te doen. Je helpt ze om er goed uit te zien en op hun beurt zijn de bewoners en hun familie je hier heel dankbaar voor. Sommige bewoners hebben hun eigen willetje, maar eens je ze leert kennen en weet wat ze willen loopt dat wel los.

Haar inrollen is niet zo moeilijk. May kon het al toen ze startte, maar er zijn andere vrijwilligers die dit niet konden, maar het is snel aangeleerd. Voor je het weet kan je als een volleerde kapster haren inrollen.

Heb jij ook interesse om één voormiddag per week van 8.45 tot 11 uur deel uit te maken van het vrijwilligersteam dat haren inrolt? Laat het dan weten aan onze vrijwilligercoördinator Lieve De Ceulaer.

Lieve De Ceulaer - lieve.de.ceulaer@westerlo.be - 014 53 87 87

Chauffeursbijeenkomst Minder Mobielcentrale

Op regelmatige basis komen de chauffeurs van de Minder Mobielcentrale samen om gezellig bij te praten, afspraken te maken en te luisteren bij elkaar hoe het bij hun loopt.

Tijdens de laatste bijeenkomst op 7 juli gaf Ria van ECD Tandem een interessante sessie over hoe om te gaan met dementie. Er werd ook kennisgemaakt met de nieuwe chauffeur en er werd weer gezellig bijgepraat met een kleine versnapering erbij.

Bij deze willen we graag al onze chauffeurs bedanken voor hun opkomst en hun inzet. Jullie leveren fantastisch werk!

Wil je zelf chauffeur worden bij de Minder Mobielcentrale? Laat het dan zeker weten aan onze vrijwilligercoördinator Lieve De Ceulaer.

Lieve De Ceulaer - lieve.de.ceulaer@westerlo.be - 014 53 87 87

MAANDMENU DORPSRESTAURANT TERHARTE

DONDERDAG 1 SEPTEMBER

- Minestrone-soep
- Hamburger met broccoli in bechamelsaus en aardappelen
- Mokkapudding

VRIJDAG 2 SEPTEMBER

- Kippenroomsoep
- Kabeljauwhaasje met groene kruidensaus en puree met tomaat en sjalot
- Roomijs

MAANDAG 5 SEPTEMBER

- Witloofsoep
- Gebraad met romanesco-groentjes, sjalot en kroketten
- Tiramisu

DINSDAG 6 SEPTEMBER

- Kervelbouillonsoep
- Vogelnestje met tomatensaus en wortelstampot
- Gele rijstpap

WOENSDAG 7 SEPTEMBER

- Velouté met brunoise
- Chipolata met prei in bechamelsaus en aardappelen
- Grenadinepudding

DONDERDAG 8 SEPTEMBER

- Broccolisoepp
- Gepaneerde wijting met tartaar en spinaziepuree
- Frambozenbavarois

VRIJDAG 9 SEPTEMBER

- Erwtensoepp
- Kipkoteletje met currysous en groenterijst
- Vanillepudding

MAANDAG 12 SEPTEMBER

- Wortelsoep
- Schnitzel met voetselder in bechamelsaus en aardappelen
- Griekse yoghurt

DINSDAG 13 SEPTEMBER

- Kippenroomsoep
- Stoofvlees op Vlaamse wijze, tomatensalade en gebakken aardappelen
- Chocoladepudding

WOENSDAG 14 SEPTEMBER

- Bloemkoolsoep
- Blinde vink met groentestamppot
- Rijstcrème met kriekjes

DONDERDAG 15 SEPTEMBER

- Tomatensoep met balletjes
- Kippenrusties, gestoofde boontjes en aardappelen
- Roomijs

VRIJDAG 16 SEPTEMBER

- Bouillonsoep
- Vispannetje met erwtensamppot
- Condérijst met ananas

MAANDAG 19 SEPTEMBER

- Agnes Sorelsoep
- Kippenboomstammetje, wortelen en erwten en aardappelgratin
- Roomijs

DINSDAG 20 SEPTEMBER

- Paprikasoepp
- Gebakken kabeljauw met fijne groentesaus en preistamppot
- Chocoladerijst

WOENSDAG 21 SEPTEMBER

- Tomatensoep met balletjes
- Varkensgebraad, witte kool in bechamelsaus en aardappelen
- Karamelpudding

DONDERDAG 22 SEPTEMBER

- Kervelsoep
- Koude schotel met hesp en aardappelsalade
- Cake

VRIJDAG 23 SEPTEMBER

- Noedelsoep
- Braadworst, spinazie, witte boontjes en aardappelen
- Potje fruit

MAANDAG 26 SEPTEMBER

- Groentesoepp
- Cordon bleu, bloemkool met bechamelsaus en aardappelen
- Chocomousse

DINSDAG 27 SEPTEMBER

- Tomatensoep met rijst
- Koninginnehapje met frieten
- Abrikozenrijst

WOENSDAG 28 SEPTEMBER

- Cressonsoep
- Pladijsfilet met bieslooksaus en puree
- Cacaopudding

DONDERDAG 29 SEPTEMBER

- Minestrone-soep
- Slavink met rode kool en aardappelen
- Roomijs

VRIJDAG 30 SEPTEMBER

- Preisoep
- Vleesbrood met wortelstampot
- Grenadinepudding

MAANDMENU

Je vindt het maandmenu ook op www.westerlo.be en in het lokaal dienstencentrum.

OPROEP VRIJWILLIGERS



HAARINROLLERS BEWONERS WZC

Wekelijks een voormiddag
van 8.45 tot 11 uur.
Meer info
op pagina 14.



WANDEL BEGELEIDERS

Wekelijks twee uurtjes
als ondersteuning voor
de wandelingen met
bewoners van het WZC, de
assistentiewoningen of
minder mobiele personen
die nog thuis wonen.



CHAUFFEUR MINDER MOBIELECENTRALE

Heb je je eigen wagen en rij
je graag met mensen rond?
Informeer dan zeker eens om
vrijwilliger te worden bij de
MMC.

Meer info op
pagina 14.

MEER INFO

lieve.de.ceulaer@westerlo.be
014 53 87 87

ENTHOUSIASTE KAARTERS GEZOCHT

Wekelijks een
voormiddag.



WESTERLO
Parel van de Kempen