

TerHarte

info & activiteiten van het lokaal dienstencentrum

januari & februari 2025

info



Westerlo
Parel van de Kempen



TerHarte voorgesteld

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

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

Daarnaast werken we met verschillende vrijwilligers die, dankzij hun inzet, de werking van het lokaal dienstencentrum mee mogelijk maken. We zijn hen hier zeer dankbaar voor.

Vragen? Aarzel niet om ons te contacteren!

@ dienstencentrum@westerlo.be

☎ 014 53 87 87

van links naar rechts

Marijke Peeters
zorgcoördinator

Sarah Curinckx
zorgcoördinator

Ingrid Celen
onthaalmedewerker

Greet Verstrepen
onthaalmedewerker en verantwoordelijke mindermobielen centrale

Lieve De Ceulaer
projectwerker en vrijwilligerscoördinator

Dorien Hoes
woonassistent en medewerker zorgteam

Lisa Van Loy
onderhoud

Kathy Vandoninck
onderhoud

Fabiënne Verhaegen
onthaalmedewerker



Maak kennis met Lisa

Hallo, ik ben Lisa en ik ben al bijna 8 jaar een vaste waarde in het onderhoudsteam van het lokaal dienstencentrum. Je komt me regelmatig tegen in de gangen van de serviceflats, het dienstencentrum en de gebouwen van het OCMW. Onlangs werd ik mama van een schattige dochter, Audrey. Vroeger vond je me vaak in de sportzaal, maar op dit moment besteed ik al mijn vrije tijd aan mijn dochter!

Ken jij de dorpsrestaurants al?

Zin in een lekker etentje in leuk gezelschap? Dan ben je in de gemeente Westerlo welkom in maar liefst drie dorpsrestaurants!

Reserveer vooraf je plekje om te komen genieten van een heerlijk bord soep, een lekkere hoofdschotel en een smakelijk dessert! De soep wordt geserveerd om 12 uur, het hoofdgerecht om 12.30 uur.

> dorpsrestaurant Westerlo

elke weekdag

lokaal dienstencentrum TerHarte
Verlorenkost 22/1

> dorpsrestaurant Heultje

elke tweede en vierde donderdag van de maand
de Merodezaal
Heultjedorp 1

> dorpsrestaurant Oosterwijk

elke eerste donderdag van de maand
Klokkenhof
Kerkhofstraat 12

Reserveer minstens drie dagen vooraf via
www.westerlo.be/lokaal-dienstencentrum



10 000ste bezoeker!

Op 10 december verwelkomden we de tienduizendste bezoeker in het dorpsrestaurant in Westerlo!



dorpsrestaurant Oosterwijk

Het dorpsrestaurant in Oosterwijk was al aan de vierde editie toe. De sfeer zat er duidelijk in! Reserveer je plaatsje en kom mee genieten!



**Ruilwinkel Mooi**

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

- > maandag van 9 tot 12 uur
- > donderdag van 13 tot 16 uur
- > elke eerste zaterdag van de maand van 10 tot 12 uur

Gesloten tijdens de kerst- en krokusvakantie.

Peuterspeelpunt Fijn

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

- > maandag van 9 tot 12 uur

Gesloten tijdens de kerst- en krokusvakantie.

Stem van het geheugen

Mensen met dementie zingen samen met hun mantelzorger. Iedereen is welkom om mee te zingen onder begeleiding van accordeonmuziek.

- > dinsdagen 7 en 21 januari en 4 en 18 februari

Linedance

Je danst alleen en toch met z'n allen, in lijn of op een rij. Je blijft in beweging en traint je coördinatie.

€ 2,50 euro per les

- > woensdag van 18 tot 20.30 uur
- > vrijdag van 13.30 tot 16.30 uur

Ontmoetingsmoment Oosterwijk

Een gezellige babbel, elke eerste donderdag van de maand van 10 tot 12 uur in het Klokkenhof.

Computerlessen en computerruimte

CVO en Ligo geven wekelijks computerlessen. Bij opstart van nieuwe lessen lees je dit in TerHarte Info. In de foyer van de cafetaria is een computerruimte die je vrij kan gebruiken. Op woensdag van 14 tot 16 uur en op vrijdag van 10 tot 12 uur is er begeleiding. Elke eerste woensdag van de maand is er Digiklap (14 tot 16 uur) voor al je vragen bij gebruik van smartphone en tablet. Meer info op pagina 8.

ViniYoga

Je leert op een fijne manier wat yoga is en wat het met je kan doen. Je hoeft helemaal niet lenig of sportief te zijn.

@ liesbethhelsen@hotmail.com
☎ 0478 63 58 52

€ 35 euro voor 4 lessen
(eerste les gratis)

Tijdens de kerstvakantie zijn er geen yogasessies.

Dorpscafetaria

Iedereen is welkom voor een hapje, drankje en vooral gezelligheid!

- > woensdag, zaterdag, zondag en feestdagen van 14 tot 17 uur

Open op 1 januari

Gezelschapsspelen

Je kan ook een gezelschapsspel spelen in het lokaal diensten-centrum. In de namiddag wordt er al eens een kaartje gelegd of Rummikub gespeeld.

Misviering

- > maandag 6 januari
- > maandag 3 februari
- > telkens van 9.30 tot 11 uur

Hoog-laag bad

Samen met familie of een zorgkundige kunnen personen die minder mobiel zijn gebruikmaken van het bad. Handdoeken en producten breng je zelf mee.

Strijkservice

Laat je strijk doen door Group F en betaal met dienstencheques. De strijk wordt op maandag en donderdag opgehaald en een paar werkdagen later gestreken weer afgeleverd.

@ strijk@group-f.be
☎ 03 304 75 13

Dorpsrestaurant > menu op pagina 15

Ons keukenteam zorgt voor een heerlijke driegangenmaaltijd.

€ 8 euro (soep, hoofdgerecht, dessert)

Dorpsrestaurant Westerlo in LDC TerHarte

- > maandag tot vrijdag vanaf 12 uur

Gesloten op woensdag 1 januari

Dorpsrestaurant Heultje in de Merodezaal, Heultjedorp 1

- > donderdag 9 en 23 januari donderdag 13 en 27 februari

Dorpsrestaurant Oosterwijk in Klokkenhof, Kerkhofstraat 12

- > donderdag 2 januari en donderdag 6 februari



Wat vind jij van het lokaal dienstencentrum?

Laat het ons weten!

In de vorige editie van TerHarte Info peilden we naar vragen en/of opmerkingen rond de werking van het lokaal dienstencentrum. Nog meer suggesties en opmerkingen blijven welkom via onderstaand formulier.

Uit de reacties die we mochten ontvangen, ontstond al een nieuwe activiteit: de spelletjesnamiddag. Deze viel in de smaak (zie het verslag en de foto's op pagina 14) en staat in de toekomst dus zeker nog eens op de planning!

We kregen al enkele leuke ideeën binnen: een bloemschiknamiddag en een wandelvoormiddag met aansluitend een kom soep en eventueel warme maaltijd in het dorpsrestaurant. Als er geïnteresseerden zijn voor deze (of nog andere) ideeën, horen we het graag!

**Naar welke activiteit kijk je uit en welke activiteit mag dus zeker niet verdwijnen?**

Welke activiteit zie je in de toekomst ook graag in het lokaal dienstencentrum?

Andere opmerkingen of suggesties:

Bezorg het ingevulde formulier aan het onthaal van het lokaal dienstencentrum of stuur een e-mail naar dienstencentrum@westerlo.be.



Klim Op

Klim Op is een groep voor zowel weduwen, gescheiden als 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 muziekoptreden of een voordracht. Je kan er ook altijd genieten van een stukje taart met thee of koffie. Iedereen is van harte welkom!



Je betaalt **25 euro lidgeld per jaar en 6 euro per activiteit** voor koffie of thee met een stukje taart.

Bingonamiddag

maandag 27 januari

Je kan die dag je lidmaatschap vernieuwen.

Diavoorstelling Afrika

maandag 24 februari

Silas Kempen

Ontmoetingsmoment in het LDC

We starten het nieuwe jaar met een kopje koffie en een rustige babbel waarbij we ervaringen delen en wensen voor het nieuwe jaar bespreken.



**maandag 27 januari om 19 uur
in lokaal dienstencentrum TerHarte**



**Deze activiteit is gratis.
Inschrijven is niet nodig.**

Gespreksavond Loslaten of anders vasthouden

Soms weten mensen niet goed hoe ze moeten omgaan met personen met een psychische kwetsbaarheid. De bedoeling is goed, maar heeft niet altijd het juiste effect. Om een beter en leefbaar resultaat te bereiken, is het soms aangewezen om een beetje los te laten. Om de persoon anders vast te houden als het ware. Tijdens deze gespreksavond bespreken we hoe je dat kan doen en delen we ervaringen.



**maandag 24 februari om 19 uur
in lokaal dienstencentrum TerHarte**



**Deze activiteit is gratis.
Inschrijven is niet nodig.**



Alcoholvrij genieten in februari

In februari loopt de actie Kempen 0,0 %. Dat is 100 % genieten met 0 % alcohol. Deze actie daagt iedereen uit om in februari een maand lang geen alcohol te drinken en de voordelen die daarbij horen aan den lijve te ondervinden. Er zijn immers heel wat redenen om ja te zeggen tegen een maand zonder alcohol: beter slapen, sterkere sportprestaties, je fitter voelen, meer veiligheid in het verkeer ... De actie wil je dan ook aanzetten om bewuster om te gaan met alcohol.

In de cafetaria zorgen we voor een alcoholvrij biertje van de maand. Ook de wijnliefhebbers vergeten we niet! Voor hen staat er een alcoholvrij wijntje klaar in februari!



Lezing

Sporten na je 60: blijf vitaal en fit

Regelmatig bewegen is niet alleen goed voor je lichaam, maar ook voor je geest. Het helpt om chronische aandoeningen te voorkomen, je balans te verbeteren en langer zelfstandig te blijven. Maar hoe pas je die beweging op een haalbare en leuke manier in je dagelijks leven in. En wat zeggen de nieuwe inzichten hierover?

Tijdens deze interactieve lezing, onder leiding van een kinesitherapeut en personal trainer, ontdek je waarom beweging essentieel is voor senioren. Je komt te weten hoe je spier- en botversterkende oefeningen integreert in je dagelijkse routine en krijgt praktische tips om langdurig zitten te vermijden. Aan het einde van de lezing ga je naar huis met concrete ideeën om meer uit je beweging te halen.



dinsdag 11 februari om 19 uur in LDC TerHarte



**inschrijven in het lokaal dienstencentrum
of via 014 53 87 87**



Scan de code om de activiteiten van en in lokaal dienstencentrum TerHarte online te bekijken.

www.westerlo.be/lokaal-dienstencentrum



Openbare computerruimte

Onze wereld wordt steeds meer digitaal. Een afspraak maken bij je huisdokter, je gegevens op mypension raadplegen, een ticket kopen voor de bus ... Voor zoveel zaken heb je vandaag een computer, smartphone en een of ander account nodig. Snel en handig voor wie helemaal mee is, maar vaak moeilijk en zelfs frustrerend voor vele anderen. Met DigiW@blief introduceren we in Westerlo een aantal initiatieven om je te ondersteunen in en te laten kennismaken met de digitale wereld.

Geen computer in huis? Even iets afdrucken? Moet je iets digitaal ondertekenen of heb je een kaartlezer nodig? Zowel in de bib als in lokaal dienstencentrum TerHarte staan tijdens de openingsuren computers, printers en andere toebehoren voor je klaar. Het gebruik van de computers is gratis. Heb je hulp nodig? In het lokaal dienstencentrum helpen onze vrijwilligers je graag, elke woensdag van 14 tot 16 uur en elke vrijdag van 10 tot 12 uur.

Digiklap

Twee keer per maand kan je bij onze digihelpers terecht met kleine vragen over smartphone en tablet.

Wil je bijvoorbeeld weten hoe je meer ruimte vrijmaakt op je apparaat, hoe je foto's kan delen via WhatsApp of hoe je een itsme-account aanmaakt? Kom naar Digiklap, breng je opgeladen toestel mee en vergeet de nodige wachtwoorden niet. Digiklap is gratis en doorlopend toegankelijk op volgende momenten:

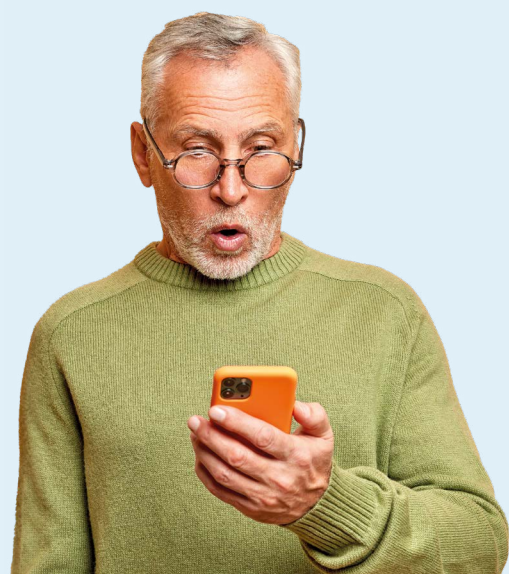
- > **in lokaal dienstencentrum TerHarte**
elke eerste woensdag van de maand van 14 tot 16 uur
woensdag 8 januari en woensdag 5 februari
- > **in de bib**
elke voorlaatste zaterdag van de maand van 10 tot 12 uur
zaterdag 18 januari en zaterdag 15 februari

Cursussen in Westerlo

CVO EduKempen en Ligo geven verschillende cursussen in lokaal dienstencentrum TerHarte.

Op 8 januari start Ligo met een nieuwe computercursus. De lessen gaan door op woensdagvoormiddag. Meer info en inschrijven via www.ligo.be of 014 58 41 91.

Meer info over de opleidingen van EduKempen via www.edukempen.be.



Digisessies

Zin om je digitale vaardigheden nog een extra boost te geven? Kom dan naar de gratis digisessies in het dienstencentrum en de bib.

Sociale media (Facebook, Instagram, YouTube)

Tijdens deze digisessie leggen we je uit wat je allemaal kan zien op deze platformen, hoe je zelf iets post, hoe je online vrienden toevoegt en we zorgen ervoor dat je weet wat de belangrijkste privacyinstellingen zijn. Wie interesse heeft, kan een eigen profiel aanmaken en/of de apps uitproberen.
Maandag 13 januari van 14 tot 17 uur in de bib.

Overheidsapps + installatie itsme

Tijdens deze digisessie krijg je een algemene introductie over de meest gangbare overheidsapps. We leggen uit hoe je veilig kan inloggen met itsme en helpen je om itsme te installeren op je smartphone. Breng je smartphone, e-ID en pincode mee. Heb je geen smartphone? Dan kan je gebruikmaken van onze computers met e-ID-lezer.
Vrijdag 31 januari van 9 tot 12 uur in LDC TerHarte.

Op stap met je smartphone (auto)

Heel wat mensen gebruiken geen GPS maar een app om een route uit te stippelen met de auto. Zo heb je misschien al gehoord van Google Maps en Waze? Tijdens deze sessie maak je kennis met de meest gebruikte navigatieapps zodat je er achteraf ook effectief mee aan de slag kunt gaan. **Maandag 10 februari van 14 tot 17 uur in de bib.**

Overheidsapps + installatie itsme

Tijdens deze sessie maak je kennis met het digitale loket van onze dienst burgerzaken. Op deze manier kan je met enkele klikken attesten en uittreksels aanvragen. Je kan onder andere een adreswijziging doorgeven, een attest van gezinssamenstelling aanvragen en een geboorteakte opvragen. We laten ook zien hoe je zelf via de website een afspraak kan maken op het loket burgerzaken. **Vrijdag 28 februari van 9 tot 12 uur in LDC TerHarte.**

Schrijf vooraf in via de bib (014 54 94 63) of het lokaal dienstencentrum (014 53 87 87).



Content(d)ement

We vinden het belangrijk dat de grote groep mensen die te maken krijgt met dementie ondersteuning krijgt en dat we er mee voor zorgen dat ze zich niet alleen voelen met hun problemen. Daarom richtten woonzorgcentrum Parel der Kempen en lokaal dienstencentrum TerHarte in 2012 Content(d)ement op. Al sinds de opstart van Content(d)ement is het de bedoeling om de taboes rond dementie te doorbreken en de mensen van Westerlo bewust te maken van hun aandeel in hun omgang met personen met dementie. De activiteiten van Content(d)ement staan dan ook open voor iedereen.

Content(d)ement: omdat we in Westerlo content willen zijn over de manier waarop we omgaan met personen met dementie!

Infomoment: Basis van dementie

Algemeen kan je stellen dat dementie de verzamelerterm is voor een groot aantal aandoeningen waarbij verstandelijke en lichamelijke vermogens van mensen geleidelijk achteruit gaan. Dementie gaat dus over meer dan vergeten alleen. Tijdens dit eigen infomoment gaan we hier dieper op in.

 **maandag 17 februari**

 **Deze activiteit is gratis. Inschrijven is niet nodig.**

Familiegroep Dementie Westerlo

Familiegroep Dementie Westerlo organiseert regelmatig gespreksmomenten over dementiegerelateerde thema's. Hier kunnen mantelzorgers terecht voor lotgenotencontact, steun en een klankbord. De activiteiten zijn gratis en verlopen in een gemoedelijke sfeer.

De eerstvolgende activiteit vindt plaats in maart. Hou de volgende editie van TerHarte Info in de gaten voor meer info!

Zorgteam

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

zorgcoördinatie voor de thuissituatie: poetshulp, 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 in Heultje is opgericht door het zorgteam.

Contactgegevens

Sarah Curinckx, Dorien Hoes en Marijke Peeters

@ zorgteam@westerlo.be
☎ 014 53 87 87



Kapster Esther

We stellen jullie graag onze kapster Esther voor. Zij staat elke dag van de week voor je klaar. Let wel, vooraf telefonisch reserveren is nodig!

@ kapper@westerlo.be
☎ 0469 18 50 08



Vrijwilligerscoördinator

Lieve De Ceulaer

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 hun professionele dienstverlening kunnen versterken met een warme en hartelijke ondersteuning van mensen van bij ons. Interesse in een taak als vrijwilliger? Laat het ons weten!

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

Voetverzorging Anouk

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

@ anouk@infinity8.be
☎ 0472 31 57 19



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 pamberbank, de opvoedingsondersteuning, de mamagroep, het lokaal loket kinderopvang, de huiswerkbegeleiding aan huis en de spelotheken.

☎ 0499 21 86 35 Annelien
☎ 0472 20 15 75 Britt
🌐 www.huisvanhetkindregiowesterlo.be



Mobitwin

Mobitwin (de vroegere mindermobielen-centrale) vervoert mensen met een beperkt inkomen en beperkte mobiliteit. Elke gebruiker betaalt lidgeld. Een koppel betaalt 27 euro voor een volledig jaar of 14 euro voor een half jaar (juli – december). Eén persoon betaalt 18 euro voor een volledig jaar of 9 euro voor een half jaar (juli – december)

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

☎ 014 53 95 40 (tussen 9 en 12 uur)



Kind & Gezin

Een zwangerschap en geboorte zijn best overweldigend. Maar ook naarmate je kind groter wordt, heb je misschien duizend-en-één vragen en wil je kunnen rekenen op een goede ondersteuning bij dit opgroeien. De medewerkers van Kind & Gezin staan voor je klaar!



Content(d)ement

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

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



Dagopvang voor ouderen (CADO) gezinszorg

CADO zorgt voor de dagopvang van bejaarden in een huiselijke sfeer. Tot tien personen kunnen er van maandag tot vrijdag van 9 tot 16 uur terecht voor 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 doen op de dienst gezinszorg van Welzijnszorg Kempen.

☎ 014 53 58 10
@ gezinszorg.westerlo@iok.be



Vrijwilligers

Van 1 tot en met 9 maart is het de Week van de Vrijwilliger. Dan zetten we de vele vrijwilligers van het lokaal dienstencentrum en het woonzorgcentrum in de bloemetjes! Of je nu vrijwilliger van de cafetaria, Mobitwin of een wandelvrijwilliger bent, je inzet is van grote waarde. Je tijd, energie en toewijding maakt van het lokaal dienstencentrum een plaats waar solidariteit en zorg voor elkaar centraal staan.

Achter de schermen van KVC Westerlo

De vrijwilligers van Mobitwin werden zopas uitgenodigd om eens een kijkje te nemen achter de schermen van KVC Westerlo. Het was een fijne uitstap waarbij de vrijwilligers konden kennismaken en ervaringen uitwisselen!



Ook vrijwilliger worden?

Wil ook jij je steentje bijdragen als vrijwilliger? Dan ben je heel welkom! Op ons digitaal vrijwilligersloket vind je meer informatie en de verschillende vacatures.

Heb je interesse in een van de vacatures of wil je meer info? Contacteer dan de vrijwilligerscoördinator Lieve.

@ lieve.de.ceulaer@westerlo.be ☎ 014 53 95 48



www.westerlo.be/vrije-tijd/vrijwilligerswerk



Vrijwilligers aan het woord



Sarah Truyen

vrijwilliger Mobitwin

Ik ben **Sarah Truyen** en ik ben al sinds mijn zeventiende bezig met vrijwilligerswerk. Nu, als 26-jarige leerkracht Nederlands, past chauffeur zijn voor Mobitwin goed in mijn planning. Behalve dat ik er een heleboel mensen mee help, is het ook een fijne manier om nieuwe mensen te leren kennen waarmee je anders niet snel in contact komt. Ik haal dan ook steeds veel voldoening uit het vrijwilligerswerk. Het is fijn om deel uit te maken van zo'n warme gemeenschap en de mooie herinneringen hou ik altijd bij! Een echte aanrader!



Hanne Noels

vrijwilliger cafetaria

Ik ben **Hanne Noels**. Na bijna twee jaar thuis te zijn als gevolg van een burn-out groeide de behoefte om een eerste stap te zetten om opnieuw meer betrokken te zijn bij de samenleving. In het verlengde van mijn opleiding als maatschappelijk assistent wou ik het liefst iets praktisch doen, voor en met mensen, waarbij ik tegelijk mijn vaardigheden en talenten kon delen en (her)ontdekken.

Sinds een aantal maanden help ik wekelijks een namiddag in cafetaria 't Rietje, waar warmtegevers en warmtezoekers in een gezellige sfeer kunnen verbinden. Daarnaast rol ik op vrijdagvoormiddag het haar in van enkele bewoonsters van het woonzorgcentrum, een fijn 1-op-1-momentje speciaal voor hen.

Door zelf te mogen bepalen hoeveel uren per week ik help, geeft het werk mij meer rust. Vrijwilligen is een aanrader voor iedereen die op zoek is naar (meer) zingeving en voldoening of een heroriëntatie van zijn/haar werkleven. De warmte, dankbaarheid en gemoedelijke sfeer die je ervoor in de plaats krijgt zijn onbetaalbaar!

Lutgard Verbraecken

vrijwilliger in het woonzorgcentrum

Ik ben **Lutgard Verbraecken** en naast mijn fulltime job ben ik al vier jaar vrijwilliger in woonzorgcentrum Parel Der Kempen. Toen mijn nonkel in het woonzorgcentrum verbleef, kwam ik dagelijks over de vloer. Op het moment dat hij overleed, ben ik tweewekelijks de eetmomenten blijven ondersteunen. Dit is absoluut geen opgave voor mij, maar een groot plezier! Ik haal veel voldoening uit de gesprekken met de bewoners en het personeel. Ik kan tegelijkertijd het personeel wat ondersteunen en dit allemaal in een gezellige en warme sfeer. Ik doe er graag nog enkele jaren vrijwilligerswerk bij!





Spelletjesnamiddag

In goed gezelschap!

Wie hield er als kind niet van gezelschapsspelletjes? Niets zo gezellig als samen aan tafel een spelletje spelen! Een nostalgisch gevoel dat we graag opriepen op 28 november, tijdens de eerste spelletjesnamiddag in ons lokaal dienstencentrum. Samen met goed gezelschap, een kopje koffie en een stukje taart beleefden we een topnamiddag. Op algemeen verzoek kijken we nu al uit naar de volgende editie!



woensdag 1 januari

- > restaurant gesloten (nieuwjaarsdag)

dinsdag 2 januari

- > kipnoedelsoep
- > ruggebraad met broccoli in bechamelsaus en aardappelen
- > aardbeienmousse

vrijdag 3 januari

- > bloemkoolsoep
- > hamburger met rodekool en aardappelen
- > chocoladepudding

maandag 6 januari

- > broccolisoepp
- > cordon bleu met schorseneren in bechamelsaus en aardappelen
- > gebak

dinsdag 7 januari

- > waterkerssoep
- > Ardeense burger met blauwe Jan puree
- > perenbavarois

woensdag 8 januari

- > tomatensoep met balletjes
- > varkenslapje Blackwell met gestoofde spruitjes en aardappelen
- > grenadinepudding

donderdag 9 januari

- > witloofsoep
- > Kaapse heek met groentesaus en broccolistamppot
- > gele rijstpap

vrijdag 10 januari

- > kervelbouillon
- > kipfilet met spinazie in room en aardappelen
- > chocomousse

maandag 13 januari

- > bonensoep
- > rundstong in Madeiresaus met puree
- > Griekse yoghurt



menu dorpsrestaurant januari

dinsdag 14 januari

- > preivelouté
- > boomstammetje met groentepuree
- > cacaopudding

woensdag 15 januari

- > noedelsoep
- > kipfillet meunière met bloemkool in kaassaus en aardappelen
- > speculaasmousse

donderdag 16 januari

- > erwtensoepp
- > pekelharing met ajuinsaus en aardappelen
- > condérijst met ananas

vrijdag 17 januari

- > seldersoepp
- > goulash met tomatensalade en frieten
- > suikerwafel

maandag 20 januari

- > tomatensoep met rijst
- > kalkoenlapje stroganoff met koninginnemélange en kroketten
- > Liègeois appel abrikoos

dinsdag 21 januari

- > bouillonsoep
- > balletjes in Toscaanse saus met wortelstamppot
- > Fabiolarijst

woensdag 22 januari

- > champignonsoep
- > visrolletjes in Normandische saus met puree
- > mokkapudding

donderdag 23 januari

- > pompoensoep
- > kalfsworst met prei in bechamelsaus en aardappelen
- > rijstcrème met rozijntjes

vrijdag 24 januari

- > spinaziesoepp
- > kipkoteletje met currysous en groenterijst
- > vanillepuddng met korreltjes

maandag 27 januari

- > kervelsoep
- > kip philadelphia met driekoleningeling in bechamelsaus en aardappelen
- > fruityoghurt

dinsdag 28 januari

- > knolseldersoepp
- > varkensstoofpotje met groentestamppot
- > condérijst met krikjes

woensdag 29 januari

- > minestrone-soep
- > kalkoengebraad met champignonroomsaus, erwten en wortelen en kroketten
- > karamelpudding

donderdag 30 januari

- > zachte paprikasoepp
- > pladijsfilet meunière met groene kruidensaus en waterkerspuree
- > mascarpone-dessertje

vrijdag 31 januari

- > preisoep
- > witloofrolletje in kaassaus met puree
- > chocoladepudding

* Heultje & Oosterwijk

Het dorpsrestaurant in **Heultje** is open op **donderdag 9 en 23 januari**.

Het dorpsrestaurant in **Oosterwijk** is open op **donderdag 2 januari**.



Bingo!

Op dinsdag 10 december rolden de balletjes weer voor een spelletje bingo! Deze activiteit trekt steeds heel wat bezoekers. Er is keer op keer dan ook een overvloed aan sfeer en gezelligheid! Iedereen ging weer naar huis met een leuke prijs.

