



lokale dienstencentra
Sint-Pieters-Leeuw



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

VU: JAN DESMETH, PASTORIJSTRAAT 21,
1600 SINT-PIETERS-LEEUEW

AFGIFTEKANTOOR: SINT-PIETERS-LEEUEW
ERKENNINGNUMMER: 802125

Programma

OKTOBER 2024



■ **LDC Negenhof** Sint-Stevensstraat 62 | 1600 Sint-Pieters-Leeuw | T 02 332 59 53

■ **LDC Meander** Welzijnsweg 2 | 1600 Sint-Pieters-Leeuw | T 02 370 88 80

■ **LDC 't Paviljoentje** Fabriekstraat 1A | 1601 Ruisbroek | T 02 377 03 55

■ **LDC De Wilg** H. Vanhouchestraat 1 | 1600 Sint-Pieters-Leeuw | T 02 371 63 70

■ lokaledienstencentra@sint-pieters-leeuw.be | www.sint-pieters-leeuw.be/ldc

DIENSTEN IN DE DIENSTENCENTRA

BUURTRESTAURANT

Elke werkdag kan je om 12 uur komen eten in het buurtrestaurant van 't Paviljoentje, Negenhof, Meander en De Wilg. Een maaltijd bestaat uit soep, een hoofdgerecht en een drankje.

Het menu vind je achteraan in dit programmablaadje.

Je moet ten laatste inschrijven op woensdag, voor de komende week.

Prijs: € 7,50 (€ 10 voor niet-inwoners)

PEDICURE

Je kan na afspraak je voeten laten verzorgen.

Op dinsdag in 't Paviljoentje en De Wilg, op woensdag of vrijdag in het Negenhof en op vrijdag in Meander.

WASSALON (niet in LDC Meander)

Voor de was van je linnengoed kan je terecht in het centrum na afspraak.

Prijs: € 4,00 voor 1 machine was.

€ 3,00 voor 1 machine drogen.

De prijslijst voor de strijk kan je bekomen in het dienstencentrum.

KAPSALON ('t Paviljoentje op donderdag, Meander van maandag tot donderdag)

Na afspraak kan je terecht in het kapsalon. De prijs varieert al naargelang de verzorging die je wenst. Deze dienst is enkel voor de minder-mobiele senioren die niet op eigen kracht naar een kapper in de buurt kunnen gaan.

PSYCHOLOGISCHE BEGELEIDING

Nood aan psychologische ondersteuning?

Bel naar 0477 89 46 33 of mail psycholoog@sint-pieters-leeuw.be

SOCIALE DIENST

Voor inlichtingen over sociale voordelen, hulp bij het invullen van formulieren of info over thuiszorgdiensten kan je terecht bij de centrumverantwoordelijke.

BAD OF DOUCHE (met of zonder hulp) (niet in LDC Negenhof))

Als je thuis geen bad hebt of een douche praktischer vindt, kan je terecht in de badkamer van het dienstencentrum. Prijs: € 2,50

ABONNEMENT OP ONS PROGRAMMABLAADJE

Voor de prijs van **6 euro**, ontvang je ons boekje maandelijks per post tot december 2024.

Je kan het ook raadplegen op onze website:

<https://www.sint-pieters-leeuw.be/lokaledienstencentra> of ontvangen via mail.

MOBIEL VAN EN NAAR HET DIENSTENCENTRUM

Een chauffeur van het dienstencentrum kan je thuis ophalen en afzetten.

Je dient dit vervoer vooraf aan te vragen. Prijs: € 1,00 per rit.

BOODSCHAPPENDIENST

Als je niet (meer) in staat bent om zelfstandig de grote boodschappen te doen en niet kan rekenen op vrienden of familie, kan je gebruik maken van onze boodschappendienst. Prijs: € 3,00

VERKOOP VUILNISZAKKEN

De restfractie (zwart), GFT (wit) en PMD (blauw) zijn verkrijgbaar aan het vastgelegd prijstarief.

TELEFOONSTER

Heb je zin om een praatje te slaan met iemand aan de telefoon? Dan is de dienst 'Telefoonster' zeker iets voor jou! Op jouw vraag belt een vrijwilliger je één keer per week op voor een gezellige babbel.

BUDDYPROJECT OP-STAP

Zin in sociaal contact? Ga je graag op stap en heb je een luisterend oor? Dan ben jij de persoon die we zoeken! Het buddyproject OP-STAP verbindt mensen. In duo gaan ze op stap om koffie te drinken, te wandelen, een babbel te doen ... Ontspanning staat centraal!

Beste lezer

Het is intussen oktober, de maand waarin we onze klok nog eens mogen verzetten. De nacht van 30 op 31 oktober mogen we namelijk een uurtje langer in bed blijven liggen.

We mogen ook terug naar de stembus op 13 oktober. Dan kiezen we wie aan het roer zal staan van onze mooie gemeente voor de komende 6 jaar.

Maar eerst gaan we deze maand nog wat genieten van leuke uitstappen en activiteiten!

De eerste tien dagen van oktober staan in het teken van 'geestelijke gezondheid'. We organiseren dan in elk dienstencentrum een activiteit om onze mentale gezondheid te verbeteren.

Op 4 oktober is het 'werelddierendag'. Heb je zin om te knuffelen met konijntjes, kippen, cavia's en ja hoor, je leest het goed...met een schaap? Kom dan zeker naar 't Paviljoentje. In Meander kan je voor de gelegenheid met een alpaca wandelen.

In de Wilg mogen jullie alvast jullie beste Duits bovenhalen om mee te zingen met Rudi Tastenoe die de mooiste Duitse klassiekers komt brengen.

In het Negenhof leren jullie alles over Canva, wordt er lekker gekookt, maken we onze eigen handtas en nog zoveel meer!

We gaan ook op stap naar Durbuy, om te genieten van een gastronomische wandeling, een lekkere lunch en een bezoek aan Radhadesh.

Een wandeling en fietstocht mogen ook niet ontbreken. Deze keer wandelen we in Brussel en bezoeken we de Finisterae kerk. De fietstocht gebeurt in eigen streek en wordt afgesloten in de Greunenond, met balletjes en kriekjes.

Dit zijn maar enkele van de vele activiteiten op het oktoberprogramma.

Neem dus maar een lekker warm drankje en een dekentje en kruip gezellig in de zetel met ons programmablaadje.

Veel leesplezier!

PERSONEELSLID IN DE KIJKER

Rachel Danau

Naam: Rachel Danau

Leeftijd: Bijna 26 jaar 😊

Woonplaats: Herne

Kinderen: 2 kindjes, Levi en Leah

Dit wil(de) ik later worden:

Ober of gevechtspiloot in het leger

Gelukkig/helaas doe ik nu dit:

Centrumleidster van Meander

Dit kan ik heel erg goed:

Verkopen en babbelen

Hier ben ik waardeloos in:

Hoofdrekenen

Ik heb er spijt van dat ik nooit:

De stap naar het leger gezet heb.

Deze superkracht zou ik willen bezitten:

Gedachten lezen, zeker van mijn man 😊

Nutteloos talentje van mij:

Wenen op commando

Zo ziet mijn ideale vrije dag eruit:

Uitstapje met het gezin.

Deze historische gebeurtenis had ik live willen meemaken:

WO II (vanop een veilige afstand)

Dit is het beste dat me ooit is overkomen:

Mijn gezinnetje

Deze acteur/actrice mag mijn rol spelen in mijn eigen filmografie:

Margot Robbie

Mijn levensmotto:

Alles komt altijd goed!

Mijn favoriete boek:

Bridgerton serie

Mijn lievelingsfilm:

Marvel series

Dit kan ik elke dag eten:

Frietjes en broodjes

Ik surf dagelijks naar:

Instagram, Tik Tok, Facebook Teveel eten, of soms niet eten

Mijn favoriete muziek:

Hardstyle en Goldband

Mijn hobby's:

Een goed feestje

Mijn favoriete vakantiebestemming:

Bulgarije, Griekenland

Deze celebrity mag eens langskomen:

Chris Hemsworth

Mijn lievelingsquote:

Lachen is gratis!

Mijn 'guilty pleasure':

Netflix kijken en een nieuwe handtas van Michaël Kors kopen 😊

Ik ben bang voor:

Vlinders

Ik heb een hekel aan:

Smakken

Van dit eten walg ik:

Vis en koriander

Mijn slechte gewoonte(s):

Teveel eten, of soms niet eten

Mijn allergrootste blunder ooit:

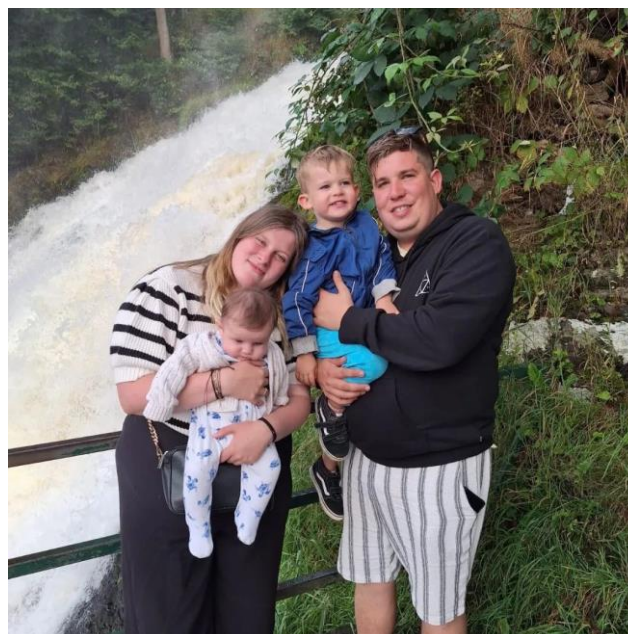
Namen van mijn kinderen door elkaar halen

Grootste teleurstelling:

Dat het leven niet is zoals in de films.

BUCKETLIST TOP 3

- 1 *Op huwelijksreis naar de Bahama's*
- 2 *Luchtballonvaart*
- 3 *Een varkentje adopteren*





Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven

Omdat je liever van
de natuur geniet dan
van een stevige griep.



Als 65-plusser wil je graag gezond ouder worden. Je vaccineren in de herfst
tegen griep is de beste bescherming om niet ernstig ziek te worden.
Ook als je je gezond en sterk voelt.

Vaccineren? **Jij** weet waarom.

© 2018 Vlaanderen - Leefbaar Vlaanderen - Departement Zorg, Innovatie en Media - 17 0000 Brussel - september 2018

DEPARTEMENT
ZORG

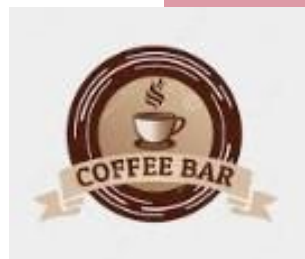
MEER INFO OP
allesovervaccineren.be

CAFETARIA

Het lokaal dienstencentrum is elke werkdag geopend van 10 tot 17 uur behalve op vrijdag, dan sluiten we om 13.30 uur.

Wanneer? Alle werkdagen, behalve op 9/10, 10/10, 11/10 en 14/10 omwille van de verkiezingen.

Uur? Ma – Do: telkens van 10 tot 17 uur
Vrij: van 10 tot 13.30 uur



LIJNDANS

Ontdek de wereld van het lijndansen: ritme, beweging en groepsgevoel in perfecte harmonie. Geniet van opzweepende beats en het plezier van samen dansen, voor iedereen toegankelijk.

Wanneer? Elke dinsdag

Uur? Beginners: 9 tot 9.50 uur

Gevorderden: 10 tot 11.50 uur

Ben je nieuw? Schrijf je dan zeker vooraf in!



PETANQUE

Ervaar de spanning van elke worp en de gezellige sfeer op en rond het veld, kom bij ons petanque spelen.

Voor iedereen toegankelijk, ongeacht ervaring.

Wanneer? Elke donderdag

Uur? Van 14 tot 17 uur





HAKEN MET SONIA

Zin in een gezellige namiddag babbelen en haken? Kom dan zeker naar onze haaknamiddag onder begeleiding van Sonia. Naast het samen haken en babbelen helpt ze jou ook maar al te graag verder met jullie project.

Wanneer? Elke donderdag

Uur? Van 14 tot 17 uur

PEDICURE MIRANDA



Pedicure Miranda is 1x per week werkzaam in De Wilg en werkt enkel op afspraak. Je kan hiervoor naar De Wilg bellen op 02 371 63 70.

Wanneer? Elke dinsdag

Uur? Op afspraak vanaf 9 uur

SKIP-BO: TRAINING



Bij dit kaartspel tracht iedere speler om zo snel mogelijk zijn kaarten weg te spelen. Onze Sven kent er alles van en zal jullie op deze training met veel plezier de regels uitleggen en de trucjes tonen om met dit spel te kunnen winnen. Wil je met Sven de uitdaging aangaan? Kom dan zeker langs 😊!

Wanneer? Dinsdag 1 oktober

Uur? Om 14 uur



BREIN IN ACTIE

Voor de 10-daagse van de geestelijke gezondheidszorg komen Dr. Els Van Lathem en kiné Filip ons brein in actie zetten dankzij ademhalingstechnieken, beweging en een interactieve quiz.

Wanneer? Woensdag 2 oktober

Uur? Om 14 uur

Gelieve vooraf in te schrijven!



IKEBANA MET VIVIANE

Ikebana is het creëren van harmonie en balans in je bloemarrangementen. Het is een samenspel van verschillende bloemen, takken en bladeren en dit in een samenwerking van perfecte harmonie. Zelf mee te brengen: scherp mesje, schaal of vaas en zelf geplukte of gekochte bloemen.

Wanneer? Donderdag 3 oktober

Uur? Van 10 tot 12 uur

Prijs? 5 euro

Gelieve vooraf in te schrijven!



FIT & FUN @DE WILG

Wil jij ook graag fit blijven? En dit op een plezierige manier? Kom dan op maandagochtend naar de Fit & Fun onder begeleiding van ons Els. Het wordt een les met gevarieerde oefeningen; zowel zittend als rechtstaand met een beetje dans, een beetje relaxatie, ... Laten we ons samen goed voelen.

Wanneer? Maandag 7 en 21 oktober

Uur? Van 10.30 tot 11.30 uur

Prijs? 2 euro





WEDSTRIJD KLEURENWIEZE

Welkom bij onze kleurenwiezenwedstrijd! Bereid je voor op een namiddag vol strategie en plezier. Laat je kaartvaardigheden zien en maak nieuwe vrienden. Schudden maar met die kaarten! Nieuwe gezichten en handen altijd welkom.

Wanneer? Maandag 7 oktober

Uur? Om 14 uur



***** DUITSE *****
NAMIDDAG
MET RUDI TASTENOE
DINSDAG 8 OKTOBER
14U00 - 17U00

DE WILG GESLOTEN



Van woensdag 9 t.e.m. maandag 14 oktober zal ons dienstencentrum gesloten zijn wegens het voorbereiden en organiseren van de verkiezingen. Eten en plezier maken kan uiteraard in de 3 andere dienstencentra.

Wij openen terug op dinsdag 15 oktober.

Tot dan!

PATISSERIE MET SUN

Sun is terug maar deze keer met een zoetigheid. Lekkere patisserie maken rond het thema Halloween, dat ziet er toch heerlijk griezelig uit! Laat het innerlijk bakspook maar naar boven komen, wij zijn alvast benieuwd!

Wanneer? Dinsdag 15 oktober

Uur? Van 14 tot 17 uur

Kostprijs? Kosten worden gedeeld door het aantal deelnemers.

Gelieve vooraf in te schrijven!



VRIJ CREATIEF ATELIER

Verken je creativiteit in ons vrij creatief atelier. Een ruimte vol mogelijkheden waar je verbeelding tot leven komt. Breng zeker mee waar jij goed in bent. Er is ter plaatse ook wat materiaal beschikbaar.

Wanneer? Woensdag 16 oktober

Uur? Van 14 tot 17 uur



WIFICLUB: BEGINNERS

Heb je een smartphone en/of tablet maar kan je er niet goed mee overweg? Dan is deze club voor beginners iets voor jou. Stap voor stap ontdek je hoe je toestel werkt. In deze sessie bekijken we de tips om een nieuw toestel te kopen en consulteren we sites die een vergelijking maken.

Wanneer? Maandag 21 oktober

Uur? Van 9.30 uur tot 11.30 uur

Prijs? 3 euro

Gelieve vooraf in te schrijven!



WORKSHOP BLOEMSCHIKKEN



Verken de kunst van het bloemschikken onder begeleiding van Martine en Claudine.

Thema van de dag: herfst

Wanneer? Maandag 21 oktober

Uur? Van 13 tot 15.30 uur

Prijs? 30 euro

Wat breng je mee? Mesje, snoeischaar, short en tafelbeschermer.

Gelieve vooraf in te schrijven!



RUMMIKUBWEDSTRIJD



De cijfers van de Rummikub, de boulevards en de jokers ... kom ze maar uit de doos halen en daag jouw tegenstanders uit en win deze wedstrijd.

Wanneer? Dinsdag 22 oktober

Uur? Om 14 uur



DOE-BINGO



Cijfers, cijfers en nog een cijfers! Maar wat als jouw cijfers nu eens iets in petto hebben? Ben je benieuwd naar onze doe-bingo? De cijfers staan alvast op jou te wachten.

Wanneer? Woensdag 23 oktober

Uur? Om 14 uur



DIGIDOKTER

Heb je vragen over je computer, tablet of smartphone? Over zoeken op internet, installeren van apps of werken met de online catalogus van de bibliotheek? Maakt niet uit of het over hardware of software gaat: de Digidokter helpt je graag!

Wanneer? Donderdag 24 oktober

Uur? Van 17 tot 19 uur



HOGER - LAGER

Met dit spel kan je je geheugen trainen door op onze hoger-lager vragen te antwoorden en met wat geluk in de kaarten kunnen jij en jouw team jullie tegenstanders verslagen.

Wanneer? Maandag 28 oktober

Uur? Om 14 uur



SERVETTENTECHNIEK

Kom naar de workshop 'servettentechniek', thema Halloween, onder begeleiding van Martine en Ann. Met deze techniek ontleedt je een servet tot slechts één laag. De leuke afbeeldingen op de servetten worden uitgeknipt en je kan deze dan verwerken op een voorwerp (kaars, bokaal, houten plank, blikken doos ...)

Wanneer? Dinsdag 29 oktober

Uur? van 14 tot 17 uur

Wat breng je mee? Een voorwerp naar keuze om te versieren en leuke servetten met Halloweenprint.



Kom griezelen met
HALLOWEEN
in LDE De Wilg

**POMPOENSOEP
KNUTSELEN
HAPJES MAKEN
GRIME**

Woensdag 30 oktober
14u tot 16u
Hendrik Vanhouchestraat 1, 1600 SPL

INSCHRIJVEN VIA
WWW.SINT-PIETERS-LEEUV.BE/HUISVANHETKIND

CAFETARIA

Wanneer? Elke werkdag kan je een drankje komen nuttigen.

Uur? Van 10 tot 17 uur, behalve op dinsdag dan zijn we open tot 13.30 uur.



CAFE COMBINNE

Ben je anderstalig en oefen je graag op een leuke manier Nederlands? We praten in een open sfeer over diverse thema's. Gezellig samenzijn en ontmoeten staan centraal.

Wanneer? Elke dinsdag

Uur? Van 9 tot 11 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



CAFÉ COMBINNE
gezellig babbelen in het Nederlands

RUMMIKUBWEDSTRIJD

Wanneer? Woensdag 2 oktober

Uur? Om 14 uur



TIEKENATELJEE

We gebruiken een rijkelijk palet aan kleuren in onze kunstwerken. Onze talenten worden aangescherpt onder de deskundige leiding van Lucienne.

Wanneer? Woensdag 2, 16 en 30 oktober.

De andere woensdagen is het vrij atelier.

Uur? Van 14 tot 16 uur

Prijs? 3 euro per les



BILJART

Wanneer? Elke voor- en namiddag kan er gebiljart worden.

Uur? Van 10 tot 12 uur en van 14 tot 17 uur



VRIJ CREATIEF ATELIER

Tijdens ons vrij atelier knutselen we naar hartenlust. Werkjes worden afgewerkt en nieuwe ideeën krijgen vorm. We knutselen voor de herfst.

Wanneer? Donderdag 3 oktober

Uur? Van 14 tot 17 uur



SCRABBLE

Wanneer? Elke vrijdag

Uur? Voor iedereen van 9.30 tot 11.30 uur

Wedstrijdscrabble van 13.30 tot 17 uur



PETANQUE en WEDSTRIJD

Onze ommuurde tuin is de ideale plek om de Franse nationale sport te spelen.

Wanneer? Elke maandag van oktober.

Op 21 oktober is het wedstrijd.

Uur? Van 14 tot 17 uur



WIFICLUB: Gevorderden

In onze club ga je aan de slag met je tablet of smartphone. Het is geen cursus, maar een gezellig en leerrijk moment. Je ontdekt samen met anderen de uitgebreide mogelijkheden van je toestel en wisselt ervaringen uit. Tijdens deze sessie staan de gezondheidsapps centraal.

Wanneer? Maandag 7 oktober

Uur? Van 9.30 tot 11.30 uur

Prijs? 3 euro



STOELGYMNASTIEK

Fit blijven is de grote uitdaging als je wat ouder wordt en stoelgym is daar de oplossing voor. Vanop onze stoel doen we oefeningen voor arm-, schouder- en beenspieren en dit op gezellige muziek. Super tof met ons Marleen.

Wanneer? Maandag 7, 14, 21 en 28 oktober

Uur? Van 13.30 tot 14 uur



GEZONDHEIDSCONSULTATIE

Heb je vragen omtrent je gezondheid? Wil je je bloeddruk, gewicht en polsslag laten controleren? Dan kan je terecht bij onze verpleegkundige Marleen.

Wanneer? Maandag 7, 14, en 28 oktober

Uur? Vanaf 14 uur





WORKSHOP: CANVA

Wil jij jouw visitekaartje, affiches of flyers in een hip kledingje steken? Dan is deze workshop iets voor jou!

Mauro is onze canva-specialist en leert je graag de basisbewerkingen van deze online tool.

Wanneer? Dinsdag 8, 15 en 22 oktober

Uur? Van 9.30 tot 11.30 uur

Prijs? 18 euro voor de 3 lessen

Wat breng je mee? Je tablet of laptop

Gelieve vooraf in te schrijven!



WORKSHOP: OMGAAN MET STRESS

Psychologe Fadella leert ons gezonder om te gaan met stress, sneller te relativiseren en minder snel te panikeren.

Wanneer? Woensdag 9 oktober

Uur? Om 14 uur

Gelieve vooraf in te schrijven!



CREA: HANDTAS IN JEANSSTOF

Om deze trendy handtas te maken kunnen we een paar oude spijkerbroeken recyclen of en lap stevige jeansstof gebruiken. We hebben 22 lapjes nodig van 9 op 9 cm. We werken met naald en draad.

Wanneer? Donderdag 10, 17 en 31 oktober

Uur? Om 14 uur

Wat breng je mee? Oude jeans en een stofschaar

Graag inschrijven voor 7 oktober.

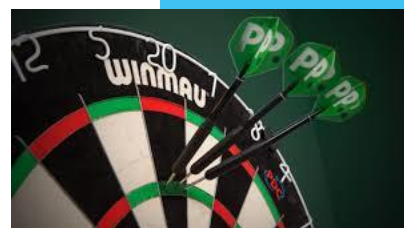


DARTSWEDSTRIJD

Dartsen is populair; kom langs en doe mee! Wij hebben het nodige materiaal in huis. Vandaag schieten we onze pijltjes recht in de roos.

Wanneer? Donderdag 17 oktober

Uur? Om 14 uur



MUZIEKQUIZ

Mauro maakt een leuke quiz met liedjes van vroeger. We raden geluidsfragmenten, vullen ontbrekende tekst aan en raden de naam van de artiesten. We spelen in twee teams. Het beste muzikale team wint.

Wanneer? Woensdag 23 oktober

Uur? Om 14 uur



NAGELVERZORGING



Na een goede nagelverzorging door Gaëlle, zien je handen en nagels er weer stralend uit!

Wanneer? Donderdag 24 oktober

Uur? Van 13 tot 17 uur, op afspraak

Prijs? 5 euro

KOOKLES: OVENSCHOTEL



Cordon bleu is de basis voor deze ovenschotel. Bij dit recept vervangen we het kalf of varkensvlees door courgette. Een verrassende lekkere variant.

Menu:

Ovenschotel met courgette

Bananenbrood

Wanneer? Donderdag 24 oktober

Uur? Om 13.30 uur

Prijs? 10 euro

Gelieve vooraf in te schrijven!



KAARTWEDSTRIJD: Hartenjagen



Wanneer? Maandag 28 oktober

Uur? Om 14 uur



HALLOWEENBINGO

i.s.m. Okra Negenmanneke

We bundelen onze krachten en organiseren samen met Okra Negenmanneke een geweldige griezelbingo met superprijzen.

De speleiders van dienst zijn Mauro en Nicole.

Bij deze Bingo zijn er vier rondes.

Wanneer? Woensdag 30 oktober

Uur? Van 14 tot 16 uur

Prijs? 20 cent per kaart, per ronde



CURSUS LIJNDANSEN

De lijndanslessen zijn een hype en kennen een enorm succes. Deze dansvorm houdt je fit en lenig en is bovendien goed om je geheugen te trainen. Heb je zin om de beentjes los te schudden? Kom dan zeker een kijkje nemen! Lesgeefster Rita staat je bij met raad en daad.

Wanneer? Donderdag 7, 14, 21 en 28 november

Donderdag 5, 12 en 19 december

Uur? Van 13.30 tot 15 uur

Prijs? 10 euro voor de reeks



PETANQUE



Wanneer? Elke woensdag en vrijdag

Uur? Om 14 uur

Van oktober tot maart spelen we in de sporthal A.J. Braillard

Spaar 1
punt met je

UIT **PAS**

BILJART



Wanneer? Elke voor- en namiddag kan er gebiljart worden, met uitzondering van:

- maandagnamiddagen
- vrijdag 4 oktober
- donderdag 24 oktober
- vrijdag 27 oktober (voormiddag)

Uur? van 10 tot 12 uur en van 14 tot 17 uur

LIJNDANS



Wanneer? Elke maandag

Uur? Om 14 uur

Ben je nieuw, schrijf je dan vooraf in!

Spaar 1
punt met je

UIT **PAS**

STOELGYMNASTIEK



Marleen, onze verpleegster, neemt je mee in de wereld van de stoelgymnastiek. Hou je spieren en gewrichten soepel vanop een stoel. Ook voor mensen die wat minder mobiel zijn, is dit het ideale bewegingsmoment.

Wanneer? Elke dinsdag (behalve 22/10)

Uur? Van 11 tot 11.30 uur

Spaar 1
punt met je

UIT **PAS**

CAFÉ COMBINNE

Ben je anderstalig en oefen je graag op een leuke manier Nederlands? We praten in een open sfeer over diverse thema's. Gezellig samenzijn en ontmoeten staan centraal.

Wanneer? Elke woensdag

Uur? Van 14 tot 16 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



GEZONDHEIDSCONSULTATIE

Heb je vragen omtrent je gezondheid? Wil je je bloeddruk, gewicht en polsslag laten controleren? Dan kan je terecht bij onze verpleegkundige Marleen. De consultaties zijn preventief.

Wanneer? Dinsdag 1 en 15 oktober

Uur? Vanaf 14 uur



HERSENGYMNASTIEK

Ik doe de deur van mijn huis open en besef dat ik in de supermarkt iets vergeten ben, maar wat? Waar ligt mijn gsm nu weer? Mijn sleutels, waar heb ik ze toch gelegd?

Veel 55-plussers maken zich behoorlijk wat zorgen over die kleine zwarte gaten in hun geheugen en denken dat dit onvermijdelijk gepaard gaat met hun leeftijd. Niets is echter minder waar. Aan de hand van voorbeelden en oefeningen gaan we samen aan de slag met het trainen van ons geheugen.

Wanneer? Woensdag 2 oktober

Uur? Van 14 tot 16 uur



BINGO



Wanneer? Donderdag 3 oktober

Uur? Om 14.30 uur

Prijs? 20 cent per kaart, per ronde



 lokaal dienstencentrum
't Paviljoentje

SAMEN vlee krachtig
Kerst je veerk wijk
van 1 tot 30 oktober

Boerderij Huppeldepup

Werelddierendag

**Dieren maken ons echt gelukkiger.
Ze zorgen voor een betere mentale
gezondheid en minder stress.**

**Mobiele zorgboerderij Huppeldepup komt
langs met konijntjes, cavia's, kippen en
een schaap. Deze dieren worden heel
graag geknuffeld!**

Wanneer?
Op vrijdag
4 oktober
Van 13u30
tot 16u30

Waar?
Lokaal dienstencentrum
't Paviljoentje
Fabriekstraat 1A,
1601 Ruisbroek



NAGELVERZORGING

Wie graag mooie en verzorgde nagels heeft, kan terecht bij Natascha en Gaelle. Ze knippen en vijlen de nagels, verzorgen de nagelriemen, ... en werken (eventueel) af met nagellak.

Wanneer? Dinsdag 8 oktober

Uur? Van 9.15 tot 16.30 uur

Prijs? 6 euro met eigen nagellak

7 euro met onze nagellak

Vergeet niet vooraf een afspraak te maken!



RAD VAN FORTUIN

Wanneer? Woensdag 9 oktober spelen we het welbekende Rad van Fortuin. Kan jij de meeste woorden raden?

Uur? Om 14 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



SPELNAMIDDAG: SKIP-BO

Skip-Bo is een leuk en tevens spannend kaartspel voor iedereen. Het doel van dit spel is als eerste speler alle kaarten kwijt te raken. Maar er is één voorwaarde: je moet je kaarten in volgorde zien kwijt te raken. Skip-bo is verslavend en zeer eenvoudig te spelen. Wie durft het aan?

Wanneer? Vrijdag 11 oktober

Uur? Om 14 uur



DIGIWORKSHOP ARTIFICIËLE INTELLIGENTIE



we dompelen je onder in de wereld van AI en creëren bewustwording over de ethische en maatschappelijke implicaties van artificiële intelligentie

WANNEER: DINSDAG 15 OKTOBER

STARTUUR: 19 – 21.30 UUR

PRIJS: €5; €1 (UITPAS-KANSENTARIEF)

GELIEVE OP VOORHAND IN TE SCHRIJVEN

KAARTWEDSTRIJD: Hartenjagen

Wanneer? Donderdag 17 oktober

Uur? Om 14 uur

Gelieve vooraf in te schrijven!



MANTELZORGPUNT

Als mantelzorg is het niet altijd simpel om je weg te vinden in het kluwen van financiële en sociale voordelen, thuiszorgdiensten, premies, ... Daarnaast kan het ook zijn dat je vragen hebt m.b.t. zelfzorg. Hiervoor kan je terecht bij Dorien Van Ransbeeck, maatschappelijk assistente en aanspreekpunt voor mantelzorgers.

Wanneer? Vrijdag 18 oktober

Uur? Van 14 tot 16 uur



WIJNCURSUS

Wanneer? Maandag 21 oktober

Uur? Om 14 uur

Prijs? De aankoopprijs van de wijnen wordt verdeeld door het aantal deelnemers.

Gelieve vooraf in te schrijven!



SPELNAMIDDAG: UNO

Om ter snelst je kaarten kwijtraken. Dat is de bedoeling! Maar...enkele kaarten zorgen ervoor dat je het moeilijker kan maken voor je tegenspelers. Of omgekeerd.

Plezier gegarandeerd bij dit spel.

Wanneer? Kom mee oefenen op dinsdag 22 oktober

Wedstrijd? Woensdag 30 oktober

Uur? Om 14 uur



KOOKLES: koken met een airfryer

De airfryer is intussen in vele keukens aanwezig. Gemakkelijke en vooral gezonde gerechten maak je hierin heel snel klaar. Je hebt geen boter of andere vetstof nodig om een heerlijk menu op je bord te toveren! Kom het mee uittesten met ons en gezellig samen opeten.

Menu:

Knoflookbroodjes

Quiche lorraine

Appelcrumble

Wanneer? Woensdag 23 oktober

Uur? Om 14 uur

Prijs? 7 euro

Believe vooraf in te schrijven!



GEZELSCHAPSSPELENNAMIDDAG

Met leerlingen Jan Ruusbroec

Ganzenbord, 4 op een rij, uno, dammen ...leuke spelletjes die we allemaal kennen. Zowel voor kinderen als volwassenen. Daarom spelen we vandaag samen met de leerlingen van de school. Gezellig wordt het zeker!

Wanneer? Donderdag 24 oktober

Uur? Van 14 tot 16.30 uur



HERFSTONTBIJT

Zet samen met ons de herfst goed in en kom genieten van een heerlijk herfstontbijt.

We zorgen voor een uitgebreid aanbod aan lekkernijen: van kleine koffiekoekjes tot fruitsalade en yoghurt. We persen verse appelsienen en voor wie wil kan er ook een glaasje cava geserveerd worden.

Schrijf je snel in en kom samen met ons smullen.

Heb je vervoer nodig, vraag het tijdig aan en we komen je ophalen.

Wanneer? Vrijdag 25 oktober

Uur? Vanaf 8 uur

Prijs? 12 euro

Gelieve vooraf in te schrijven!



RUMMIKUBWEDSTRIJD

Wanneer? Dinsdag 29 oktober

Uur? Om 14 uur

Gelieve vooraf in te schrijven!



BLOEMSCHIKKEN

Onder de deskundige leiding van Claudine leren jullie een mooi bloemstukje maken voor Allerheiligen.

Wanneer? Donderdag 24 oktober

Uur? Om 14 uur

Prijs? 30 euro

Wat breng je mee? Snoeischaar, mesje en short

Gelieve vooraf in te schrijven!





SJOELBAK EN BAKSCHIETING

Wanneer? Woensdag 6 november halen we de sjoelbak en bakschieting nog eens boven. Wie kan zich 'kampioen voor 1 dag' noemen?

Uur? om 14 uur



DE DIGIDOKTER

Heb je vragen over je computer, tablet of smartphone? Over zoeken op internet, installeren van apps of werken met de online catalogus van de bibliotheek? Maakt niet uit of het over hardware of software gaat: de Digidokter helpt je graag!

Wanneer? Vrijdag 8 november

Uur? Van 13.30 tot 15.30 uur



OP ZOEK NAAR VRIJWILLIGERS

Ben jij sociaal, enthousiast en op zoek naar een manier om iets extra te betekenen? Wij zoeken enthousiaste vrijwilligers om onze bar 1 dag in de week te runnen.

Wat wordt er verwacht? Onze bezoekers een warm welkom geven en hen voorzien van lekkere drankjes, de sfeer erin houden en zorgen voor een glimlach bij iedereen die binnenkomt.

Voel je jou aangesproken? Neem dan snel contact op met Lotte, centrumleidster (02 377 03 55 of lotte.dierkens@sint-pieters-leeuw.be) Je mag ook altijd binnenspringen in 't Paviljoentje.



OPROEP STANDHOUDERS

KERSTMARKT

DONDERDAG 12 EN VRIJDAG 13 DECEMBER 2024
IN LDC 'T PAVILJOENTJE
(FABRIEKSTRAAT 1A, 1601 RUISBROEK)

Wil je graag een standje om artisanale lekkernijen of zelfgemaakte handwerkjes te verkopen?

Neem dan contact op met Lotte Dierkens
lotte.dierkens@sint-pieters-leeuw.be
02 377 03 55



lokaal dienstencentrum
't Paviljoentje

PRAATCAFÉ

DEMENTIE

Sint-Pieters-Leeuw



DINSDAG

8

OKTOBER

WAT IS
DEMENTIE?

door *Hilde Verlinden*



START 19 uur

WOONZORGCENTRUM BELFAIR

Godfried Van Leuvenlaan 2 • 1600 Sint-Pieters-Leeuw • 02 214 52 00

Algemeen kan je stellen dat dementie de verzamelnaam is voor een groot aantal aandoeningen waarbij verstandelijke en lichamelijke vermogens van mensen achteruitgaan. Door de veroudering van de bevolking neemt de problematiek van dementie snel toe.

Hilde Vanderlinden, psycholoog en referentiepersoon dementie, is de gastspreker. Na haar deskundige uitleg kunnen familieleden en geïnteresseerden ervaringen uitwisselen.

CAFETARIA

Het lokaal dienstencentrum is elke werkdag geopend van 10 tot 17 uur behalve op donderdag, dan sluiten we om 13.30 uur.

Op zaterdag en zondag is de cafetaria open van 13.30 tot 17 uur.

Op zondag 13 oktober is de cafetaria gesloten wegens de verkiezingen.



@ pixers

SCRABBLE

Wanneer? Elke maandag

Uur? Van 14 tot 16 uur

Vergeet je scrabblebord niet!



VRIJE BREI- EN HAAKNAMIDDAG

Alle creatievelingen zijn welkom met een eigen hobbywerkje: breien, haken, ... Bij een gezellige babbel werken we lustig verder aan onze creaties.

Wanneer? Elke maandag

Uur? Om 14 uur

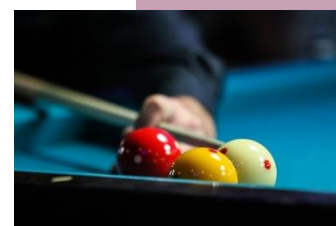
Vooraf inschrijven is niet nodig!



BILJART

In Meander kan je vrij biljarten of deelnemen aan het toernooi. Elke werkdag van 10 tot 12 uur en van 13.30 tot 17 uur, in het weekend van 13.30 tot 17 uur, behalve op zondag 13 oktober.

Op donderdagnamiddag is er geen biljart mogelijk.





AEROBIC

Wanneer? Elke dinsdag

Uur? Van 9 tot 10 uur

Prijs? 2,50 euro

Vooraf inschrijven is niet nodig!



PETANQUE en WEDSTRIJD



Elke woensdag kan er gespeeld worden op onze petanquevelden. **Op 23 oktober is het petanquewedstrijd.**

Wanneer? Elke woensdag

Uur? Om 14 uur

Gelieve vooraf in te schrijven!



CAFE COMBINNE



Ben je anderstalig en oefen je graag op een leuke manier Nederlands? We praten in een open sfeer over diverse thema's. Gezellig samenzijn en ontmoeten staan centraal.

Wanneer? Elke maandag

Uur? Van 19 tot 21 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!

LACHYOGA

Een lachsessie is: ontspannen, zingen, dansen, spelen, ademen, het zotteke uithangen ... maar ook ernst en meditatie heeft een plaats. Als toetje volgt nog een klankschaalconcertje. Samen lachen heeft heel veel voordelen: het bevordert de gezondheid, vermindert stress, versterkt je afweer, verlaagt de bloeddruk en hartproblemen, verzacht pijn, verhoogt het zelfvertrouwen en zoveel meer... Jean is onze lachcoach.

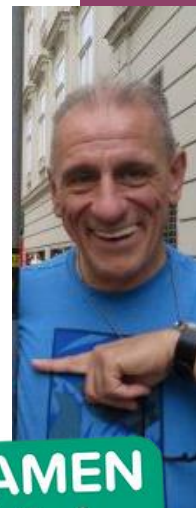
Wanneer? Dinsdag 1 oktober

Uur? Om 14 uur

Gelieve vooraf in te schrijven!



SAMEN
vleerkrachtig
Boost je veerkracht
van 1 tot 10 oktober



Wandeling met alpaca's

Altijd al gedroomd om met een alpaca te wandelen? Je hoeft er niet voor naar Peru, het kan gewoon in Meander!

Ontmoet deze pluizige viervoeters en breng gerust je (klein)kinderen mee!

Wanneer?
Op woensdag
2 oktober
Van 13u30
tot 16u30

Waar?
Lokaal dienstencentrum Meander
Welzijnsweg 2
1600 Sint-Pieters-Leeuw





DIGIDOKTER

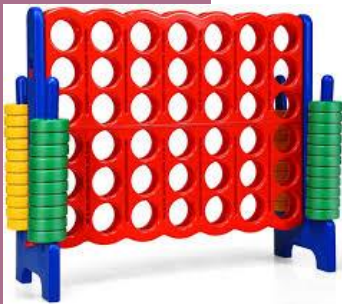
Heb je vragen over je computer, tablet of smartphone? Over zoeken op internet, installeren van apps of werken met de online catalogus van de bibliotheek? Maakt niet uit of het over hardware of software gaat: de Digidokter helpt je graag.

Wanneer? Woensdag 2 oktober

Uur? Van 17 tot 19 uur



VIER OP EEN RIJ IN HET GROOT



Vier op een rij is een spel waarbij het de bedoeling is om vier dezelfde kleuren op één lijn te plaatsen.

We spelen het spel deze keer in het groot!

Wanneer? Vrijdag 4 oktober

Uur? Om 14 uur



VRIJ SPEL: KOEJONNEN



Wil je graag een namiddag extra komen koejonnen? Dat kan vanaf deze maand. Bereid je maar voor op de wedstrijd!

Wanneer? Vrijdag 4 oktober

Uur? Om 14 uur



SPEL: UNO

Speel mee UNO met ons. Leg de goede kleur of het juiste getal op de stapel, of schakel een andere speler uit met een speciale kaart.

Kom zeker eens proberen.

Een heel leuk en eenvoudig spel!

Wanneer? Maandag 7 oktober

Uur? Om 14 uur



GEZONDHEIDSCONSULTATIE

Heb je vragen omtrent je gezondheid? Wil je je bloeddruk, gewicht en polsslag laten controleren? Dan kan je terecht bij onze verpleegkundige Marleen.

De consultaties zijn preventief, er wordt geen diagnose gesteld.

Wanneer? Dinsdag 8 oktober

Uur? Om 14 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



RUMMIKUBWEDSTRIJD

Wanneer? Woensdag 9 oktober

Uur? Om 14 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



WORKSHOP: HERFSTBLOEMSTUK



Wil je graag jouw interieur opfleuren met een mooi zelfgemaakt bloemstuk in thema herfst? Kom dan naar de creatieve workshop van Claudine en Martine.

Wanneer? Vrijdag 11 oktober

Uur? Om 14 uur

Prijs? 30 euro



KAARTWEDSTRIJD: KOEJONNEN



Wanneer? Vrijdag 11 oktober

Uur? Om 14 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



DARTSWEDSTRIJD



Wanneer? Maandag 14 oktober

Uur? Om 14 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



ZANGCLUB 3^e VERSNELLING

Is zingen jouw hobby en vind je het fijn om dit samen met anderen te doen? Kom dan naar de zangclub; samen zingen we de mooiste klassiekers. Fons, Luc en Victor begeleiden ons met gitaar en accordeon.

Wanneer? Maandag 14 en 28 oktober

Uur? Van 10 tot 12 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



KAARTWEDSTRIJD: HARTENJAGEN

Wanneer? Dinsdag 15 oktober

Uur? Om 14 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



CREA: HERFSTDECORATIE

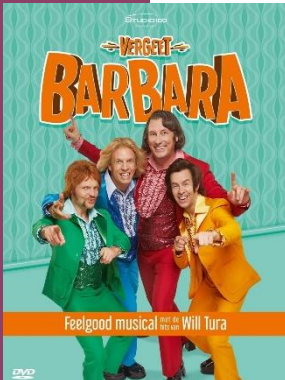
In dit creatief atelier brengen wij de herfst naar de Meander. Wij maken zelf decoratiestukken om op de tafels te zetten. Kom jij ons een handje helpen?

Wanneer? Dinsdag 15 en 22 oktober

Uur? vanaf 14 uur



FILM IN HUIS: VERGEET BARBARA



In de musical 'Vergeet Barbara' gaan we terug naar de jaren 1976. Daarin spelen Gert Verhulst, Jelle Cleymans, Jonas Van Geel en James Cooke de hoofdrollen. Het is een musical waar je een goed gevoel bij krijgt en dat allemaal met de muziek van Will Tura. En wie Barbara is, zorgt voor een spannende ontknoping op het einde. Zeker de moeite waard om te komen kijken!

Wanneer? Woensdag 16 oktober

Uur? Om 14 uur



BINGO



Wanneer? Vrijdag 18 oktober

Uur? Om 14 uur

Prijs? 20 cent per kaart, per ronde



WIFICLUB



Kom zeker eens naar de WIFICLUB als je graag (beter) wil leren werken met je smartphone of tablet. Vrijwilliger Remi tracht een antwoord te geven op jullie vragen en geeft handige tips.

Wanneer? Woensdag 23 oktober

Uur? Van 9.30 tot 11.30 uur

Prijs? 3 euro

Gelieve vooraf in te schrijven!



NAGELVERZORGING

Wil jij gezonde nagels? Dan is een goede verzorging ontzettend belangrijk. Laat ze verzorgen door Gaëlle en kies een kleurtje naar keuze.

Wanneer? Woensdag 23 oktober

Uur? Vanaf 13 uur, op afspraak

Prijs? 6 euro met eigen nagellak

7 euro met nagellak van het centrum

Vergeet niet vooraf een afspraak te maken!



SJOELBAKWEDSTRIJD

Wanneer? Vrijdag 25 oktober

Uur? Om 14 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



WORKSHOP: ALLERHEILIGEN

We herdenken onze dierbaren die heen zijn gegaan aan het begin van de maand november. Claudine en Martine leren ons om een mooi bloemstuk te maken voor op de begraafplaats. Door het zelf te maken, geef je er een persoonlijke toets aan. Foto ter illustratie, geen voorbeeld.

Wanneer? Dinsdag 29 oktober

Uur? Om 14 uur

Prijs? 30 euro

Gelieve vooraf in te schrijven!





VOLKSSPELLEN NAMIDDAG

We stallen verschillende volksspellen uit. Kom ze ontdekken en speel mee!

Wanneer? Woensdag 30 oktober

Uur? Om 14 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



MODESHOW I.S.M. WZC ZILVERLINDE



Het woonzorgcentrum en Meander organiseren een modeshow en kledijverkoop. Mode Sabrina komt jullie met veel zorg alle nieuwe herfst- en winterkledij voorstellen. Nadien is er de mogelijkheid tot aankoop. Iedereen is van harte welkom!

Wanneer? Donderdag 31 oktober

Uur? Om 14.30 uur

Vooraf inschrijven is niet nodig!



AQUAGYM

Wanneer? Elke donderdag

Uur? Van 15.15 tot 16 uur

We spreken af om 15 uur aan het zwembad van Sint-Pieters-Leeuw, Wildersportcomplex, Sportlaan 11. Wie vervoer nodig heeft geeft een seintje.

Prijs? 4 euro



CAFÉ COMBINNE

Ken je al wat Nederlands? Oefen je graag op een leuke manier? Of ben je Nederlandstalig en leer je graag nieuwe mensen kennen? Kom naar de conversatietafel van Café Combinne! Inschrijven is niet nodig. Er is gratis koffie, thee en water!

Maandag van 19 tot 21 uur in LDC Meander

Dinsdag van 9 tot 11 uur in LDC Negenhof

Woensdag van 14 tot 16 uur in LDC 't Paviljoentje



BEZOEK VODDEKESMARKT HALLE

Op de voddekesmarkt vind je allerlei textielproducten en modeaccessoires. We gaan samen snuisteren tussen de kraampjes en misschien vind je wel wat je al lang zocht.

Ben je geïnteresseerd? Neem dan contact op met 't Paviljoentje voor verdere informatie en de organisatie van het vervoer.

Wanneer? Donderdag 10 oktober (tenzij bij slecht weer, dan gaan we op donderdag 24 oktober)

Uur? 9 uur

Gelieve vooraf in te schrijven!

FIETSTOCHT IN EIGEN STREEK



Marcel en Victor stippelden een rustige route uit in eigen streek. We bollen uit en eindigen onze tocht aan het adres van de Greunenond in Ruisbroek. Daar genieten we van kramiek met balletjes en kriekjes. Een mooi afsluiter van ons fietsseizoen.

Wanneer? Woensdag 16 oktober

Afstand? 30 km

Vertrek? Om 13.30 uur aan het Negenhof

Prijs? 6 euro

Gelieve in te schrijven, zodat we voldoende balletjes voorzien.



WANDELING TE BRUSSEL



We maken een interessante wandeling in onze prachtige hoofdstad, met Georges als gids.

Deze keer hebben we de kans om met gids ook de "O.L.V. ter Finisterraerkerk" te bezoeken.

De voorgevel vinden we terug aan de zeer drukke en mondaine Nieuwstraat. Afspraak aan de ingang van de kerk om 14.15 uur.

Wanneer? Maandag 21 oktober

Afstand? 5 km

Vertrek? Om 13.30 uur aan metrostation COOVI.

Gelieve vooraf in te schrijven!



DAGUITSTAP RADADESH EN DURBUY

We trekken erop uit naar Durbuy; de zogenaamde kleinste stad ter wereld. Durbuy is een historische Waalse stad, gelegen in de provincie Luxemburg en is de moeite waard om eens op een andere manier bezocht te worden dan dat je wel misschien al eens hebt gedaan. En dit kan samen met ons. Deze kleine stad heeft heel wat te bieden, desondanks zijn kleine oppervlakte. Klein maar dapper 😊!

Dit is het dagprogramma:

10.45 uur: gastronomische wandeling

van 1,2km doorheen het oude stadsgedeelte. Wandelen door de kleine straatjes onder leiding van een gids en met culinaire tussenstops.

13.00 uur: lunch 'Le Grand Café Durbuy'

- Soep van de dag
- Gevogelte met champignonsaus of forel met frietjes en salade
- Appeltaart met slagroom

15.30 uur: bezoek Radhadesh:

- Film met uitleg over de geschiedenis van het kasteel en de gemeenschap.
- Bezoek aan verschillende kamers in het kasteel met verdere uitleg over het dagelijkse leven en de gebruiken van de bewoners.
- Tentoonstelling over Srilakshmi Prabhupada, de stichter van de Hare Krishna-beweging.
- Prachtig uitzicht over het Ardense landschap vanaf de kasteeltoren.
- Traditionele Indiase dansvoorstelling.
- Bezoek aan het kunstmuseum.
- Bezoek aan de ambachtelijke bakkerij.

Wanneer? Vrijdag 18 oktober

Vertrek? Om 7.15 uur 't Paviljoentje, 7.30 uur het zwembad, 7.45 uur Meander, 8.00 uur De Wilg.

Prijs? 65 euro

Ruil je 40 punten van de UiTPAS in, dan heb je recht op 25 euro korting.

Vergeet niet vooraf in te schrijven!



DAGUITSTAP SLUIS

We trekken naar het geliefde Sluis, waar we eerst culinair genieten van een portie Zeeuwse mosselen of ander visgerecht en nadien de gezellige straatjes intrekken om te shoppen of nog iets lekker te eten en drinken.

Voorgerecht

Vissoep of garnaalkroket

Hoofdgerecht

Mosselen of kibbling of vispannetje met frietjes

Dessert

Chocomousse en koffie



Wanneer? Donderdag 7 november

Vertrek?

9 uur aan 't Paviljoentje

9.15 uur aan het zwembad

9.30 uur aan Meander

9.45 uur aan De Wilg

Terugkomst? Om 18.30 uur vertrek in Sluis

Prijs? 39 euro (bus en menu)

Gelieve vooraf in te schrijven en je menukeuze door te geven!



v.z.w. WANDELCLUB
Sint-Pieters-Leeuw

STREEKBIERENTOCHT
ZONDAG 13 OKTOBER 2024
te Sint-Pieters-Leeuw

Meer info:

www.wandelclubspl.be

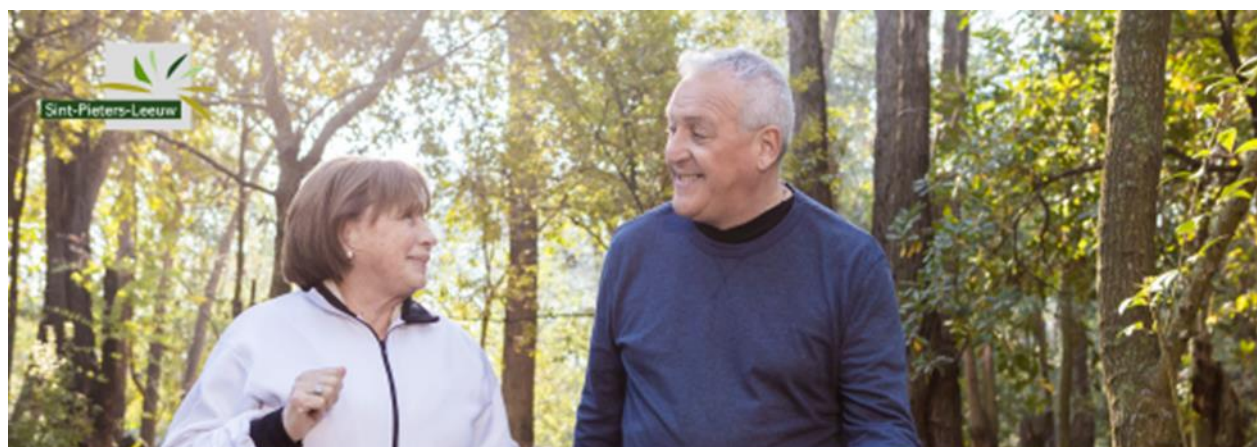
Startplaats: Jeugdcentrum "Laekelinde"
Lotstraat, 6 - 1600 Sint-Pieters-Leeuw

Starturen: vanaf 7 uur tot 15 uur op zondag 13 oktober 2024

Sluiting: om 18 uur.

Afstanden: 4 - 6 - 10 - 14 - 17 - 21 - 25 - 29 km

Inschrijving: leden 1,5 € - niet leden 3 €



vrijdag 15 november 2024

MET PLEZIER OP PENSIOEN

EEN INSPIRATIEBEURS VOOR IEDEREEN DIE BINNENKORT OF AL EVEN VAN EEN PENSIOEN GENIET!

Lokaal dienstencentrum De Wilg

Hendrik Vanhouchestraat 1, 1600 Sint-Pieters-Leeuw



14 UUR – LEZING MARK CLAUS

Actief, creatief en positief genieten van je pensioen – Ticket: 8 euro

15.30 tot 19.30 uur – BEURS – gratis

Ontdek het aanbod van verschillende verenigingen, diensten en organisaties



20 UUR – LEZING MICHAËL VAN DROOGENBROECK

Investeren in de tweede en derde helft van je leven – Ticket: 8 euro



Met lekkere hapjes en drankjes!



www.sint-pieters-leeuw.be/metplezieroppensioen

of via de lokale dienstencentra of het onthaal van Brul in het landhuis de Viron.

WOE 20/11 | 20 UUR

Leven met een levend verlies

Lezing door Manu Keirse

Leven met een ernstige beperking of chronische aandoening betekent omgaan met een verlies dat nooit eindigt. Het vereist constante aanpassing en doorzettingsvermogen van het hele gezin.

Manu Keirse biedt tijdens deze lezing waardevolle inzichten en ondersteuning voor iedereen die met deze uitdagingen te maken heeft.

WAAR?

LDC De Wilg, H. Vanhouchestraat 1.

PRIJS?

**Gratis. Vervoer mogelijk aan € 1 / rit.
Inschrijven via 02 371 63 70 of
lokaledienstencentra@sint-pieters-leeuw.be.**



Wat valt er nog allemaal te beleven in onze gemeente?

Vastbenoemd - Jasper Posson

Volg je dromen! Dat advies kreeg Jasper van zijn ouders mee. En de droom, dat was stand-up comedian worden. Op de planken staan en mensen laten lachen. Het wordt een avond vol goeie comedy. Over hardwerkende ambtenaren, over Japanse toiletten en gênante woorden bij Scrabble. Kom kijken. Help de droom mee waarmaken.

Waar: OC Merselborre, Schaliestraat 2, 1602 Vlezenbeek

Wanneer: woensdag 16 oktober 2024 om 20 uur

Prijs: 18 euro, 10 euro (-26 jaar), 3,60 euro Uitpas Kansentarief

Urban Run & Walk

Dit jaar strijkt de Urban Run & Walk neer in Leeuw centrum. Doe mee en ontdek op een sportieve en recreatieve manier de binnenkant van de vele gekende en ongekende gebouwen in het centrum zoals school Den Top, dienstencentrum De Wilg en kinderdagverblijf Het Brabbelbos. Je kan kiezen om de route, die ongeveer 6km lang is, te lopen (1 of 2 keer) of te wandelen (1 keer). De start is om 19.30 uur, voor zowel lopers als wandelaars.

VOORZIE EEN FLUOVEST EN HOOFDLAMP VOOR EXTRA VEILIGHEID!

Waar: Tijdelijk Gemeentehuis, Rink 2, 1600 Sint-Pieters-Leeuw

Wanneer: vrijdag 18 oktober 2024 om 19.30 uur

Prijs: Online 8 euro, Online UITPAS kansentarief 1,6 euro
Ter plaatse 10 euro, ter plaatse UITPAS kansentarief 2 euro

Gloaming - Scala & Kolacny brothers

Zoals na een lange dag de zon in diverse kleuren en schakeringen ondergaat. Dat gevoel roept de muziek van Scala op.

Opnames van Scala werden de voorbije jaren veelvuldig in diverse Hollywood-producties gebruikt. De typische klank van Scala versterkt op een onnavolgbare manier de emoties op het witte scherm. Ook live weten de stemmen van de meisjes van Scala steeds te beklijven.

In Gloaming selecteren de broers Kolacny voor u de absolute muzikale Scala-hoogtepunten uit hun Hollywood-repertoire. Een avond vol emotie en ontroering.

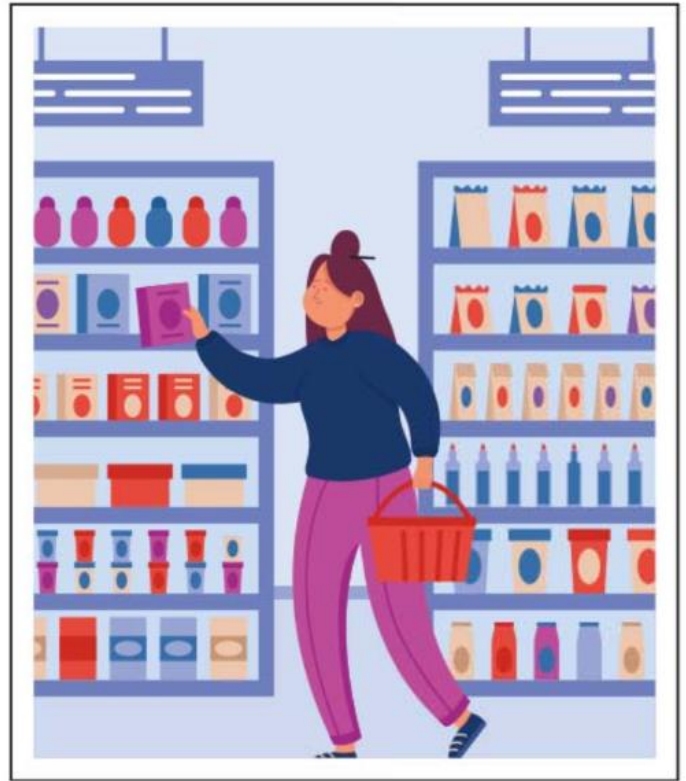
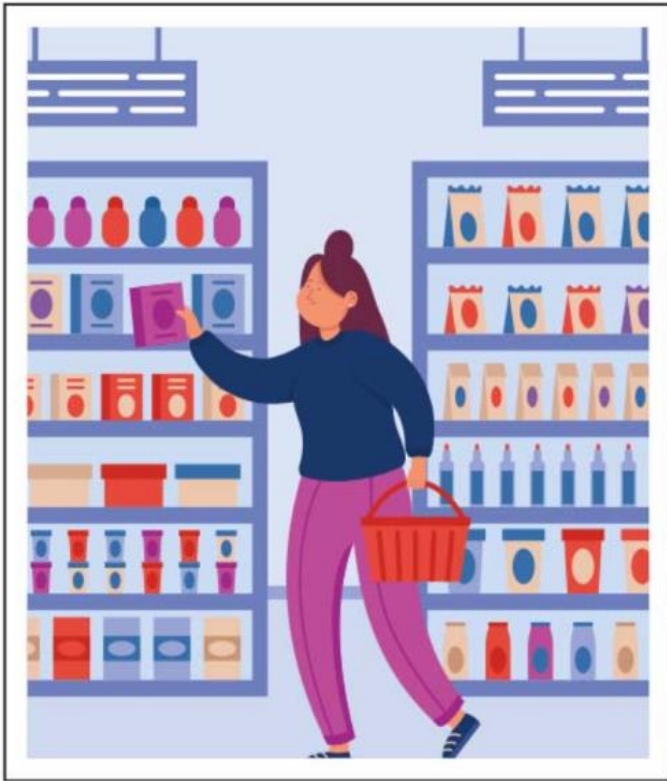
Waar: Sint-Lutgardiskerk, Arthur Quintusstraat 22, 1600 SPL

Wanneer: zondag 20 oktober 2024 om 20 uur

Prijs: 28 euro, 10 euro (-26 jaar), 5,60 euro Uitpas Kansentarief.

ZOEK DE VERSCHILLEN

Zoek de acht verschillen.



SUDOKU

9			5		1		4
2	5					3	
	3		8	2		9	5
5		6		7	8		9
	8		9			1	6
7					6	5	
	6		3	4			1 9
	2	7	6				3
		9			2	7	

6	5	7	2	8	1	9	3	4
4	8	1	2	7	6	9	5	8
4	3	4	7	2	1	9	8	6
8	6	5	3	4	7	2	1	9
7	9	3	4	1	6	5	2	8
4	8	2	9	5	3	1	6	7
5	1	6	2	7	8	4	9	3
6	3	1	8	2	4	9	7	5
2	5	4	7	6	9	3	8	1
9	7	8	5	3	1	6	4	2



FOTOREPORTAGE

9 augustus: UNO spelen in 't Paviljoentje



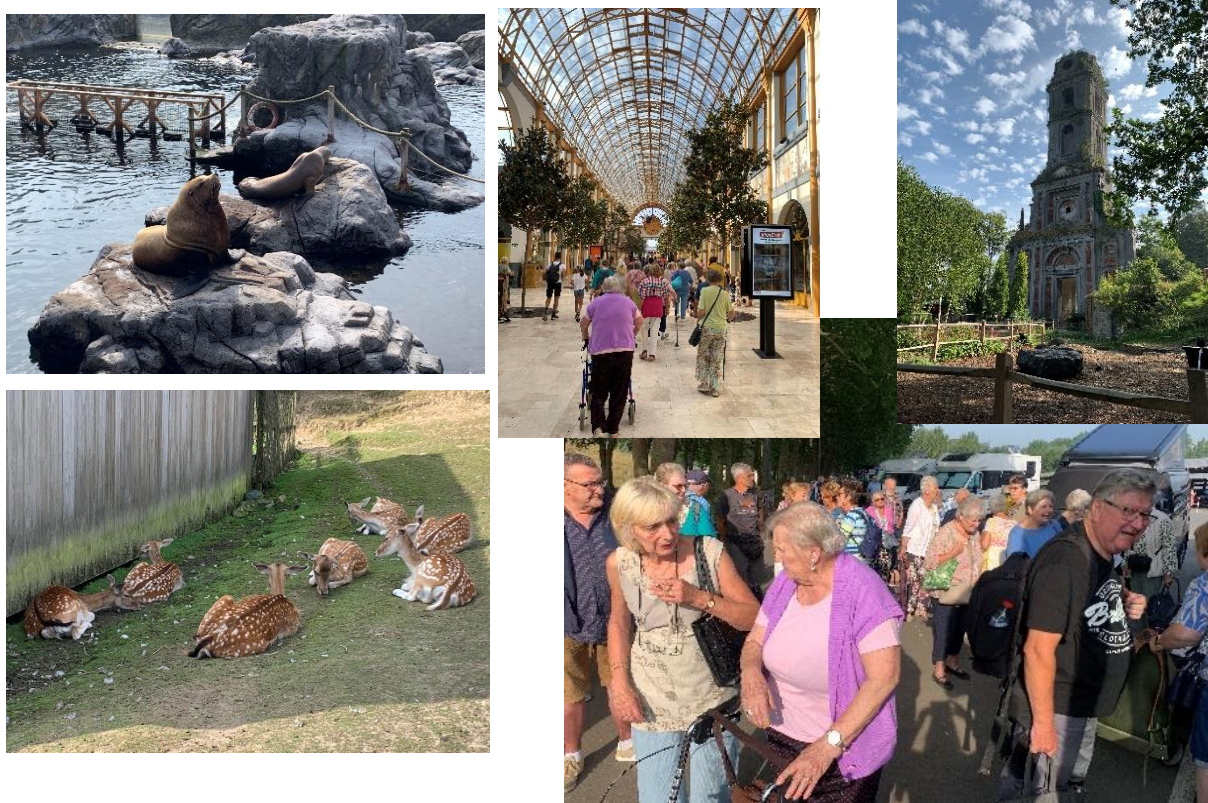
14 augustus: Servettentechniek in De Wilg



Darts en sjoelbak in het Negenhof



28 augustus: daguitstap naar Pairs Daiza



1 september: Kermis Negenmanneke



3 september: Karaoke in De Wilg



3 september: Franse chanson met Rudi in Meander

Foto's: Julien Steens



5 september: mosselen eten in Dorp 17



6 september: bezoek kringloopwinkel



Crea met kroonkurken in het Negenhof



Prijsuitreiking biljart in Meander



Fietstocht Gooik

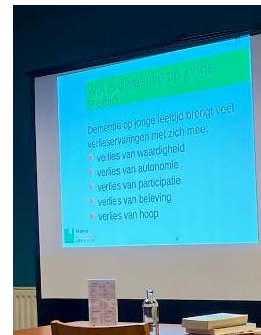


16 september: 10 jaar zangclub in Meander



Week van 'vergeet demen(s)tie niet'

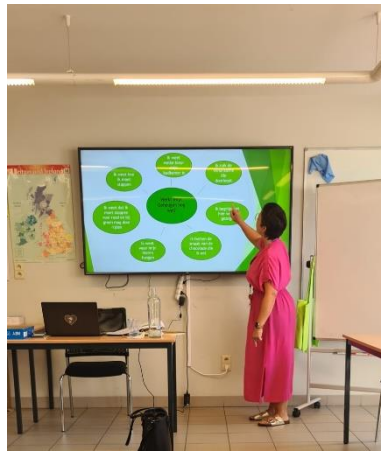
16 september: Lezing jongdementie in het Negenhof



17 september: Belevingswandeling De Wilg



19 september: Hersengymnastiek in 't Paviljoentje



20 september: Alzheimerkwis in Meander

Foto's Johan Vanden Berghen



© www.sint-pieters-leeuw.eu - Johan



© www.sint-pieters-leeuw.eu - Johan

18 september: Hawaïiaans ijssalon in het Negenhof



19 september: Barbecue in De Wilg



Menu

Oktober 2024



maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
07	08	09	10	11	12	13
Tomatengroentensoep 🍷 Slavink, bruine saus, schorseneren in bechamel en natuuraardappelen	Spinaziesoep 🍷 Kipfilet, gevogeltesaus, appelmoes en aardappelen	Wortelsoep met kokosroom 🍷 Chipolata, mosterd en hutsepot	Spruitensoep 🍷 Vol-au-vent met champignons en frietten	Ajuinsoep met gemalen kaas 🍷 Gebakken visfilet, kervelsaus, gestoofde wortelen en peterselieaardappelen	Vissoep 🍷 Runderreepjes, zoetzure saus, broccoli en rijst	Bloemkoolsoep met kruidenkaas 🍷 Varkensgebraad 'Zingara', gestoofd witloof en aardappelnootjes
Groentenburger, snijbonen en aardappelen	Gepaneerde quornfilet, bloemkool en peterselieaardappelen			Omelet met andijviepuree		
14	15	16	17	18	19	20
Andalousische soep met balletjes 🍷 Blinde vink, vleesjus, gegratineerde bloemkool en natuuraardappelen	Venkelsoep 🍷 Kalkoenfilet, gevogeltesaus, prinsessenbonen met ui en gebakken aardappelen	Pastinaaksoep 🍷 Spaghetti bolognaise met gemalen kaas	Peterseliesoep 🍷 Rundsstoofvlees met frietten	Juliennesoep 🍷 Visfilet in 't groen en courgettepuree	Kervelsoep 🍷 Varkensmignonette, Spaanse saus, gestoofde savooikool en aardappelpuree	Erwtensoesep 🍷 Kalkoengebraad, dragonroom, gestoofde raapjes en pommes duchesse
Omelet en andijviepuree	Vegetarische worst, erwten en aardappelen			Vegetarische balletjes, spinazie en aardappelen		

Menu

Oktober 2024



maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	Zondag
21	22	23	24	25	26	27
Champignonsoep 🍄 Varkensspiering, charcutièresaus, stampot van boerenkool	Rapensoep 🍄 Gehaktbrood, vleesjus, wortelen met sjalot en krieltjes	Paprikasoep 🍄 Kipfilet, bruine saus, gestoofde erwten en aardappelen	Savooikoolsoep 🍄 Varkensblanket, juliennegroenten en frietten	Wortelsoep 🍄 Koolvis, lichte currysous en knolselderpuree	Currysoep 🍄 Gevogelteworst, vleesjus, rode kool met appel en gebakken aardappelen	Tomatenroomsoep 🍄 Ardeens gebraad, portosaus, herfstkrans en aardappelblokjes
Vegetarische balletjes, spinazie en aardappelen	Sojastukjes, zoetzure saus, wokgroenten en rijst			Vegetarische burger, pastinaak en peterselieaardappelen		
28	29	30	31	1/11	2/11	3/11
Aardappelsoep 🍄 Zweedse gehaktballen, roomsaus, veenbessenconfituur, peertje en aardappelpuree	Tomatensoep met pesto 🍄 Kippenreepjes, currysous en groentenrijst	Courgettesoep 🍄 Kalkoenragout met stroganoff, paprika, champignons en frietten	Pompoensoep met balletjes 🍄 Halloween burger, vleesjus, gestoofde witte kool in witte saus en natuuraardappelen	LDC: GESLOTEN MAH: Broccolisoes 🍄 Hokfilet, dijonaísesaus en spinaziepuree	Wortelsoep 🍄 Gegratineerde hespenrollen met witloof en aardappelpuree	Kip- champignonsoep 🍄 Varkensgebraad, tijmsaus, geglaceerde wortelen en aardappelgratin
Vegetarische burger, pastinaak en peterselieaardappelen	Quornfilet, boterbonen en aardappelen			Farfalle met romige tomatensaus en quorngehakt		

KALENDER oktober 2024		LDC MEANDER
Dinsdag	1	Aerobic, lachyoga
Woensdag	2	Alpacawandeling, Digidokter, petanque
Donderdag	3	Engelse les, aquagym, open tot 13.30 uur
Vrijdag	4	Vrij spel koejonnen, Engelse les, Vier op een rij in het groot
Maandag	7	Scrabble, vrije brei- en haaknamiddag, spel: UNO, Café Combinne
Dinsdag	8	Aerobic, gezondheidsconsultatie
Woensdag	9	Rummikubwedstrijd, petanque
Donderdag	10	Aquagym, Engelse les, open tot 13.30 uur
Vrijdag	11	Workshop: herfstbloemstuk, Engelse les, kaartwedstrijd koejonnen
Maandag	14	Zangclub, Scrabble, vrije brei- en haaknamiddag, dartswedstrijd, Café Combinne
Dinsdag	15	Aerobic, kaartwedstrijd Hartenjagen, crea: herfstdecoratie
Woensdag	16	Petanque, film in huis: Vergeet Barbara, fietstocht in eigen streek
Donderdag	17	Aquagym, Engelse les, open tot 13.30 uur Daguitstap Durbuy
Vrijdag	18	Bingo, Engelse les, wandeling Brussel
Maandag	21	Scrabble, vrije brei- en haaknamiddag, Café Combinne
Dinsdag	22	Aerobic, crea: herfstdecoratie
Woensdag	23	Wificlub, petanquewedstrijd
Donderdag	24	Aquagym, Engelse les, open tot 13.30 uur
Vrijdag	25	Sjoelbakwedstrijd, Engelse les
Maandag	28	Zangclub, Scrabble, vrije brei- en haaknamiddag, Café Combinne
Dinsdag	29	Aerobic, workshop Allerheiligen, gezondheidsconsultatie
Woensdag	30	Petanque, volksspellen
Donderdag	31	Modeshow

Rekeningnummer Meander: BE25 0910 1925 0182

KALENDER oktober 2024		LDC 'T PAVILJOENTJE
Dinsdag	01	Stoelgymnastiek, gezondheidsconsultatie, Engelse les
Woensdag	02	Hersengymnastiek, Café Combinne
Donderdag	03	Bingo, Engelse les, aquagym
Vrijdag	04	Bezoek van een mobiele zorgboerderij
Maandag	07	Lijndans
Dinsdag	08	Stoelgymnastiek, nagelverzorging, Engelse les
Woensdag	09	Rad van Fortuin, Café Combinne,
Donderdag	10	Bezoek aan de voddekesmarkt, Engelse les, aquagym
Vrijdag	11	Skip-Bo
Maandag	14	Lijndans
Dinsdag	15	Stoelgymnastiek, gezondheidsconsultatie, Engelse les, digiworkshop: artificiële intelligentie
Woensdag	16	Fietstocht in eigen streek, Café Combinne
Donderdag	17	Kaartwedstrijd, Engelse les, aquagym
Vrijdag	18	Mantelzorgpunt, daguitstap Durbuy
Maandag	21	Lijndans, wijncursus, wandeling te Brussel
Dinsdag	22	Geen stoelgymnastiek, spelnamiddag: UNO, Engelse les
Woensdag	23	Café Combinne, kookles: werken met een airfryer
Donderdag	24	Gezelschapsspellenamiddag, Engelse les, aquagym
Vrijdag	25	Herfstontbijt
Maandag	28	Lijndans
Dinsdag	29	Stoelgymnastiek, Rummikubwedstrijd, geen Engelse les
Woensdag	30	Café Combinne, wedstrijd UNO
Donderdag	31	Bloemschikken, geen Engelse les, aquagym
Vrijdag	1	Allerheiligen: Gesloten

Rekeningnummer 'T PAVILJOENTJE: BE58 0910 1865 8179

KALENDER oktober 2024		LDC NEGENHOF
Dinsdag	1	Café Combinne, open tot 13.30 uur
Woensdag	2	Tiekenateljee, Rummikubwedstrijd
Donderdag	3	Aquagym, vrij creatief atelier
Vrijdag	4	Scrabble
Maandag	7	Wificlub: gevorderen, Engelse les, stoelgymnastiek, gezondheidsconsultatie, petanque
Dinsdag	8	Workshop: Canva, Café Combinne, open tot 13.30 uur
Woensdag	9	Vrij Tiekenateljee, workshop: stress onder controle
Donderdag	10	Aquagym, bezoek aan de voddekesmarkt, crea: handtas in jeansstof
Vrijdag	11	Scrabble
Maandag	14	Engelse les, petanque, stoelgymnastiek, gezondheidsconsultatie
Dinsdag	15	Workshop: Canva, Café Combinne, open tot 13.30 uur
Woensdag	16	Tiekenateljee, fietstocht in eigen streek
Donderdag	17	Aquagym, dartswedstrijd, crea: handtas in jeansstof
Vrijdag	18	Scrabble, daguitstap Durbuy
Maandag	21	Engelse les, petanquewedstrijd, wandeling te Brussel, stoelgymnastiek
Dinsdag	22	Workshop: Canva, Café Combinne, open tot 13.30 uur
Woensdag	23	Vrij Tiekenateljee, muziekquiz
Donderdag	24	Aquagym, kookles: ovenschotel, nagelverzorging
Vrijdag	25	Scrabble
Maandag	28	Kaartwedstrijd: Hartenjagen, stoelgymnastiek, gezondheidsconsultatie
Dinsdag	29	Café Combinne, open tot 13.30 uur
Woensdag	30	Tiekenateljee, Halloweenbingo
Donderdag	31	Crea: handtas in jeansstof
Vrijdag	1/10	Gesloten: Allerheiligen

Rekeningnummer Negenhof: BE47 0910 1865 8280

KALENDER oktober 2024		LDC DE WILG
Dinsdag	01	Lijndans, Skip-Bo training
Woensdag	02	Brein in actie
Donderdag	03	Ikebana, petanque, haaknamiddag, aquagym
Vrijdag	04	Open tot 13.30 uur
Maandag	07	Fit & Fun, wedstrijd kleurenwiezen
Dinsdag	08	Lijndans, Duitse chansonnamidag
Woensdag	09	Gesloten wegens verkiezingen
Donderdag	10	Gesloten wegens verkiezingen
Vrijdag	11	Gesloten wegens verkiezingen
Maandag	14	Gesloten wegens verkiezingen
Dinsdag	15	Lijndans, patisserie met Sun: "Halloween"
Woensdag	16	Vrij creatief atelier, fietstocht in eigen streek
Donderdag	17	Petanque, haaknamiddag, aquagym
Vrijdag	18	Daguitstap Durbuy Open tot 13.30 uur
Maandag	21	Wificlub voor beginners, fit & fun, wandeling te Brussel
Dinsdag	22	Lijndans, Rummikubwedstrijd
Woensdag	23	Crazy-BINGO
Donderdag	24	Petanque, haaknamiddag, aquagym, Digidokter
Vrijdag	25	Open tot 13.30 uur
Maandag	28	Hoger-lager
Dinsdag	29	Lijndans, servettentechniek
Woensdag	30	Griezelen in de Wilg
Donderdag	31	Petanque, haaknamiddag, aquagym
Vrijdag	1	Gesloten
Rekeningnummer DE WILG: BE71 0910 2289 6069		