

Lokaal dienstencentrum

Den Aftrap

Kalender januari - februari '26

Gerdapark 14
9100 St-Niklaas



Foto: Wereldontbijt 7/11/'25

2026



De inhoud van
deze kalender
kan steeds
onderhevig
zijn aan
wijzigingen.



Drievoudig klinken
onze wensen
voor jou,
voor iedere dag in
het nieuwe jaar:
Een goede vriend
aan je zijde.
Een ster die veilige
wegen wijst.
Een hart dat blij kan
zijn om kleine
dingen.
De beste wensen
voor het nieuwe
jaar!

Team LDC
Den Aftrap



NIEUW

Crea-namiddag met Mieke en Lieve



We starten op 9 januari
opnieuw
met samen knutselen!
Kom jij ook mee
mooie lampjes maken?

- Vrijdagen 9/01, 23/01, 6/02 en 20/02, start rond 14 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte of De Tribune, LDC Den Afttrap
- Deelname: € 2,50, K.P. € 2 (materiaal inbegrepen)
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08
of via ldc.denafttrap@zpw.be.

Stoelyoga

Je hebt geen voorkennis nodig,
alle oefeningen worden op een stoel uitgevoerd
en de lesjes zijn steeds anders en vol ambiance!



- Wekelijks op vrijdag vanaf 9 januari, 10.45 - 11.45 uur
- Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Afttrap
- Deelname: € 4, K.P. € 3
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08
of via ldc.denafttrap@zpw.be.

Contactkoor 'Vergeet-me-liedjes'

Het koor 'Vergeet-me-liedjes' is een koor waar personen met dementie volwaardig lid zijn. Ze kunnen samen met familie en sympathisanten liedjes zingen en herontdekken uit hun jeugd.

- **2de vrijdag van de maand van 14 - 15 uur**
- **Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Aftap**
- **Deelname: gratis**
- **Inschrijven is niet nodig.**



Warme Maandagen Okra Tereken



Iedereen is welkom op de 'Warme Maandagen' in samenwerking met Okra Tereken op maandag 19 januari en maandag 16 februari.

Kom naar de ontmoetingsruimte van het dienstencentrum en word daar ontvangen met een gratis tasje koffie en iets lekkers door de leden van Okra Tereken.

Wat kun je verwachten? Een warme babbel met vrienden en vriendinnen, een spel- en praatcafé, kaartpartners en een digicafé met elke maand een ander thema.

Nieuwjaarsviering

Den Aftrap



Receptie:

- Donderdag 8 januari, 10.30 - 12 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Aftrap
- Deelname: gratis (max. 100 personen)
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.

Lunch en optreden:

- Donderdag 8 januari, start om 12 uur + optreden om 14 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Aftrap
- Deelname: € 12,50, K.P. € 10,50
- Inschrijven verplicht!

COVERBAND **Borderline**

Een glimmende Wurlitzer jukebox van vlees en bloed die u meevoert door de pop- en rockhits van de jaren zestig, zeventig en tachtig. The Beatles, The Stones, Neil Young, The Everly Brothers, Neil Diamond, R.E.M., Dire Straits,...



Verloren maandag



Kom maandag 12 januari je bestelde worstenbrood en/ of appelbol afhalen aan (de rechtse kant van) de bar in de ontmoetingsruimte en geniet ter plaatse van dit lekkers met een drankje!

- Maandag 12 januari, 14 - 16 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Afttrap
- Deelname: prijs per appelbol of worstenbrood is € 4, K.P. € 3.50
- Inschrijven kan tot en met vrijdag 9 januari.
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denafttrap@zpw.be.



ZORGPUNT
WAASLAND
goed voor elkaar

Knuffelweek 2026



Op maandag 19 januari kun je een **workshop 'creatieve dans'** volgen bij Kristel De Wilde. Zij volgde zelf de cursus Biodanza en zal deze kennis op haar eigen manier doorgeven.

Deze namiddag gaat niet over kunnen dansen, maar over graag bewegen op muziek op je eigen manier, met je eigen gevoel en in connectie met en zonder elkaar.

- **Maandag 19 januari, 14 - 16.30 uur**
- **Locatie:** zaal Stip & Goal, LDC Den Afttrap
- **Deelname:** € 3, K.P. € 2
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08**
- **of via ldc.denafttrap@zpw.be.**

Wie sluit er op maandag 19 januari aan bij centrumleidster Joke tijdens een **ronde tafelgesprek over diversiteit en identiteit**.

Door middel van prenten worden er situaties besproken uit het dagelijkse leven. Help jij Joke nog aan extra inspiratie voor activiteiten, infosessies, workshops, ...?



- **Maandag 19 januari, 15 - 16 uur**
- **Locatie:** Ontmoetingsruimte, LDC Den Afttrap

Kom jij langs op
dinsdag 20 januari
voor een warme
knuffel van
Warme William?



Winterse dansnamiddagen

Vanwege de fantastisch gezellige zomerse dansnamiddagen herhalen we deze activiteit ook in de winter.

Breng je familie, vrienden, burens ... mee naar deze feestelijke namiddagen waar je zelf je muziek kan kiezen dankzij onze geweldige DJ Ronny!

- **Vrijdagen 23 januari en 27 februari, 14 - 16.30 uur**
- **Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Aftap**
- **Deelname: gratis**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.**



**ZORGPUNT
WAASLAND**
goed voor elkaar

NIEUW

‘Met cake en koffie’

Een maandelijkse namiddag geleid door enkele bezoekers van het dienstencentrum met als doel gezellig samen zijn en herinneringen ophalen. Iedereen mag vrij deze groep bezoeken om gezellig samen te zitten, te praten, koffie te drinken en een stukje cake te eten. De koffie wordt aangeboden door het dienstencentrum, de cake wordt door een bezoeker gemaakt en meegebracht.

Deze eerste namiddag zal geleid worden door Veerle en Janine!

- **Woensdag 28 januari en 25 februari, 14 - 16 uur**
- **Locatie: zaal Tribune, LDC Den Aftrap**
- **Deelname: gratis**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denafttrap@zpw.be.**



Van Noord- naar West-Afrika II

Wereldreiziger Dominiek Druart brengt met veel enthousiasme het vervolg van zijn avonturen door dit intrigerend deel van Afrika.

Deze keer komen aan bod: de Sahara-landen Algerije en Mauretanië, het kleurrijke Ghana, het mysterieuze Togo en het voodoo-land Benin.

Na de voordracht wordt een nieuwjaarsdrink aangeboden door Cultuursmakers.

- Donderdag 29 januari, start om 14 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Aftap
- Deelname: € 7, incl. koffie en cake, ter plaatse te betalen
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.



Tournée Minérale (1 - 28 februari)

Ga de uitdaging aan en drink in februari een maand lang geen alcohol!

Zo ervaar je wat een maand zonder met je doet. Het is niet zozeer een kwestie van jezelf iets te ontszeggen: je wint er vooral bij. Een glas wijn bij het eten, een pint in de zetel tijdens het Tv-kijken: voor velen maakt het deel uit van de dagelijkse routine. Het beïnvloedt je gezondheid, zowel fysiek als mentaal. Het heeft ook impact op je eigen veiligheid en op je gedrag.

**Ontdek in de bar van
LDC Den Aftap de alcoholvrije
alternatieven tijdens deze
maand! EN krijg bij elk 0,0% bier
een gratis snackje.**



**IK ZEG
JA TEGEN
ZELF KIEZEN
WAT IK DRINK**

Kalender januari 2026

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Z / Z
			1 Nieuwjaar	2	3 - 4
5	6 Driekoningen	7	8 Nieuwjaarsreceptie 10.30 - 12 uur Optreden 14 uur	9 Stoelyoga 10.45 -11.45 uur Vergeet-me-liedjes koor 14 - 15 uur crea-namiddag Mieke	10 - 11
12 Verloren Maandag 14 - 16 uur	13	14	15	16 Stoelyoga 10.45 -11.45 uur	17 - 18
19 Warme maandag Okra Tereken 13.30 - 17.30 Creatieve dans 14 uur	20 Bezoek van Warme William	21	22	23 Stoelyoga 10.45 -11.45 uur Winterse dansnamiddag 14 - 16.30 uur crea-namiddag Mieke	24 - 25
26	27	28 'Met cake en koffie' 14 uur	29 Van Noord - naar West-Afrika II 14 uur	30 Stoelyoga 10.45 -11.45 uur	31 - 1
Elke woensdag in november en december: Kaarten en spelletjes spelen met het WZC van 10.00 tot 11.30 uur!					

Kalender februari 2026

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Z / Z
2 Poëzieweek 2026 14 uur	3 Infosessie: Bankieren met je smartphone 14 uur	4	5	6 Stoelyoga 10.45 - 11.45 uur Blokkenkwis 13.30 - 16.30 crea-namiddag Mieke	7 - 8
9	10 Mijn testament 14 uur	11 Een sjoek voor een choue 14 - 16 uur	12	13 Stoelyoga 10.45 - 11.45 uur Vergeet-me-liedjes koor 14 - 15 uur	14 - 15
16 Warme maandag Okra Tereken 13.30 - 17.30	17	18	19	20 Stoelyoga 10.45 - 11.45 uur Infosessie: Wat doet de bank met mijn geld? 14 uur crea-namiddag Mieke	21 - 22
23	24 Wandeling Historische stadskern 14 uur	25 'Met cake en koffie' 14 uur	26 Pablo Picasso 14 uur	27 Stoelyoga 10.45 - 11.45 uur Winterse dansnamiddag 14 - 16.30 uur	28 - 1
Elke woensdag in november en december: Kaarten en spelletjes spelen met het WZC van 10.00 tot 11.30 uur!					

Poëzieweek 2026

workshop

Veronique Verhofstede is als taalpedagoog gepassioneerd door taal en het vroege taalleren.

Speciaal voor LDC Den Afttrap komt ze tijdens de poëzieweek creatief werken met ons en ons favoriete gedicht!

- Maandag 2 februari, 14 - 16 uur
- Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Afttrap
- Deelname: € 5, K.P. € 3.50 +
breng je favoriete gedicht mee!
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08
of via ldc.denafttrap@zpw.be.



**POËZIE
WEEK** **20
26**
VLAANDEREN & NEDERLAND

Bankieren met je smartphone

Banken sluiten helaas hun kantoren, digitaal (en mobiel) bankieren wordt de norm. De bankapp op jouw smartphone hanteren om rekeningen te bekijken of overschrijvingen te doen? Je leert het tijdens deze workshop. Deze 3 uur durende workshop bestaat uit 1,5 uur in groep en 1,5 uur individuele begeleiding.

Breng zeker zelf mee:

- GSM
 - Belgische debetkaart
 - kaartlezer van je bank
-
- Dinsdag 3 februari, 14 - 17 uur
 - Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Aftap
 - Deelname: € 5, K.P. € 3.50
 - Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.



Kwissen voor iedereen: Blokkenkwis

Om de 2 maanden komen de vrijwilligers met een leuke kwis naar het dienstencentrum!

Zin om mee te doen? Schrijf je zeker in want bij te weinig deelnemers wordt de kwis geannuleerd.

- Vrijdag 6 februari, 13.30 - 16.30 uur
- Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Aftrap
- Deelname: € 2.50, K.P. € 2, altijd prijs
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denafttrap@zpw.be.

Onderaan: Winnares Sonja De Pauw, en kwisvrijwilliger Dirk Lutz, op vrijdag 3/10

Let op! Je kan je in beide dienstencentra inschrijven voor de kwissen.



ZORGPUNT
WAASLAND
goed voor elkaar

Infosessie: Mijn testament

Notarieel jurist Natasja Vermeulen komt naar het dienstencentrum voor een leerrijk uurtje over alles waar mensen mee worstelen als ze denken aan het levenseinde en wat er daarna gebeurt. Ze geeft je in een heldere, verstaanbare taal een korte introductie in de basisprincipes van het Belgisch erfrecht en het schenken met een testament. Ze legt uit wat een legaat en een testament zijn en waarop je moet letten wanneer je een testament maakt.

- Dinsdag 10 februari, start om 14 uur
- Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Aftap
- Deelname: € 3, K.P. € 2
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.

Een sjoeke voor een chouke

Wil jij een buur, een vriend of een geliefde op een unieke manier bedanken?

Bestel dan een éclair via het dienstencentrum. Je kan deze op woensdag 11 februari afhalen of gezellig samen opeten in de ontmoetingsruimte.

Breng je diegene waar je het chouke voor bestelde mee, dan krijgen jullie beiden een gratis koffie of thee!

LDC Den Afttrap werkt hiervoor samen met de bakkerij van **de Witte Hoeve**.

- **Woensdag 11 februari, tussen 14 - 16 uur**
- **Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Afttrap**
- **Deelname: € 3, K.P. € 2.50**
- **Inschrijven tot en met vrijdag 6 februari**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denafttrap@zpw.be.**



Wat doet de bank met mijn geld?



Benieuwd wat je geld zoal uitspookt eenmaal het op je rekening staat? Het slaapt namelijk niet op de bank. De financiële keuzes die banken vandaag met dat geld maken, bepalen hoe de wereld van morgen eruit ziet. Een bank kan bijvoorbeeld kiezen om te investeren in groene energie, of in wapenbedrijven. Hoe komt het dat nog zoveel geld wordt geïnvesteerd in praktijken die slecht zijn voor onze wereld?

In deze vorming legt FairFin uit wat er achter de schermen van een bank gebeurt. In het tweede deel van de vorming reiken ze oplossingen aan. Zijn er alternatieven? Waar kun je zelf naartoe met je geld, binnen en buiten het bestaande geldsysteem?

- **Vrijdag 20 februari, start om 14 uur**
- **Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Afttrap**
- **Deelname: € 5, K.P. € 3.50, min. 8 deelnemers**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denafttrap@zpw.be.**



Wandeling: Historische stadskern

Historische wandeling doorheen de stadskern.

De gids wijdt je in in de rijke geschiedenis van de stad. Deze wandeling voert langsheen de kenmerkende plaatsen en monumenten. De allergrootste markt van West-Europa heeft voor jou nadien geen geheimen meer.

De wandeling wordt door stadsgids Hugo Bruggeman begeleid.

- **Dinsdag 24 februari, start om 14 uur**
(de wandeling duurt +- 1,5 uur en is niet rolstoeltoegankelijk)
- **Locatie: Start aan het Sint-Nicolaasbeeld voor het Stadhuis, Grote Markt 1**
- **Deelname: € 3, K.P. € 2**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denafttrap@zpw.be.**



Pablo Picasso, van wonderkind tot gekwelde minotaurus

Als kind ontwierp Pablo Picasso reeds merkwaardige kunstwerken en dat is hij blijven doen tot op hoge leeftijd, niet alleen schilderen, maar ook beeldhouwwerken, keramiek en tekeningen. Zijn meest gekende werk is "Guernica". Zijn werk hangt nauw samen met zijn liefdesleven.

Gebracht door Herman Plasmans

- Donderdag 26 februari, start om 14 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Aftap
- Deelname: € 7, incl. koffie en cake, ter plaatse te betalen
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.



Dienstverlening



**Vanaf nu zijn er 2 rollators
te leen tijdens de lunch!
Vraag er naar bij Joke of Jessy.**



Elise (kapster) is te boeken op nummer 0488 22 86 86,
met afspraak op donderdag en vraagt om cash te betalen.



Karin (medisch pedicure) is vanaf nu enkel op
maandagvoormiddag nog te boeken (bij het onthaal).
Betalen gebeurt cash (€ 22) aan Karin zelf.



**Ben jij de centrumleider al tegen
gekomen met de kar?
Wil jij haar aan een plaatsje
helpen in de winter?
Spreek haar gerust aan
om een datum vast te leggen!**

Het team

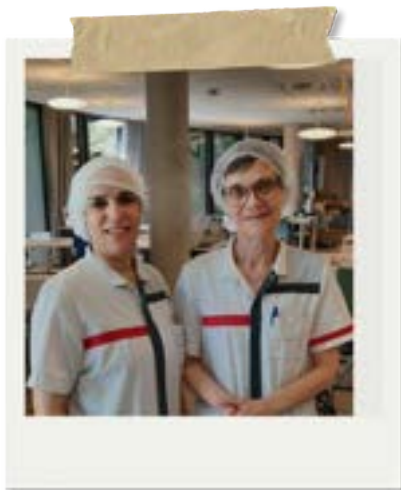


centrumleider
Joke Van Driessche
0472 63 27 47



onthaler-planner
Jessy Smet
0473 19 04 08

servicemedewerkers
Najat Ouchan
Sonja Van Assel



teamcoach
Kristien Baeyens

DIENSTENCENTRA
samenwerken | je buurt versterken

Openingsuren

Algemeen

Maandag t.e.m. vrijdag:
10 - 17.30 uur.

Dienstencentrum

Inschrijven bij onthaler - planner
Jessy Smet: 0473 19 04 08
Maandag t.e.m. vrijdag:
10 - 12.30 uur
en 13 - 14 uur

Nieuw

**Voor al je vragen via mail, nu
1 adres: ldc.denaftap@zpw.be**



**ZORGPUNT
WAASLAND**
goed voor elkaar

Betaalwijze

factuur/ bancontact/ geldbeugel
Telefonisch reserveren: factuur/
geldbeugel

**Inschrijven voor activiteiten en
dienstverlening van Den Aftrap
kan ook in 't Lammeken.**

**De eerste inschrijvingsdag is op
maandag 5 januari 2026.**

Ontmoetingsruimte

Maandag t.e.m. zondag:
13.30 - 17.30 uur.

Donderdag gesloten!

Maaltijden

Maandag t.e.m. vrijdag: van 12 - 13 uur,
gesloten op feestdagen in de week.
€ 7,50 voor een driegangenmenu,
*K.P. € 5,50 voor het menu.

Afhaalmaaltijden

Maandag t.e.m. vrijdag reserveren
van 10 - 14 uur. Af te halen in de
centrale keuken.

Badkamer

Elke werkdag 10 - 16 uur.
Gebruik: € 1,50, *K.P. € 1 per half uur.
Inschrijven kan aan het onthaal.

Wassalon

Elke werkdag 10 - 16 uur.
Wassen: € 3, drogen: € 3
Jetons voor het wassalon zijn te
verkrijgen aan het onthaal.

Kapster Elise

Elke donderdag, afspraak maken kan
via Elise zelf op 0488 22 86 86.

Medisch pedicure Karin

Elke maandagvoormiddag, afspraak
maken kan via Jessy.