

Lokaal dienstencentrum Den Aftrap

Kalender maart - april '26

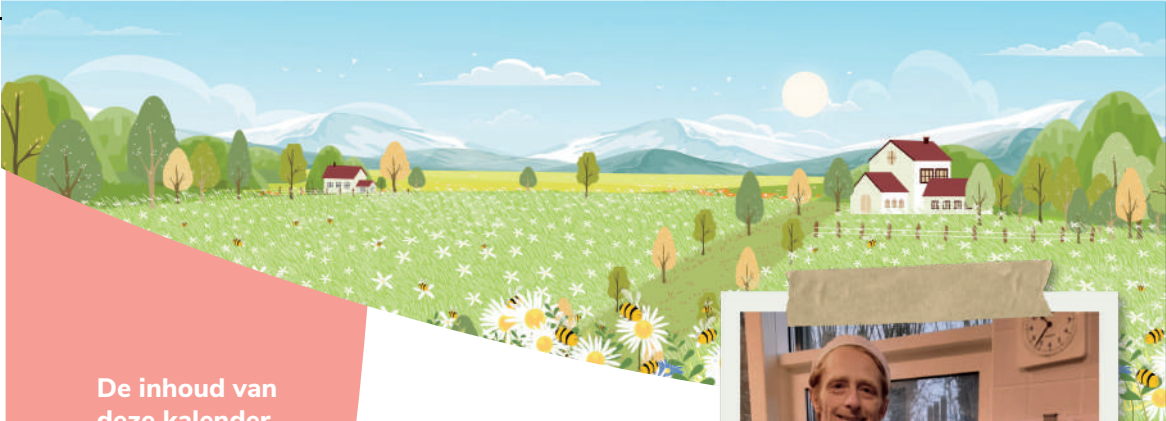


Gerdapark 14
9100 St-Niklaas



**ZORGPUNT
WAASLAND**
goed voor elkaar

**Foto: Bezoek van Warme William
op dinsdag 20 januari**



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

We nemen afscheid van
Sonja en verwelkomen
'Flup' als nieuwe
keukenmedewerker
in ons dienstencentrum.



Proficiat met je pensioen, Sonja!

Waarom inschrijven?

Als dienstencentrum vragen we vaak om je in te schrijven voor een activiteit. Dit doen we om te kijken of een activiteit kan doorgaan, zoals een infosessie of workshop, maar ook omdat onze zitplaatsen beperkt zijn. Inschrijven kan vaak nog tot de dag zelf (indien niet, wordt dit vermeld), dus laat gerust aan het onthaal weten dat je er bent!



NIEUW

Crea-namiddag met Mieke en Martine



- Vrijdagen 6/03, 20/03 en 3/04, start rond 14 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte of zaal 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 sfeer!



- 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 Aftrap
- Deelname: gratis
- Inschrijven is niet nodig.



Warme Maandagen Okra Tereken



Iedereen is welkom op de 'Warme Maandagen' in samenwerking met Okra Tereken op maandag 16 maart en maandag 20 april.

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 en dit tijdens de openingsuren van de cafetaria!

Een bordje complimenten

Een compliment geven is eenvoudig en klein, maar kan een grote impact hebben. Het geeft een goed gevoel om er één te krijgen, maar ook om er één te geven. En wanneer je je goed voelt, gaat alles makkelijker en is alles leuker!

Op 1 maart is het elk jaar Complimentendag.

En dit jaar vieren we dat op dinsdag 3 maart met een dessertbordje om te delen! Bestel het bordje voor jezelf en een ander zoals je een complimentje zou geven. 1 bordje bevat 6 kleine hapjes.

- Dinsdag 3 maart, afhalen mogelijk vanaf 13.30 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Aftap
- Deelname: € 3, K.P. € 2
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.



Christel Geerts: De toekomst van de ouderenzorg?!?



Het beleid van/voor oudere volwassenen speelt zich af in een wereld die voortdurend in verandering is, alsook in een vergrijzende wereld. Maar wat betekent dit? Ook de diversiteit binnen de groep oudere volwassenen zal deze avond beter geduid worden om zo de link te leggen naar de toekomst. Er wordt op een aantal basisprincipes m.b.t. de toekomst van de ouderenzorg ingegaan en daarbij vragen we ons af of doemdenken aan de orde is?

Christel Geerts (geboren te Sint-Niklaas) is een Belgische gerontoloog.

- Maandag 16 maart, start om 19 uur, zaal open om 18.30 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte, 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.



Workshop: Positieve Gezondheid

Niet enkel je lichaamsfuncties of mentaal welzijn bepalen hoe het met je gezondheid gesteld is. Zo kunnen sociale contacten, je werksituatie, zelfzorg (en nog heel wat andere zaken) ook een belangrijke rol spelen.

Aan de hand van verschillende methodieken wordt de visie van de Positieve Gezondheid stap per stap toegelicht. Zo kan je aan het einde van deze workshop bekijken welke eerste stap richting een gezondere levensstijl jij graag wil zetten.

- **Woensdag 18 maart, start om 14 uur**
- **Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Afttrap**
- **Deelname: € 5, K.P. € 3.50, max. 15 personen**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denafttrap@zpw.be.**



Gezonde  **BUURT**
samen met 

De Geluksvogelpik

Na de 'Dag van het Geluk' op 21 maart zetten we in om op een ludieke manier mentaal welzijn bespreekbaar te maken.... De geluksvogelpik bevat 20 opdrachten, onderverdeeld in 4 categorieën: denk, doe, duo, quiz.

Speel samen met de centrumleider (en andere bezoekers) een gezellig spelletje 'vogelpik' en verras jezelf en anderen tijdens de opdrachten.

- Maandag 23 en dinsdag 24 maart
start om 14 uur en start om 15 uur
- Locatie: zaal Tribune, LDC Den Aftap
- Deelname: gratis, max. 5 personen per uur
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08
of via ldc.denaftap@zpw.be.



NIEUW

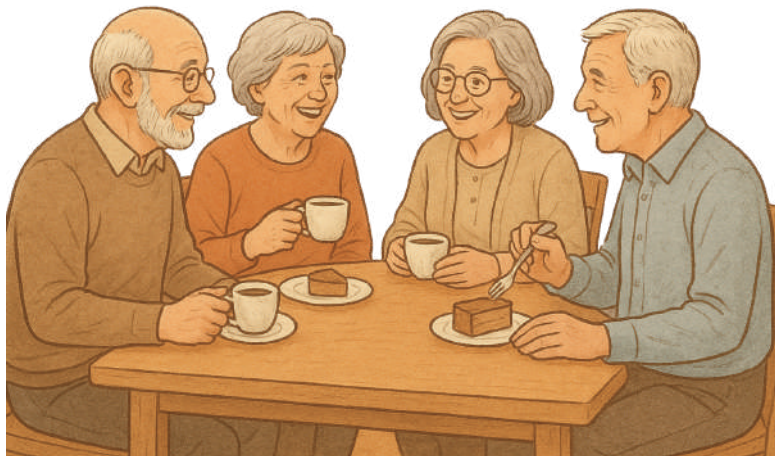
‘Met cake en koffie’

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 namiddagen worden geleid door Janine en andere buurtbewoners!

- **Woensdag 25 maart en 29 april, start 14 uur**
- **Locatie: zaal De Tribune, LDC Den Aftap**
- **Deelname: gratis**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.**

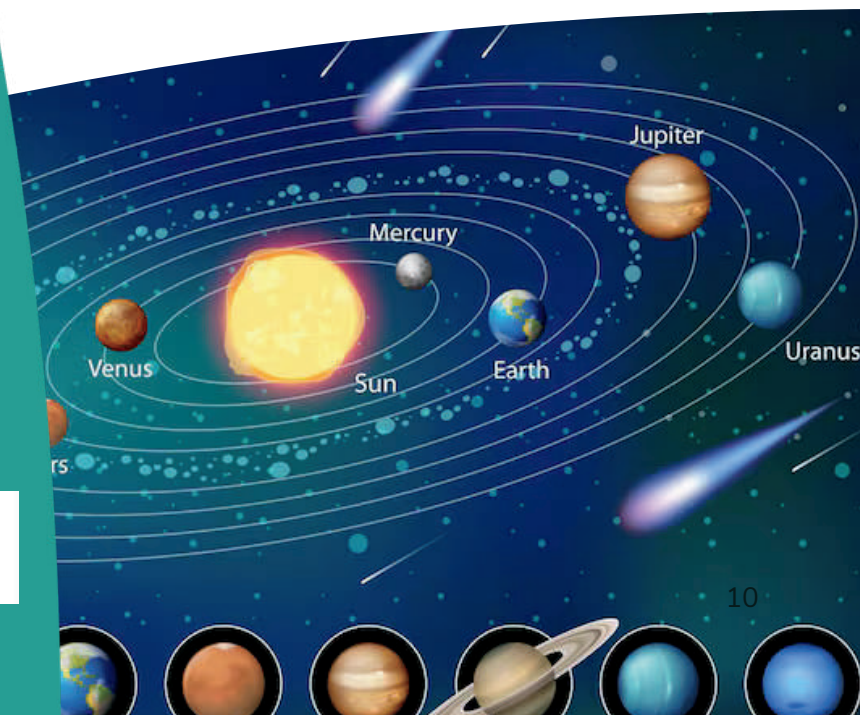


Een reis door het Zonnestelsel

Tijdens deze lezing maken we zelf een reis doorheen het zonnestelsel: we landen op Venus, rijden op Mars en dansen op de ringen van Saturnus en kijken of er geen planetoïde op botsingskoers ligt met de aarde.

Werner Hamelinck is docent aan de sterrenwacht Urania (Hove) en oprichter van de eerste mobiele sterrenwacht in Vlaanderen.

- Donderdag 26 maart, 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.



MIWA afvalquiz

Wil je wat meer te weten komen over recycleren, afvalverwerking, de nieuwe regels rond het afval sorteren en zoveel meer? Schrijf je dan in voor de afvalquiz in LDC Den Aftrap, in samenwerking met MIWA!

Tijdens deze quiz krijgen de deelnemers 24 meerkeuzevragen over afval voorgeschoteld, die ze in groep beantwoorden. Tijdens de correctieronde vernemen de deelnemers de correcte antwoorden en achtergrondinformatie.
De winnaars krijgen een leuke prijs!

- **Vrijdag 27 maart, start om 14 uur**
- **Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Aftrap**
- **Deelname: € 3, K.P. € 2**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.**



"Van chaos naar rust - Start met opruimen!"

Herken je dat gevoel dat je huis steeds voller lijkt te worden?

Spullen komen langs alle kanten binnen... en voor je het weet zitten je kasten en lades overvol. Dat zorgt vaak voor onrust in je hoofd en in je huis. Echt tot rust komen lukt dan niet meer. Je wilt wel opruimen. Maar waar begin je? Wat mag weg? En hoe zorg je dat je het ook volhoudt? Wil je hierin op weg geholpen worden?

Dan is deze praktische sessie, gegeven door opruimcoach Ann Leemans iets voor jou!

Je krijgt duidelijke voorbeelden, eenvoudige inzichten en haalbare tips waarmee je direct kan starten, op jouw tempo, zonder druk. Je krijgt ook een handige vragenlijst mee naar huis die je helpt om spullen los te laten en bewust te kiezen wat mag blijven.

- **Dinsdag 31 maart, 14 - 15 uur (+ tijd voor vragen)**
- **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.**



Org&Nice
Home Organizing

Kwissen voor iedereen: Muziekkwis

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

Onderaan: Winnaar Peter Meerschaut, en kwisvrijwilliger William, op vrijdag 5/12

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



ZORGPUNT
WAASLAND
goed voor elkaar

Kalender maart 2026

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Z / Z
2	3 Een bordje Complimenten 13.30 uur	4	5	6 Stoelyoga 10.45 - 11.45 uur crea-namiddag Mieke 14 uur	7 - 8
9	10	11	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 Christel Geerts 19 uur	17	18 Positieve gezondheid 14 uur	19	20 Stoelyoga 10.45 - 11.45 uur crea-namiddag Mieke 14 uur	21 - 22
23 Geluksvogelpik 14 en 15 uur	24 Geluksvogelpik 14 en 15 uur	25 'Met cake en koffie' 14 uur	26 Een reis door het Zonnestelsel 14 uur	27 Stoelyoga 10.45 - 11.45 uur MIWA afvalquiz 14 uur	28 - 29
30	31 Start met opruimen! 14 uur	1	2	3 Muziekkwis met Ronny 13.30 - 16.30 crea-namiddag Mieke 14 uur	4 - 5
Elke woensdag in de ontmoetingsruimte van LDC Den Aftap: Kaarten en spelletjes spelen met het WZC van 10.00 tot 11.30 uur!					

Kalender april 2026

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Z / Z
6	7 Erfgoedcel Waasland 14 uur	8	9	10 Stoelyoga 10.45 -11.45 uur Vergeet-me-liedjes koor 14 - 15 uur	11 - 12
13 Rijvaardig praktijk 14 uur	14	15 Centrumraad 14 uur	16	17 Stoelyoga 10.45 -11.45 uur crea-namiddag Mieke 14 uur	18 - 19
20 Warme maandag Okra Tereken 13.30 - 17.30	21	22 Hoe vermijd ik vallen? 14 uur	23 Virginia Woolf 14 uur	24 Stoelyoga 10.45 -11.45 uur Optreden illusionist en zanger 14 uur	25 - 26
27	28	29 'Met cake en koffie' 14 uur	30	1	2 - 3
Elke woensdag in de ontmoetingsruimte van LDC Den Afttrap: Kaarten en spelletjes spelen met het WZC van 10.00 tot 11.30 uur!					

De Erfgoedcel Waasland

De Erfgoedcel Waasland ging van start in 2005. Zo is ze al 20 jaar het kloppend hart van het cultureel-erfgoedleven in het Waasland. Vol overgave zetten ze zich in voor een duurzame en dynamische toekomst voor het erfgoed in en uit de 7 Wase gemeenten. Hoe, wat, waar en waarom komen ze graag zelf vertellen deze namiddag!

Erfgoeddag 2026 verkent hoe humor bruggen slaat én grenzen trekt. Humor is overal: van de satire van de nar tot de knipoog van een internetmeme.

- Dinsdag 7 april, start om 14 uur
- Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Aftrap
- Deelname: € 3, K.P. € 2
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.





Rijvaardig Praktijk!

Ontdek hoe je als oudere automobilist een vaardige én veilige bestuurder kan blijven. Je gaat de weg op met een rijlesgever en 2 andere deelnemers.

Tijdens deze praktijkworkshop gaan de deelnemers in groepjes van 3 samen met een lesgever de weg op voor een rit van 2 uur in een lesauto, waarbij elke deelnemer ongeveer een halfuur aan het stuur zit.

Het perfecte moment om moeilijke verkeerssituaties te bespreken en te oefenen!

**Leer hoe je de ondergrondse parkeergarage van LDC Den Afttrap/
WZC De Gerda veilig in- en uitrijdt!**

- Maandag 13 april, 14 - 16 uur
- Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Afttrap
- Deelname: € 5, K.P. € 3,50, min. 3 deelnemers
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08
- of via ldc.denafttrap@zpw.be.



Oproep: Centrumraad

De centrumraad is een adviesorgaan dat 2 keer per jaar vergadert over de werking van lokaal dienstencentrum Den Aftrap.

De centrumraad doet graag een beroep op de ideeën van zijn bezoekers, vrijwilligers en leden van de ouderenverenigingen om zijn werking verder uit te bouwen en om nieuwe initiatieven te nemen. Als lid van de centrumraad kan je advies uitbrengen over de algemene werking, de activiteiten en het beleid van het lokaal dienstencentrum.

In maart bespreekt de centrumleider het jaarverslag van 2025 en de opstart van het nieuwe meerjarenplan.

- **Woensdag 15 april, start om 14 uur**
- **Locatie: zaal Tribune, LDC Den Aftrap**
- **Deelname: gratis, incl. koffie en cake**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08
of via ldc.denafttrap@zpw.be.**



**ZORGPUNT
WAASLAND**
goed voor elkaar

Kom van dat gat af...

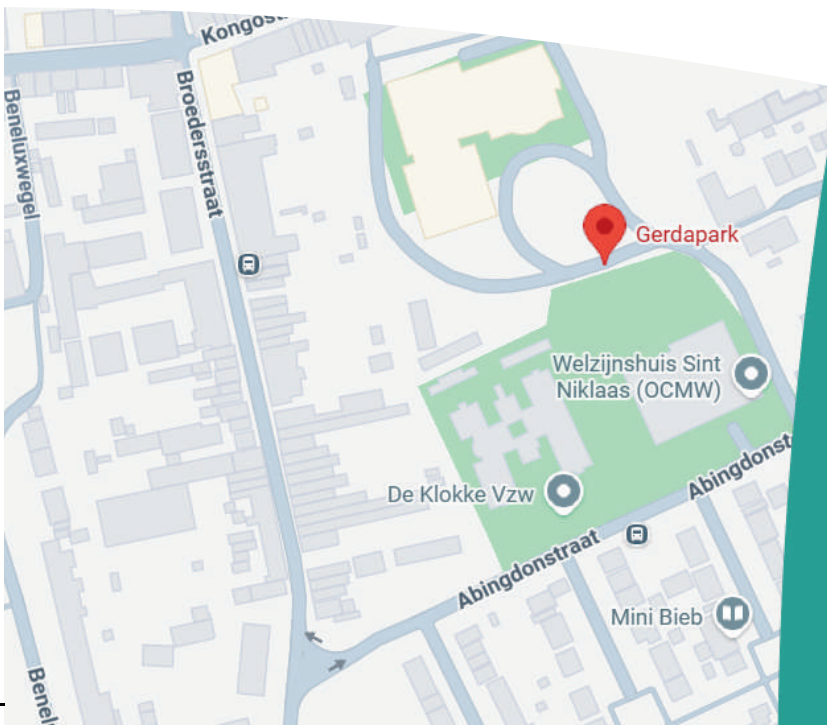
In april gaan we samen op stap en dit om verschillende redenen:

De VRT plant in april de actie '**Kom van dat gat af**', hiermee willen ze iedereen warm maken om af en toe eens rond te wandelen, te sporten, kortom minder op ons gat te zitten!

Speciaal voor de stad Sint-Niklaas werken we mee aan de campagne '**Red de Stoep**'. Obstakelvrije en toegankelijke voetpaden zijn een must als we op pad gaan met onze rollator, stok of rolstoel!

Samen met een kinesist van het WZC De Gerda maken we een wandeling rond het Gerdapark en verder.

- Dinsdag april, start om 14 uur (datum nog te bepalen)
- Locatie: Samenkomst in de hal van LDC Den Aftrap
- Deelname: gratis
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.



Sint-Niklaas



Hoe vermijd ik vallen op latere leeftijd?

Een losse tv-kabel, een losliggende tegel, een natte vloer, slecht schoeisel,...
Ze verhogen de kans op een valpartij.

Wist je dat er op wereldniveau elke seconde een 65-plusser valt?

Dit kan ernstige gevolgen hebben zoals blauwe plekken, verstuikingen en zelfs breuken. Tijdens deze voordracht zullen de voornaamste oorzaken en enkele gevolgen worden besproken. We eindigen met het aanreiken van concrete tips om vallen in de toekomst te voorkomen.

- **Woensdag 22 april, 14 - 16 uur**
- **Locatie: zaal Stip & Goal, LDC Den Afttrap**
- **Deelname: € 5, K.P. € 3.50**
- **Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08
of via ldc.denafttrap@zpw.be.**

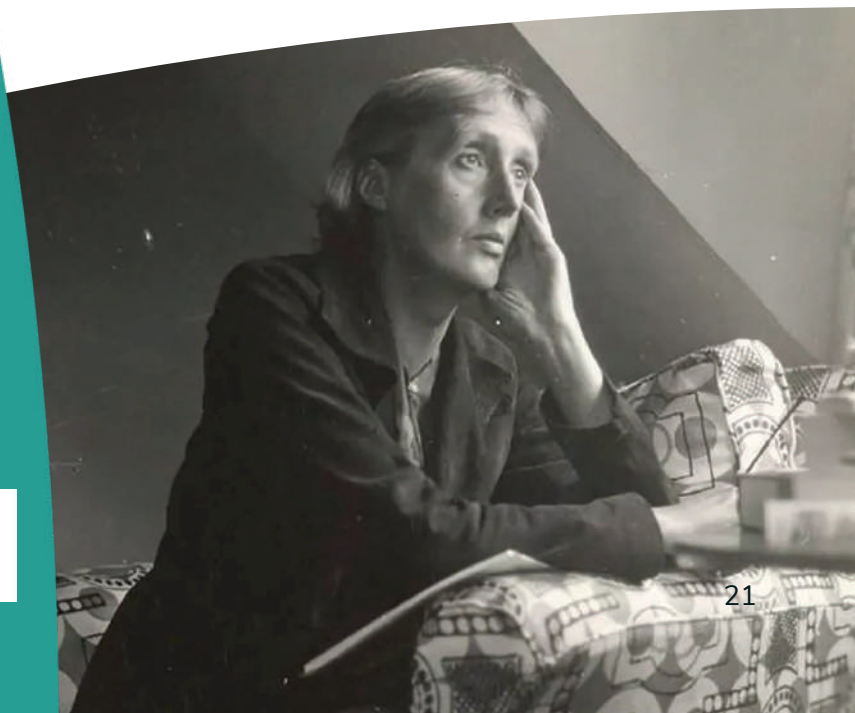


Virginia Woolf

Virginia Woolf is bekend als schrijfster van meesterwerken als o.a. *Mrs Dalloway*, *To the Lighthouse*, *Orlando*. Haar oeuvre bleek bovendien erg belangrijk voor de positie van de vrouw in intellectuele middens.

Magda Michielsens vertelt over deze kranige vrouw, die ondanks achtervolgd door depressies, een blijvende rol blijft spelen in de literatuur en ver daarbuiten.

- Donderdag 23 april, start om 14 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Afttrap
- Deelname: € 7, incl. koffie en cake, ter plaatse te betalen
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denafttrap@zpw.be.



Vier samen onze verjaardag!

In april worden WZC De Gerda en LDC Den Aftrap 9 jaar, een fijn moment om samen te vieren!

Dit jaar krijgen we bezoek van Wally Rocking (illusionist) en Mike Grundy (zanger) voor een geweldige show! En tijdens de pauze smullen we van een lekker stukje cake/taart.

- Vrijdag 24 april, start rond 14 uur
- Locatie: Ontmoetingsruimte, LDC Den Aftrap
- Deelname: € 4, K.P. € 3 (incl. stukje cake/taart)
- Inschrijven kan aan de balie, via 0473 19 04 08 of via ldc.denaftap@zpw.be.

En vanaf mei starten onze feestelijke dansnamiddagen weer met DJ Ronny, dus hou onze kalender goed in de gaten!



Mobiel recyclagepark MIWA



HOE WERKT HET?

1. Verzamel je spullen in maximaal **1 trolley of boodschappentas**.
2. Kom te voet of met de fiets.
3. Klaar! **Je verliest geen beurt van jouw 24 bezoeken/jaar.** Registratie is niet nodig.

Data:

- Woensdag 18 maart van 11 - 16.30 uur
- Woensdag 14 oktober van 11 - 16.30 uur

Wat kun je meebrengen:



Piepschuim
Kurk
Fietsbanden
Folie
Kleine electro
Frituurolie
Batterijen
Harde plastic
Textiel



Betalend afval
(GFT, PMD, restafval)
Houtafval
Luiers
Klein gevaarlijk afval
Verfpotten



MEER INFO OF VRAGEN?



03 776 72 50



info@miwa.be



www.miwa.be/mobiel-recyclagepark



Iedereen draagt wel iets.

Zorg voor een ander, zorgen om jezelf, een hoofd dat niet stilvalt of een lichaam dat protesteert. Momenten waarop draaglast en draagkracht niet meer in evenwicht zijn.

ATLAS is er voor mensen die zich tijdelijk of langdurig belast voelen door (mantel)zorg, door drukte, door emoties of door het leven zelf. Voor wie nood heeft aan rust, ondersteuning, ontmoeting of nieuwe energie.

ATLAS-activiteiten willen het gewicht mee helpen dragen. Met ruimte voor vertraging, verbinding, beweging en inzicht.

Het zijn activiteiten rond

- **rust en veerkracht:** ontspanning, milde beweging, vertragen en omgaan met zorgstress.
- **samen onderweg:** wandelen, fietsen en ontmoeten in een rustig tempo, met ruimte voor verbinding.
- **leren en inspireren:** infosessies en workshops met inzicht, herkenning en praktische tools.

👉 **Herken je jezelf** in deze omschrijving en kom je het ATLAS-logo tegen in onze kalender? Dan is die activiteit misschien wel iets voor jou.



want niemand hoeft
alles alleen te dragen.





Gouden Glans

Een veilige plek voor LGBTQIA+-personen
om elkaar te ontmoeten en te verbinden

Ben je op zoek naar een gezellige plek waar je jezelf mag zijn? Waar je andere homo's, lesbiennes, transpersonen, queer personen... kunt ontmoeten, een babbeltje kunt doen, samen iets drinken en genieten van een fijne activiteit?

Bij de Gouden Glans ben je welkom zoals je bent!



Elke maand op een weekday van 14 tot 16 uur



We zorgen voor een drankje, een hapje en een leuke activiteit



Op vertrouwde locaties in de stad, helemaal voor ons alleen

De agenda

dinsdag, **24 februari**

Muziekquiz

i.s.m. de Rainbow Ambassadeurs
De Wonderbar, Bib Heymanplein

donderdag, **19 maart**

Spelletjesnamiddag

Brood en Spelen, Stationsstraat 41

donderdag, **23 april**

Dansnamiddag

Café Hemelrijk, Grote Markt 41

woensdag, **13 mei**

Samenkomst IDAHOT

Den Eglantier, Apostelstraat 13

woensdag, **24 juni**

Gegidste wandeling Elisabethwijk 'Sprakeloos / Viva Lanoye'

Samenkomst aan de Paterskerk,
Truweelstraat 138

juli - augustus

Sprekten we deze zomer af om samen te gaan dansen?

Dinsdagavond **Parkies**, stadspark Sint-Niklaas

Donderdagnamiddag- of avond **Zomer op het Plein**, Apostelplein





Buurtteam

THUIS- &
WOONZORG

03 376 86 86

thuisenwoonzorg@zpw.be

Thuiszorg evolueert in de buurt, dichterbij de mensen

Onze thuiszorg werkt buurtgericht. Dat betekent dat de verschillende teams van ZPW binnen dezelfde buurt nauw samenwerken. Ze kennen elkaar, stemmen regelmatig af en volgen zorgvragen samen op. Zo vermijden we versnippering en kunnen we sneller en gericht ondersteunen.

Jouw buurtteam

Dit buurtteam zal op donderdag(voormiddag) samen aanwezig zijn in het dienstencentrum. Door deze manier van werken ontstaan herkenbare buurtteams die weten wat er leeft en tijdig kunnen bijsturen.

- Centrumleider: Joke Van Driessche
- Zorgtrajectbegeleider: Laura Wauman
- Wijkverantwoordelijken gezinszorg en poetsdienst: Caroline Van Laere en Jeroen Van Cleemput
- Woonassistent: Veerle Vermeiren

Wat betekent dit voor jou?

- Onze diensten werken samen rond jouw zorgvraag
- Betere afstemming tussen zorg en ondersteuning
- Wie al ondersteuning of begeleiding krijgt, kan nog steeds terecht bij zijn of haar zorgtrajectbegeleider, woonassistent of wijkverantwoordelijke.

Nog geen cliënt of bewoner? Een nieuwe zorgaanvraag doe je via het nummer **03 376 86 86** of e-mail **thuisenwoonzorg@zpw.be** . **Of kom langs in het dienstencentrum.**

Het team

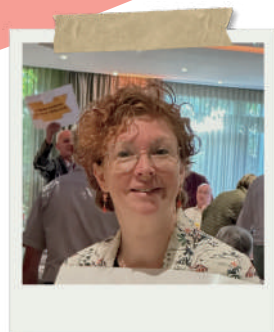


onthaler-planner
Jessy Smet
0473 19 04 08

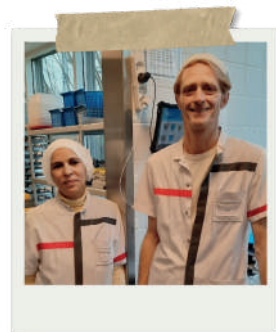


teamcoach
Kristien Baeyens

centrumleider
Joke Van Driessche
0472 63 27 47



servicemedewerkers
Najat Ouchan
Filip (Flup) Heirwegh



DIENTENCENTRA
samenwerken | je buurt versterken



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.

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 2 maart 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.