

# Activiteitenkalender mei - juni 2024

Dienstencentrum Den Birkenblok

**DIENTENCENTRA**  
samenwerken | je buurt versterken



**ZORGPUNT  
WAASLAND**  
goed voor elkaar

[www.zorgpuntwaasland.be](http://www.zorgpuntwaasland.be)  
[www.facebook.com](http://www.facebook.com)



# Dienstverlening Den Birkenblok

Aanvullend op deze kalender is de algemene brochure met informatie over onze werking, te krijgen in het dienstencentrum of te raadplegen via de onderstaande QR-code.

## OPENINGSUREN

### Dienstencentrum

Werkdagen  
10.00-17.30 uur

### Ontmoetingsruimte

Werkdagen  
10.30-17.30 uur

### Balie inschrijvingen

Werkdagen  
10.00-12.30 en 13.00-14.00 uur

Telefonisch via 0471 62 68 29  
E-mail: [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be)

### Info thuiszorg

Oude Zandstraat 92  
9120 Beveren  
03 750 92 92  
[oost@zpw.be](mailto:oost@zpw.be)

### Warme dagschotel

Werkdagen  
12.00 - 13.00 uur  
Info zie achteraan in de kalender.

### Sluitingsdagen

1 mei Dag van de arbeid  
9 Mei O.H. Hemelvaart  
20 Mei 2e Pinksterdag



# Permanent aanbod

## Werkdagen

- Ontmoeting en gezellig buurten
- Drinkjes geserveerd door vrijwilligers, gratis water
- Pannenkoeken, taart, verwennerij, diverse snacks
- Gezelschapsspellen en kaarten
- Verse dagschotel
- Krant, ruilboekenkast, gratis Wifi, TV
- Kinderhoekje, darts, sjoelbak, kubb,...
- Terras om te verpozen of te picknicken
- Verwarmde (winter-) of gekoelde (zomer-) plek

## Wekelijks

- Lijndanslessen op woensdagvoormiddag
- Kaarten en crea op maandagnamiddag
- Spelletjes op woensdagnamiddag
- Samen in actie: plezierig bewegen op vrijdagochtend
- Permanentie maatschappelijk werker (op afspraak)
- Digicafé (tweewekelijks op woensdag of op afspraak)
- Buurtgerichte activiteiten

## Maandelijks

- Feestmiddag
- Samen in actie: zangyoga
- Buren zonder muren
- Bingo!
- Kubben met OKRA
- Kopje troost

**Heb je graag meer informatie?**

**Vraag het aan een medewerker of kijk eens op de website, bij de rubriek activiteiten.**

**'[www.zorgpuntwaasland.be/dienstencentra](http://www.zorgpuntwaasland.be/dienstencentra)'**

# Thema: Warme buurt

## MEI

'Beter een goede buur dan een verre vriend' zegt het spreekwoord. Om al die geweldige, behulpzame, lieve, gemotiveerde en leuke burenen te bedanken, trakteert het dienstencentrum hen op een ijsje. Kom op de 'Dag van de burenen' samen genieten van wat lekkers.



Je bent ook steeds welkom tijdens de 'potkast' buurtbabbels...misschien leer je nieuwe mensen uit je wijk kennen!



## JUNI

Het zonnetje kan deugd doen, maar soms wordt het wat teveel van het goede. Dienstencentrum Den Birkenblok geeft je graag advies over hoe je jezelf en je woning fris kan houden op warme dagen.

# Weerbaar digitaal

**vormingsreeks op donderdag  
i.s.m. CVO en Interwaas**



## **Starten met je smartphone: Workshop door CVO Focus en Interwaas**

We maken je wegwijs in de basisinstellingen van je smartphone, het installeren en gebruik van apps, hoe je veilig aan de slag gaat met itsme, het gebruik van overheidsplatformen, online afspraken maken, bankieren. Je tekent bij voorkeur in voor de drie workshops. Er is voldoende tijd voor inoefenen.

- 3 sessies van 2.45 uur
- Donderdagen 16 en 30 mei, 6 juni, 13.30 - 16.15 uur
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: € 2 (€ 1,5 KP) per les,
- Inschrijven kan aan de balie bij Katleen, per mail naar [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be) of telefonisch op 0471 62 68 29

**Breng je opgeladen smartphone, paswoorden, toegangscode en identiteitskaart mee, wifi is beschikbaar.**

# Tekenen met pastelpotlood

5 lessen v.a. 6 mei



## Lente-kleuren in pastelpotlood

### 5-delige lessenreeks voor beginners

Ontdek je creativiteit in deze leuke reeks, waarin een wereld van kleur open gaat. Pastelpotlood is een dankbaar materiaal en leent zich voor een mooi kleurrijk resultaat. Met pastelpotlood kan je ook fijne details tekenen, wat het kunstwerk "tot leven laat komen". We starten met de basis, in het thema flora en fauna in lentesfeer.

De eerste les krijg je een afbeelding op pastelpapier zodat je meteen kan starten in kleur. Tekenervaring is niet noodzakelijk, Chantal begeleidt je van het begin tot het eindresultaat op een ontspannen wijze en volgens eigen ritme. Je zal versteld staan van je creativiteit. Materiaal is aanwezig, tussen de 2 uren is een pauze voorzien voor koffie of thee.

- Maandagen 6, 13, 27 mei en 3 en 10 juni, 15.00 - 17.00 uur
- Deelname: € 32 (€ 24 KP) voor de ganse lessenreeks,
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok,  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Inschrijven kan je bij Katleen aan de balie, per mail naar [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be) of telefonisch op 0471 62 68 29



# Workshop Aquarel

**Heb je onze vorige lessenreeks gevolgd of ben je al wat meer ervaren, dan zijn deze workshops zeker iets voor jou!**

## Bloemen in aquarel (deel 1)

**Vrijdag 31 mei**

De zomer vertoont een bonte bloemenpracht. Leuk om deze te kunnen weergeven in de vloeiende kleuren van aquarel. Je leert enkele basis technieken om bloemen te schilderen. Kleuren zijn van onschatbare waarde voor onze innerlijke wereld.

## Bloemen en vlinders in aquarel (deel 2)

**Vrijdag 21 juni**

We schilderen bloemen en speelse vlinders. Eerst komt de "wassing" en dan het opbouwen in laagjes. Je leert verder detailleren tot er een harmonie in kleur en vorm ontstaat, een boeiende ervaring.

## Landschap in aquarel

**Vrijdag 19 juli**

We schilderen het boeiende thema 'landschap'. Wil je graag kiezen om te schilderen naar eigen landschapsfoto, vakantiefoto of herinnering aan een reis, dat kan zeker.

- Vrijdagen 31 mei, 21 juni en 19 juli, 14.00 - 17.00 uur
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: € 8 (€ 6 KP) per sessie,
- Foto en/of aquarel materiaal is voorzien.
- Inschrijven via Katleen aan de balie, per mail aan [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be) of telefonisch op 0471 62 68 29

# Zonnen schilderen

met VBS De Zonnepit  
maandag 13 mei

**Het tweede leerjaar van Vrije Basisschool De Zonnepit komt zonnen knutselen in Den Birkenblok. Help je hierbij graag een handje?**

- Maandag 13 mei, 13.30 - 15.00 uur
- Ontmoetingsruimte Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname gratis
- Vrije toegang

**Openbloeien , ieder op zijn eigen ritme**

Vrije Basisschool De Zonnepit - Vrasene





# Dansfeest met live muziek

vrijdag 17 mei

## Werner en Laurie

Zangeres Laurie en zanger-accordeonist Werner Michiels zijn als zangduo niet enkel in Vrasene een begrip maar ook ver daarbuiten. Dit jaar staan ze beiden 50 jaar in de showbizz en vormen al vijftien jaar een zangduo. Op vrijdag 17 mei zingen ze de pannen van het dak van Den Birkenblok.

- Vrijdag 17 mei, 14.00 - 17.00 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: € 8 (€ 6 KP)
- Koop je tickets aan de balie bij Katleen



# Praatcafé Dementie

Omgaan met veranderend gedrag  
donderdag 23 mei



**Infosessie door Els Steeman, verpleegkundige geriatrisch dagziekenhuis Vitaz VZW. Het Praatcafé Dementie is een tweemaandelijksse bijeenkomst voor familieleden en vrienden van mensen met dementie.**

Mensen met dementie doen soms dingen die je niet begrijpt. Onder onbegrepen gedrag valt al het gedrag van de persoon met dementie dat door deze persoon zelf en/of zijn omgeving als moeilijk hanteerbaar wordt ervaren. Hoe ga je daar als mantelzorgers mee om?

- Donderdag 23 mei, 19.30 - 21.30 uur
- **Lokaal Dienstencentrum De Griel, Oude Zandstraat 103, Beveren\***
- Toegang is gratis na inschrijving.
- Om in te schrijven kan je het formulier invullen dat je vindt op de website van Praatcafé Dementie: [www.praatcafedementie.be/waar/sint-niklaas/](http://www.praatcafedementie.be/waar/sint-niklaas/) of scan de QR code op deze pagina of bel naar 03 375 37 18

\* Wij willen helpen het vervoer voor je te regelen, indien dit moeilijk blijkt te zijn. Vraag informatie aan de balie.

# Dag van de buren

## vrijdag 31 mei 2024



**Dienstencentrum Den Birkenblok wil alle geweldige, behulpzame en fijne buren eens in de kijker te zetten.**

Op vrijdag 31 mei trekken we het dorp in om al die fantastische mensen beter te leren kennen en hen te trakteren op een ijsje. Hou je brievenbus in de gaten, je ontvangt hiervoor een uitnodiging. Vul deze in en kom samen met je buren naar één van deze locaties:

- 13.30 uur Smishoek
- 14.30 uur Kerkplein
- 15.30 uur hoek Cauwenstraat / Nieuwe Baan
- Of bij slecht weer: Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene



# Urban run

zondag 2 juni

i.s.m. Vrasene 888



Op zondag 2 juni 2024 wordt om 10u het startschot gegeven van de Urban Run 888 in Vrasene.

Het concept is een wandel- of loopparcours van zo'n 6 of 12 kilometer langs verschillende handelszaken, historische plaatsen en vergeten steegjes. Het is een unieke gelegenheid om op een recreatieve of sportieve manier kennis te maken met Vrasene en omgeving.

**Dienstencentrum Den Birkenblok, Huize Elisabeth en de bibliotheek zetten die dag hun deuren open voor de deelnemers!**

Je hebt de unieke kans om de deelnemende locaties te doorkruisen en je ontvangt na afloop een goodiebag vol attenties.

Voor meer informatie kan je terecht op de website van Vrasene 888.

[www.vrasene888.be](http://www.vrasene888.be)



# Vlas in Vrasene mini-expo

29 april - 10 mei

**Erfgoedcel Waasland laat samen met IOED Schelde-Durme een kleinschalige tentoonstelling over het roten van vlas rondreizen. In mei houdt deze halt in Den Birkenblok. De expo is te bewonderen tijdens de openingsuren van het dienstencentrum.**

Deze mini-expo maakt deel uit van een groter project met de bedoeling om zoveel mogelijk kennis rond het roten van vlas te verzamelen. De erfgoedcel is op zoek naar mensen die nog iets meer hierover zouden kunnen vertellen, de laatste getuigen zijn vandaag hoogbejaard. Hun kennis, ervaringen en woordenschat dreigen voorgoed verloren te gaan. Daar wil men een stokje voor steken. Je kan in den Birkenblok kennis maken met en voelen en ruiken aan enkele voorwerpen die de herinnering aan deze tijd weer aanwakkeren. Kan je meer vertellen over deze boeiende 'stiel'? Laat het ons zeker weten. Zo kan de organisatie contact met je opnemen.





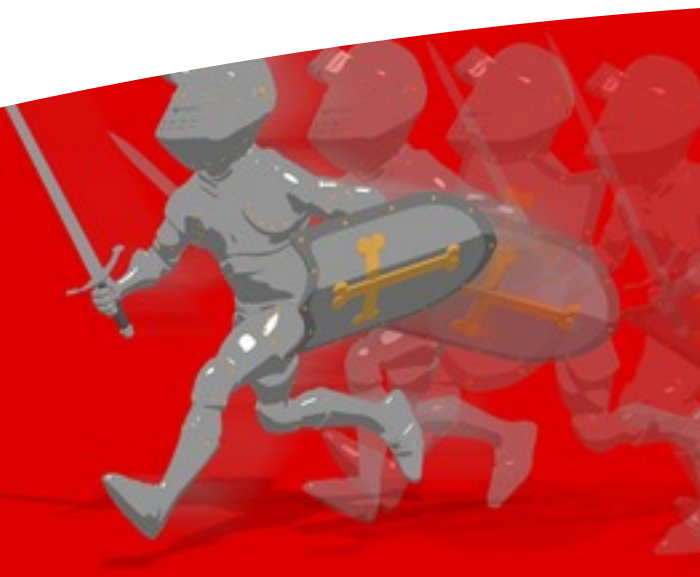
# Ridderspel

zaterdag 22 juni

## Ludiek spel dat zich afspeelt in het Vrasene van het jaar 1136

2 Stomdronken keuterboeren komen bij het ontwaken uit hun roes oog in oog te staan met de prachtigste verschijning die ze ooit in levende lijve mochten ontmoeten. Ze willen haar allebei het hof maken. Er ontstaat voor het eerst ruzie tussen de keuterboeren en ze bevelen hun stalknechten om de hand van de freule te gaan vragen. Helaas, onze jonkvrouw wil enkel huwen met een ridder maar ... ze mogen deelnemen aan de ridderspelen op haar landgoed.

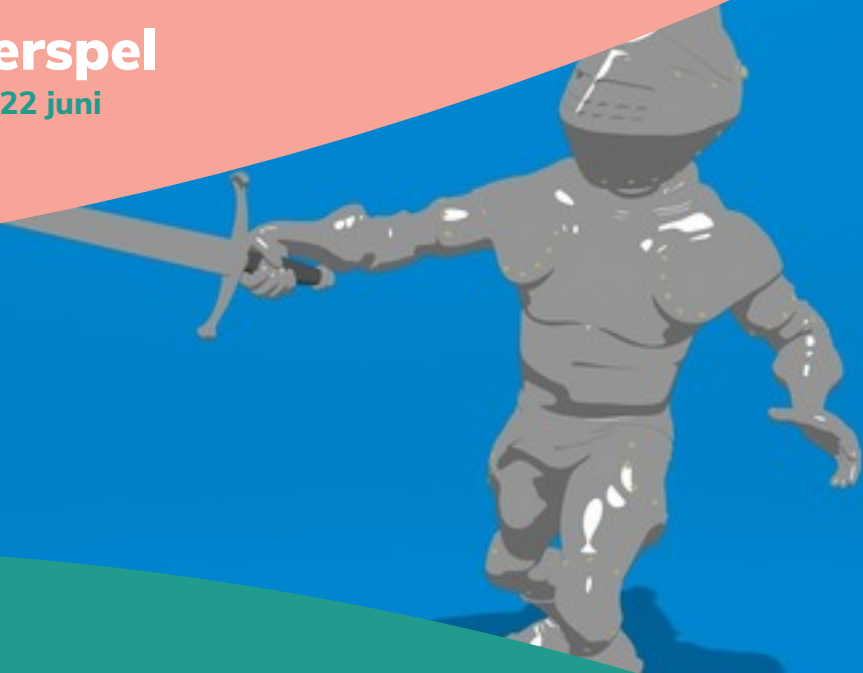
De stalknechten haasten zich terug naar hun keuterboeren 'Carlos en Arius' om de boodschap over te brengen. Aangezien geen van beiden ooit gevochten heeft als een ridder, rest de stalknechten de zware taak beide keuterboeren te trainen tot volleerde ridders.





# Ridderspel

zaterdag 22 juni



Onze beide keuterboeren kunnen hun strijd slechts tot een goed einde brengen met de hulp van ons enthousiast publiek. De supporters van beide kampen, rood en blauw, mogen hierbij zelfs een handje toesteken (wees gerust, je mag hiervoor op je stoel blijven zitten).

Omdat je van al dat vechten ook bijzonder grote honger krijgt, voorzien we heerlijke homemade fricandon met kriekjes met aansluitend dessertje.

- Zaterdag 22 juni, 14.00 - 21.00 uur (deuren 13.30 uur)
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok,  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: € 7,5 (€ 5,5 KP) maaltijd inbegrepen
- Koop je kaarten voor 12 juni bij Katleen aan de balie

# Dag van de mantelzorger

maandag 24 juni



## Wegwijs in premies en tegemoetkomingen

Door ziekte, beperking of ouderdom worden mensen geconfronteerd met extra hoge kosten van medische uitgaven, maar ook van extra uitgaven om de zorg op een goede manier te organiseren. In het doolhof van wettelijke financiële tussenkomsten spelen verschillende factoren mee.

Elke situatie is uniek.

Wanneer heeft iemand recht op een tussenkomst? Hoe kun je die aanvragen? Wie helpt je hierbij? Hebben mantelzorgers recht op een premie? Wie bepaalt dit? Wat moet je hiervoor doen? Tijdens deze bijeenkomst krijg je een algemeen overzicht van de verschillende mogelijkheden en is er ruimte voor je concrete vragen.

- Maandag 24 juni: 14.00 - 16.00 uur
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname gratis
- Schrijf je in aan de balie bij Katleen of per mail naar [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be) of telefonisch op 0471 62 68 29

# Kubben

met OKRA Vrasene  
maandelijks op dinsdag

- Dinsdag 7 mei, 13.30 uur
- Dinsdag 4 juni 13.30 uur
- Grasplein Dienstencentrum Den Birkenblok,  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Informatie: OKRA Vrasene - Roland Pleysir,  
telefoonnummer 03 775 74 34
- Deelname gratis
- Vrije toegang



**ZORGPUNT  
WAASLAND**  
goed voor elkaar



# Infosessie hitteplan

vrijdag 14 juni of op afspraak



**Hoe houd je het hoofd  
en je huis koel op warme dagen?**

**We geven tips over wat je kan doen om jezelf en je  
woning tegen de zon en de hitte te beschermen.**

- Vrijdag 14 juni 14.00 - 16.00 uur
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok,  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Schrijf je in of maak een afspraak  
aan de balie of  
via mail naar [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be) of  
telefonisch op 0471 62 68 29
- Deelname gratis

**Indien gewenst komt de centrumleider op huisbezoek om  
uitleg hierover te geven.**

*Iedere deelnemer ontvangt een gratis  
goodie bag om zich beter te wapenen  
tegen de zomerhitte.*

# Dagschotel

In dienstencentrum Den Birkenblok kan je alle werkdagen tussen 12.00 en 13.00 uur terecht voor een warme maaltijd, liefdevol geserveerd door Wendy en Liesbeth.

Het driegangenmenu bestaat uit verse soep, een hoofdgerecht en een dessertje. Water bij de maaltijd en koffie of thee bij het dessert zijn inbegrepen, maar een ander drankje aan de bar kopen is ook steeds mogelijk.

De prijs voor deze dagschotel bedraagt € 7,50. Houders van een UiTPAS met kansentarieef betalen € 5,50. Inschrijven en betalen (enkel cash) doe je aan de balie van het dienstencentrum op werkdagen tussen 10.00-12.30 uur en 13.00-14.00 uur. Reserveren kan tot 2 dagen vooraf, zolang er dagschotels beschikbaar zijn. Op feestdagen zijn er geen maaltijden.

**Wil je zeker zijn van je plaatsje aan tafel?  
Reserveer ten laatste woensdag voor de komende week.**



Download ons menu



# UITNEEMBARE KALENDER MEI 2024

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
29/04 HUISBEZOEK VALPREVENTIE	30/04 — BINGO!	01/05 GESLOTEN DAG VAN DE ARBEID	02/05 — BUREN ZONDER MUREN	03/05 SAMEN IN ACTIE — POTKAST
06/05 — PASTELTEKENEN	07/05 — KUBBEN	08/05 LIJNDANSEN — SPELLETJES	09/05 GESLOTEN HEMELVAART	10/05 ZANGYOGA —
13/05 — PASTELTEKENEN ZONNEN SCHILDEREN MET DE ZONNEPIT	14/05 —	15/05 LIJNDANSEN — DIGICAFE, POTKAST EN SPELLETJES	16/05 — DIGILES CVO	17/05 SAMEN IN ACTIE — MUZIEKSHOW WERNER & LAURIE
20/05 GESLOTEN PINKSTERMAANDAG	21/05	22/05 LIJNDANSEN — POTKAST EN SPELLETJES	23/05 —	24/05 SAMEN IN ACTIE —
27/05 — PASTELTEKENEN	28/05 — BINGO!	29/05 LIJNDANSEN — KOPJE TROOST SPELLETJES	30/05 — DIGILES CVO	31/05 SAMEN IN ACTIE POTKAST DAG VAN DE BUREN — WORKSHOP AQUAREL
ZONDAG 2/06 URBAN RUN DOORHEEN VRASENE + FOODTRUCKFESTIVAL + PARKCONCERT				
Vrije toegang / Op vrijdag is de zaal pas toegankelijk vanaf 11.40 uur				
Vooraf inschrijven vereist via de balie				



# UITNEEMBARE KALENDER JUNI 2024

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
03/06 PASTELTEKENEN	04/06 KUBBEN	05/06 LIJNDANSEN — SPELLETJES	06/06 DIGI LES CVO — BUREN — ZONDER MUREN	07/06 ZANGYOGA —
10/06 — KAARTEN PASTELTEKENEN	11/06 —	12/06 LIJNDANSEN — DIGICAFE SPELLETJES POTKAST	13/06 —	14/06 — SAMEN IN ACTIE — INFOESSIE HITTEPLAN
17/06 — KAARTEN POTKAST	18/06	19/06 LIJNDANSEN — SPELLETJES KOPJE TROOST	20/06	21/06 — SAMEN IN ACTIE — DANSFEEST WORKSHOP AQUAREL BLOEMEN EN VLINDERS
24/06 — INFOESSIE PREMIES & TEGEMOETKOMINGEN MANTELZORGER	25/06 — BINGO	26/06 LIJNDANSEN — SPELLETJES POTKAST	27/06 —	28/06 — SAMEN IN ACTIE —
ZATERDAG 22/06 RIDDERSPEL				

Vrije toegang / op vrijdag is de zaal toegankelijk vanaf 11.40 uur

Vooraf inschrijven via de balie vereist.

# Team Buurt- en Mantelzorg



**Kristien Baeyens**

**teamcoach**

**!! NIEUW !!**

**Lamstraat 23**

**Sint-Niklaas**



**Sofie Lievens**

**centrumleider**

**DC Den Birkenblok**

**Oude Dorpsstraat 15**

**Vrasene**

**0474 49 10 36**



**Katleen Van Puymbroeck**

**onthaal & administratie**

**DC Den Birkenblok**

**Oude Dorpsstraat 15**

**Vrasene**

**0474 49 10 36**

# Sp(e)elnamiddag

## elke woensdag



**Kom op woensdagnamiddag langs met de (klein)kinderen en doe mee met ons spelletjestornooi.**

**Of geniet van een lekker koffietje terwijl de kinderen spelen.**

**Verwen ze nadien met een ijsje of pannenkoek.**

**Alles kan, niets moet.**

- Woensdagen 14.00 - 17.00 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Vrije toegang
- Deelname gratis



# Kopje troost

maandelijks op woensdag

**Iedereen met een verlieservaring heeft wel eens behoefte aan een deugddoende babbel of luisterend oor. Doe je graag eens je verhaal of denk je dat je steun kan vinden bij lotgenoten? Je kan maandelijks bij ons terecht voor een kopje troost in kleine kring.**

- Woensdag 29 mei en 19 juni, 13.30 - 15.00 uur
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Gratis deelname
- Toegang na intakegesprek met de centrumleider. Maak een afspraak via mail aan [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be) of telefoon naar 0471 62 68 29

***Als woorden niet helpen bij zorgen en pijn, laat dan dit kopje je troost even zijn.***



# Lijndansen

wekelijks op woensdag



**Kom je benen losgooien!  
Onze vrijwilliger Clara leert je  
stap voor stap de danspassen aan.**

- Woensdagen 09.30-10.30 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname € 1,70 per les (10 beurtenkaart)
- Inschrijven aan de balie of via mail aan  
[ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be)

**Wie wenst, kan één gratis proefles volgen.**

# Samen in actie

wekelijks op vrijdag



**De nadruk ligt op samen op een sportieve manier plezier maken.**

## Plezierig sportief

- vrijdag 3, 17, 24 en 31 mei
- vrijdag 14, 21 en 28 juni

## Zangyoga met Fon, want zingen is topsport

- vrijdag 10 mei en 7 juni

- 10.30 - 11.30 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname en water zijn gratis
- Vooraf inschrijven via de balie, mail naar [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be) of telefonisch op 0471 62 68 29

*Draag loszittende kledij en makkelijk schoeisel. Deze activiteiten zijn voor iedereen toegankelijk.*



# Samen in Actie

maandelijks op vrijdag

## Zangyoga met Fon Namtan, want zingen is ook topsport

Zingen vergroot ons mentaal welzijn, geeft zuurstof aan je lichaam, bevordert je fysiek en versterkt het geheugen. We doen dus veel meer dan gewoon samen wat liedjes zingen. Je hoeft de sterren niet van de hemel te kunnen zingen, iedereen kan gewoon meedoen.

- Vrijdag 10 mei en 7 juni  
10.30 - 11.30 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok,  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Gratis deelname
- Vrije toegang, ook kinderen zijn welkom!

Tijdens de zangyoga is enkel de kapel van het dienstencentrum toegankelijk voor bezoekers.



# Buren zonder muren

donderdag 2 mei

donderdag 6 juni



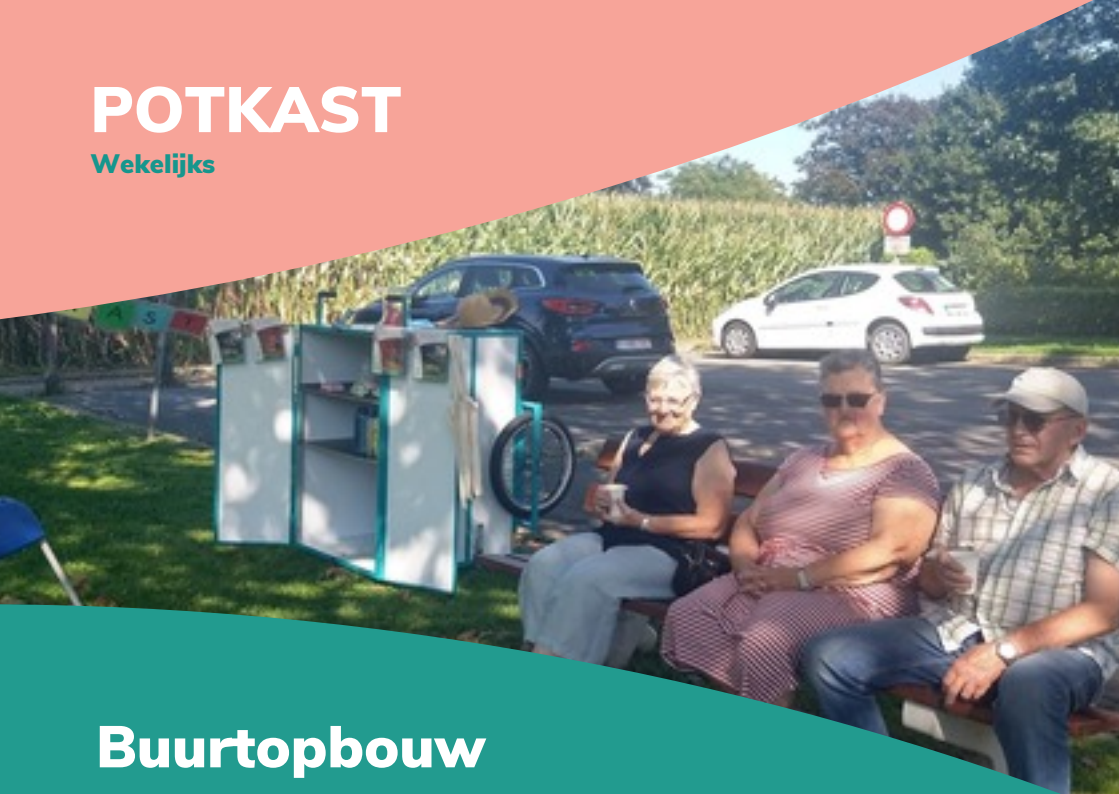
**Collectief moment van Familiehulp. Zij zorgen voor bezigheid, begeleiding en een flinke portie gezelligheid.**

- 2 mei en 6 juni, 14.00-16.00 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: € 1.82 per uur
- **Inschrijven en facturatie via de thuiszorgdienst**
- **Contacteer Familiehulp op 03 760 00 60**

***"Een leuke en ongedwongen manier om het dienstencentrum en andere buurtbewoners te leren kennen."***

# POTKAST

Wekelijks



## Buurtopbouw

Neem eens tijd voor een gezellige buurtbabbel. Wij zorgen voor een POT koffie en een KAST vol inspirerende gespreksonderwerpen.

### LOCATIES

- **Vrijdag 3 mei**  
14.00 - 16.00 uur Cauwenstraat
- **Woensdag 15 mei**  
14.00 - 16.00 uur Dorpsdam
- **Woensdag 22 mei**  
14.00 - 16.00 uur Kerkplein
- **Vrijdag 31 mei**  
op locatie met de ijskar van Nina's Chocolates
- **Zondag 2 juni**  
tijdens Urban Run Den Birkenblok
- **Woensdag 12 juni**  
14.00 - 16.00 uur Koefering
- **Maandag 17 juni**  
14.00 - 16.00 uur Cauwenstraat
- **Woensdag 26 juni**  
14.00 - 16.00 uur Dorpsdam

Bij slecht weer gaat de buurtbabbel door in het Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene  
**Iedereen welkom!**

# Digicafé

maandelijks op woensdag  
of op afspraak

Wil je hulp bij het online boeken van een restaurant, de uren van de bus nakijken, je medisch dossier raadplegen, een betaling uitvoeren op de computer...? Dienstencentrum Den Birkenblok wil graag dat iedereen mee is, ook digitaal.

Onze vrijwilliger Wim is regelmatig beschikbaar om je wegwijs te maken in de wondere wereld der techniek.

- Woensdag 15 mei en 12 juni\* 14.00 - 16.00 uur
- Ontmoetingsruimte Dienstencentrum Den Birkenblok  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Vrije toegang
- Deelname gratis

Breng je smartphone, laptop of tablet en kabeltjes mee en hou je paswoorden, pincodes en logins bij de hand.

\* Liever een ander moment? Contacteer ons dan via [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be) of telefonisch op 0471 62 68 29.



# Bingo!

dinsdag 28 mei

dinsdag 25 juni

**Met groot enthousiasme organiseren enkele buurtbewoners een Bingomiddag voor jullie. De cijfertjes vliegen jullie om de oren en worden gevolgd door een beloning van de prijzentafel!**

- Elke laatste dinsdag van de maand  
28 mei en 25 juni, 14.00 - 16.00 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: € 1,00 per kaart, voor 3 spelletjes
- Vrije toegang



# Dansfeest Viva la Fiesta

vrijdag 21 juni



**Met tapas, Sangria en spaanse muziek  
luiden we de zomer feestelijk in.  
Olé!**

- Vrijdag 21 juni, 14.00 - 17.00 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok,  
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Vrije toegang
- Deelname gratis





# Sport TV

dagelijks

Geniet samen van de sportzomer tijdens onze openingsuren en bekijk de wedstrijden in de gekoelde ontmoetingsruimte van Den Birkenblok. Vergeet ook niet deel te nemen aan de randactiviteiten.

## De Ronde van Frankrijk

Tussen 29 juni en 21 juli zullen de ritten van de Tour de France gevolgd kunnen worden op het TV-scherm.

## EK Voetbal

Wat doen de Rode Duivels op het EK voetbal? Supporter in gezelschap van 14 juni tot 14 juli!



# Warme dagen zorg dragen

**Vind alle info op  
[www.warmedagen.be](http://www.warmedagen.be) en in de  
infobrochure die te krijgen is  
in dienstencentrum Den Birkenblok.**

Bovendien zal de centrumleider tijdens de warme dagen ook rondgaan in de buurt met vers fruit, water en nog enkele leuke attributen die jou kunnen helpen om je te wapenen tegen de hitte. Wil je graag dat we eens bij je thuis langs komen om uitleg te geven over hoe je je hoofd en huis koel kan houden? Laat het dan zeker weten via telefoon naar 0471 62 68 29 of e-mail aan [Idc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:Idc.denbirkenblok@zpw.be).

Weet ook dat je in het dienstencentrum op werkdagen terecht kunt voor gratis water, een gekoelde ruimte en frisse drankjes? Geniet ook volop van ons terras en tuin. Bescherm je dan wel voldoende tegen de zon en maak gratis gebruik van onze hoeden, parasols, waaiers en zonnecrème.

## Warme dagen, zorg dragen

Zon in overvloed, verzorg jezelf en anderen goed.

[warmedagen.be](http://warmedagen.be)

### WEES VOORBEREID



Zorg dat je altijd water bij je hebt.



Volg de weervoorspellingen.

Sm  
als je

### DRINK VOLDOENDE

# Vrasene 888

programma mei - juni 2024



## Vrasene viert zijn 888-jarig bestaan!

Feest mee en eer ons dorp! 2024 wordt een jaar vol leuke activiteiten en streekproducten voor jong & oud, die de rijke (en vergeten?) geschiedenis van ons mooie dorp uit de doeken doet.

### Programma

**zaterdag 4 mei**

**Schoolfeest VBS De Zonnepit**  
Cauwenstraat

**zaterdag 25 mei**

**Schoolfeest GBS De Oogappel**  
Nieuwe Baan

**zondag 2 juni**

9.30 - 16.00 uur

**Urban Run - Parkconcert**

De Koefering - Smisstraat

**zondag 2 juni**

12.00 - 22.00 uur

**Foodtruckfestival - Urban Jump**

De Koefering - Smisstraat

**maandag 24 juni**

13.00 uur

**Fietshappening OKRA Vrasene**

vertrek aan de kerk

**zondag 30 juni**

08.00-17.00 uur

**Ronde van het Waasland mountainbikers**

KFC Vrasene Smisstraat

**Meer info: [www.vrasene888.be](http://www.vrasene888.be)**

## ACTIVITEITEN VAN ONZE PARTNERS

<b>donderdag 2 mei</b> 14.00 - 16.30 uur	<b>Lijndans</b>	OKRA	OC 't Klooster, Brugstraat
<b>donderdag 2 mei</b> 13.00 - 16.30	<b>Praatcafé</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>vrijdag 3 mei</b> 9.30 - 10.30 uur	<b>Turnen</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>zondag 5 mei</b>	<b>Samen-Zijn 80+</b>	OKRA	
<b>maandag 6 mei</b> 13.00 uur	<b>Fietsen</b> (zomerseizoen)	OKRA	vertrek bij de kerk
<b>dinsdag 7 mei</b> 14.00 uur	<b>Kubb</b>	OKRA	grasplein DC Den Birkenblok
<b>woensdag 8 mei</b> 18.30 - 19.45 uur 19.45 - 21.15 uur	<b>Salondans</b> beginners gevorderden	OKRA	OC 't Klooster, Brugstraat
<b>maandag 13 mei</b> 13.00 uur	<b>Fietsen</b> (zomerseizoen)	OKRA	vertrek bij de kerk
<b>maandag 13 mei</b>	<b>Kook-demo</b> (lentemenu)	Gezinsbond	
<b>dinsdag 14 mei</b> 13.00 - 16.30	<b>Crea</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>donderdag 16 mei</b> 14.00 - 16.30 uur	<b>Lijndans</b>	OKRA	OC 't Klooster, Brugstraat
<b>donderdag 16 mei</b> 13.00 - 16.30	<b>Praatcafé</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>donderdag 16 mei</b> 19.00 - 21.30	<b>Verhuizen naar een woonzorg- centrum. Wat komt hier zoal bij kijken?</b>	Alzheimer- Liga Vlaanderen	Dienstencentrum 't Lammeken Lamstraat 23 Sint-Niklaas
<b>vrijdag 17 mei</b> 9.30 - 10.30 uur	<b>Turnen</b>	OKRA	OC 't Klooster

### Meer informatie:

Alzheimer Liga Vlaanderen: [www.alzheimerliga.be](http://www.alzheimerliga.be)

Gezinsbond: [www.beveren9120.gezinsbond.be](http://www.beveren9120.gezinsbond.be)

OKRA: [www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene](http://www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene)

<b>maandag 20 mei</b> 13.00 uur	<b>Fietsen</b> (zomerseizoen)	OKRA	vertrek bij de kerk
<b>dinsdag 21 mei</b> 14.00 uur	<b>Bingo</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>woensdag 22 mei</b> 18.30 - 19.45 uur 19.45 - 21.15 uur	<b>Salondans</b> beginners gevorderden	OKRA	OC 't Klooster, Brugstraat
<b>donderdag 23 mei</b> 19.30-21.30 uur	<b>Praatcafé</b> <b>dementie</b>	ZPW, ECD, Vitaz,...	LDC De Griel Beveren
<b>donderdag 23 mei</b> 14.00-16.30 uur	<b>Lijndans</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>vrijdag 24 mei</b> 9.30 - 10.30 uur	<b>Turnen</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>vrijdag 24 mei</b> 14.00 uur	<b>Voordracht</b> 'De wondere wereld van de vogels'	OKRA	CC Ter Vesten, Beveren
<b>maandag 27 mei</b> 9.00 uur	<b>Fietsen</b> (dagtocht)	OKRA	vertrek bij de kerk
<b>dinsdag 28 mei</b> 13.30 - 16.30 uur	<b>Crea</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>donderdag 30 mei</b> 14.00 - 16.30 uur	<b>Lijndans</b>	OKRA	OC 't Klooster, Brugstraat
<b>donderdag 30 mei</b> 13.00 - 16.30 uur	<b>Praatcafé</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>donderdag 30 mei</b> 19.30 uur	<b>Wat kan jouw gemeente doen voor betaalbaar wonen</b>	Gezinsbond i.s.m. beweging. net	OC 't Klooster
<b>vrijdag 31 mei</b> 9.30 - 10.30 uur	<b>Turnen</b>	OKRA	OC 't Klooster

### Meer informatie:

Praatcafé dementie Oost-Vlaanderen: [www.praatcafedementie.be/waar/](http://www.praatcafedementie.be/waar/)

Gezinsbond: [www.beveren9120.gezinsbond.be](http://www.beveren9120.gezinsbond.be)

OKRA: [www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene](http://www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene)

*Wil je jouw evenement ook graag hier publiceren? Stuur 3 maand op voorhand je activiteit (wat, waar, wanneer) met de nodige contactgegevens door naar [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be)*

<b>zaterdag 1 juni</b> 19.00 - 23.00 uur	<b>Balavond</b>	OKRA	OC 't Klooster, Brugstraat
<b>zondag 2 juni</b> 09:30 - 16:00	<b>Parkconcert 'Urban Run'</b>	Koninklijke Fanfare Eendracht Vrasene	
<b>maandag 3 juni</b> 13.00 uur	<b>Fietsen</b> (zomerseizoen)	OKRA	vertrek bij de kerk
<b>dinsdag 4 juni</b> 13.30 uur	<b>Kubb</b>	OKRA	grasplein DC Den Birkenblok
<b>woensdag 5 juni</b> 18.30 - 19.45 19.45 - 21.15	<b>Salondans</b> beginners gevorderden	OKRA	OC 't Klooster, Brugstraat
<b>donderdag 6 juni</b> 14.00 - 16.30 uur	<b>Lijndans</b>	OKRA	OC 't Klooster, Brugstraat
<b>vrijdag 7 juni</b> 9.30 - 10.30 uur	<b>Turnen</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>maandag 10 juni</b> 13.00 uur	<b>Fietsen</b> (zomerseizoen)	OKRA	vertrek bij de kerk
<b>dinsdag 11 juni</b> 13.30 - 16.30 uur	<b>Crea</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>donderdag 13 juni</b> 14.00 - 16.30 uur	<b>Lijndans</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>donderdag 13 juni</b> 13.00 - 16.30	<b>Praatcafé</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>vrijdag 14 juni</b> 9.30 - 10.30 uur	<b>Turnen</b>	OKRA	OC 't Klooster

### Meer informatie:

OKRA: [www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene](http://www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene)

Koninklijke Fanfare Eendracht Vrasene: [www.fanfare-eendracht-vrasene.be](http://www.fanfare-eendracht-vrasene.be)

Wil je jouw evenement ook graag hier publiceren? Stuur 3 maand op voorhand je activiteit (wat, waar, wanneer) met de nodige contactgegevens door naar [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be)



<b>maandag 17 juni</b> 13.00 uur	<b>Fietsen</b> (zomerseizoen)	OKRA	vertrek bij de kerk
<b>maandag 17 juni</b> - <b>zondag 23 juni</b>	<b>Weekje Bosberg</b>	Gezinsbond Gosa	
<b>woensdag 19 juni</b> 18.30 - 19.45 19.45 - 21.15	<b>Salondans</b> beginners gevorderden	OKRA	OC 't Klooster, Brugstraat
<b>donderdag 20 juni</b> 14.00 - 16.30 uur	<b>Lijndans</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>vrijdag 21 juni</b> 9.30 - 10.30 uur	<b>Turnen</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>maandag 24 juni</b> 13.00 uur	<b>Fietshappening</b>	OKRA	vertrek bij de kerk
<b>dinsdag 24 juni</b> 13.30 - 16.30	<b>Crea</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>donderdag 27 juni</b> 14.00 - 16.30 uur	<b>Lijndans</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>donderdag 27 juni</b> 13.00 - 16.30 uur	<b>Praatcafé</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>vrijdag 28 juni</b> 9.30 - 10.30 uur	<b>Turnen</b>	OKRA	OC 't Klooster
<b>zondag 30 juni</b> <b>8.00 - 17.00 uur</b>	<b>Ronde van het Wasland voor mountainbikers</b>	KFC Vrasene	Voetbalkantine KFC Vrasene Smisstraat

### Meer informatie:

Gezinsbond: [www.beveren9120.gezinsbond.be](http://www.beveren9120.gezinsbond.be)

OKRA: [www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene](http://www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene)

KFC Vrasene: [www.kfc-vrasene.be](http://www.kfc-vrasene.be)

Wil je jouw evenement ook graag hier publiceren? Stuur 3 maand op voorhand je activiteit (wat, waar, wanneer) met de nodige contactgegevens door naar [ldc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:ldc.denbirkenblok@zpw.be)

# DIENSTENCENTRUM DEN BIRKENBLOK



ZORGPUNT  
WAASLAND  
goed voor elkaar

## ONTMOETINGSRUIMTE Voor jong en minder jong

Vrije toegang op werkdagen  
10.30 - 17.30 uur

## INSCHRIJFMOMENTEN BALIE

Werkdagen  
10.00 - 12.30 en 13.00-14.00 uur

## REGULIER AANBOD

Zie brochure of website  
[www.zorgpuntwaasland.be/dienstencentra](http://www.zorgpuntwaasland.be/dienstencentra)  
Volg ons op Facebook Dienstencentrum Den Birkenblok  
Houders van een UiTPAS Reynaert met kansentarief (KP)  
krijgen 25% korting bij betalende activiteiten.

## CONTACTGEGEVENS

Oude Dorpsstraat 15 - 9120 Vrasene  
Telefoon: 0471 62 68 29  
E-mail: [Idc.denbirkenblok@zpw.be](mailto:Idc.denbirkenblok@zpw.be)

## BEREIKBAARHEID

- Bussen De Lijn nummers 31, 84, 85 (halte Vrasene-kerk)
- Parkeermogelijkheid aan de Heilig Kruiskerk
- Ondervind je moeilijkheden om tot hier te geraken? Contacteer ons en we bekijken samen hoe we vervoer kunnen organiseren.