

Dienstencentrum Den Dissel

Kalender januari - februari 2025



In deze brochure vind je de activiteiten van dienstencentrum Den Dissel, Turkyen 4/0003, 9100 Nieuwkerken-Waas.

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



**ZORGPUNT
WAASLAND**
goed voor elkaar

www.zorgpuntwaasland.be
www.facebook.com/thuizorgsintniklaas

Dienstverlening

Openingsuren

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

Onthaal Den Dissel

Maandag tot vrijdag (woensdag gesloten) aan het bureau in de ontmoetingsruimte.
10 - 12.30 uur en 13 - 14 uur.
Alle weekdays telefonisch bereikbaar via 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.

Betaalwijze onthaal:

Betaling ter plaatse via bancontact of geldbeugel.

Telefonisch reserveren:

Betaling via geldbeugel.
Factuur mogelijk vanaf € 10.

Annuleren activiteiten:

Kosteloos annuleren kan tot de dag voor de activiteit tot 14 uur. Daarna wordt de activiteit aangerekend.

Maaltijden

Maandag tem vrijdag:
van 12 - 13 uur.
Menu aan het onthaal of raadpleegbaar op de website.
Prijs: € 7,50, K.P. € 5,50.
Kosteloos annuleren kan tot 10 uur 's morgens. Daarna wordt de maaltijd aangerekend.

Ontmoetingsruimte

Maandag, dinsdag, woensdag, donderdag, zaterdag en zondag van 13.30 - 17.30 uur.
Vrijdag gesloten.

Afhaalmaaltijden

Maandag t.e.m. vrijdag van 10.30 - 12 uur en 13 - 14.30 uur.
Prijs: € 6,40.
Dieet mogelijk op aanvraag.

Badkamer met hoog-laagbad

Prijs € 1,5 en K.P. € 1.
Inschrijven aan het onthaal.

Kapsalon

Maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 9 - 12 uur.
Reservatie rechtstreeks bij de kapster.
Prijzen vind je terug in het kapsalon.

Info thuiszorg en woonzorg

Thuiszorgcentrum 't Punt
Lamstraat 23, 9100 Sint-Niklaas.
Elke werkdag: 9 - 12.30 uur.
Afspraak maken via: 03 778 55 55.

Info eerstelijnspsycholoog

Eerste gesprek gratis
Vanaf tweede gesprek € 11, V.T. € 4.
Meer info via 03 760 00 60.

Eerste inschrijvingsdag voor deze kalender is maandag 16 december.

Inschrijven kan ook in LDC's Den Aftrap, 't Lammeken en De Schutterrij.

Op naar 2025!

gelukkig
NIEUWJAAR

Beste bezoekers

Namens het hele team van Den Dissel wensen wij jullie een gelukkig en gezond nieuwjaar! Dat 2025 gevuld mag zijn met vreugde, nieuwe kansen en mooie momenten.

We hopen jullie dit jaar weer te verwelkomen op onze vele activiteiten en maaltijden in het dienstencentrum of wie weet komen we elkaar wel tegen tijdens één van onze campagnes in de buurt.

Samen bouwen we graag verder aan een warm en zorgzaam Nieuwkerken!

Vriendelijke groet

Erika, Els, Shayna en Wendy

Programma

JANUARI

FEBRUARI

Buurtgerichte activiteiten

- 7/01 en 25/02 Buurtkar met soep en babbels
- 11/02 Sjoeke voor een chouke

Occasionele activiteiten

- 07/01 Film 'The greatest showman'
- 10/01 Nieuwjaarsreceptie
- 13/01 Verloren maandag
- 14/01 Bloemschikken met uitvaartzorg Van de Velde
- 21/01 Wafelenbak
- 22/01 Winterwandeling met Femma
- 23 en 30/01 Workshop: ontdek de smartphone
- 24/01 Tuinhier: Tomaten, paprika's en aubergines telen
- 28/01 Toneel: De geschiedenis van Sinnekloas
- 03/02 Lichtmis in De Sprankel
- 04/02 Infosessie: tegemoetkomingen mantelzorgers
- 11/02 Actie 'Sjoeke voor een chouke'
- 13/02 Ontbijt voor hartendieven
- 13/02 Muziekkwis
- 14/02 Valentijnsontbijt
- 20/02 Infosessie: winkeloefening
- 23/02 Optreden circus Circalissa
- 27/02 Dans- en muzieknamiddag
- 28/02 Tuinhier: Film 'Onder het maaiveld'

Reguliere activiteiten

- Stoelyoga
- Mindfulness oefengroep
- Handwerkcafé Studio Steek
- Digipunt / Digibank
- Gezelschapsspelen
- Huisbezoek

Op 1 januari 2025 serveren wij geen warme maaltijden en is het onthaal gesloten.

De cafetaria is die dag open van 13.30 tot 17.30 uur.



Betalen in Den Dissel

Vanaf januari werken wij met een vernieuwd kassasysteem. Hierdoor gelden er enkele nieuwe afspraken rond betalingen in het dienstencentrum.

We zetten alles nog eens op een rijtje ...

Betalen van maaltijden en activiteiten

Je kan niet met cash betalen aan het onthaal.

Bancontact: deze betalingswijze heeft de voorkeur voor alle betalingen ter plaatse.

De geldbeugel is een digitale portemonnee die kan gebruikt worden voor de betaling van maaltijden en activiteiten.

Opladen van de geldbeugel kan via bancontact in het dienstencentrum of via factuur.

Factuur: enkel nog mogelijk voor betalingen van € 10 en hoger.

Bij telefonische reservatie kan je enkel betalen met het geld in de geldbeugel of via factuur. Wil je toch met bankkaart betalen, dan kom je best langs in het dienstencentrum.

Betalen van drankverbruik in de cafetaria

Betalen in de cafetaria kan enkel met cash of bankkaart. Voor bewoners van het Populierenhof kan dit ook via de maandelijkse factuur.

Prijsindexatie

Sinds 1 november kost een afhaalmaaltijd € 6,40.

Daarnaast volgt er binnenkort nog een indexatie van de prijzen in de cafetaria.



Buurtgerichte activiteiten

Buurtbabbels

Wat smaakt er beter dan lekkere, warme soep tijdens de koudste dagen van het jaar?

Den Dissel brengt die warmte graag tot bij jou!

De soepkar rijdt uit op 7 januari en 25 februari, tenminste als het weer het toelaat.

Heb je graag dat wij je een bezoekje brengen? Laat het ons dan zeker weten via het onthaal van Den Dissel: 03 780 57 06 of Idc.dendissel@zpw.be

Ook op andere momenten zal je ons in de buurt vinden.

Graag tot aan de buurtkar!



Film

The Greatest Showman

Cinema Den Dissel trakteert je deze maand op een originele musical geïnspireerd op de ambitie en verbeelding van P.T. Barnum.

Barnum was een visionair die vanuit het niets de 'Greatest Show on Earth' creëerde, een spektakel en viering van zijn epische verbeelding die het publiek over de hele wereld verrukt.

Hugh Jackman straalt in deze gedurfde en moedige film die de geboorte van de showbusiness en het uitkomen van dromen viert.

Datum: dinsdag 7 januari

Uur: 14 - 16.30 uur

Deelname: € 3,50, K.P. € 2,70

Inclusief 1 alcoholvrij drankje en 1 snack

Vooraf inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be. Kosteloos annuleren kan tot de dag ervoor.



Nieuwjaarsreceptie

2025 is daar!

We willen graag samen met jullie het glas heffen op een voorspoedig en gezond jaar. Daarom nodigen wij je van harte uit voor onze jaarlijkse nieuwjaarsreceptie op vrijdag 10 januari.

Kom langs voor een gezellige middag met hapjes, drankjes en mooie ontmoetingen.

We kijken ernaar uit om samen met jullie het nieuwe jaar feestelijk in te luiden!

Laat ons weten of je erbij kan zijn vóór donderdag 2 januari via 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.

Datum: vrijdag 10 januari

Uur: 13.30 - 16.30 uur

Plaats: ontmoetingsruimte Fie Kapel

Deelname: gratis, [inschrijven verplicht](#).



2025

Verloren maandag

i.s.m. bakkerij

Toon De Klerck

Op maandag 13 januari is het weer 'Verloren Maandag'.

We kijken ernaar uit om samen met jullie van deze heerlijke traditie te genieten! Kom langs om te smullen van heerlijk worstenbrood of een verse appelbol van bakkerij Toon De Klerck.

**Bij inschrijving vermelden wat je wenst te bestellen:
appelbol of worstenbrood.**

Datum: maandag 13 januari

Uur: 14.00 - 16.00 uur

Deelname: € 4,50 voor appelbol, € 5 voor worstenbrood

Inschrijven vóór 3 januari 2025 via het onthaal,

03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.

Kosteloos annuleren kan tot de dag ervoor.



Bloemschikken

i.s.m. uitvaartzorg

Van de Velde

Uitvaartzorg Van de Velde organiseert op dinsdag 14 januari een middag vol creativiteit, verbinding en herinnering. Op een informele en gezellige manier maken we kennis met elkaar, terwijl we samen een bloemstuk maken.

Het bloemstuk mag je achteraf meenemen naar huis.

Voor wie dat wenst sluiten we de middag af met een korte wandeling naar het kerkhof om daar het bloemstuk bij het graf van een dierbare te plaatsen.

Al het materiaal wordt voorzien door uitvaartzorg Van de Velde. Je hoeft zelf niets mee te nemen.

Wij vragen wel om in te schrijven zodat we voldoende materiaal kunnen voorzien.

Datum: dinsdag 14 januari

Uur: 13.30 - 17 uur

Deelname: gratis

Inschrijven vóór 6 januari via het onthaal, 03 780 57 06
of ldc.dendissel@zpw.be



Wafelenbak

i.s.m. WZC Populierenhof

Nu de koude nog in het land is, maken we het binnen graag warm en gezellig.

Samen met het WZC Populierenhof, maken we onze vuurtjes warm en nodigen wij je uit op een heerlijke wafelenbak.

Niets beter dan samen een babbeltje slaan met een verse warme wafel erbij.

Gezelligheid troef!

Datum: dinsdag 21 januari

Uur: 14 - 16 uur

Deelname: € 2,50, K.P. € 1,50 voor 1 wafel - cash ter plaatse te betalen.

Inschrijven is niet nodig.



Winterwandeling

i.s.m. Femma

In de winter is de natuur op haar mooist en wat is er fijner dan het nieuwe jaar te beginnen met frisse lucht, beweging en gezelligheid?

Daarom nodigen we je van harte uit voor de Winterwandeling van Femma op woensdag 22 januari.

Trek je warme jas aan, doe een sjaal om en wandel met ons mee! We vertrekken stipt om 13.30 uur aan Den Dissel. We wandelen een 5 à 6 kilometer en sluiten af met een heerlijke pannenkoek in de ontmoetingsruimte.

Datum: woensdag 22 januari

Uur: vertrek om 13.30 uur

Deelname: € 3,00, K.P. € 2,00 - inclusief pannenkoek

Vooraf inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be

Kosteloos annuleren kan tot de dag ervoor.



Ontdek de smartphone

i.s.m. Baken

Deze workshop van 2 sessies is speciaal voor iedereen die graag zijn smartphone beter wil leren kennen. Bellen en berichtjes sturen, maar wat kan je er eigenlijk nog allemaal mee? We nemen de tijd om alles rustig en duidelijk uit te leggen.

Het bijzondere aan deze workshop? Je wordt begeleid door jonge mensen met een talent voor media, die enthousiast zijn om hun kennis met jou te delen.

Neem gerust je eigen smartphone mee! Samen, jong en oud, zorgen we ervoor dat je vol vertrouwen en plezier met je smartphone aan de slag kunt.

Datum: donderdag 23 en 30 januari

Uur: 14 - 15 uur

Deelname: gratis

Vooraf inschrijven is noodzakelijk. De plaatsen zijn beperkt. Inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.



Studio Steek

Handwerkcafé

Handwerkcafé Studio Steek gaat van start in Den Dissel! Maandelijks komen we samen om te handwerken in de brede zin van het woord. Liefhebbers van breien, haken, naaien, borduren, macramé, verstelwerk, ... allemaal welkom! Zowel voor beginners als gevorderden.

Je brengt je eigen project en materiaal mee en kan dan samen met anderen verder werken, tips en ideeën uitwisselen in een ontspannen sfeer.

Het is geen cursus of les, maar wanneer je eventjes vast zit of twijfelt over wat je moet doen, dan helpen en ondersteunen we elkaar.

Data:

- vrijdagmiddag van 13.30 - 16 uur: 24/01 en 21/02
- donderdagavond van 19.00 - 21.30 uur: 6/02 en 6/03

Deelname: € 3,00, K.P. 2,30. Koffie, thee en water is inbegrepen, eigen project en materiaal meebrengen.

Inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be



TuinHier

Teelt van tomaten, paprika's en aubergines

Ze zijn heerlijk: tomaten, paprika's en aubergines. Al helemaal wanneer ze kakelvers zijn door ze zelf te kweken.

Wil je graag zelf aan de slag, maar weet je niet goed hoe je daaraan moet beginnen of waar je op moet letten? Kom dan zeker langs op deze infosessie van TuinHier. Na deze avond heeft het zelf kweken geen geheimen meer voor jou!

Datum: vrijdag 24 januari

Uur: 19 - 21 uur

Deelname: gratis

Vooraf inschrijven is noodzakelijk. De plaatsen zijn beperkt. Inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.



Toneel

De geschiedenis van Sinnekloas

Welke keizer bezoekt Sinnekloas?

Waarom waren er bloederige rellen op de markt...
en op welke markt?

Wat is de haestighe sieckte?

Draagt een dzjubedeziken een karo-em?

Na de voorstelling weten jullie alle antwoorden!

'De geschiedenis van Sinnekloas, onvolledig' wordt een middag genieten van fratsvolle, wijsleuke en reveurijke taferelen uit de plaatselijke historie en dit gebracht door het Waes Toneelteam. Een team bestaande uit personen met een kwetsbaarheid.

Datum: dinsdag 28 januari

Uur: 14 uur

Deelname: € 6, K.P. € 4,50

Vooraf inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of
ldc.dendissel@zpw.be.



De geschiedenis van Sinnekloas, onvolledig

Eddy Van Hoyweghen

Mantelzorgcoaches

Mantelzorg in de kijker

Begin december kwam de **mantelzorgcoach** zich voorstellen. Kon je er niet bij zijn? We vatten het voor jou even samen:

Evaringsdeskundige mantelzorgcoaches bieden je een luisterend oor, ondersteuning en begeleiding op maat. Je kan bij **mantelzorgvereniging Samana** terecht voor (maximaal) 4 gratis sessies met een mantelzorgcoach. Ze volgden een speciale opleiding tot coach en zijn (of waren) zelf ook mantelzorgers. Ze weten dus als geen ander waar jij als mantelzorgers mee te maken krijgt.

Vraag een gratis gesprek aan via de website van Samana: www.samana.be/mantelzorgcoaches. Je kan ook mailen naar mantelzorg@samana.be of bellen naar 02 211 35 65.

Tip: Naast dit gratis aanbod zijn er particulieren die betalende diensten aanbieden om mantelzorgers te begeleiden en ondersteunen. Kijk bijvoorbeeld op www.vindeentherapeut.be.



Zorg jij voor een ander,
dan zorg ik voor jou

Infosessie

Wegwijs in premies en tegemoetkomingen

Door ziekte, beperking of ouderdom worden mensen vaak geconfronteerd met extra uitgaven. 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? 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.

Infosessie in samenwerking met Samana Oost-Vlaanderen en stad Sint-Niklaas.

Datum: dinsdag 4 februari

Uur: 14 - 16.00 uur

Deelname: gratis

Vooraf inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.



Terugblik van onze huisfotograaf

Bloemschikken op 30 oktober



We toverden de mooiste herfststukken uit onze vingers.

Optreden van de linedancers van 't Lammeken op 6 november



Eerst een demonstratie en dan mochten we onszelf bewijzen op de dansvloer.

Optreden van Filip Piens op 14 november



Een hele middag ambiance!

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Za/Zo
		1 Nieuwjaarsdag Restaurant en onthaal gesloten Cafeteria geopend	2	3	4-5
6	7 10-12 uur: Buurtkar 14-16.30 uur: Filmnamiddag: The Greatest Showman	8	9	10 13.30-16.30 uur: Nieuwjaarsreceptie	11-12
13 14-16 uur: Verloren Maandag	14 13.30-16.30 uur: Bloemschikken uitvaartzorg Van de Velde	15 10-12 uur: Mindfulness oefengroep	16	17	18-19
20	21 14-16 uur: Wafelenbak	22 10-12 uur: Mindfulness oefengroep 13.30 uur: Winterwandeling met Femma	23 14-15 uur: Workshop: Ontdek de smartphone	24 13.30-16 uur: Handwerkcafé Studio Steek 19-21 uur: TuinHier Tomaten telen	25-26
27	28 14 uur: Toneel De geschiedenis van Sinnekloas	29 10-12 uur: Mindfulness oefengroep	30 14-15 uur: Workshop: Ontdek de smartphone	31	1-2

FEBRUARI 2025

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Za/Zo
3 14-15.30 uur: Lichtmis in De Sprankel	4 14-16 uur: Infosessie: Premies en tegemootkomsten	5 10-12 uur: Mindfulness oefengroep	6 19-21.30 uur: Handwerkcafé Studio Steek	7 9.30-10.30 uur: Stoelyoga sessie 1 10.45-11.45 uur Stoelyoga sessie 2	8-9
10	11 Buurtactie 'Een sjoeke voor een chouke'	12 10-12 uur: Mindfulness oefengroep	13 8.30-10 uur: Feestontbijt 14-16.30 uur: Muziekquiz	14 8.30-10 uur: Feestontbijt 9.30-10.30 uur: Stoelyoga sessie 1 10.45-11.45 uur: Stoelyoga sessie 2	15-16
17	18	19 10-12 uur: Mindfulness oefengroep	20 14-16 uur: Infosessie 'Winkeloefening'	21 9.30-10.30 uur: Stoelyoga sessie 1 10.45-11.45 uur: Stoelyoga sessie 2 13.30-16 uur: Handwerkcafé Studio Steek	22-23 zondag 14-16 uur: Circus Circalissa
24	25 10-12 uur: Buurtkar	26 10-12 uur: Mindfulness oefengroep	27 14-16.30 uur: Dans- en muzieknamiddag	28 9.30-10.30 uur: Stoelyoga sessie 1 10.45-11.45 uur: Stoelyoga sessie 2 19-21 uur: TuinHier Film 'Onder het maaiveld'	1-2

Tournée Minérale



Ga met ons 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 ontzeggen: je wint er vooral bij!

Een glas wijn bij het eten, een pint na het wandelen ... voor velen maakt het deel uit van de dagelijkse routine. 82% van de Belgen drinkt regelmatig alcohol, ook al brengt dat nogal wat risico's met zich mee. Het beïnvloedt je gezondheid, zowel fysiek als mentaal. Het heeft ook impact op je veiligheid en op je gedrag.

In februari 2025 gaat alweer de negende editie van Tournée Minérale van start. Hopelijk samen met jou! Het maakt niet uit of je nu voor de eerste keer meedoet, of al vaker een maand alcoholvrij door het leven ging. Een maand stilstaan bij je alcoholgebruik, levert je alleen maar voordelen op.

Geniet deze maand van het uitgebreide aanbod van alcoholvrije dranken in de cafetaria!

Lichtmis

i.s.m. De Sprankel

"Er is geen vrouwtje nog zo arm, of ze maakt met Lichtmis haar pannetje warm."

Om Lichtmis te vieren nodigen wij jullie van harte uit voor een gezellige pannenkoekennamiddag bij onze burens van het dagverzorgingscentrum De Sprankel!

We voorzien 1 pannenkoek met koffie of thee per ingeschreven persoon.

Datum: maandag 3 februari

Uur: 14 - 15.30 uur

Deelname: € 2,00, K.P. 1,50

Vooraf inschrijven is noodzakelijk. De plaatsen zijn beperkt tot 10 deelnemers.

Reserveren kan t.e.m. woensdag 15 januari via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be



Een sjoeke voor een chouke

Wil je een buur, vriend of een geliefde bedanken en ben je nog op zoek naar een gepaste manier om dat te doen? Wij van Den Dissel helpen je graag!

Op dinsdag 11 februari brengen wij - in samenwerking met bakker Van Vaerenbergh - een éclair tot aan de deur!

Deelname: € 2,50

Kom je de éclair zelf afhalen of opeten in Den Dissel dan krijg je er gratis een tasje koffie of thee bij.

Reserveren kan t.e.m. maandag 10 februari via het onthaal 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be

Vermeld bij inschrijving zeker:

- je eigen naam
- naam en adres van de persoon die je wil bedanken
- een boodschap die je hem/haar toestuurt

VAN VAERENBERGH
Brood & Patisserie



Feestontbijt

voor romantische zielen en hartenbrekers

Wegens groot succes herhalen wij ons feestelijk ontbijt op donderdag 13 en vrijdag 14 februari. Romantische zielen, hartenbrekers, minnaars en minnaresses of happy single ... iedereen welkom!

Schuif mee aan tafel voor koffiekoeken, diverse soorten brood, zoet en hartig beleg, gekookte eitjes, aangevuld met vers fruit en yoghurt. Als drank bieden we koffie, thee, fruitsap of een glaasje cava aan.

Aan lekkers en gezelligheid geen gebrek!

Datum: donderdag 13 februari en vrijdag 14 februari

Uur: 08.30 - 10.00 uur

Deelname: € 12,00, K.P. € 10,00

Inschrijven voor 22 januari is noodzakelijk!

Inschrijven kan via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.

Kosteloos annuleren kan tot 1 dag op voorhand.



Muziekquiz

Ronny en William nodigen jullie van harte uit op donderdag 13 februari voor een middag vol muziek, plezier en gezonde competitie. Test je muziekkennis tijdens de muziekkwis en strijd mee om de wisselbeker!

Of je nu kenner bent van de jaren '70 hits, een fan van de huidige Ultratop of alles daartussenin ... er is voor ieder wat wils.

Beleef een middag vol nostalgie en muzikale verrassingen. Iedereen welkom!

Datum: donderdag 13 februari

Uur: 14 - 16.30 uur

Deelname: € 2,50, K.P. € 2,00

Vooraf inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.

Kosteloos annuleren kan tot de dag ervoor.



Infosessie Winkeloefening

De info op een voedingsetiket is erg complex. Heel wat mensen zijn er zich dan ook vaak niet van bewust of een product al dan niet gezond is. Tijdens de winkeloefening leer je de complexe info op voedingsetiketten juist te interpreteren. Je leert producten vergelijken om zo een gezonde en budgetvriendelijke keuze te maken.

De oefening wordt gegeven door een diëtist in samenwerking met Logo Waasland.

Datum: donderdag 20 februari

Uur: 14 - 16 uur

Deelname: € 2,00, K.P. €1,60, incl. tasje koffie of thee.

Vooraf inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.

Kosteloos annuleren kan tot de dag ervoor.



Optreden circus Circalissa

Op **zondag 23 februari** kan je genieten van een kleurrijke voorstelling van circus Circalissa. Clowns, acrobaten en goochelaars in schitterende kostuums brengen de échte circussfeer naar Den Dissel. Maak je klaar voor een magische middag vol plezier, verwondering en nostalgie.

Dit wil je niet missen. Kom langs en laat je betoveren door deze bijzondere voorstelling voor jong en oud.

Datum: zondag 23 februari

Uur: 14 - 16 uur

Deelname: gratis

Vooraf inschrijven niet nodig.



Dans- en muzieknamiddag

Ronny en William zorgen op donderdag 27 februari voor een gezellige dans- en muzieknamiddag vol sfeer, muziek en beweging!

Maak de dansvloer onveilig, geniet van de muziek en laat je favoriete nummers horen, want verzoekplaatjes zijn van harte welkom.

Of je nu wilt dansen op klassiekers of gewoon wilt genieten van de muziek, er is voor ieder wat wils!

Kom langs voor een ontspannen middag met goede sfeer, vertrouwde gezichten en jouw favoriete muziek!

Datum: donderdag 27 februari

Uur: 14 - 16.30 uur

Deelname: gratis, inschrijven niet nodig.



TuinHier

Film 'Onder het maaiveld'

TuinHier Nieuwkerken nodigt je uit voor een boeiende filmavond op vrijdag 28 januari. De film 'Onder Het Maaiveld' maakt het ongeziene gezien. De film inspireert en verwondert en geeft inzicht in de bodem.

Naast de wereld boven de grond bevolkt door planten, insecten en vogels, maar vooral door mensen, bevindt zich een tweede wereld: een ondergrondse gemeenschap van wortels, larven, wormen, schimmels, bacteriën, amoeben en geleedpotigen. Het bestaan van deze wereld zal niemand verrassen, maar dat al het leven in die microkosmos druk met elkaar communiceert is ronduit verbazingwekkend. Er zitten meer levende wezens in één theelepel gezonde grond dan er mensen op aarde zijn.

Datum: vrijdag 28 januari

Uur: 19 - 21 uur

Deelname: gratis

Vooraf inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be.

tuin
wat je
zelf tuint
is top
hier



**ONDER
HET MAAIVELD**

ONTDEK DE ONGEZIENE WERELD ONDER ONZE VOETEN

Stoelyoga met Grete

Stoelyoga is een vorm van yoga die je zittend op een stoel beoefent.

Hierdoor is deze bewegingsvorm geschikt voor bijna iedereen, ongeacht leeftijd, lenigheid of conditie.

Stoelyoga richt zich op het soepeler maken van de spieren en gewrichten, het verbeteren van de concentratie & motoriek.

Data: vrijdag 7/2, 14/2, 21/2, 28/2, 14/3, 21/3, 28/3, 4/4

Uur sessie 1: 9.30 - 10.30 uur

Uur sessie 2: 10.45 - 11.45 uur

Plaatsen zijn beperkt tot 20 pers./groep.

Deelname per sessie: € 6,00, K.P. € 4,50

Vooraf inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be

Kosteloos annuleren kan tot de dag ervoor.



Mindfulness oefengroep

Deze nieuwe oefengroep komt elke **woensdagvoormiddag** bijeen om samen te mediteren. Elke sessie begint met een kort moment om te delen hoe je je voelt, gevolgd door een geleide meditatie die focust op het lichaam en de ademhaling. Na een korte pauze volgt een tweede meditatie, vaak rond een specifiek thema. Er is ruimte voor een gesprek over de meditatie-ervaringen, waarbij deelnemers van elkaar kunnen leren. Alle gespreksmomenten zijn geheel vrijblijvend. Ze zijn slechts een uitnodiging om te delen.

De sessies worden gegeven door Luc Cornelis van meditatiecentrum 'De Rietkracht'.

Deelname per sessie: € 3,00, K.P. € 2,30

Data: woensdag 15/01, 22/01, 29/01, 5/02, 12/02, 19/02, 26/02 en 5/3.

Uur: 10 - 12 uur

Vooraf inschrijven via het onthaal, 03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be .

Kosteloos annuleren kan tot de dag ervoor.



DigiPUNT

Persoonlijke begeleiding

Wil je iets doen op je computer of smartphone, maar weet je niet goed hoe? Heb je een vraag en kan je wat hulp gebruiken?

Ben je onzeker en wil je niets verkeerd doen met je toestel? Dan kan je terecht in ons digipunt!

Een vrijwilliger staat voor je klaar om je gratis te helpen met digitale vragen over:

- het installeren van apps zoals ItsMe, bankapp,...
- informatie over hoe apps of website te gebruiken
- informatie opzoeken
- e-mail versturen
- foutmeldingen oplossen, updates uitvoeren ...

Het digipunt gaat door op **woensdagnamiddag** en **vrijdagvoormiddag**, enkel op afspraak.

Je kan een **afspraak** maken via de digihelpers van de stad via 03 778 66 66 of digipunt@sint-niklaas.be .



DigiBANK

Heb je geen computer thuis? Heb je een (extra) computer nodig voor school, een cursus of om werk te zoeken?

Via de **Digibank**, een samenwerking van het stadsbestuur van Sint-Niklaas en vzw Den Azalee, kan je gratis een laptop lenen als je inwoner bent van Sint-Niklaas of een van de deelgemeenten.

Daarnaast moet je:

- een kansenas hebben, of
- een traject of opleiding volgen die erkend is door de Digibank.

Wil je een toestel ontlenen? Wil je meer info?

Contacteer de Digibank via 0471 35 18 92 of digibanken@sint-niklaas.be

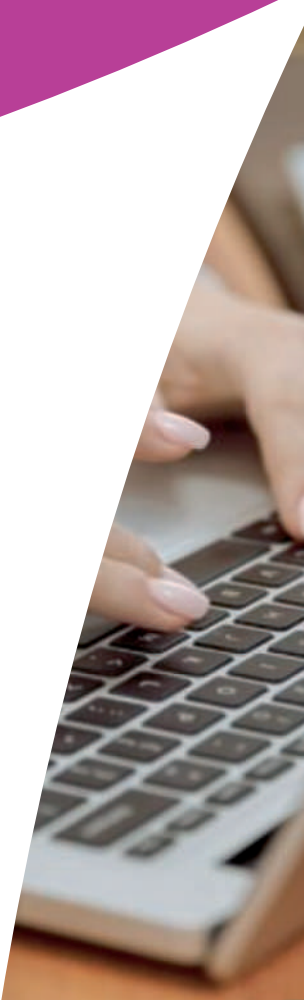
of kom langs: infopunt Kringwinkel, Heistraat 115, Sint-Niklaas. We kunnen ook een afspraak maken in een dienstencentrum bij jou in de buurt.

Schenk je toestel

Heb je thuis nog een laptop, tablet of smartphone liggen die je niet meer gebruikt? Schenk het dan aan vzw Den Azalee! De data op jouw toestel worden professioneel verwijderd. Zo krijgt jouw toestel een tweede leven!

Breng je toestel binnen tijdens de openingsuren in de Kringwinkel van Den Azalee, Heistraat 115, Sint-Niklaas.

Schenk je een tablet of smartphone? Schakel op voorhand dan zeker alle vergrendelingen uit. Anders kunnen we het toestel helaas niet hergebruiken.



Gezelschapsspelen

In onze cafetaria hebben we tal van gezelschapsspelen die we graag ter beschikking stellen van onze bezoekers. De spelen kunnen dagelijks **gratis** uitgeleend worden. Vraag ernaar bij één van onze barvrijwilligers.

De volgende spelen zijn beschikbaar:

- Tapbiljart
- Tafelvoetbal
- Rummikub
- Scrabble
- Catan
- Domino
- Uno
- Poker
- Kaartspelen
- Verschillende puzzels

Graag het gebruikte spel dezelfde dag terugbezorgen.



Een warm bezoekje aan huis

Ben je soms eenzaam, ben je niet meer zo mobiel, krijg je niet vaak bezoek of heb je gewoon nood aan een babbel?

Onze vrijwilligers staan klaar om je af en toe een bezoekje te brengen.

Dit is helemaal gratis.

Hoe werkt het?

- Je bent inwoner van Nieuwkerken-Waas.
- Je laat ons weten dat je graag een bezoekje wenst.
- We kijken samen voor een datum en tijdstip dat voor jou en de vrijwilliger past.
- De vrijwilliger komt langs bij jou thuis op de afgesproken datum en tijdstip.

Een bezoekje aanvragen kan via het onthaal,
03 780 57 06 of ldc.dendissel@zpw.be



Permanentie team info en advies

Elke **woensdagvoormiddag** vind je onze maatschappelijk assistente **Laura Wauman** terug in Den Dissel. Tijdens het permanentiemoment kan je bij haar vrijblijvend en zonder afspraak terecht met al je vragen rond thuis- en woonzorg.

Er wordt informatie en advies gegeven met betrekking tot jouw zorgrechten en alle beschikbare dienstverlening.

Ben je van Nieuwkerken en heb je vragen over poetsdienst, gezinszorg, dagverzorging, serviceflats, kortverblijf, woonzorgcentrum...? Spring dan zeker eens binnen!

Wanneer? woensdag van 9.00 tot 12.30 uur

Waar? spreekkamer in Den Dissel

Lukt het niet op woensdagvoormiddag? Dan kan je ook een afspraak maken via het nummer 03 778 55 55.



Rookverbod

vanaf 31 december 2024



Vanaf 31 december 2024 is er in België een nieuwe rookwetgeving van kracht. Deze is van toepassing op alle woonzorgcentra en omdat wij in hetzelfde gebouw gehuisvest zijn, is deze wetgeving ook van toepassing op ons dienstencentrum.

Wat verandert er op onze site?

- Roken is verboden in een zone van 10 meter van elke in- en uitgang van de gebouwen. Dit omvat ook het volledige binnenplein, inclusief het terras van onze cafetaria.
- Dit rookverbod geldt voor alle bewoners, bezoekers, medewerkers en leveranciers.
- Het rookverbod geldt voor alle vormen van tabak en e-sigaretten.
- Het rookverbod binnenshuis blijft van kracht. Enkel voor de bewoners van het Populierenhof wordt een uitzondering gemaakt in de voorziene rookruimtes.

Voor rokers wordt buiten een nieuwe rookplaats voorzien. Deze plek wordt duidelijk aangeduid en is speciaal ingericht voor wie wil roken.

We rekenen op ieders begrip en medewerking om van onze site een gezondere woon- en werkplek te maken!

Activiteiten volgende kalender



Maart

Noteer alvast volgende data in je agenda:

Complimentendag

Op 1 maart is het complimentendag en dat willen we ook dit jaar niet ongemerkt laten voorbijgaan. Geef een schouderklopje aan iemand die iets goed doet, anderen helpt of altijd optimistisch is – en vergeet daarbij jezelf niet!

Dansoptreden

Dinsdag 18 maart geven de dansers van oudervereniging Vlaamse Actieve Senioren met fierheid een demonstratie van enkele klassieke koppeldansen. In het tweede gedeelte vliegen de voetjes van de vloer met iets lichtere klassiekers en word je zelf uitgenodigd op de dansvloer om gezellig mee te dansen.

Kledingverkoop Donelli's

24 maart stelt Donelli's haar voorjaars- en zomercollectie aan ons voor. Kom langs, geniet van de modeshow en zet jezelf in het nieuw!

Team Den Dissel



Kristien Baeyens
Teamcoach buurt- en mantelzorg
Lamstraat 23, 9100 Sint-Niklaas



Erika Droogendijk
Centrumleider Den Dissel
Turkyen 4/0003, 9100 Nieuwkerken-Waas
Tel. 0474 49 17 82



Els Van Vossel
Onthaler – planner Den Dissel
Turkyen 4/0003, 9100 Nieuwkerken-Waas
Tel. 03 780 57 06



Wendy Cathoir en Shayna Defloor
Servicemedewerkers Den Dissel

DIENSTENCENTRA

samenwerken | je buurt versterken