

Activiteitenkalender september-oktober 2024

Dienstencentrum Den Birkenblok

DIENSTENCENTRA
samenwerken | je buurt versterken



**ZORGPUNT
WAASLAND**
goed voor elkaar

www.zorgpuntwaasland.be
facebook Den Birkenblok

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

Info en inschrijvingen

Alle werkdagen 09.00-17.00 uur

- Telefonisch via 0471 62 68 29
- E-mail: ldc.denbirkenblok@zpw.be

Info thuiszorg

Oude Zandstraat 92
9120 Beveren
03 750 92 92
oost@zpw.be

Balie (tijdelijk)

- Maandag-woensdag-vrijdag
11.00 - 13.00 uur
- Op afspraak

Warme dagschotel

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

Sluitingsdagen

1 november: Allerheiligen
27 september vanaf 13 uur is de ontmoetingsruimte enkel toegankelijk voor deelnemers van de infosessie



Permanent aanbod

Werkdagen

- Ontmoeting en gezellig buurten
- Drinkjes geserveerd door vrijwilligers, gratis water
- Pannenkoeken, taart, ijsjes
- 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 op maandagnamiddag
- Buurtbabbels op woensdagnamiddag
- Crea op donderdagnamiddag
- Samen in actie: plezierig bewegen op vrijdagochtend
- Permanentie maatschappelijk werker (op afspraak)

Maandelijks

- Feestmiddag
- Samen in actie: zangyoga
- Buren zonder muren
- Bingo! (laatste dinsdagnamiddag)
- Buurtgerichte activiteiten (potkast)
- Kubben met OKRA
- Digicafé (1ste woensdagnamiddag)

Heb je graag meer informatie?

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

'www.zorgpuntwaasland.be/dienstencentra'

Thema: Mentaal welzijn

Geluk is meer dan emotie en gevoelens, het heeft ook te maken met cognitie en verbondenheid met anderen en de wereld rondom ons.

SEPTEMBER

Geheugen

Wat kan je doen wanneer je geheugen wat moeilijker werkt?

- Infosessie Samana over zorgvolmacht en successierechten
- Inloophuis Dementie
- Infozak: Beveren dementievriendelijke gemeente
- Themakast met folders
- 'Naar de dokter, niets vergeten?'
- Fanfare Eendracht Vrasene brengt liedjes uit de oude doos
- Hersenbrekers



OKTOBER

Positief denken

**Hoe ga jij om met tegenslagen?
Wat of wie helpt je vooruit?**

- Geluksvogelpik - spel
- Wees jezelf: travestieshow
- Verdrijf de wolken om je hoofd
- Inspirerende raamquotes
- Iedereen digitaal mee
- Naar de psycholoog



Open Kunstatelier

2-wekelijks op dinsdagavond

Tweewekelijks kan je op dinsdagavond bij ons terecht in het Open Kunstatelier. Ontplooï je creativiteit onder toezien van Hilde Waterschoot. Iedereen is welkom, je werkt op je eigen tempo, op je eigen niveau en binnen je eigen interessegebied.



- Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Dinsdagen 10 en 24 september, 8 en 22 oktober, 19.00 uur
- Breng je eigen materiaal mee
- Deelname gratis
- Vooraf aanmelden is verplicht
- Schrijf je in aan de balie of per mail naar ldc.denbirkenblok@zpw.be telefonisch op 0471 62 68



**Samen met anderen
je passie beleven,
is verrijkend en
werkt inspirerend.**



Een actieve en gezonde levensstijl nastreven, het zou voor iedereen mogelijk moeten zijn, toch?

De Odisee hogeschool onderzocht de barrières, de noden en de verwachtingen om actief en gezond te leven bij ouderen.

Gedurende tien weken gaan we samen met externe partners inzoomen op diverse gezondheidsthema's zoals beweging, voeding, omgaan met stress, slaaphygiëne, valangst, positieve psychologie, motivatie en valkuilen.

Laat je tien weken lang inspireren om samen te werken aan een actieve en gezonde levensstijl!

- Voortzetting traject op maandagen 2, 9, 16 september en 28 oktober
- 13.30 - 15.30 uur
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Maximaal 12 deelnemers
- Deelname € 12 voor het volledige traject (€ 10 met kansentarieef)
- Inschrijven kan aan de balie, per mail naar ldc.denbirkenblok@zpw.be telefonisch op 0471 62 68 29

Active and Healthy

Ageing for All

Een programma over gezonde levensstijl voor
ouderen

AHAA-traject programma

7. Maandag 02/09 om 13u30
Stress, slapen en ontspanning
(Coach Atelier C)



8. Maandag 09/09 om 13u30
Motivatie, normen en waarden
(Coach Atelier C)



9. Maandag 16/09 om 13u30
Een terugblik
(Sofie Lievens)

10. Maandag 28/10 om 13u30
Terugkomsessie
(Sofie Lievens)



Workshop aquarel

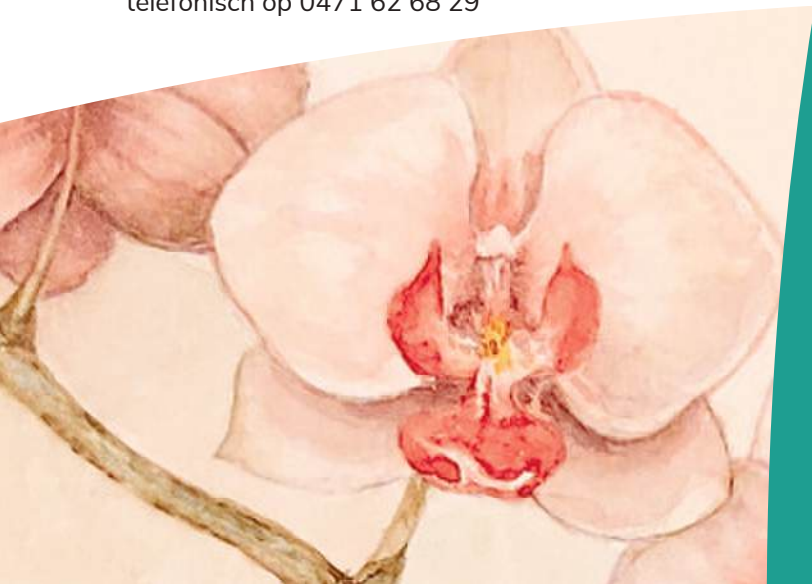
dinsdag 10 september en 8 oktober

10/09: nat in nat en nat op droog, dat gaan we oefenen bij het schilderen van een landschap.

Lucht en wolken, grasveld, bomen.

08/10: bloemen zijn een dankbaar thema om in aquarel te schilderen. In deze workshop oefenen we de basistechnieken om een kleurrijke bloem te schilderen, met schaduw en licht.

- Dinsdag 10 september en 8 oktober
14.00 - 17.00 uur
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok,
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: € 12 (€ 9 KP) per sessie,
- Max.6 deelnemers
- Foto en aquarelmateriaal is voorzien.
Wie graag een eigen foto meebrengt, dat kan zeker.
- Inschrijven via de balie, per mail aan
ldc.denbirkenblok@zpw.be of
telefonisch op 0471 62 68 29



Pasteltekenen

5 lessen v.a. 23 september



Herfstkleuren in pastelpotlood

Deze cursus met pastelpotloden draait rond de herfst sfeer. De kleuren veranderen in de natuur, dieren passen zich aan. De natuur maakt zich klaar voor de wisseling van de seizoenen. Rustige aardkleuren, denk maar aan herfstbladeren, paddestoelen en de mistige sfeer in een bos.

Er is documentatie voorzien maar wie graag een eigen foto wil meebrengen, dat kan ook natuurlijk. Tekenervaring is niet noodzakelijk, Chantal begeleidt je van het begin tot het eindresultaat en dit op een ontspannen wijze en volgens eigen ritme. Materiaal is aanwezig, zowel pastelpotlood als pastelpapier. Er is pauze voorzien voor koffie of thee.

- Maandagen 23 en 30 september, 7, 14 en 21 oktober, 15.00-17.00 uur
- Deelname: € 32 (€ 24 KP) voor de volledige lessenreeks
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Inschrijven aan de balie, per mail naar ldc.denbirkenblok@zpw.be telefonisch op 0471 62 68 29

Iedereen Digitaal mee

woensdag 2 oktober

Infosessie gezondheidsapp's i.s.m. Interwaas

- Woensdag 2 oktober, 14.00 - 16.00 uur
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok,
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname gratis
- Inschrijven aan de balie,
per mail naar ldc.denbirkenblok@zpw.be
telefonisch op 0471 62 68 29



Maandelijks Digipunt

woensdag 9 oktober

Nood aan digitale ondersteuning?
De digicoach helpt je op weg of zoekt samen met jou een antwoord op jouw digitale vragen.
Het is geen IT-expert die alles voor jou doet, maar wel iemand die je stap voor stap begeleidt.
Zo leer je zelf hoe het werkt.

Maandelijks komt digicoach Alain langs om je wegwijs te maken in de wonderde wereld der techniek.

- Woensdag 9 oktober, 13.00 - 16.00 uur
- Ontmoetingsruimte Dienstencentrum Den Birkenblok
- Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Vrije toegang
- Deelname gratis
- Gratis Wifi en laptopgebruik

Breng eventueel je eigen smartphone, laptop of tablet mee, met bijhorende kabeltjes.
Voor een vlotte werking hou je best je paswoorden, pincodes en logins bij de hand. Wees gerust, alles wordt met de nodige discretie afgehandeld.



Dienstencentrum Den Birkenblok en Interwaas slaan de handen in elkaar. We vinden het belangrijk dat iedereen digitaal mee is!

Sessies van dit najaar door Digicoach Alain Bresseleer:

09/10/2024
06/11/2024
04/12/2024



Infosessie zorgvolmacht en successierecht

i.s.m. Samana

vrijdag 27 september

Velen van ons zijn altijd maar druk, druk, druk in de weer. Maar wat als je op een dag zelf hulp nodig hebt of niet meer in staat bent belangrijke beslissingen te nemen? Is alles dan wel goed geregeld?

Het is een heel werk om alles uit te zoeken in de wirwar van legale mogelijkheden. Daarom komt een notaris ons wegwijs maken in de wetgeving rond zorgvolmacht en erfrecht. De notaris zal toelichten waar je rekening mee dient te houden en wat belangrijk is om op voorhand in orde te hebben.

Deze infosessie tracht mantelzorgers en zorgvragers antwoord te geven op deze belangrijke vragen.

- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok
- Vrijdag 27 september, 14.00 - 17.00 uur
- Deelname gratis
- Schrijf je in aan de balie,
per mail naar ldc.denbirkenblok@zpw.be
telefonisch op 0471 62 68 29

The logo for Samana, featuring the word "samana" in a lowercase, blue, sans-serif font. Above the letter 'a' are three small colored dots: a red one on the left, a green one in the middle, and a blue one on the right.

Fietszoektocht

juli tot september

Dienst Toerisme Beveren



Dienst Toerisme Beveren organiseert een leerrijke maar vooral ontspannende zoektocht per fiets door Vrasene. Van 1 juli tot en met 30 september kan je ook in dienstencentrum Den Birkenblok het parcours en de vragen voor deze fietszoektocht aankopen.

Omdat Vrasene zijn 888-ste verjaardag viert, vind je in elke brochure een drankbonnetje waarmee je hier terecht kan voor het streekbier Brader(h)ik of één consumptie naar keuze (maximum € 3,5).

- Brochure fietszoektocht verkrijgbaar bij Dienst Toerisme en Dienstencentrum Den Birkenblok Oude Dorpsstraat 15, Vrasene op werkdagen tussen 10 en 17.30 uur
- 1 juli tot en met 30 september
- Deelname: € 5
- Drankbonnetjes enkel geldig tijdens deze actie

The logo consists of the letters 'B' and 'V' in a stylized font. The 'B' is red and the 'V' is blue.

BEVEREN
VERBINDT

Infosessie autodelen Share Mobility

woensdag 25 september

Woon je in Vrasene en heb je interesse om de elektrische deelauto op onze site te gebruiken?

Tijdens deze sessie wordt alles uitvoerig uitgelegd. Hoe reserveren? Hoe je reservatie starten? De laadkabel losmaken en weer insteken, ... Elke stap wordt samen doorlopen. Je krijgt zelfs de kans om de wagen, al dan niet onder begeleiding, eens uit te proberen.

- Woensdag 25 september, 14.00 - 17.00 uur
- Dienstencentrum Den Birkenblok,
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Vooraf inschrijven verplicht
- Inschrijven aan de balie,
per mail naar ldc.denbirkenblok@zpw.be
of telefonisch op 0471 62 68 29
- Deelname gratis



Energiesessie

i.s.m. Fluvius

vrijdag 18 oktober

Besparen op je energiefactuur?

Met de winter voor de deur, kan je op een snelle en makkelijke manier geld besparen op je energiefactuur. Interwaas nodigt jullie uit voor een infosessie van Fluvius op vrijdag 18 oktober.

Elektriciteit en gas nemen een flinke hap uit je maandelijkse budget. Gelukkig bestaan er tal van manieren om je energieverbruik te verlagen. Van energiezuinig verwarmen over verstandig omgaan met je toestellen tot spaarzaam verlichten. Ga zelf aan de slag met de tips van Fluvius. Zo denk je aan je portefeuille én draag je zorg voor onze planeet!

- Vrijdag 18 oktober, 14.00 - 16.00 uur
- Kapel Dienstencentrum Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: gratis
- Inschrijven aan de balie, per mail naar ldc.denbirkenblok@zpw.be telefonisch op 0471 62 68 29



Travestieshow

zaterdag 5 oktober



Na de succesvolle show van vorig jaar, geven we graag opnieuw het podium aan Andy, alias Rambling Rose, een opmerkelijke verschijning die liedjes en verhalen brengt op een ludieke manier.

- Zaterdag 5 oktober 14.00-16.00 uur (toegang vanaf 13.00 uur)
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname € 6 cash te betalen
- Reserveren kan aan de balie via mail aan ldc.denbirkenblok@zpw.be of telefonisch op 0471 62 68 29

Dagschotel

In dienstencentrum Den Birkenblok kan je alle werkdagen tussen 12 en 13 uur terecht voor een warme maaltijd, liefdevol geserveerd door Wendy en Liesbeth.

Het driegangenu 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 kansentarieff betalen € 5,50. Inschrijven en betalen (enkel cash) doe je aan de balie van het dienstencentrum. 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 SEPTEMBER 2024

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
02/09 — KAARTEN AHAA 7 (STRESS.SLAAP..)	03/09 — KUBBEN	04/09 LIJNDANSEN — BUURTBABEL	05/09 — CREA	06/09 ZANGYOGA —
09/09 — KAARTEN AHAA 8 (MOTIVATIE, WAARDEN,...)	10/09 — AQUAREL OPEN ATELIER	11/09 LIJNDANSEN — BUURTBABEL	12/09 — CREA	13/09 SAMEN IN ACTIE —
16/09 — KAARTEN AHAA 9 (TERUGBLIK)	17/09 —	18/09 LIJNDANSEN — BUURTBABEL	19/09 — CREA	20/09 SAMEN IN ACTIE — POTKAST
23/09 KAARTEN PASTELTEKENEN	24/09 — BINGO! OPEN ATELIER	25/09 LIJNDANSEN — BUURTBABEL INFO AUTODELEN	26/09 — CREA	27/09 SAMEN IN ACTIE — ZORGVOLMAGHT EN SUCCESSIERECHTEN
30/09 KAARTEN GELUKSVOGELPIK PASTELTEKENEN	01/10 — GELUKSVOGELPIK	02/10 LIJNDANSEN — BUURTBABEL DIGITAAL MEE	03/10 — CREA	04/10 ZANGYOGA —
Zaterdag 7 september: FANFARE EENDRACHT VRASENE - Zondag 8 september: OPEN MONUMENTENDAG				

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

Vooraf inschrijven vereist via de balie

UITNEEMBARE KALENDER OKTOBER 2024

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
30/09 — KAARTEN GELUKSVOGELPIK PASTELTEKENEN	01/10 — GELUKSVOGELPIK	02/10 LIJNDANSEN — BUURTBABBEL DIGITAAL MEE: GEZONDHEIDSAPP'S	03/10 — — CREA	04/10 — — ZANGYOGA
07/10 — KAARTEN PASTELTEKENEN	08/10 — AQUAREL KUBBEN OPEN ATELIER	09/10 — LIJNDANSEN — START DIGIPUNT BUURTBABBEL	10/10 — — CREA	11/10 — — SAMEN IN ACTIE — POTKAST
14/10 — KAARTEN PASTELTEKENEN	15/10 — —	16/10 — LIJNDANSEN — BUURTBABBEL POTKAST	17/10 — — CREA	18/10 — — SAMEN IN ACTIE — INFO: ENERGIE FIT
21/10 — KAARTEN PASTELTEKENEN	22/10 — — OPEN ATELIER	23/10 — LIJNDANSEN — BUURTBABBEL POTKAST	24/10 — — CREA	25/10 — — SAMEN IN ACTIE — DANSMIDDAG
28/10 — KAARTEN AHAA 10 — TERUGKOMDAG	29/10 — — BINGO	30/10 — LIJNDANSEN — BUURTBABBEL	31/10 — — CREA	1/11 — — GESLOTEN — ALLERHEILIGEN

Zaterdag 5 oktober: Travestieshow

Vrije toegang / op vrijdag 4/10 is de zaal toegankelijk vanaf 1.1.40

Vooraf inschrijven via de balie vereist

Team Buurt- en Mantelzorg



Kristien Baeyens
teamcoach

Lamstraat 23
Sint-Niklaas



Sofie Lievens
centrumleider

DC Den Birkenblok
Oude Dorpsstraat 15
Vrasene
0474 49 10 36



Gezocht:
administratieve duizendpoot

DC Den Birkenblok
Oude Dorpsstraat 15
Vrasene
0471 62 68 29

Knabbel & Babbel

elke woensdag



Vanaf september maken we het extra gezellig op woensdagnamiddag. Kom gewoon mee buurten in onze ontmoetingsruimte. Wij voorzien een lekker stukje taart met koffie of thee. Zorgen jullie voor de babbels?

- Woensdagen 14.00 - 17.00 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok, Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Taart met warme drank aan € 3,90



Samen in actie

wekelijks op vrijdag



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

Plezierig sportief

- Elke vrijdag, 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 of telefonisch op 0471 62 68 29

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

**Interesse om deze activiteit te begeleiden?
Neem contact op met de centrumleider.**

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 6 september en 4 oktober
10.30 - 11.30 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok,
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Gratis deelname
- Vrije toegang



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

Wie wenst, kan één gratis proefles volgen.

Kubben

met OKRA Vrasene
dinsdag 3 september

- Dinsdag 3 september, 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



POTKAST



Buurtopbouw

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

- Vrijdag 20/09
14.00 - 16.00 uur Kerkplein
- Vrijdag 11/10
14.00 - 16.00 uur Dorpsdam
- Woensdag 16/10
14.00 - 16.00 uur Koefering
- Woensdag 23/10
14.00 - 16.00 uur Cauwenstraat

Iedereen welkom!

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

Bingo!

dinsdag 24 september

dinsdag 29 oktober

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
24 september en 29 oktober
14.00 - 16.00 uur
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: € 1 per kaart, voor 3 spelletjes
- Vrije toegang



Muzikale middag

zaterdag 7 september: fanfare

vrijdag 25 oktober: dansfeest

Muziek en beweging zijn goed voor je gezondheid: het vermindert pijn en stress, helpt bij depressie, stimuleert de bloedvaten, versterkt je geheugen, vergroot je ruimtelijk inzicht...

Koninklijke Fanfare Eendracht Vrasene zorgt op zaterdag 7 september voor muzikale ambiance in het dorp. Zij passeren rond 14.30 uur op onze site en houden daar even halt om liedjes uit de oude doos te brengen.

In oktober gooien we de benen los. Heb je geen dansbenen? Geniet van een drankje met zicht op de dansvloer.

- Zaterdag 7 september, 14.00 - 16.00 uur fanfare op bezoek
- Vrijdag 25 oktober, 14.00 - 17.00 uur dansfeest
- Ontmoetingsruimte Den Birkenblok
Oude Dorpsstraat 15, Vrasene
- Deelname: gratis
- Vrije toegang



Buren zonder muren

donderdag 12 september

donderdag 10 oktober



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

- Donderdag 12 september
Donderdag 10 oktober
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."

Huisbezoekvrijwilliger of belster gezocht



Als huisbezoekvrijwilliger of belster ben je een waardevolle toevoeging in het leven van mensen uit de buurt die behoefte hebben aan sociaal contact en gezelschap.

We zijn op zoek naar mensen die graag gesprekken voeren, samen spelletjes spelen, of simpelweg aanwezig zijn om gezelschap te bieden. Er is ook de mogelijkheid om telefonisch contact te onderhouden met de doelgroep voor degenen die dit verkiezen.

Je hebt de vrijheid om zelf je beschikbare tijd in te vullen, wat het mogelijk maakt om op een flexibele manier een positieve impact te hebben op het leven van anderen.

**Interesse? Contacteer de centrumleider
sofie.lievens@zpw.be
0474 49 10 36**

Vrasene 888

programma september - oktober 2024



Vrasene viert zijn 888-jarig bestaan!

Meer info: www.vrasene888.be

zondag 1 september

14.00 uur

Tentoonstelling Vrasene 888

'Vrasene door de eeuwen heen'

Oud Gemeentehuis

zaterdag 7 september

14.40 uur

Doortocht Fanfare Eendracht Vrasene

Den Birkenblok is open vanaf 14 uur

zaterdag en zondag

7 & 8 september

Mosselseest - Chiro Vrasene

Chiro lokalen

zondag 8 september

10.00 - 17.00 uur

Open monumentendag in Vrasene

Centrum Vrasene, **Den Birkenblok is open**

zondag 8 september

10.00 uur

Tentoonstelling Vrasene 888 'Vrasene door de eeuwen heen' op Open Monumentendag

Oud Gemeentehuis

zaterdag 21 september

20.00 uur

Vrasene zingt

Waaslandia, Mosselbank

zaterdag 28 september

17.00 uur

Spaghettivond Badminton GSF Vrasene

OC 't Klooster

zaterdag en zondag

12 & 13 oktober

Ribbekesfestijn KSA Vrasene

KSA lokalen

zaterdag 19 oktober

20.00 uur

Concertavond in de kerk - Vrasene feest 888-jarig bestaan

Heilig Kruiskerk

donderdag 31 oktober

Halloweentocht Chiro Vrasene

ACTIVITEITEN VAN ONZE PARTNERS

maandag 2 september 13.00 uur	Fietsen	OKRA	vertrek bij de kerk
dinsdag 3 september 13.30 - 16.30 uur	Crea	OKRA	OC 't Klooster
dinsdag 3 september 13.30 uur	Kubb	OKRA	Grasplein DC Den Birkenblok
dinsdag 3 september - vrijdag 6 september	Reis naar Friesland	Gezinsbond	
woensdag 4 september 18.30 en 19.45 uur	Salondans	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 5 september 13.00 - 16.30 uur	Praatcafé	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 5 september 14.00 - 16.30 uur	Lijndans	OKRA	OC 't Klooster
vrijdag 6 september 7.30 uur	Philippine fietsdagtocht	OKRA	vertrek bij de kerk
vrijdag 6 september	start badminton	Gezinsbond	
zaterdag 7 september	Wijkconcert	Kon. Fanfare	
maandag 9 september 13.00 uur	Fietsen	OKRA	vertrek bij de kerk
dinsdag 10 september	Bingo	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 12 september 14.00 - 16.30 uur	Lijndans	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 12 september 19.30 uur	Rimpeling i.h. hoofd van ouderen	Praatcafé De mentie	Bib Sint-Niklaas
vrijdag 13 september 9.30 - 10.30 uur	Turnen	OKRA	OC 't Klooster

Meer informatie:

Gezinsbond: www.gezinsbond.be

Koninklijke Fanfare Eendracht Vrasene: www.fanfare-eendracht-vrasene.be

OKRA: www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene

Praatcafé Dementie: www.praatcafedementie.be/waar/sint-niklaas

ACTIVITEITEN VAN ONZE PARTNERS

maandag 16 september 13.00 uur	Fietsen	OKRA	vertrek bij de kerk
dinsdag 17 september 13.30 - 16.30 uur	Crea	OKRA	OC 't Klooster
woensdag 18 september 18.30 of 19.45 uur	Salondans	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 19 september 13.30 - 16.30 uur	Praatcafé	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 19 september 19.00 - 21.30 uur	Babbelavond - ervaringen uitwisselen rond omgaan met onze naaste met dementie	Alz heimer Liga Vlaan deren	LDC 't Lammeken Sint-Niklaas
donderdag 19 september 14.00 - 16.30 uur	Lijndans	OKRA	OC 't Klooster
vrijdag 20 september 9.30 uur	turnen	OKRA	OC 't Klooster
maandag 23 september 13.00 uur	Fietsen	OKRA	vertrek bij de kerk
donderdag 26 september 14.00 - 16.30 uur	Lijndans	OKRA	OC 't Klooster
vrijdag 27 september 9.30 uur	Turnen	OKRA	OC 't Klooster
vrijdag 27 september 14.00 uur	Academie 'Het leven waarvoor je geboren bent'	OKRA	CC Ter Vesten
maandag 30 september 13.00 uur	Fietsen	OKRA	vertrek bij de kerk

Meer informatie:

Alzheimer Liga Vlaanderen: www.alzheimerliga.be

OKRA: www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene

ACTIVITEITEN VAN ONZE PARTNERS

dinsdag 1 oktober 13.30 - 16.30 uur	Crea	OKRA	OC 't Klooster
woensdag 2 oktober 18.30 en 19.45 uur	Salondans	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 3 oktober 13.00 - 16.30 uur	Praatcafé	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 3 oktober 14.00 - 16.30 uur	Lijndans	OKRA	OC 't Klooster
vrijdag 4 oktober 9.30 - 10.30 uur	Turnen	OKRA	OC 't Klooster
maandag 7 oktober 10.00 uur	Fietsen (met maaltijd)	OKRA	vertrek bij de kerk
dinsdag 8 oktober	Bingo	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 10 oktober 14.00 - 16.30 uur	Lijndans	OKRA	OC 't Klooster
vrijdag 11 oktober 9.30 - 10.30 uur	Turnen	OKRA	OC 't Klooster
maandag 14 oktober 13.00 uur	Fietsen	OKRA	vertrek bij de kerk
dinsdag 15 oktober 13.30 - 16.30	Crea	OKRA	OC 't Klooster

Meer informatie:

OKRA: www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene

ACTIVITEITEN VAN ONZE PARTNERS

woensdag 16 oktober 18.30 en 19.45 uur	Salondans	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 17 oktober 13.00 - 16.30 uur	Praatcafé	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 17 oktober 14.00 - 16.30 uur	Lijndans	OKRA	OC 't Klooster
vrijdag 18 oktober 9.30 - 10.30 uur	Turnen	OKRA	OC 't Klooster
maandag 21 oktober 10.00 uur	Fietsen	OKRA	vertrek bij de kerk
maandag 21 oktober 13.00 uur	Wandelen	OKRA	zie wandelkalender
donderdag 24 oktober 19.00 - 21.30 uur	Beter omgaan met onbegrepen gedrag van mensen met dementie	Alzheimer Liga Vlaanderen	LDC 't Lammeken Sint-Niklaas
donderdag 24 oktober 14.00 - 16.30 uur	Lijndans	OKRA	OC 't Klooster
vrijdag 25 oktober 9.30 - 10.30 uur	Turnen	OKRA	OC 't Klooster
maandag 28 oktober 13.00 uur	Fietsen	OKRA	vertrek bij de kerk
maandag 28 oktober 13.00 uur	Wandelen	OKRA	zie wandelkalender
woensdag 30 oktober 18.30 en 19.45	Salondans	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 31 oktober 14.00 - 16.30 uur	Lijndans	OKRA	OC 't Klooster
donderdag 31 oktober 13.00 - 16.30 uur	Praatcafé	OKRA	OC 't Klooster

Meer informatie:

Alzheimer Liga Vlaanderen: www.alzheimerliga.be

OKRA: www.okra.be/nieuws/trefpunt/vrasene

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

Tijdelijk: maandag - woensdag - vrijdag
11.00 - 13.00 uur of op afspraak

REGULIER AANBOD

Zie brochure of website
www.zorgpuntwaasland.be/dienstencentra
Volg ons op Facebook Dienstencentrum Den Birkenblok

CONTACTGEGEVENS

Oude Dorpsstraat 15 - 9120 Vrasene
Telefoon: 0471 62 68 29
E-mail: 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.