



Ocmw Zele

LOKAAL DIENSTENCENTRUM DE WELLE



# NIEUWSBRIEF

Editie augustus- september 2017

Lokaal dienstencentrum De Welle • Koevliet 3, 9240 Zele  
dienstencentrum@ocmwzele.be • tel. onthaal 052-45 68 51

## INHOUD

Voorwoord.....	pg 3
Voordrachten en uitstap.....	pg 4
Beweging.....	pg 5-6
Overleg en vorming.....	pg 7
Informatie.....	pg 8
Vorming en cultuur.....	pg 9-10
Recreatie en ontmoeting.....	pg 11
Dienstverlening.....	pg 12-15
Zeels zomerfeest.....	Pg 15
Maandkalenders.....	pg 16-18

**Ben je tevreden? Vertel het dan door!**  
**Heb je opmerkingen of suggesties?**  
**Spreek er ons over aan of vul een roze formulier in (in de infohoek).**  
**Wij zullen uw opmerking behandelen en proberen er iets aan te doen.**  
**Heb je specifieke vragen of voorstellen: neem contact op met**  
**Miek Laget – coördinator LDC De Welle.**  
**dienstencentrum@ocmwzele.be of tel. 052/45 68 56**

## VOORWOORD

### **Koppig en fruitig**

wij hebben de druiven  
samen geplant  
de oogst als primeur kunnen drinken

proefden in fermenten  
de schraalheid van het land  
koppig en fruitig zomer in de hand

toch waren er jaren  
van misoogst door schimmel en rot  
droogde door wind de suikers kapot

aan ons heeft het niet gelegen  
wij hebben altijd warmte en liefde gegeven  
aan de wijn van ons leven

Wil Melker 2012

Met dit oogstgedicht willen we nog wat genieten van de zomer en vooruitblikken op een boeiende nazomer. Augustus belooft een rustige maand te worden: eerst gaan we naar Gent op daguitstap, daarna kunnen we nagenieten in de zon op het terras van de loungebar, met als afsluiter het Zeels Zomerfeest. In september verwachten we jullie met frisse moed om aan cursussen mee te doen en in volle beweging te komen of te blijven.

Onze dank gaat uit naar de vele vrijwilligers die ook in de vakantiemaanden trouw op post zijn. We moesten jammer genoeg afscheid nemen van Frans, die jaren samen met Denise wekelijks in de bar dienst deed. Ook door ziekte zullen we enkele mensen een tijdje missen, we hopen samen op een goed en spoedig herstel! We willen ook enkele nieuwe vrijwilligers verwelkomen die zich met volle goesting willen engageren om De Welle verder te laten groeien.

Aan iedereen een warme WELKOM.

Miek Laget  
Medewerkers en vrijwilligers van LDC De Welle



### **Lokaal dienstencentrum De Welle zoekt vrijwilligers:**

Voor vervoersdienst en boodschappendienst en loungebar  
Contacteer Florence, vrijwilligerscoördinator,  
op 052/ 45 67 33 of  
[florence.bekaert@ocmwzele.be](mailto:florence.bekaert@ocmwzele.be)

## VOORDRACHTEN- UITSTAP



### PRAATCAFE

## "ALTIJD MOOI"

Ingrid Berckmoes

### maakt u mooi tijdens en na kanker

Tips en tricks voor uw huid, haar en kledij via kleuradvies.

Voor elk kleurentype zijn er perfecte kleuren en anderzijds ook kleuren die u beter kunt vermijden. Soms zijn er kleuren waarvan u houdt, maar die u gewoonweg niet staan en waarvan u eigenlijk ook zelf weet dat ze niet bij u passen.

In deze voordracht leren we de verschillende seizoentypes kennen en leren we hoe u tot een oplossing komt voor kleuren waar u toch gebruik van wilt maken.

Breng je dagelijkse make-up mee en een kledingstuk dat je graag draagt. Breng ook mee wat je niet graag ziet, maar toch in je kast hebt liggen.

Samen bepalen we welke kleuren opfleuren en ons doen glimlachen.

ALTIJD  
MOOI  
TOUJOURS BELLE

**Woensdag 20 september**  
**van 14u tot 16u**  
**Bijdrage: 3 euro**  
**Inschrijven aan het onthaal.**

### Stadsbezoek GENT



**Gegidst bezoek aan het MIAT-museum over industrie, arbeid en textiel**

Picknick op het terras van stadsbrouwerij Gruut met eigen lunchpakket. Drank en sneukelhapjes ter plaatse te verkrijgen op eigen kosten



**Boottocht 90' 'Gent compleet' - met rederij Dewaele**

**Wanneer:** Donderdag 17 augustus  
**Vertrek:** om 9u54 stipt -halte Koevliet met De Lijn  
Verzamelen op de parking OCMW om 9u30  
**Terug:** om 18u45 -halte Magdalenestraat  
**Prijs:** € 20,50 + € 2,5 voor de bus

**Stadswandeling** van Dampoort naar het stadscentrum (20')

Vermeld bij inschrijving: in het bezit van een Omnipas 65+ of groepsticket

**Inschrijven tot 10 augustus**  
**Max. deelnemers: 40**

## BEWEGING

### Wandelkalender DE WELLEKES

Elke 2e woensdag van de maand trekken Louis en Cecile erop uit in Zele. Wie zin heeft in een wandeling van ongeveer 8-10 km kan aansluiten. De route volgt zo weinig mogelijk straten of drukke wegen.

Verzamelen in De Welle: kom ook vroeg genoeg om je eerst in te schrijven!  
Terugkeer in De Welle waar je met een tas koffie (of iets sterker) nog wat kan nakaarten.

**Woensdag 9 augustus**  
**Woensdag 13 september**  
**Woensdag 11 oktober**  
**Woensdag 8 november**  
**Woensdag 13 december**



### Fietstocht van de Seniorencommissie

**Maandag 25 september 14u**

**Inschrijven via Marcel De Leenheer of je plaatselijke Okra bestuur.**  
**Je kan via je Okra ook een maaltijd in het seniorenrestaurant bestellen.**

**Inschrijven tot 18 september.**



### Gym voor 55+

**Elke woensdag** van 10u tot 11u  
3 euro per les/ 10 beurtenkaart  
Lesgever: Jarno Wageman, topsporter kogelstoten  
In samenwerking met Sportwerk Vlaanderen

### Yoga

**Elke donderdag** van 15u tot 16u  
3 euro per les/ 10 beurtenkaart  
Lesgever: Philippe Gits, begeistert door yoga



### K'robics

**Elke vrijdag** van 14u tot 15u30  
5 euro per les/ 10 beurtenkaart  
Lesgever: Koen D'Hous, gepassioneerd tangodanser  
In samenwerking met Planeet Mars

## BEWEGING



### Fitness

Wist je dat we in De Welle hometrainers hebben?

**Iedereen** die zin heeft om te fietsen de gewrichten en spieren in beweging te houden is van harte welkom. Je kan gratis van deze toestellen gebruik maken.

We geven je graag eerst een woordje uitleg zodat je veilig en goed kan fietsen!

Wie pas een prothese kreeg of een andere operatie onderging vragen we om een toestemming van de arts mee te brengen. Kom je graag met enkele vriend(inn)en samen, dat kan.

**Iedere weekdag tussen 9u en 17u in zaal 3.**

Informeer zeker aan het onthaal wanneer de zaal vrij is voor andere lessen.



### Fitness (Re-Fit) met verwensessie



**1e en 3e dinsdag van de maand** van 14u tot 16u

**Begeleiding:** Karin, Marie-Christine en Marleen

€ 1 bijdrage

Dankzij de sponsoring van De Kloddelopers hebben we goede fitnessstoestellen, een sfeervolle verlichting en een super-de-luxe massagetafel.

Marleen heeft een diploma zorgmassage voor kankerpatiënten, Marie-Christine en Karin hebben gouden handen voor gezichts- en handmassages en hebben bij Kom op tegen kanker een vrijwilligersvorming gekregen. Je bent dus 'in goede handen'.

Door de tijd hebben de deelnemers een hechte band gesmeed, waar een luisterend oor, begrip en meevoelen én discretie belangrijk zijn.

Toch wordt er vaak veel en hard gelachen, zomaar, of om iemand een hart onder de riem te steken.

Samen met de 2-maandelijks praatcafés vormt dit 14-daags moment de hoeksteen van de werking voor mensen met kanker.



## OVERLEG en VORMING

### CENTRUMRAAD

**DINSDAG 10 oktober om 14U**

Alle activiteitengroepen en diensten worden in de centrumraad vertegenwoordigd door minimaal 2 deelnemers. Zij worden 4x per jaar uitgenodigd om mee te denken, te evalueren en adviezen te geven naar toekomstige activiteiten, noden en behoeften vanuit hun groep.



Heb je zelf ook suggesties, ideeën, of nuttige tips om de werking van De Welle nog beter af te stemmen op jouw behoefte, laat dit weten door een briefje te deponeren in de suggestie bus op de toog in de loungebar. Deze suggestie bus staat steeds op de toog in de week voorafgaand aan de centrumraad. Daar kunnen ook de verslagen geraadpleegd worden. Jouw voorstellen kunnen in de centrumraad dan besproken worden.

Deze centrumraad valt samen met de workshop: **WEET JE WAT IK WIL?**

**Aan de hand van enkele oefeningen zoek je naar je interesses, wat je wil doen en waarmee je wil kennis maken. Zo kan je zelf mee bepalen wat er in De Welle zou kunnen georganiseerd worden.**



**Aan alle leden van de centrumraad: welkom!**

**Alle activiteitengroepen worden aangesproken om een afvaardiging te sturen om zo een breed forum te krijgen.**

### Vooraankondiging : THEMAMAAND oktober



**Reserveer alvast volgende data:**

**4 oktober:** workshop skype en facebook

**18 oktober:** workshop leuke apps

**27 oktober:** demo facebook

**Datum nog niet bekend:** veilig omgaan met facebook, privacy en respect in je posts.....

Deze themamaand wordt georganiseerd samen met LDC Ziac en gaat door zowel in Ziac als in De Welle. Volg de verdere berichtgeving zeker op!

## INFORMATIE



### ENQUETE MOBILITEIT



De Universiteit Gent en Vrije Universiteit Brussel voeren een grootschalig onderzoek uit naar het **verplaatsingsgedrag te voet en met de gewone of elektrische fiets bij mensen van +45 jaar in Vlaanderen en Nederland**. Ook als u zich weinig of niet te voet of met de fiets verplaatst zijn wij geïnteresseerd in uw mening. De bevindingen van het onderzoek worden gebruikt voor het ontwikkelen van het mobiliteitsbeleid en het verbeteren van de verkeersveiligheid.

Het invullen van de vragenlijst duurt ongeveer 20 minuten. Alle informatie zal vertrouwelijk behandeld worden en enkel gebruikt voor wetenschappelijke doeleinden.



U kan deelnemen aan de studie door de vragenlijst in te vullen op:  
<https://www.vub.ac.be/surveys/index.php/264241/lang-nl>

Indien u andere mensen kent die mogelijks ook geïnteresseerd zijn om aan deze studie deel te nemen, mag u hen de link zeker doorsturen.



**Alvast hartelijk bedankt voor uw deelname!**

Jelle Van Cauwenberg Onderzoeker - Universiteit Gent  
Bas de Geus Onderzoeker – Vrije Universiteit Brussel

Zowel LDC Ziac als LDC De Welle willen graag de mobiliteit van zijn gebruikers in kaart brengen. De onderzoekers willen de resultaten van de Zelenaars apart verwerken om ons een beeld te geven wat de noden zijn. De enquêtes liggen in de loungebar, vraag er een bij de vrijwilliger in de bar en lever de ingevulde exemplaren in bij Miek.  
Wie liever online invult kan de bovenstaande link daarvoor gebruiken.

### INTEGRATIECOACHEN

De laatste jaren is er een toenemend aantal mensen met een migratieachtergrond die zich in Zele vestigen. Dit heeft onder andere te maken met de vluchtelingencrisis. Mensen met een migratieachtergrond hebben vaak een gebrekkige talenkennis en een zeer beperkt netwerk.

Om deze personen op te nemen in de samenleving zijn er extra inspanningen nodig op vlak van integratie, participatie en emancipatie.

Om dit te verwezenlijken startte OCMW Zele vanuit de sociale dienst met 'integratiecoaches'.

Dit zijn vrijwilligers die wekelijks op donderdagnamiddag met een groep mensen samenkomen in De Welle om integratie in voorzieningen van Zele te bevorderen. Zij bouwen een netwerk uit zodat zij op termijn zelf misbaar zijn.

Dit werk verhoogt de zelfstandigheid en de zelfredzaamheid van deze doelgroep.

Kortom: een integratiecoach bevordert de gelijkheid van kansen door integratie in de maatschappij te bereiken.

**Dank aan Guy en Marleen voor hun wekelijkse inzet!**



# VORMING en CULTUUR

## Overzicht informatica cursussen 2e semester 2017-2018 Deze cursussen worden georganiseerd met lesgevers van PCVO Scheldeland.

### INHOUD POWERPOINT 3

Verdiepingscursus

- kioskpresentaties,
- animatiepaden,
- werken met speciale effecten zoals figuren uitsnijden, regen en sneeuw maken....
- interactieve presentaties

Voorkennis van de modules 1 en 2 is vereist!

Elke donderdagvoormiddag 9u-12u -zaal 2  
Start op 7 september  
Lesgever: Marc Meuleman

### INHOUD WINDOWS 10

Windows 10 ontdekken en de werking ervan volledig begrijpen is de bedoeling.

Je leert:

- Problemen vermijden of oplossen
- Het bureaublad en de taakbalk naar je hand te zetten
- Instellingen configureren
- Beveiligingsinstellingen en herstelpunten
- Defragmenteren en opkuisen van je PC
- Zoeken, vastzetten en sneller opstarten van programma's

Er is al een voorkennis nodig om in deze module in te stappen.

Na deze module zal je dus meer durven met je computer!

Elke woensdagnamiddag 13u30-16u30 –zaal 2  
Start op 6 september.  
Lesgever: Marc Meuleman

### INHOUD TABLET en SMARTPHONE BASIS

Basiscursus voor beginners.

Je leert in deze cursus:

- verschillende apps downloaden en gebruiken.
- wat **swipen** is,
- muziek opzoeken op you **tube**,
- **camera** en **galerij**,
- **contacten** en google **maps**.
- een **antiviruspakket** installeren op uw tablet/smartphone

Elke donderdagvoormiddag om 9u-12u –zaal 3  
Start op 7 september  
Lesgever: John De Taey

### INHOUD TABLET en SMARTPHONE: VERVOLGCURSUS

Je leert in deze **vervolgcursus**, als **aanvulling op de basiscursus Android**:

- Opfrissen van de basiskennis uit Android 1
- Werken met **Spotify** en TuneIn
- Wat is de app **Shazam**
- Werken met **e-books** op de tablet
- De app Google foto's en de app Google Drive
- Werken met Google Documenten
- Betalingsmethodes met de tablet/smartphone
- Backup van je tablet
- Andere apparaten draadloos koppelen
- Initiatie sociale media op de tablet/smartphone

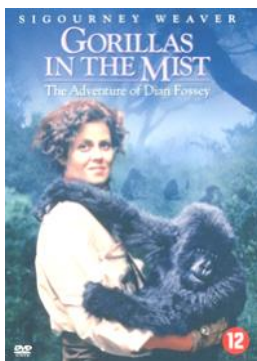
Maak kennis met de immense mogelijkheden van het Google besturingssysteem in deze vervolgcursus !

Elke vrijdagvoormiddag, 9u-12u– zaal 2  
Start op 8 september.

## FILMFORUM

**Dinsdag 8 augustus – 14u**

### GORILLAS IN THE MIST



Het inspirerende en waar-gebeurde verhaal van Dian Fossey die tussen de berggorilla's leefde in Rwanda. Als vrouw met een hart voor de dieren krijgt ze te maken met hardvochtige stropers.

Met een verrukkelijke Segourney Weaver in de hoofdrol.

**Dinsdag 12 september - 14u**

### MANNEKE PIS



De 28-jarige wees Harry komt met pak en zak aan in Brussel. Daar leert hij de bestuurster van de tram kennen en vindt werk als vaatwasser in een restaurant. Het lot brengt een en ander samen.....

Met Antje De Boeck, Ann Petersen, Wim Opbroeck en muziek van Noordkaap.

**Film = 1 euro  
Maaltijd + film =  
film gratis**

## BIBLIOTHEEK- BIB-AAN-HUIS

Ben je niet meer mobiel om zelf naar onze bib te komen, zit je vaak alleen maar ben je nog steeds een verwoed lezer? Een vrijwilliger kan je boeken aan huis bezorgen. Zij kan op dinsdag of donderdag aan huis komen en levert je steeds 3 boeken. Deze dienst is gratis.

**Aanvragen op tel.nr 052/45 68 56**

## HELPDESK PIET



**Wat als** je geen weg meer weet met de app die je nochtans zelf hebt gedownload?

**Wat als** je een je weg niet meer vindt in je eigen mappen op je PC?

**Wat als** plots je e-mail geblokkeerd is?

**Wat als** je moet je harde schijf defragmenteren en je weet absoluut niet meer hoe dit gaat?

**Wat als** jouw (computer) geheugen vol is?

### PIET WEET RAAD !

Tweewekelijks staat Piet klaar om te helpen en je met raad en daad bij te staan met de dagdagelijkse problemen die je kan tegenkomen in je digitale wereld.

Let op: er wordt geen les gegeven, je kan wel antwoorden verwachten op je vragen, en hulp krijgen. Piet is allrounder dus hij kan overweg met laptop, tablet, smartphone, Iphone....  
Breng zelf je multimedia toestel mee.

De **HELPDESK** is open op:

September: 4 en 18

Oktober: 2 en 16

November: 6 en 20

December: 4 en 18

**Steeds van 14u tot 16u**

We vragen 1 euro voor deze hulp.

Wil je ook eerst aanmelden aan het onthaal!

## RECREATIE en ONTMOETING

### ● Elke maandag

**Hobbyclub** om 13u30– 16u30

**7-14-21-28 augustus**

**4-11-18-25 september**

Naaïen, breien, handwerk, beren maken, kantwerk, juwelen maken, tekenen, mandala's kleuren.....

Wil jij deelnemen of gewoon eens komen kijken, heb je een techniek die je graag aan anderen wil tonen en leren?

Welkom!

### ● Zoete woensdag

We serveren een lekker stuk taart met een tas koffie, leuk gezelschap en een gelegenheid om andere mensen te ontmoeten.

**9 augustus: biscuit met aardbeien**  
**13 september: biscuit met chocolade**

**€4 voor taart en koffie, vanaf 14u.**

### ● Elke dinsdag, donderdag en vrijdag

**Biljartnamiddag**  
**vanaf 14u**

**1 euro per uur.**



### ● Koffieklets met deelnemers van de stertelefoon

**Woensdag**  
**16 augustus om**  
**14u30**



### ● Petanque

Elke donderdag bij goed weer vanaf 14u

**Wist je dat er in de loungebar diverse gezelschapsspellen in voorraad zijn? Zij mogen vrij gebruikt worden.**

**Vraag aan de vrijwilligers in de bar waar je ze kan vinden: scrabble, rummikub, schaakbord, pietjesbak, kaarten, petanqueballen....**

**Er is een leeshoek met een uitleendienst van de bibliotheek en een dagelijkse krant.**

## OPENINGSUREN loungebar

**BAR** alle dagen

**11u-17u**

**SENIORENRESTAURANT**

**Uitschep van 11u30 tot 12u45**

## DIENSTVERLENING

### SENIORENRESTAURANT

Elke middag behalve op zaterdag, zondag en feestdagen kan er in het restaurant worden gegeten. Het restaurant is gereserveerd voor:

- 60-plussers
- Deelnemers aan activiteiten
- Vrijwilligers op de dag van hun vrijwilligerswerk

Een weekmenu kan geraadpleegd worden op [www.ocmwzele.be](http://www.ocmwzele.be), klik door naar lokaal dienstencentrum/ seniorenrestaurant, of hangt uit bij het onthaal.

Reserveringen gebeuren enkel aan het onthaal, betalingen gebeuren cash.

Wie voor de eerste keer komt dient zich zeker aan te melden om zich te laten registreren.

- Alle gebruikers krijgen een **klantenkaart**: na 15 maaltijden krijg je 1 maaltijd gratis.
- Op je **verjaardag** krijg je een drankje aangeboden.
- **Maaltijd + film** op de 2e dinsdag van de maand: film gratis.

Een menu bestaat uit :	soep, hoofdgerecht, 1 dessert, een glas water en 1 kop koffie of thee.
Er is keuze uit :	<b>dagschotel</b> : 1 week op voorhand bestellen
Prijs: € 6 per menu	<b>menu A , menu B of een koude schotel</b> : dezelfde dag bestellen tot 9u15
11u30 11u45- 12u45	Soep Uitschep van de maaltijden
<b>Om de bediening vlot te laten verlopen vragen we om deze uren te respecteren, zodat er geen lange wachtrijen ontstaan. Wie graag vroeger komt: de bar is open vanaf 11u.</b>	

### PEDICURE en MANICURE

Twee gepassioneerde pedicures bieden u voetverzorging aan op maandagen (Brendy) of op vrijdagden (Isabel).

**Gangbare verzorgingen:** nagels knippen en vijlen, eelt en/of eksterogen verwijderen, schimmelnagels behandelen, vergevorderde ingegroeide nagels...

We hebben graag dat je met gewassen voeten op verzorging komt!

In combinatie met pedicure is ook manicure mogelijk.

**PEDICURE: 16 euro, 20 min per persoon**

**PEDICURE + MANICURE: 22 euro (enkel in combinatie): 35 min.**

Terugbetaling bij je mutualiteit is mogelijk.

**Volgende data:**

**Maandagen 14 augustus, 4 en 25 september**  
**Vrijdagen 18 augustus, 1 en 15 september**



## BLOEDDRUK- EN GEWICHTSCONTROLE



De bloeddrukmeting gebeurt door een gepensioneerd huisarts. Er wordt geen medisch advies gegeven, eventueel wordt er doorverwezen naar je huisarts.

Deze dienstverlening is **gratis**.

**Elke 2e en 4e vrijdag van de maand van 9u tot 12u.**

**Volgende controles:**

**11 en 25 augustus**

**8 en 22 september**

Als Paul verhinderd is, gaan de controles toch door met Lieven. We wensen Paul een spoedig herstel toe!



## STERTELEFOON EN KOFFIEKLETS

Na een kennismakingsbezoek worden mensen één keer per week opgebeld op een vooraf afgesproken tijdstip.

Meestal hebben zij nood aan sociaal contact, zitten vaak alleen en kunnen zich nog moeilijk verplaatsen.

Om de 2 maand nodigen wij hen uit voor een gezellige koffieklets met muziek, een babbel samen met de vrijwilligers/bellers.

Indien gewenst kunnen we iedereen ophalen.

Dit telefoontje kan een eerste verbinding zijn met De Welle, en kan uitgroeien tot een buurtwerking.

Bovendien kunnen we gepast reageren, wanneer er een crisissituatie zou zijn.

We hebben immers enkele 'hulplijnen' die kunnen verwittigd worden indien er iets ernstig aan de hand zou zijn: een val, een ziekte, een moeilijke dag....

Ken je zelf mensen die lange dagen alleen zijn en gebaat zouden zijn met een telefoontje, laat het ons weten, dan brengen we een bezoekje en kunnen we opbellen.



**De koffieklets is op woensdag 16 augustus om 14u30 in de loungebar.  
Laat tijdig weten of je vervoer nodig hebt.**

## VERVOERSDIENST—BOODSCHAPPENDIENST



Om tegemoet te komen aan je mobiliteitsprobleem kan je een beroep doen op onze vervoersdienst door vrijwilligers.

Wie moeilijk naar een activiteit kan komen, boodschappen wil doen of graag naar de markt wil en zelf niet meer met de auto kan rijden: mits 2 dagen op voorhand te reserveren, vinden wij iemand die jou van of naar deze activiteiten brengt.

Uiteraard wordt er een vergoeding per gereden kilometer betaald aan de chauffeur.

Deze vervoersdienst is niet voor ritten van en naar het ziekenhuis, daarvoor kan je beroep doen op de Minder Mobielen Centrale en het ziekenvervoer van je mutualiteit.

De chauffeurs zijn verzekerd door ons, daarom vragen wij aan de klanten een kleine jaarlijkse bijdrage.

### Voorwaarden:

- Je dient zelf mee te gaan naar de winkel, de vrijwilliger doet geen boodschappen in jouw plaats.
- Parkeergeld wordt door de klant betaald.
- Bijdrage jaarlijkse verzekering: 10 euro (15 euro voor een koppel)
- Tarief: 0.34 per km, betalen per rit met een minimaal tarief van 1,5 euro, heen- en terugrit apart te betalen
- Vergoeding tijdsduur : het eerste uur is gratis, vanaf het tweede uur wordt 1 euro gevraagd per begonnen uur
- Beperking van de ritten: in Zele, Dendermonde en Lokeren
- Geen rolstoelvervoer, een rollator kan wel.

Reserveren op tel nr 052/45 68 56  
of [dienstencentrum@ocmwzele.be](mailto:dienstencentrum@ocmwzele.be)

**Vanaf augustus is Caroline, een nieuwe vrijwilliger, bereid om deze dienst te verzekeren, enkel op vrijdag.  
We blijven steeds op zoek naar extra vrijwilligers om ook op andere dagen van de week deze dienst aan te bieden.**

## BAD EN DOUCHE

In een veilige en aangepaste infrastructuur kan u een bad of een douche komen nemen met hulp van een verzorgende van de gezinszorg of met hulp van een mantelzorg.

De douche is een inloopdouche, er kan zittend gedoucht worden op een sta-

Douchen kan ook zonder hulp van een verzorgende.

Het bad is een hoog-laag bad, gebruikers kunnen op een veilige manier in en uit geholpen worden met een tilsysteem dat bediend wordt door de verzorgende.

Er is een bubbelbadfunctie voor extra relaxatie.



**BAD:                    dinsdag en donderdag: 45 min per persoon  
4 euro + uurprijs verzorgende**

**DOUCHE:            maandag, woensdag en vrijdag: 30 min per persoon  
zonder verzorgende: 3 euro**

## KAPSTER



Op maandag- en vrijdagmiddag is het kapsalon open in de badkamer van het dagverzorgingscentrum. Maak een afspraak aan het onthaal, daar vind je ook de prijzen van de verschillende verzorgingen.

**Zeels zomerfeest**



**ZONDAG  
27 AUGUSTUS**



### **Het bestuur van Gemeente en OCMW Zele nodigt alle Zelenaars uit op het Zeels Zomerfeest.**

- Vanaf 13u30:  
Workshops in het lokaal dienstencentrum De Welle: K'Robics, presentaties informatica-cursisten, hobbyclub, infostandje activiteiten voor mensen met kanker.  
Rondleiding in het Centrum voor Thuis- en Ouderenzorg (CTOZ) De Bron  
Wandeling 'de 10.000-stappenroute'
- Om 15u:  
Amusement met muziek en variété in de loungebar
- Voor de kinderen  
Een springkasteel (doorlopend)  
Ballonblazen en – plooien (vanaf 13u30)
- Om 16u30 gaan 147 ballonnen de lucht in!

**De loungebar is doorlopend open.**

# Activiteitenkalender augustus 2017

	Uur	Activiteit	Locatie
Dinsdag 1 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Woensdag 2 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Donderdag 3 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Vrijdag 4 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Maandag 7 augustus	14u	Hobbyclub	loungebar
Dinsdag 8 augustus	13u30	film : Gorilla's in the mist	Zaal 1
Woensdag 9 augustus	14u 14u	wandeling : Gratiebossen-circuit 2 zoete woensdag : biscuit met aardbei	loungebar
Donderdag 10 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Vrijdag 11 augustus	9u 14u	Bloeddruk- en gewichtscontrole K'Robics	Zaal 3 Zaal 1&2
Maandag 14 augustus	13u30 14u	Pedicure Hobbyclub	Zaal 3 loungebar
Dinsdag 15 augustus	<b>LDC Gesloten</b>		
Woensdag 16 augustus	14u30	koffieklets stertelefoon	loungebar
Vrijdag 18 augustus	14u 14u	pedicure K'Robics	Zaal 3 Zaal 1&2
Maandag 21 augustus	14u	Hobbyclub	loungebar
Dinsdag 22 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Woensdag 23 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Donderdag 24 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Vrijdag 25 augustus	9u 13u30	Bloeddruk- en gewichtscontrole <b>BAR GESLOTEN NA MIDDAGMAAL</b>	Zaal 3
<b>ZONDAG 27 augustus</b>	<b>ZEELS</b>	<b>ZOMERFEEST</b>	
Maandag 28 augustus	14u	Hobbyclub	loungebar
Dinsdag 29 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Woensdag 30 augustus	13u30-17u	BAR is open	
Donderdag 31 augustus	13u30-17u	BAR is open	



# Activiteitenkalender september 2017

	Uur	Activiteit	Locatie
<b>Vrijdag 1 september</b>	<b>14u</b> <b>14u</b>	pedicure K'Robics	Zaal 3 Zaal 1&2
<b>Maandag 4 september</b>	<b>13u30</b> <b>13u30</b> <b>14u</b>	Hobbyclub Pedicure Helpdesk Piet	Loungebar Zaal 3 Zaal 2
<b>Dinsdag 5 september</b>	<b>14u</b>	<b>Re-fit</b> - Verwensessie	Zaal 3
<b>Woensdag 6 september</b>	<b>13u30</b>	PC Windows 10 C	Zaal 2
<b>Donderdag 7 september</b>	<b>9u</b> <b>9u</b> <b>15u</b>	PC Powerpont 3A PC Tablet en Smartphone 1G Yoga	Zaal 2 Zaal 3 Zaal 1&2
<b>Vrijdag 8 september</b>	<b>9u</b> <b>14u</b>	PC Tablet en Smartphone 2C K'Robics	Zaal 2 Zaal 1&2
<b>Maandag 11 september</b>	<b>13u30</b>	Hobbyclub	Loungebar
<b>Dinsdag 12 september</b>	<b>13u30</b>	film : Manneke Pis	Zaal 1
<b>Woensdag 13 september</b>	<b>10u</b> <b>13u30</b> <b>14u</b> <b>14u</b>	Gym voor senioren PC Windows 10 C De Wellekes zoete woensdag : biscuit chocolade	Zaal 1 Zaal 2 loungebar
<b>Donderdag 14 september</b>	<b>9u</b> <b>9u</b> <b>15u</b>	PC Powerpont 3A PC Tablet en Smartphone 1G Yoga	Zaal 2 Zaal 3 Zaal 1&2
<b>Vrijdag 15 september</b>	<b>9u</b> <b>14u</b> <b>14u</b>	PC Tablet en Smartphone 2C pedicure K'Robics	Zaal 2 Zaal 3 Zaal 1&2

<b>Maandag 18 september</b>	<b>13u30</b> <b>14u</b>	Hobbyclub Helpdesk Piet	Loungebar Zaal 2
<b>Dinsdag 19 september</b>	<b>14u</b>	<b>Re-fit</b> - Verwensessie	Zaal 3
<b>Woensdag 20 september</b>	<b>10u</b> <b>13u30</b> <b>14u</b>	Gym voor senioren PC Windows 10 C praatcafé : Altijd mooi	Zaal 1 Zaal 2 Zaal 3
<b>Donderdag 21 september</b>	<b>9u</b> <b>9u</b> <b>15u</b>	PC Powerpont 3A PC Tablet en Smartphone 1G Yoga	Zaal 2 Zaal 3 Zaal 1&2
<b>Vrijdag 22 september</b>	<b>9u</b> <b>14u</b>	PC Tablet en Smartphone 2C K'Robics	Zaal 2 Zaal 1&2
<b>Maandag 25 september</b>	<b>13u30</b> <b>13u30</b> <b>14u</b>	Hobbyclub Pedicure fietstocht seniorencommissie	Loungebar Zaal 3
<b>Dinsdag 26 september</b>			
<b>Woensdag 27 september</b>	<b>10u</b> <b>13u30</b>	Gym voor senioren PC Windows 10 C	Zaal 1 Zaal 2
<b>Donderdag 28 september</b>	<b>9u</b> <b>9u</b> <b>15u</b>	PC Powerpont 3A PC Tablet en Smartphone 1G Yoga	Zaal 2 Zaal 3 Zaal 1&2
<b>Vrijdag 29 september</b>	<b>9u</b> <b>14u</b>	PC Tablet en Smartphone 2C K'Robics	Zaal 2 Zaal 1&2

**ONZE ACTIVITEITEN WORDEN GEORGANISEERD IN SAMENWERKING MET VOLGENDE PARTNERS:**

