



Een warme plek voor iedereen



Welkom in ons lokaal dienstencentrum, de plek waar je altijd terecht kunt voor een babbel, informatie of onze dienstverlening. Voel je thuis bij ons, want iedereen is welkom.

Kom langs, drink een kopje koffie, en ontdek wat we allemaal te bieden hebben. Vergeet ook niet ons gezellig buurtrestaurant, waar je kunt genieten van heerlijke maaltijden in goed gezelschap.

We kijken ernaar uit je te ontmoeten!

In de kijker:

Buren bij kunstenaars

Tijdens het weekend van 19 en 20 oktober 2024 stellen wij De Stip open voor kunstenaars om hun werken te exposeren!

Indien interesse: laat iets weten! Verschillende (buurt)bewoners stellen hun werken tentoon.

Openingsuren van de cafetaria De Carré:
zaterdag 19/10 en zondag 20/10 van 10.00 uur - 12.00 uur en van 14.00 uur - 18.00 uur

**VRIJDAG VERNISSAGE + OPTREDEN KATRIEN VERFAILLE
19 U.-21 U.**

Centrumraad



Om de kwaliteit van onze dienstverlening te optimaliseren, vinden wij inspraak van onze bezoekers belangrijk.

Heb je zelf vanuit je ervaringen een eigen mening of verwachtingen over het beleid in het dienstencentrum? Praat en zoek dan mee in de centrumraad. Ook jouw mening telt. Wees welkom!

**WOENSDAG 16 OKTOBER OM 9.30 UUR IN DE
POLYVALENTE ZAAL**

Dienstverlening

BUURTRESTAURANT

Is het voor jou moeilijk om zelf nog een volwaardige maaltijd te koken? Eet je vaak alleen en wens je wat gezelschap? Dan ben je zeker welkom in het buurtrestaurant van De Stip. Iedereen is er van harte welkom.

Kostprijs per maaltijd: 11 euro

Tijdens een eerste gesprek zullen we de mogelijkheden en voorwaarden tot het nemen van een maaltijd met u overlopen. Daarna is het een kwestie van reserveren.

MAALTIJDPAKKETTEN

We bieden ontbijt- en avondmaaltijdboxen aan, uiteraard mits reservering.

Kostprijs:

- **Ontbijtpakket: 2,8 euro**
- **Avondmaalpakket: 3,3 euro**

DOUCHE

In De Stip kun je een douche nemen. Zeep en handdoek zelf mee te brengen.

Kostprijs is 2,5 euro.

CAFETARIA DE CARRÉ

MAANDAG TOT ZONDAG VAN 14.00 UUR – 17.00 UUR

Het dienstencentrum heeft een **cafetaria** waar je in de namiddag gezellig iets kan drinken en bijbabbelen met familie en vrienden.

Met de dagdagelijkse krant en boeken kan je ook in je eentje genieten van een ontspannend moment. Bij mooi weer kan je op ons **terras** vertoeven en van het zonnetje genieten.

Bij verhuur De Stip gaat de cafetaria door in de polyvalente zaal.

DUOFIETS

Met zijn comfortabele zitplaatsen en gemakkelijke bediening is de duofiets geschikt voor mensen van alle leeftijden. Of je nu een uitstapje wilt maken met je partner, familielid of vriend(in), dit is een geweldige manier om quality time door te brengen en tegelijkertijd actief te blijven.



Dienstverlening

BOODSCHAPPENDIENST

Boodschappendienst waarbij een chauffeur je begeleidt naar de winkel. Onze bus is rolstoeltoegankelijk. **De kostprijs is 2,5 euro.** Wekelijks op vrijdagmiddag om 13.45 uur (Delhaize of Aldi)

Geen boodschappendienst op:

- Vrijdag 6 september
- Vrijdag 13 september
- Vrijdag 1 november, wel op donderdag 31 oktober

PEDICURE

Iedereen kan gebruikmaken van deze dienst.

De pedicure werkt uitsluitend op afspraak. Een afspraak kan telefonisch gemaakt worden bij **Amy Van Belleghem** via het nummer 0493/55 83 18.

De kostprijs hiervan is 25 euro.

KLACHTENFORMULIER

Aangezien wij onze hulp en dienstverlening continu willen verbeteren, staan wij open voor uw klachten of suggesties. U weet immers beter dan wie ook op welke punten wij onze hulp- en dienstverlening nog verder kunnen bijschaven. Het formulier kan je vinden in ons folderrek.

Alsook kun je via onze website een klacht/suggestie uiten.

Formuleer uw klacht/suggestie en deponeer die in de brievenbus aan de ingang van het dienstencentrum.

PSYCHOLOOG

Voor 4 of 11 euro naar de psycholoog?

Niet zo'n gek idee! In De Stip kan het. Voel je je slecht in je vel? Maak een afspraak voor een eerste gratis gesprek bij een psycholoog. Voel of er een klik is en laat je begeleiden tegen een sterk verminderd tarief.

Voor meer info kom langs, raadpleeg de website www.elpen.be of vraag na bij je huisarts.



DEMENTIEKOFFER

De koffer bundelt een selectie van materialen en helpt iedereen om de zoektocht naar informatie over dementie.

De koffer kan je gratis ontlenen in De Stip. Als er een vermoeden van dementie bestaat of de diagnose is gesteld, dan roept dat heel wat vragen op.

De koffer biedt de kans om dat thema op een rustige manier thuis te verkennen. De koffer is bestemd voor mensen met dementie, de kinderen, kleinkinderen, mantelzorgers en geïnteresseerden.

CADEAUBON

Er zijn cadeaubonnen te koop in De Stip die je naargelang van het bedrag dat je zelf wenst, cadeau kunt doen.

Die kunnen worden gebruikt in de cafetaria, voor activiteiten zoals ontbijtbuffet,...

Meer info: onthaal van De Stip

Preventie

1-10 OKTOBER 2024 :

10-DAAGSE VAN DE GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG



We brengen talenten van bezoekers/ bewoners/medewerkers/vrijwilligers in beeld. Kom die bewonderen in de Stip tijdens de week van de geestelijke gezondheidszorg van 1-10 oktober.

Voel je je slecht in je vel? Maak een afspraak voor een eerste gratis gesprek bij een psycholoog. Voel of er een klik is en laat je begeleiden tegen een sterk verminderd tarief. Voor meer info kom langs, raadpleeg de website www.elpen.be of vraag na bij je huisarts.

8020 TEGEN PESTEN: DE LANGSTE RIJ

Op **vrijdag 27 september om 14.30 uur** maken we de langste rij aan het Sint-Pietersplein in Oostkamp-centrum. Plaats 4 stippen op je handen en kom erbij om samen de langste rij te vormen tegen pesten. Door hand in hand te staan willen we de boodschap uitdragen: "hier trekken we de lijn, pesten moet nu stoppen!"

DE WARMSTE WEEK – DECEMBER 2024

Samen vlammen tegen eenzaamheid



1 op 2 Vlamingen voelt zich soms eenzaam. Dat is enorm veel, en als we eerlijk zijn, heeft iedereen zich al eens eenzaam gevoeld. Door een gebrek aan een sociaal vangnet, problemen op school, werk of vrije tijd, mentale kwetsbaarheid, een beperking of ziekte, een rouwproces, je afkomst, je gender, ...

In een maatschappij waar individualiteit en prestatiedruk steeds belangrijker worden, en waar sociale media het fysiek menselijk contact vaak vervangen, is het probleem van eenzaamheid helaas onrustwekkend groot. Je eens eenzaam voelen hoort bij het leven, maar als je bij niemand terecht kan raak je geïsoleerd in de samenleving. Het gevolg is dat te veel mensen zich niet gezien, begrepen of aanvaard voelen. En dat kan zware gevolgen hebben.

Daar moeten we samen iets aan doen en dat kan door onze krachten te bundelen. Daarom gaan we met De Warmste Week opnieuw vlammen. We komen in actie tegen eenzaamheid.

We breken het taboe en steunen projecten die mensen opnieuw weer in hun kracht zetten, zodat ze zich begrepen, aanvaard, maar vooral verbonden voelen in onze samenleving.

**Onze acties kunnen plaatsvinden van september tot december 2024.
Jullie worden op de hoogte gebracht! :)**

PLANTJESVERKOOP KOM OP TEGEN KANKER 2024

Donderdag 12 september is het opnieuw zover, we verkopen opnieuw de befaamde 'azalea's' voor Kom op tegen kanker.

Wie er wil reserveren, kan dat.

Die worden opgehaald op donderdag 12 september vanaf 13.30 uur.



LOKALE VERKIEZINGEN OP ZONDAG 13 OKTOBER 2024

Op zondag 13 oktober 2024 kan er voor het eerst gestemd worden in de polyvalente zaal van dienstencentrum De Stip. Op die manier hopen we ook de oudere populatie meer te kunnen bereiken. Uiteraard enkel als dit in jouw uitnodigingsbrief staat dat je daar mag gaan stemmen.



Mantelzorg

PRAATGROEP MANTELZORGERS

Alle mantelzorgers zijn welkom voor een moment van zelfzorg, samenzijn en herkenning.

Bespreek waar extra hulp nodig is, vraag om informatie, stel workshops voor, of plan een rustgevende wandeling.

Dinsdag 10 september | 14.30 u. - 16.30 u. | Dienstencentrum De Stip

FAMILIEGROEP DEMENTIE

Familiegroep Dementie Oostkamp nodigt mantelzorgers en familieleden van personen met dementie uit.

Inschrijven via oostkamp@alzheimerligavlaanderen.be of 050 20 75 12

Bloemschikken

Dinsdag 1 oktober 2024 | 14.30 u. - 16.30 u.

Dienstencentrum De Stip

Inschrijven vereist, kostprijs 10 euro.

WERELDDAG DEMENTIE – 21 SEPTEMBER

Op die dag wordt extra aandacht gevraagd voor mensen met dementie en hun omgeving.

Wandelen in de wereld van dementie

Kom een wandeling volgen doorheen het hele Leef-en zorgdorp Sint-Jozef. Tijdens deze wandeling krijg je info, handvaten, (h)erkenning...

Portretreeks van mensen met dementie

We nodigen u van harte uit om de portretreeks te komen bekijken in De Stip. Deze serie toont de portretten van mensen met dementie, elke foto weerspiegelt een mooi moment.

Kom langs en laat u raken door die bijzondere expositie.

Maandag 9 september - vrijdag 4 oktober | 9.00 u. - 17.00 u. | Dienstencentrum De Stip

Heb je nood aan een babbel of meer informatie?
Neem dan zeker contact met ons op via 050 20 75 51



Mistig

Een monoloog over dementie

Land

Een andere kijk op dementie

Mensen hebben veel vragen en twijfels en iedere persoon met dementie is weer anders. Het is een vaak moeilijke zoektocht: het leren omgaan met deze ziekte. Maar deze zoektocht maakt ook dat er veel ruimte is voor andere perspectieven. En daar zit de kracht van de voorstelling 'Mistig Land'.

Vanuit het dagelijkse leven, hun persoonlijke ervaringen en de praktijk laten theatermakers **Stefaan Daems** en **Lies Vandeburie** je binnenkijken in het hoofd en het proces van iemand met dementie.

Kom gratis naar deze voorstelling kijken:

- 18 september 19 uur -- **Diksmuide/Woumen** OC Walnes
- 19 september 14u30 -- **Kortrijk** cafetaria wzc De Pottelberg
- 20 september 19 uur -- **BEN Ardoos** Marktplaats in wzc
- 25 september 19 uur -- **Oostkamp** theaterzaal De Valkaart
- 27 september 19 uur -- **Oostende** De Passage in wzc 't Ponton

Achteraf praten we na tijdens een panelgesprek en bieden we een gratis drankje aan.



Informatiesessie

LACHDEGUSTATIE

Ha
Ha Ha
Ha Ha
Ha Ha

Ooit een wijn-, bier- of whiskydegustatie bijgewoond?

Je leerde er wellicht een eigen smaak ontwikkelen, misschien kreeg je uitleg over 'hoe een proeverij in zijn werk gaat' of creëerden de vele smaken een trigger door het oproepen van herinneringen aan een voorbije reis,...

Wat dacht je evenwel van het bijwonen van een LachDegustatie?

Wanneer bulderde jij voor het laatst van het lachen? Wanneer kreeg je nog eens de slappe lach? Zoals je wellicht weet zijn er meerdere redenen waardoor we onze lach kunnen kwijtraken, echter.... Wist je dat stress dé grootste dooddoener van onze lach is?

Hoog tijd dus voor een ludieke, aangename, prettig gestoorde, unieke en uitzonderlijke top-degustatie!

Hierbij gaan we interactief, ontspannen en afwisselend aan de slag met onze lach. We proberen vrijuit en genieten ten volle van diverse soorten lach.

**Maandag 7 oktober van 19.00 - 20.30 uur | Polyvalente zaal
Inschrijving vereist | GRATIS**

HEALTHY COOKING ON A BUDGET

Vind jij het ook zo moeilijk om budgetvriendelijke en tegelijk gezonde voedingsmiddelen te vinden? Tijdens deze kookworkshop maak je recepten die budgetvriendelijk, snel en gezond zijn.

Een gezonde relatie met voedsel is er eentje zonder schuldgevoel. Een goede driehoeksrelatie tussen voeding, lichaam en geest, boekt resultaat op lange termijn. Onder leiding van een erkende diëtiste krijg je tips en tricks om zelf budgetvriendelijke varianten te vinden in de winkel. Je krijgt ook inspiratie over hoe je restjes kunt verwerken en producten kunt vergelijken.

Dinsdag 8 oktober om 18.00 uur in de keuken van De Stip | Inschrijving vereist | GRATIS

KALENDER LDC DE STIP – SEPTEMBER 2024

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
						1
2 13.30 u. OKRA breiclub	3 13.30 u. Showdown	4 10.15 u. Muziek art 13.30 u. Darts	5 13.30 u. OKRA kaarten	6	7 9.30 u. Dighulp	8
9 13.30 u. OKRA breiclub	10 14.30 u. Samen lezen 14.30 u. Familiegroep dementie 15 u. Samen zingen	11	12 13.30 u. OKRA kaarten 13.30 u. Plantjesverkoop KOTK 14.30 u. Zin & zoet	13 8.30 u. Ontbijtbuffet 15 u. Rolstoeldansen	14	15
16 13.30 u. OKRA breiclub 19 u. Kookworkshop veggie	17 13.30 u. Showdown 14.30 u. Contactkoor	18 10.15 u. Muziek art 14 u. Bingo 15 u. Zityoga	19 13.30 u. OKRA kaarten	20 13.45 u. Boodschappen Delhaize	21	22
23 13.30 u. OKRA breiclub	24 14 u. Uitstap ACTION	25 14 u. Smoefelnamiddag pannenkoeken	26 13.30 u. OKRA kaarten	27 13.45 u. Boodschappen ALDI 14.30 u. 8020 tegen pesten	28	29
30 13.30 u. Avansa naaimachine						

KALENDER LDC DE STIP – OKTOBER 2024

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
	1 13.30 u. Showdown 14.30 u. Familiegroep dementie bloemschikken	2 11.45 u. Mosselsouper 13.30 u. Darts	3 13.30 u. OKRA kaarten 13.45 u. Uitstap Oostkans	4 13.30u. Keramiek 13.45 u. Boodschappen Delhaize	5 9.30 u. Dighulp	6
7 13.30 u. OKRA breiclub 13.30 u. Avansa naaimachine 19.00 u. Lachdegustatie	8 14.30 u. Samen lezen 18 u. Workshop "healthy cooking on a budget" – gezonde buurten	9 8.30 u. Ontbijtbuffet 10.15 u. Muziek art 14 u. Rad van fortuin	10 13.30 u. OKRA kaarten 13.45 u. Bingo 't Hertenbos	11 13.45 u. Boodschappen ALDI	12	13
14 13.30 u. OKRA breiclub 13.30 u. Avansa naaimachine 14.30 u. Zin & zoet	15 13.30u. Showdown 14.30u. Contactkoor	16 9.30 u. Centrumraad De Stip 13.30 u. Darts 14 u. Bingo (zaal Ter Haeghe) 15 u. Samen zingen	17 13.30 u. OKRA kaarten	18 13.30u. Keramiek 13.45 u. Boodschappen Delhaize 19 u. Vernissage + optreden Katrien Verfaillie	19 10 u. Buren bij kunstenaars	20 10 u. Buren bij kunstenaars
21 13.30 u. OKRA breiclub 13.30 u. Avansa naaimachine 15 u. Zityoga	22 13.45 u. Bowling Joyken	23 10.15 u. Muziek art	24 13.30 u. OKRA kaarten	25 13.45 u. Boodschappen ALDI 15 u. Rolstoeldansen	26 14.30 u. Fanfare Steenbrugge	27
28 13.30 u. OKRA breiclub	29	30 14 u. Smoefelnamiddag wafels	31 13.30 u. OKRA kaarten 13.45 u. Boodschappen Delhaize			

KOOKWORKSHOP VEGGIE – KEUKEN VOOR BEGINNERS

Meer en meer mensen overwegen een voedingspatroon met minder of zelfs zonder vlees. Ze doen dat om gezondheidsredenen, uit zorg voor het milieu of dierenwelzijn, voor een rechtvaardiger wereld of om welke reden dan ook. Maar hoe zorg je voor een volwaardige, gezonde en lekkere maaltijd, waar iedereen van geniet en niemand het vlees mist? Peter Vandermeersch, al jaren vertrouwd met de vegetarische keuken, leidt je binnen in de wereld van het vegetarisme. Je krijgt ook een duidelijke handleiding voor het klaarmaken van het menu.

Breng een keukenschort, een mesje, een plank, een keukenhanddoek en schotelvod mee. Een volledige vegetarische maaltijd is in de prijs begrepen.

Maandag 16 september 2024 van 19.00-21.00 uur. Kostprijs: 32 euro

VOOR HET EERST AAN DE NAAIMACHINE – EEN LEUKE SCHOUDERTAS

Kriebelt het om te leren stikken met de naaimachine, maar heb je nog wat ondersteuning nodig? Dan is deze korte introductiereeks een goede opstap. Lesgeefster Rose Casier is al jarenlang fan van deze creatieve hobby. Ze helpt je graag om je eerste stappen te zetten. Je krijgt info over je machine, naaigaren, stofkeuze, patronen... Maar je gaat vooral ook zelf aan de slag. Zo geraak je helemaal vertrouwd met je machine en met de basis van het stikken. Eenmaal je je beginnersangst overwonnen hebt, kan je aan de slag voor het echte werk. Stap voor stap zet je een leuke, handige schoudertas in elkaar. Wedden dat je dan de naaimicrobe helemaal te pakken hebt?

Maandag 30 september, 7, 14 en 21 oktober 2024 van 13.30-16.00 uur. Kostprijs: 60 euro

DE LESSENREEKSEN VINDEN ALTIJD PLAATS IN DE STIP



Samenwerkingen

KOKEN MET ORANJE VZW

Elke eerste donderdag van de maand kan je Oranje vzw terugvinden in de keuken van De Stip om samen gezellig te bakken.

BESSENTAART

Donderdag 5 september 2024 om 13.30 u.

POFFERTJES

Donderdag 3 oktober 2024 om 13.30 u.

**KOSTPRIJS € 3 | INSCHRIJVEN TOT 3 DAGEN VOORDIEN
VIA DE STIP OF JOCELYN.MEIJERS@ORANJE.BE**

CUPCAKE ACTIE

INZAMELACTIE TVV STICHTING ALZHEIMER ONDERZOEK

Op Wereld Alzheimer Dag - zaterdag 21 september - gaat de #bakewithlove-campagne van start.

De campagne is een initiatief van Stop Alzheimer (Stichting Alzheimer Onderzoek) en is bedoeld om de aandacht te vestigen op de grote gezondheidsuitdaging van de ziekte en om geld in te zamelen voor onderzoek.

Met de opbrengst steunen wij onderzoeksprojecten aan Belgische universiteiten in de strijd tegen Alzheimer, want alleen onderzoek geeft hoop!

Op **donderdag 7 november** verkopen we lekkere muffins.

Verkooppunten:

De Stip & De Leuning vanaf 14.30 uur.



Koninklijke Fanfare St.- Cecilia Steenbrugge

De muziekvereniging Sint-Cecilia Steenbrugge groepeert een 40-tal amateurmuzikanten die wekelijks onder de leiding van hun vakkundige dirigent een kwalitatief en hedendaags muziekrepertoire instuderen. Mooie muziek maken in een aangename sociale sfeer is voor hun het belangrijkste!

In functie van hun Sint-Ceciliafeest komen ze een korte muzikale taptoe geven op het middenplein, gevolgd door een indoor-concert. Allemaal welkom om te komen genieten van hun muziek!

ZATERDAG 26 OKTOBER OM 14.30 UUR OP HET MIDDENPLEIN / DE WINTERTUIN



Exposities

KUNSTENAAR IN DE KIJKER

Kunstenaar in de kijker nodigt u uit om zijn werken te komen ontdekken in De Stip.

BOUSSERY BART – SCHILDERIJEN

Donderdag 5 september tot woensdag 2 oktober

CRAUWELS MARGOT – SCHILDERIJEN

Donderdag 3 oktober tot woensdag 30 oktober



Voltreffers in De Stip

ONTBIJTBUFFET

Wat dacht je van een ochtend vol lekkernijen en gezelligheid? Schuif gezellig aan bij ons ontbijtbuffet en verwen jezelf met verse eieren, pistolets en andere lekkernijen.

VRIJDAG 13 SEPTEMBER EN WOENSDAG 9 OKTOBER

AANVANG TUSSEN 8.30 UUR EN 9.00 UUR

KOSTPRIJS € 17/PP

INSCHRIJVING T.E.M. 2 DAGEN VOOR HET ONTBIJT

SMOEFELNAMIDDAG

Elke laatste woensdag van de maand gaan we smoefelen!

WOENSDAG 25 SEPTEMBER: PANNENKOEKEN

WOENSDAG 30 OKTOBER: WAFELS

**14.00 – 17.00 UUR | KOSTPRIJS € 6 INCLUSIEF KOFFIE
DE CARRÉ LDC DE STIP + POLYVALENTE ZAAL**

MOSSELSOUPER

Mosselen à volonté met frietjes | Dessert + koffie

WOENSDAG 2 OKTOBER | 11.45 UUR

KOSTPRIJS € 30 P/P | POLYVALENTE ZAAL DE STIP

INSCHRIJVING VEREIST T.E.M. 25/09/24

Vaste activiteiten

BINGO

Een eenvoudig maar spannend spel voor jong en oud. Iedereen welkom.

Woensdag 18 september in De Stip en woensdag 16 oktober in de polyvalente zaal Ter Haeghe om 14.00 uur

DARTS

Wie wil het eens proberen? Darts is de sport van tegenwoordig, het is helemaal geen cafésport meer!

Woensdag 4 september, 2 en 16 oktober om 13.30 uur

DIGIHULP



Je wordt gratis geholpen met problemen op uw smartphone, tablet of laptop.

Graag uiterlijk twee dagen voordien je probleem melden bij digihulp8020@gmail.com.

Zaterdag 7 september en 5 oktober van 9.30 - 12.00 uur

KERAMIEK

Aan de hand van enkele oefeningen leer je de knepen van het vak. Daarna kan je aan de slag met je eigen creaties. Onder begeleiding van Lucrese Olivier, die jarenlang ervaring heeft met boetseren met klei.

Vrijdag 4 en 18 oktober om 13.30 uur

MUZIEK – ART

Je even uitleven en laten meeslepen in de muziek. Het is het proberen waard! Muzikaal of niet, iedereen komt er tot zijn recht. Lesgever Jahn geeft je tips en tricks.

Woensdag 4 en 18 september | Woensdag 9 en 23 oktober om 10.15 uur

OKRA CREA CLUB

Gezellig samen breien met een koffie en een koekje. Elke maandagnamiddag in de cafetaria van De Stip.

OKRA KAARTEN EN RUMMIKUB

Kaarten en rummikub spelen i.s.m. Okra. Elke donderdagnamiddag om 13.30 u. in de polyvalente zaal van De Stip.

PRAATTAFELS

Praattafels met anderstaligen vinden plaats in de cafetaria van LDC De Stip. In kleine groep wordt in een aangename setting over dagdagelijkse dingen gepraat.

Iedere dinsdagavond in De Stip van 19.30 uur – 21.00 uur

RAD VAN FORTUIN

Raad als eerste het verborgen woord en win het gedraaide geldbedrag!

Woensdag 9 oktober om 14.00 uur

ROLSTOELDANSEN

Rolstoeldansen is een activiteit voor iedereen die van muziek en beweging houdt. Per sessie wordt een mooie, eenvoudige choreografie aangeleerd op herkenbare liedjes.

Vrijdag 13 september en 25 oktober om 15.00 uur

SAMEN LEZEN

Tijdens Samen lezen luister je naar een kort verhaal, aangepast aan de luisteraars. Gevoelens en ervaringen worden bespreekbaar gemaakt. Het voorleesmoment wordt nu en dan onderbroken door een gedicht of een stukje muziek. Kortom, Samen lezen is een fijn moment van samenzijn dat ons verbindt.

Dinsdag 10 september en 8 oktober om 14.30 uur

SAMEN ZINGEN

We keren terug in de tijd en met muziek en tekst zingen we liedjes uit de oude doos. Luisteren kan ook, meewiegen op het ritme van de muziek doet evenveel deugd.

Dinsdag 24 september en woensdag 16 oktober om 15.00 uur

SENIORNET



Voor elk wat wils in het aanbod computerlessen voor het najaar 2024 in De Stip.

Inschrijven via www.oostkamp.be/webshop of in bibliotheek infopunt.

SHOWDOWN

Showdown Kroonhove Oostkamp of kortweg dskoi is te vergelijken met tafeltennis voor validen.

Elke 1ste en 3de dinsdag van de maand om 13.30 uur - De Wintertuin LDC De Stip

ZIN & ZOET

Thema september: "zin vinden/geven" en thema oktober: "schepping".

Donderdag 12 september en maandag 14 oktober om 14.30 uur - Zitruimte Schoonhove 6

ZITYOGA

Zityoga is een milde vorm van yoga die wordt beoefend met een stoel. De lessen zijn er op gericht om de spieren en gewrichten soepeler te maken. De sessies worden begeleid en zijn voor iedereen toegankelijk.

Woensdag 18 september en maandag 21 oktober om 15.00 uur

Uitstappen

Altijd inschrijven
voor uitstappen



ACTION

Dinsdag 24 september om 14.00 uur | Kostprijs € 2,5

ONTMOETINGSRUIMTE OOSTKANS IN OOSTKAMP

Donderdag 3 oktober om 13.45 uur

Deze uitstap doen we te voet. Rolwagen kan voorzien worden, gelieve dit op voorhand door te geven.

BINGO IN 'T HERTENBOS

Donderdag 10 oktober om 13.45 uur | Kostprijs € 7,5

Inleg: 5 euro (al in de kostprijs inbegrepen). Kan je bingo roepen? Dan win je een mooie prijs.

BOWLING JOYKEN

Dinsdag 22 oktober om 13.45 uur | Kostprijs € 13



NOVEMBER

DINSDAG 12 NOVEMBER: MODEVERKOOP SENIORFASHION | 14.00 UUR - 17.00 UUR

WOENSDAG 13 NOVEMBER: ONTBIJTBUFFET | 8.30 UUR | € 17 | INSCHRIJVING VEREIST

DINSDAG 19 NOVEMBER: BREUGELAVOND | 18.30 UUR | € 20 | INSCHRIJVING VEREIST

ZATERDAG 23 NOVEMBER: KLEURENANALYSE MET KATHLEEN DE PESTEL | 14.00 UUR - 15.30 UUR | INSCHRIJVING VEREIST

DECEMBER

WOENSDAG 4 DECEMBER: PRAATGROEP MANTELZORG | 14.30 UUR

VRIJDAG 6 DECEMBER: ONTBIJTBUFFET | 8.30 UUR | € 17 | INSCHRIJVING VEREIST

ZATERDAG 7 DECEMBER: SOUL REPAIR CAFÉ | 14.00 UUR

WOENSDAG 11 DECEMBER: DE WARMSTE WEEK - KERSTMARKT OP HET PLEIN | 14.00 UUR

Smoeffelnamiddagen op woensdag

27 NOVEMBER Appelbeignets

11 december: Oliebollenkraam op het plein t.v.v. de Warmste week

€ 6 - INCLUSIEF
KOFFIE
14.00 UUR - 17.00 UUR

Inschrijvingsformulier **SEPTEMBER - OKTOBER**

Naam:

- Buurtbewoner Assistentiewoningen Centrum voor dagverzorging De Regenboog
- Praatgroep voor mantelzorgers - Dinsdag 10 september | Aantal: _____
- Ontbijtbuffet - Vrijdag 13 september | Aantal: _____
- ACTION - Dinsdag 24 september | Aantal: _____
- Monoloog Mistig land - Woensdag 25 september | Aantal: _____
- Familiegroep dementie bloemschikken - Dinsdag 1 oktober | Aantal: _____
- Mosselsouper - Woensdag 2 oktober | Aantal: _____
- Oostkans Oostkamp - Donderdag 3 oktober | Aantal: _____
- Lachdegustatie - Maandag 7 oktober | Aantal: _____
- Workshop 'Healthy cooking' - Dinsdag 8 oktober | Aantal: _____
- Ontbijtbuffet - Woensdag 9 oktober | Aantal: _____
- Bingo 't Hertenbos - Donderdag 10 oktober | Aantal: _____
- Centrumraad - Woensdag 16 oktober | Aantal: _____
- Bowling - Dinsdag 22 oktober | Aantal: _____
- Plantje Kom op tegen kanker donderdag 12 september | Aantal: _____



Ben je nog op zoek naar een leuke zaal om een feest te geven?
Bekijk ons aanbod en onze troeven op: www.dienstencentra-oostkamp.be



Contact

De Stip

Sint-Jozefsdreef 8


8020 Oostkamp



050 20 75 51

destip@wzcstjozef.be

Openingsuren van maandag tot vrijdag tussen 9.00 - 17.00 uur.

 Dienstencentra Oostkamp

 www.dienstencentra-oostkamp.be

 Inrit Rustoordstraat of via
Azaleastraat
 Halte Oostkamp
Rustoordstraat

initiatief van groep zorg h. familie vzw

leef- en
zorgdorp
Sint-Jozef