

# DE PARETTE GAZETTE

LOKALE DIENSTENCENTRA



OKTOBER - NOVEMBER - DECEMBER 2022

N° 123



# WELKOM



## Welkom bij de lokale dienstencentra van Zorgbedrijf Harelbeke

Ben je 55-plusser? Sport je graag samen met mensen uit de buurt? Wil je ook blijven leren en ontdekken? Eet je graag in goed gezelschap je middagmaal? Heb je soms hulp nodig in huis maar weet je niet waar terecht met je vragen?

### Wij bieden je

- Een lokaal dienstencentrum in je buurt
- Een plek waar je anderen kan ontmoeten
- Een gezellige cafetaria met terras
- Een verzorgd restaurant waar je op weekdagen een gezonde warme maaltijd kan nuttigen
- Een ruim aanbod aan sport en ontspanning
- Boeiende vormingen en infomomenten
- Gezondheidsadvies, lichaamsverzorging en haarverzorging
- Een luisterend oor en advies op maat
- Informatie via de Zorglijn over thuiszorgondersteuning
- Een gevarieerd aanbod aan vrijwilligerstaken

En dit alles steeds met de glimlach en met jouw wensen in het achterhoofd.

Je bent altijd welkom in de lokale dienstencentra voor meer informatie en om ons van dichtbij te leren kennen. Neem ook zeker een kijkje op onze website:

**[www.zbharelbeke.be](http://www.zbharelbeke.be)**.

Daar vind je ons volledig activiteitenaanbod terug.



05 voorwoord

06 in de kijker

08 uw gezondheid

10 vrijwilligershoekje

12 in je buurt

13 u in de kijker

14 aan huis bij

16 terug in de tijd

17 mijmeringen

18 u aan het woord

21 de roede vertelt

22 dienstverlening

25 vast aanbod

26 kalender

33 activiteitsaanbod

46 in 't wiel

47 quiz

48 kruiswoordraadsel

49 uitpas



Beste lezer,

Na een -op zijn zachtst gezegd- warme zomer, naderen de laatste maanden van 2022 alweer met rasse schreden. We kijken terug op een fijne tijd met veel buurtbabbels en aangename bezoeken van 'Kaffieplezier ip ' t Plankier'.

Zoals je reeds weet, bieden de lokale dienstencentra een breed gamma aan activiteiten aan. Maar wat misschien niet altijd gekend is, is dat we ook over 3 restaurants beschikken waarin we onze 55-plus Harelbekenaren graag van een heerlijke maaltijd voorzien. Vaste bezoeker (en gelegenheden-covermodel) Gino is alvast enthousiast! En voor wie niet goed te been is, kunnen we zelfs de maaltijden aan huis brengen. Lees er alles over in onze rubriek 'in de kijker'. Je ontdekt er ook hoe we omgaan met afval en verpakkingen in onze dienstencentra.

Wie eten zegt, zegt ook drinken. Je zal in het vrijwilligershoekje kennis kunnen maken met 2 barvrijwilligers die geregeld hulp bieden bij het laven van de dorstigen in onze cafetaria's. We zijn nog op zoek naar helpende handen: mocht je na het lezen van de ervaringen van Patrick en Marc zin gekregen hebben om onze teams te versterken, je weet ons te vinden!

We nodigen je uiteraard weer uit om er onze activiteitenkalender op na te pluizen: we konden opnieuw een mooi aanbod samenstellen, heel divers, voor ieder zijn gading. In oktober is er de Dag tegen Kanker én deze maand staat ook gekend als actiemaand borstkanker. Daarom kan je in deze herfstmaand komen luisteren naar de voordracht 'Gevoel voor tumor' en is er een infomoment over het bevolkingsonderzoek borstkanker. Van 21 tot en met 27 november gaat de Ouderenweek door, we zetten dit graag in de kijker door het organiseren van de voordracht 'Wij senioren, een ras apart', met leuke tips om gelukkig oud te kunnen worden. Daar wordt een mens toch vrolijk van?

Wil je niets missen van onze activiteiten of nieuwtjes? Schrijf je dan in voor onze nieuwsbrief via [nieuwsbrief ldc@zbharelbeke.be](mailto:nieuwsbrief ldc@zbharelbeke.be) of geef je gegevens door aan het onthaal.

Veel leesplezier en tot binnenkort!

*Pedro, Louise, Jolien, Ine, Charlotte,  
Dagmar en Meinert*

# AAN TAFEL!

## In de dienstencentra

In de restaurants van de 3 lokale dienstencentra -De Vlinder, De Parette en Dorpshuis De Rijstpekker- kan je elke weekdag terecht om er een gezonde maaltijd te eten. Deze maaltijden worden met veel liefde en zorg bereid in de keuken op de site van Ceder aan de Leie. Wie een maaltijd wenst, kan deze (uiterlijk voor 9u 's morgens) reserveren aan een onthaal van één van de lokale dienstencentra. Er is steeds keuze tussen een (dagelijks wisselend) dagmenu of weekmenu (€7,80). Wie een bepaalde dieetmaaltijd wenst, of allergisch is aan bepaalde voedingsmiddelen, kan dit melden en dan wordt er gekeken hoe er kan ingespeeld worden op deze vraag. Er kan ook steeds gekozen worden (mits vooraf door te geven) voor gemixte of gemalen maaltijden of voor een specifiek aardappelgerecht (puree of gekookte aardappelen).

Het maandelijks menu vind je op [www.zbharelbeke.be](http://www.zbharelbeke.be) (of aan de onthalen). In De Parette en De Vlinder kan je ook kiezen voor biefstuk friet (€10,10).



Hoe verloopt zo'n restaurantbezoek nu precies? Heel eenvoudig: vanaf 11u30 kan je een plekje vinden aan één van de tafels in ons restaurant. Het dienstpersoneel staat met de glimlach voor je klaar om je maaltijd op te scheppen. We starten met een tas soep en eindigen doen we met een dessertje. Tijdens de maaltijd staat er water op tafel.

## Bij je thuis

Misschien ben je (tijdelijk) niet goed ter been en is het voor jou niet mogelijk om naar onze restaurants te komen? Geen probleem! Het dagmenu, weekmenu of dieetmenu kan ook bij je thuis geleverd worden. Ook hier kan je kiezen voor gemalen of gemixte maaltijden of voor een alternatief aardappelgerecht. De kostprijs hiervoor bedraagt €8 (of €7,40 bij twee maaltijden op hetzelfde adres) en werkt volgens hetzelfde principe: soep, hoofdgerecht en dessert. De maaltijden worden tussen 9u30 en 12u30 bij je thuis geleverd door een vertrouwd gezicht op een vast tijdstip. Met vragen of het doorgeven van wijzigingen kan je ook bij deze persoon terecht.

Je soep en hoofdgerecht komen in een speciale box zodat dit lekker warm blijft tot de middag.

Wie in het weekend een maaltijd aan huis wenst, kan op vrijdag diepvriesmaaltijden krijgen (€7,30 of €6,70 voor 2 maaltijden op hetzelfde adres). Deze bestel je ten laatste op vrijdag vóór 9u.

Wens je je aan te melden om maaltijden aan huis te ontvangen? Neem dan contact met ons op via de Zorglijn op het nummer 056 89 91 00 of [zorglijn@zbharelbeke.be](mailto:zorglijn@zbharelbeke.be).

Samen wordt er dan een termijn opgesteld waarin je de maaltijden aan huis wil ontvangen. We zorgen ook voor een eenvoudige manier van betalen via facturatie.

### Wist je dat...

... reserveren van de maaltijden in de restaurants op verschillende manieren kan? Je kan bellen, mailen of gewoon even binnenspringen bij de onthalen (contactgegevens op de achterkant van deze Parettegazette).

... de restaurants van de dienstencentra tijdens de feestdagen gesloten zijn?

... er voor de feestdagen ook diepvriesmaaltijden aan huis kunnen verkregen worden? Deze krijg je dan de laatste werkdag vóór de feestdag. Valt de feestdag op een maandag? Dan is het mogelijk dat de diepvriesmaaltijd al op donderdag geleverd wordt.

# AFVAL IN DE DIENSTENCENTRA

Zoals de vaste bezoekers al opgemerkt hebben, zijn we in de woonzorgcentra en dienstencentra met een nieuwe afvalsoringsstroom gestart - naast restafval, PMD en papier. Volgens de Europese en Vlaamse wetgeving zijn we verplicht om in de woonzorgcentra keukenafval en etensresten apart in te zamelen. Dit heeft als voordeel dat keukenafval en etensresten niet verloren gaan: er wordt biogas en compost mee gemaakt. Het biogas wordt omgezet in groene stroom, de compost wordt gebruikt voor een gezondere bodem. Als extra voordeel wordt de hoeveelheid te verbranden restafval beperkt. Hoewel nog niet verplicht, is het onze ambitie om deze fractie ook apart in te zamelen in de restaurants van onze dienstencentra. Hierbij vragen we ook aan onze restaurantbezoekers om de correcte afvalsorering toe te passen. In onze restaurants vind je alvast meer duiding wat in welke vuilnisbak mag.

Hiernaast versterkt de Vlaamse overheid ook haar beleid rond afvalpreventie en hergebruik van materialen. Zo wil ze zwerfvuil en de groeiende berg plasticafval een halt toeroepen. Wegwerpborden, -kommetjes, -schaaltjes en -bestek zijn niet langer toegelaten bij voedingsmiddelen die ter plaatse worden klaargemaakt, samengesteld, geschikt, opgewarmd, geregenereerd of ontdooid. Dat resulteert in onze dienstencentra in volgende taferelen:



---

## SENIORENRAAD

In Harelbeke zijn verschillende adviesraden door het stadsbestuur erkend, zo ook de seniorenraad. De seniorenraad behartigt de belangen van de Harelbeekse senioren en geeft advies aan stad en Zorgbedrijf. De Harelbeekse seniorenraad telt een 35-tal leden vanuit 13 aangesloten seniorenverenigingen- of afdelingen. De raad van bestuur wordt gevormd door een 10-tal kernleden. Onlangs gaf voorzitter Maurice Top de fakkel door na 15 jaar voorzitterschap. Deze functie werd overgenomen door Luc Vandeputte (die als afgevaardigde vanuit CD&V senioren reeds lid was van de seniorenraad).

Luc beschouwt verenigingen als dragers van onze volks-cultuur en samenbrengers van mensen en wil dan ook heel graag de belangen van de seniorenverenigingen verdedigen. Bovenaan de agenda staat voor Luc het samenwerken tussen de verschillende seniorenverenigingen. Hij zal ook inzetten op bevordering van samenwerking met de lokale dienstencentra. Vragen of voorstellen voor Luc die de senioren aanbelangen? Stuur een mailtje naar [pedro.meerschman@zbharelbeke.be](mailto:pedro.meerschman@zbharelbeke.be)!

---

## WELKOM JULIEN!

Louise, centrumleider van De Parette, zal eventjes afwezig zijn. Met de komst van zoonje Julien Gerard Marcel heeft ze voorlopig de handen meer dan vol. Begin november kan je haar terug treffen in het lokaal

dienstencentrum De Parette. Intussentijd houdt Meinert (centrumleider De Vlinder) een oogje in het zeil in De Parette. We wensen Louise en partner een dikke proficiat met de komst van hun eerste spruit!

# GEZOND ETEN EN GENIETEN ALS JE OUDER WORDT

Gezonde voeding met voldoende energie en voedingsstoffen is belangrijk om een goede voedingstoestand te garanderen. Veel eten op oudere leeftijd is meestal niet meer noodzakelijk, voldoende aandacht geven aan wat je precies eet wel! Ouderen hebben net zoals iedereen nood aan een gezonde, gevarieerde voeding.

Wat houdt dat nu precies in, gezonde voeding? Eerst en vooral zijn de basisprincipes van gezond eten evenwicht en variatie. Het betekent zeker niet dat je alles moet opgeven wat je lekker en leuk vindt. Kleine aanpassingen

kunnen vaak al een verschil maken. Zo kun je ervoor kiezen om tijdens de week enkel volkorenbrood te eten of bij het ontbijt steeds wat yoghurt of fruit te eten.

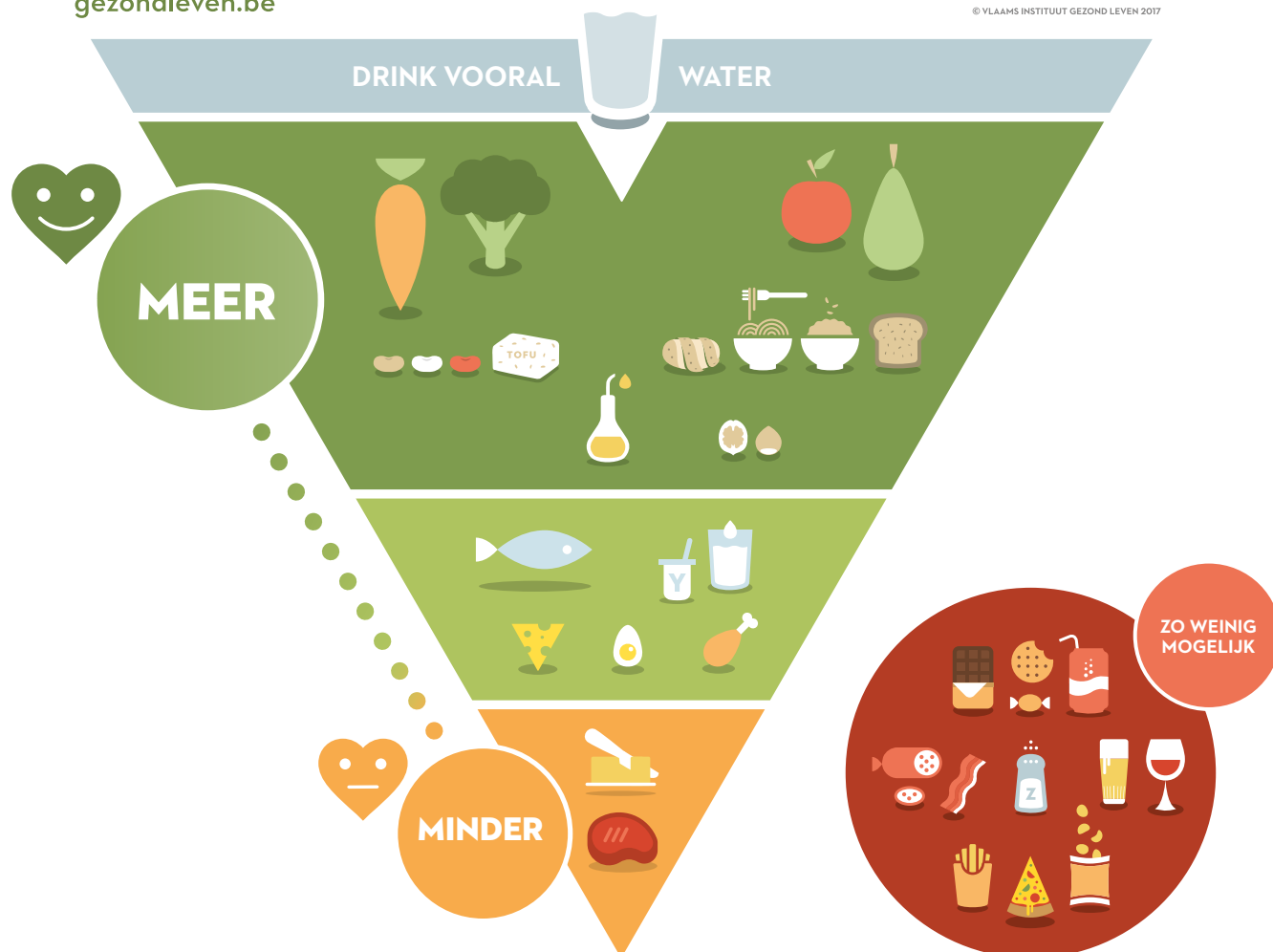
De voedingsdriehoek geeft weer hoe een gezonde voedingsstijl er uit ziet. Met deze richtlijnen wil men elke Vlaming aan de hand van haalbare en praktische adviezen bewust maken en motiveren om gezonder te eten. De voedingsdriehoek houdt rekening met het effect van voedingsmiddelen op de gezondheid en wat volgens de huidige voedingsgewoonten beter kan.

## VOEDINGSDRIEHOEK

VLAAMS INSTITUUT  
**GEZOND  
LEVEN**

gezondleven.be

© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2017







Hieronder vind je een aantal punten uit de voedingsdriehoek wat meer uitgelegd:

- Dagelijks **voldoende drinken** is belangrijk om je lichaam van voldoende vocht te voorzien. De voorkeur gaat hierbij uit naar water, koffie, thee en soep. Het is belangrijk om niet enkel te drinken wanneer je dorst hebt. Het is aanbevolen om 1,5 liter water te drinken verspreid over de dag. Bij warm weer mag dit zelfs nog meer zijn.
- **Graanproducten** leveren energie, eiwitten en vitamines aan ons lichaam. Je vindt deze terug in boterhammen, pasta, rijst,... De voorkeur gaat hierbij uit naar de volkorenproducten. Deze bevatten niet alleen veel vezels, ze kunnen ook bijdragen tot een regelmatige stoelgang. Ook aardappelen zijn een goede bron van vezels en vitamines.
- Ook **groenten** zijn onderdeel van een gezonde voeding. Ze bevatten veel vezels, vitamines en mineralen en mogen naar hartenlust gegeten worden.
- **Fruit** bevat net zoals groenten veel vezels, vitamines en mineralen. Omwille van de aanwezigheid van natuurlijke suikers luidt de aanbeveling om fruit te beperken tot 2 à 3 stukken per dag.

- **Vlees -, vis -, ei- en vervangproducten** leveren naast eiwitten ook belangrijke vitamines en mineralen. Dagelijks één stuk vlees of vis is voldoende. Indien gewenst kan je vlees ook door eieren of een vegetarisch alternatief met voldoende eiwitten vervangen.
- **Melk en melkproducten** zijn belangrijke leveranciers van eiwitten, calcium en vitamine D. Je vindt deze terug in de vorm van melk, yoghurt, pudding, kaas,... Twee à drie melkproducten per dag zijn voldoende.

De voedingsdriehoek raadt ook aan om alles in de juiste verhouding te eten. Een tip hierbij is om de helft van je bord te vullen met groenten, een kwart met aardappelen of volle granen en een kwart met vlees, vis, ei of vleesvervanger. Hou hierbij rekening met je honger- en verzadigingsgevoel. Het is niet de bedoeling dat je met honger van tafel gaat net zomin het de bedoeling is om je te forceren om alles op te eten. Het is normaal dat je niet elke dag evenveel honger of eetlust hebt.

Naast al deze aanbevelingen kunnen een gezellig gedekte tafel en samen eten met anderen ook bijdragen tot de eetlust. Wie graag de voeten onder tafel schuift en graag eet in het gezelschap van anderen kan hiervoor elke weekdag terecht in onze dienstencentra.

Bron: [www.stlucas.be/media/138328071/voedingstips-voor-ouderen.pdf](http://www.stlucas.be/media/138328071/voedingstips-voor-ouderen.pdf)  
[www.nice-info.be](http://www.nice-info.be)

# MARC DEBO

Dames en heren, mag ik u voorstellen: de heer Marc Debo.

Deze ietwat verlegen vrijwilliger mag zijn grote empathie laten zegevieren in de bar van De Vlinder. Je kunt hem daar drie dagen per week vinden: op maandag, donderdag en zaterdag, of als hij inspringt als er iemand tekort is.

Toen Marc met pensioen ging, wou hij absoluut niet in een zwart gat vallen. Hij had zijn hele leven keihard gewerkt als chauffeur in de bouw en had daardoor nooit tijd gehad voor hobby's. De weinige vrije tijd die hij had, moest hij gebruiken om te recupereren en zich terug op te laden voor zijn werk.

Hij besloot dan maar om op gesprek te gaan bij de vrijwilligersverantwoordelijke van het Zorgbedrijf Harelbeke. Hij wou zich graag inzetten voor de gemeenschap. Hij werd vrij snel ingeschakeld om gedurende twee maanden het verlot van de chauffeur van het busje van het dagcentrum op te vangen.

Maar toen kwam corona en ging alles op slot. Marc bood zich aan om te helpen in de Vaxpo in Kortrijk en kon daar zijn steentje bijdragen. Hierna ging de cafetaria van De Vlinder weer open en kon hij daar een handje toesteken. Marc kan met zijn vrijwilligerswerk zijn tijd goed invullen. De bar is open van 14 tot 17 uur. Marc helpt met de opkuis en verlaat meestal rond 17u20 het dienstencentrum. Hij helpt soms om ritten met het busje over te nemen voor het dagcentrum. Men weet dat ze hem maar te roepen hebben.



Sociaal contact is voor Marc heel belangrijk. Hij vindt het een goede zaak dat de bewoners, bezoekers en de familie van het woonzorgcentrum in de bar voor een democratische prijs iets kunnen komen drinken. Iedereen kent hem hier, hij kan een luisterend oor bieden aan wie dat nodig heeft. Dan gaat hij eens bij de mensen zitten om te praten. Hij ziet wanneer iemand daar nood aan heeft en kan vaak op die manier een dag goedmaken. Marc heeft op die manier veel mensen leren kennen. Hij voelt zich erg welkom bij het personeel en de andere vrijwilligers en geniet van het groepsgevoel, het 'erbij horen'. "Het is een superteam!" zegt hij met een brede glimlach. Hij heeft er nog geen seconde spijt van gehad.

Zijn vrijwilligerswerk helpt Marc om te profiteren van het leven. Niets moet nog, alles mag. Hij gaat veel wandelen, ook in de Gavers.

Als hij één levenswijsheid mag delen, kiest hij voor 'Maak tijd voor elkaar'.

Marc, het was voor ons een eer om jou te leren kennen. Jij bent een voorbeeld voor velen.

## Barvrijwilliger worden?

In de cafetaria van De Vlinder kunnen we nog wat helpende handen gebruiken, en ook op donderdagvoormiddag in de cafetaria van De Parette is extra hulp welkom! We verwachten van een vrijwilliger in onze cafetaria's dat hij over volgende vaardigheden beschikt (en dat zijn er heel wat): sociaal, vriendelijk, affiniteit met de doelgroep 55+, vlot initiatief kunnen nemen, zelfstandig kunnen werken, verantwoordelijk, stressbestendig, belang hechten aan hygiëne, met geld kunnen omgaan en kunnen werken met de computer. Als je hierin herkent en zin hebt om onze teams te komen versterken: mail naar [vrijwilligerswerk@zbharelbeke.be](mailto:vrijwilligerswerk@zbharelbeke.be) of bel naar 056 73 51 80.

# PATRICK PATTYN

Op een verwaaide ochtend ontmoeten we de immer goedlachse en praatgrage Patrick in De Parette: zijn terrein. Patrick is hier immers een geliefde vrijwilliger.

Maar hoe kom je daar nu toe?

Toen hij in 2011 met pensioen ging na een leven lang in de bakkerij te hebben gewerkt, viel hij een beetje stil. "En nu? Wat ga ik nu doen?" Een personeelslid sprak hem aan en zei: "Patrick, jij zout ne goeien zijn voor den bar te doen." Daarop besloot hij om eens te gaan praten met de vrijwilligersverantwoordelijke waarna de trein was vertrokken.

Naast de bar op de drukke donderdagvoormiddag gaat Patrick mee op rolstoelwandeling met de bewoners van het woonzorgcentrum. Mariette, zijn vrouw, heeft dat ook nog gedaan.

Verder begeleidt Patrick soms bewoners naar de dokter, de tandarts of een enkele keer zelfs naar het kerkhof.

Sinds de coronapandemie is zijn vrijwilligerswerk in het rusthuis wat afgenomen. Patrick helpt ook in de school op de Zandberg om de fietsers te begeleiden en gaat in de Mariaschool de kinderen helpen bij het lezen van hun franse les.

Hij ging als jonge gast in Anderlecht naar de bakkersschool op internaat voor 4 jaar, waar hij zowel in het Frans als in het Nederlands les kreeg. Patrick volgde na zijn studie zijn vader en grootvader op in de bakkerij. Waar zijn vader vooral brood bakte en een broodronde deed, voegde de jonge man al snel pistolets, kleingoed en patisserie toe aan het assortiment. Zijn vrouw Mariette deed de winkel. Na de plotse dood en ook het wegvallen van de hulp van zijn vader, besloot Patrick om de broodronde te laten vallen. Op die manier slaagde hij er in om de bakkerij alleen te runnen. Hij heeft zijn job altijd graag gedaan. Ondanks het vroege opstaan en het missen van menig feestje. Iedereen noemt hem Patrick de bakker.

Patrick was ook vele jaren voorzitter van de bakkersbond in Harelbeke en arbitreerde bij het basketbal op zondag. En ook nu staat hij dus allesbehalve stil.



Van al zijn vrijwilligerswerk doet Patrick het liefst de bar. Waarom?

"Vrijwilligerswerk vult mijn dagen. De sociale contacten heb ik nodig, ik miste de entourage na de commerce. Ik heb een goed contact met de collega's en kom goed overeen met Zuster Martine. Ik heb het gevoel iets nuttigs bij te dragen aan de gemeenschap. Zo vind ik het belangrijk te weten wie niet goed ter been is en dus zijn drankje graag aan tafel krijgt of wie wat hulp nodig heeft om te betalen bijvoorbeeld. Ge kent uw volk, hé. Ik leer ook nog altijd bij. We kregen bijvoorbeeld onlangs een nieuwe kassa en je moet daar toch weer je hoofd op zetten om dat aan te leren."

Op de vraag of Patrick nog bakt komt een duidelijke 'neen'. Hij zou nog eens wat chocomousse maken of wat patisserie voor het dienstencentrum maar thuis bakt hij nooit meer.

Wat we Patrick kunnen toewensen voor de toekomst?

"Ik zou graag nog enkele jaren voortdoen. Ik heb hierbuiten genoeg hobby's zoals kaarten, wandelen en zo. De gezondheid en de goesting moeten mee willen, hé. Het is ook een punt om op tijd te stoppen, dat voel je wel aan. Met onze twee zonen en vijf kleinkinderen is er altijd wel leven in de brouwerij."

Met een kwinkslag en een knipoog ronden we dit gesprekje af, blij om deze florissante man eens in de kijker te kunnen zetten!

Els Vandekerkhove

# TERUGBLIK AFGELOPEN SEIZOEN

Tussen april en september reden we terug uit naar de verschillende wijken van Harelbeke. In Hulste was dit met 'Kaffieplezier ip' t Plankier' en in de andere wijken met de buurtbabbels.

De gekende bakfiets van 'Kaffieplezier ip' t Plankier' reed deze zomer 7 keer uit. Je kon ons telkens op een andere plaats in Hulste terugvinden. We mochten opnieuw een grote groep burens ontvangen op de stoep. Ook dit jaar sloten we dit geslaagd seizoen af aan het Dorpshuis De Rijstpekker.

Er werden dit seizoen 24 buurtbabbels georganiseerd. Meinert (centrumleider van De Vlinder) reed uit naar de straten van de wijken Zandberg, Kollegewijk en Stasegem. Louise (centrumleider van De Parette) reed uit naar plaatsen in Overleie en 't Ooste. Pedro (teamondersteuner Buurtgerichte Zorg) verwelkomde mensen in Arendswijk en Eiland. Dagmar (centrumleider De Rijstpekker) organiseerde buurtbabbels in Bavikhove.

De Kaffieplezier- en Buurtbabbelmomenten waren opnieuw een succes. Het was de ideale gelegenheid voor de burens om elkaar (beter) te leren kennen. Er werden nieuwe contacten gelegd en sommige straten namen achteraf zelf het initiatief om een ontmoetingsmoment te organiseren.

Deze momenten waren eveneens de perfecte gelegenheid om onze dienstverlening en activiteiten aanbod kenbaar te maken. Door deze ontmoetingsmomenten in de buurt te organiseren, bereiken we buurtbewoners die (nog) niet naar de lokale dienstencentra komen. Door actief in de buurt te gaan, trachten wij de (stille) zorgvragers te vinden en waar we kunnen een gepast antwoord te zoeken op hun vraag.



Volgende zomer rijden we terug uit. Hou zeker onze Parettegazette en onze website in de gaten om te weten waar we halt houden.

Wil jij volgend seizoen graag meehelpen tijdens een buurtbabbel? Je kan volledig zelf kiezen wanneer je meehelpt en in welke wijken. Meer info of interesse? Laat het ons weten via mail naar [vrijwilligerswerk@zbharelbeke.be](mailto:vrijwilligerswerk@zbharelbeke.be) of door te bellen naar 056 73 51 80.

## MOOIMAKERS

Niet alleen met het afvalbeleid in de restaurants van onze dienstencentra willen we ons steentje bijdragen aan een schonere leefomgeving, ook het aanpakken van zwerfvuil helpt het milieu een handje. In juni planden we een mooimakersactiviteit waarbij zwerfafval in de buurt werd aangepakt. Dit resulteerde in een kleine maar -o zo gemotiveerde- groep ruimers. Dikke dankjewel aan deze musketiers!



## IJSROOMNAMIDDAG

Elk jaar organiseert het woonzorgcentrum een heuse ijsroomnamiddag. De bewoners maar ook de bezoekers van de dienstencentra lieten deze gelegenheid niet aan hun neus voorbijgaan en hebben zich vol overgave ingezet om de nodige ijsjes te eten.



## GROOTMOEDERSKEUKEN

In het activiteitenoverzicht kan je lezen dat we in november onze volgende 'grootmoederskeuken' plannen. (En voor de liefhebbers onder ons: je mag je dan verwachten aan de populaire klassieker 'koeientong'.) Bij een 'grootmoederskeuken' bieden we telkens een heerlijke maaltijd aan volgens ouderwetse recepten op grootmoeders wijze. In juni kwamen jullie in de drie dienstencentra samen met niet minder dan 250 eters genieten van deze overheerlijke keuken. We grijpen deze gelegenheid graag aan om een dikke pluim te geven aan ons keukenpersoneel dat iedere keer weer de smaakpapillen weet te bekoren!



# INTERVIEW MET CONNY PATTYN



Conny Pattyn: een rasecht Harelbeeks meisje dat geworden is tot een vrouw met een brede en inspirerende kijk op de wereld. Conny is geboren in 1965 in het gezin van vader Willy en moeder Jeanine Pattyn. Zij groeide op tussen zus Carine en broer Christ. Conny begon haar studies in de rijksbasis en -middleschool te Harelbeke. Ze voltooide haar humaniora in het atheneum te Kortrijk

waar ze de richting biochemie volgde. De echte beroepsvorming als verpleegster kon ze volgen in het HIVV te Kortrijk.

Na haar studies ging Conny in 1986 meteen aan het werk in het O.L.V. Hospitaal te Kortrijk. Ze werd er direct geconfronteerd met wat ze 'de kwetsbare mens' noemt. Momenteel werkt ze in het chirurgisch dagziekenhuis



in het A.Z. Groeninge te Kortrijk. Gedurende haar loopbaan zag Conny een explosie van technische vernieuwingen. Als voorbeeld geeft ze een cataractoperatie; vroeger vergde een dergelijke ingreep een ziekenhuisopname van vijf dagen, nu beperkt de ingreep zich tot een opname in het dagziekenhuis. Deze evolutie heeft vanzelfsprekend ook een invloed op het medisch personeel, dat zich genoodzaakt ziet zich steeds bij te scholen.

In 1988 huwde Conny met Didier Deleersnijder. Zij hadden elkaar leren kennen in het Rode Kruis. Het gezin werd gezegend met drie zonen: Kobe (31j), Wannas (28j) en Pepijn (27j). Echtgenoot Didier is ook verpleger en in het gezin viel de appel niet ver van de boom: Kobe is eveneens verpleger en Pepijn is medisch laborant.

Toen in 1978 het Jeugd Rode Kruis in Harelbeke gesticht werd, was Conny er onmiddellijk bij om de cursus 'helpertje' te volgen. Reeds van jongs af aan was 'helpen' en 'dienstbaar zijn' een van haar drijfveren. In 1986 werd ze zelf leider van dit Jeugd Rode Kruis. En de opgang bleef maar duren: in 1997 werd ze ondervoorzitter, onder het beleid van Frank Degeyter. In 2005 ten slotte werd ze verantwoordelijke voor de 'internationale verstandhouding'.

Als afgevaardigde van het Rode Kruis werd Conny lid van de Harelbeekse Wereldraad. Ze was betrokken bij de keuze van Eenhana, stad in Namibië, als zusterstad in het kader van de Stedenband. Die keuze werd onder meer bepaald omdat in Eenhana ook een Rode Kruisafdeling

was. En ook daar kon haar inzet niet ontbreken. De taal vormde geen enkel probleem, want de voertaal in het onderwijs is daar Engels. Driemaal trok Conny er samen met een paar leden van het Jeugd Rode Kruis naartoe. Ze stichtte er een Jeugd afdeling, maar daarnaast werd er vooral werk gemaakt van een betere jeugdbegeleiding. De kinderen van Eenhana wisten niet eens wat spelen was. Na de school werden zij ingezet om water aan te dragen of om andere werkjes op te knappen. Nu werd hen sport en spel aangeboden; zo leerden zij ondermeer zwemmen en 'kubb werpen'.

Tweemaal trok Conny ook alleen naar Eenhana om er thuisverpleegsters te begeleiden. Ze werd er geconfronteerd met schrijnende toestanden want de medische hulp was eerder primitief. Een simpele appendicitis was zelfs veelal een doodsoorzaak.

Door de coronagolf werd de hulp aan Eenhana even stilgelegd. Maar Conny is vastberaden om, zodra de kans zich voordoet, opnieuw naar onze zusterstad te trekken om te gaan helpen.

Wij danken Conny voor dit interview, maar wij willen haar vooral danken en feliciteren voor haar werk en inzet voor mens en maatschappij.

*Joris Decavele  
Marcel Callewier*

# DE LEIE (4)

In de eerste drie afleveringen van onze reeks over De Leie kwamen alle aspecten aan bod die de Leie zo belangrijk maakten voor Harelbeke en omstreken. Het belang van de Leie als transportader liep er als een rode draad doorheen. Andere elementen zoals de visvangst, het aandrijven van watermolens en het roten van vlas verdwenen maar de Leie als transportmiddel bleef een constante.

Al van voor onze tijdrekening werd de Leie gebruikt om mensen en goederen te vervoeren. Velen van ons herinneren zich nog de slome meanderende rivier waarop de aken kuchend stroomopwaarts of rustig tuffend stroomafwaarts voorbijgleden, want in normale omstandigheden vloeide de Leie vredig kronkelend van Noord-Frankrijk tot in Gent, waar zij uitmondde in de Schelde.

Maar heel soms, na hevige regenval stroomopwaarts, ontbond ze plots haar duivels en zette dorpen en steden die zich in de loop der eeuwen aan haar oever genesteld hadden onder water. Na de grote overstromingen van 1965 en 1966 besloot men de waterellende grondig aan te pakken. Dat men daarmee de scheepvaartverbinding tussen Frankrijk en Gent zou verbeteren was mooi meegenomen. De 'kanalisering' van de Leie werd een feit. De Leie werd verbreed en verdiept en tussen de 'Grensleie' bij Frankrijk tot Gent werden niet minder dan 25 riviermeanders afgesneden.

Op grondgebied Harelbeke vinden we een mooi voorbeeld: de 'Oude Leiearm' aan de Tweede Aardstraat in Bavikhove, nu een prachtig wandelgebied. Waar vóór de werken de Leie maar bevaarbaar was voor de zogenaamde 'spitsen': een stevenloos schip van, om precies te zijn, 38,5 m lang en 5,05 m breed. Die afmetingen werden in 1879 door een Frans minister uitgestippeld en afgestemd op de afmetingen van de sluisen. Zo'n spits kon ongeveer 360 ton aan lading vervoeren. De kanali-

sering had heel wat voeten in de aarde: de rivier kreeg een nieuw tracé, vijfhonderd jaar oude sluisen werden vervangen door drie nieuwe. Bruggen moesten aangepast of herbouwd worden. In 1971 werd in Harelbeke de nieuwe sluis (115m lang, 12,5m breed en 3,5m diep) operationeel. Zo werd de Leie bevaarbaar voor schepen van 1350 ton.

Tot laat in de jaren zestig van vorige eeuw ging het goed met de binnenscheepvaart. Het was soms zodanig druk aan de sluisen dat bij uitzonderlijke waterstanden het transport in de knoop raakte. In de jaren zeventig kwam de crisis bij de binnenschippers hard aan door de concurrentie van de autosnelwegen en het spoor. En nu, 50 jaar na de ingebruikname van de gekanaliseerde Leie komt er een nieuw groots project op gang. Onder impuls en met de steun van Europa wil men een volwaardig alternatief bieden voor goederenvervoer over de weg met minder verkeersdrukke, meer veiligheid en een schoon milieu.

Dit gaat opnieuw gepaard met grote infrastructuurwerken. Zoals te Harelbeke, waar de 'Nieuwe brug' van 1970 afgebroken werd en vervangen door een nieuwe, en de Kuurnebrug werd verhoogd om een doorvaarthoogte van 7 meter te verkrijgen om containerschepen met drie lagen containers boven elkaar door te laten. En niet te vergeten de bouw van een nieuwe sluis van 230m lang, 12,5m breed en 4,7m diep.

Ondertussen werden de kades aangepakt. De hoge kaaimuren aan de kant van de stad die in de jaren vijftig van de vorige eeuw zijn gebouwd om overstromingen in de binnenstad te voorkomen werden verlaagd om het water dichterbij de inwoners te brengen.

De ambitie om het Leiebekken en het Scheldebekken te verbinden met de Seine is bijna waargemaakt. De ontbrekende schakel is een volledig nieuw te graven kanaal van 107 km lang tussen Compiègne en Cambrai.





De echte structuurwerken: de bouw van sluizen en kaaimuren en van bruggen met wegeaansluitingen, worden in de loop van 2023 aangevat. Dat de scheepvaart een veilige en ecologische manier van vervoer is bewijzen deze cijfers: met één schip klasse Va haal je 150 vrachtwagens van de weg. Eén getransporteerde ton goederen over een gemiddelde afstand kost: 12-17 euro over water, 21 euro over de weg, 22 euro over het spoor. Met 1 liter brandstof transporteer je 1 ton goederen: 20 km over de weg, 80 km over het spoor, 100 km over het water.

Tot slot: één belangrijke troef moeten we zeker nog vermelden. Vroeger, vóór de motorisatie van de schepen, als er geen wind was of als die de verkeerde richting op waaide, werden de schepen met mankracht of met paarden voortgetrokken langs het jaagpad. Vandaag is dit jaagpad een veilige en snelle weg geworden voor het fietsverkeer naar werk en school, of voor recreatie.

*Stef Huysentruyt*

## MIJMERINGEN

Koken en eten... Een lust in mijn leven.

Wat hou ik ervan om ingrediënten uit te zoeken, recepten te doorbladeren. Gerechten in mijn hoofd al klaar te maken. Om er daarna in een keuken vol kookdampen en geuren mijn eigen ding van te maken.

Visjes goudbruin te bakken, sausjes precies goed te binden, te toveren met kruiden.

Nieuwe smaken te ontdekken, of een andere manier om iets te bereiden.

Grote potten vrolijk gekleurde groenten te laten pruttelen. De oven te checken om tevreden vast te stellen dat het korstje mooi bruin wordt en alles volgens plan verloopt.

De tafel dekken, voorpret bij het idee om hen met smaak te zien eten.

En als iedereen rond de tafel zit, genieten van het moment.

Weten dat mensen voeden een verborgen soort liefde geven is.

Want behalve de vitamientjes geef je ze zoveel meer mee.

Voedzame kost en erbovenop zorg, aandacht en warmte.

En als ik daarna de restjes van de borden schraap, de tafel schoonmaak en met mijn handen in het schuimende sop de boel aan het afwassen ben, vormt zich in mijn hoofd al de volgende maaltijd.

Mijn volle diepvries en goedgevulde provisiekast zijn vaak een bron van inspiratie.

Wat ga ik samenvoegen, wiens lievelingseten er vandaag op tafel komt.

Het hoeft niet altijd ingewikkeld en tijdrovend te zijn.

Een wandelingetje tussen de rekken van een voedingswinkel is een constante oefening in mijn hoofd van combinaties en recepten. Heerlijk vind ik het!

Smikkelen met fijne mensen aan een goedgevulde tafel is iets waar ik enorm van kan genieten. Maar alleen een tasje soep en een boterhammetje eten bij het plezier van een goed boek vind ik al even gezellig.

Het leven is vaak wat je ervan maakt.

Als je van de kleine dingen kunt genieten, heb je geen grote nodig.

En als jullie mij nu willen excuseren...

Ik ga koken.

*Els Vandekerkhove*

# HET RODE KRUIS

## Oprichting

Op 24 juni 1859, tijdens de Italiaanse onafhankelijkheids-oorlog, kwam het bij de Italiaanse stad Solferino, in de nabijheid van het Gardameer, tot een bloederige veldslag tussen de Frans-Sardinijsse coalitie, geleid door Napoleon en Emmanuel II, en het Oostenrijkse leger, geleid door Frans Jozef I. Er vielen ongeveer 40 000 slachtoffers en medische hulp was nauwelijks aanwezig. Henri Dunant, een Zwitsers bankier, was toevallig in Solferino en was ten zeerste aangegrepen door de bloederige taferelen. Hij organiseerde samen met enkele lokale inwoners medische hulp, maar dacht direct aan een initiatief om in de toekomst dergelijke situaties niet meer mogelijk te maken. Hij dacht eraan om een neutrale organisatie op te richten om in geval van oorlog voor de noodzakelijke medische hulp te zorgen.

Op 29 oktober 1863 organiseerde Henri Dunant de Conferentie van Genève. Deze conferentie werd bijgewoond door 16 staten en 4 filantropische verenigingen. Het voorstel van Dunant tot de oprichting van een neutrale medische hulpverleningsorganisatie in oorlogstijd werd er goedgekeurd. De organisatie werd officieel opgericht op 22 augustus 1864. Voor de naam en het embleem van de organisatie liet Dunant zich inspireren door de Zwitserse vlag: een wit kruis op een rode achtergrond. Hij koos voor het omgekeerde: als vlag een rood kruis op witte achtergrond en als naam 'Het Rode Kruis'.

## Harelbeke

Op woensdag 12 januari 1938 om 18u vond op het stadhuis van Harelbeke een vergadering plaats met het doel in onze stad een Rode Kruisafdeling op te richten.

Het eerste bestuur zag er als volgt uit: voorzitter dr. P. Wauters, ondervoorzitters mej. H. Pannecoucke en mej. A. Pollier, secretaresses mej. Verstraete en mej. D. Decavele, schatbewaarder dhr. De Bus en econoom dhr. R. Bossuyt. Dit bestuur werd ondersteund door een technisch comité bestaande uit enkele medici en notabelen. Café 'Au Savoyard' werd gekozen als lokaal.

Tijdens de tweede wereldoorlog, die in mei 1940 uitbrak, bewees de afdeling Harelbeke reeds haar nut. In de eerste opleiding tot ambulancier behaalden 40 leden hun brevet. Deze ambulanciers stonden in voor het verzorgen van de gekwetste burgers na de bombardementen, hielpen met de voedselbedeling en richtten in het rusthuis een operatiekwartier in.

Na het einde van de oorlog viel de inzet vanzelfsprekend gevoelig terug. Toch werd er nog een inzameling gehouden voor de getroffen en van de overstromingsramp in Zeeland in 1953 en werd een hulpactie opgestart voor de minderbedeelden in de strenge winter van 1962-1963.

In 1977 stelde het gemeentebestuur een prachtig lokaal ter beschikking, gelegen op het plein tussen de Veldstraat en de Kouterstraat. Het betekende een nieuwe start van de werking waarbij vooral Luc Bekaert, als plaatselijk leider, een groot aandeel had.

De missie van het Rode Kruis is tegenwoordig 3-ledig:

- opkomen voor kwetsbaren in binnen- en buitenland
- actief zijn op het gebied van rampenbestrijding, zelfredzaamheid en bloedinzameling
- maximaal beroep doen op vrijwilligers om alles te doen slagen

De afdeling Harelbeke is nog steeds op zoek naar vrijwilligers en naar een nieuwe voorzitter.

## Het Jeugd Rode Kruis

Op 18 augustus 1978 werd het Jeugd Rode Kruis opgestart, onder de leiding van John Maes. De eerste helper-tjes werden er opgeleid. Onder hen Conny Pattyn, die gedurende elf jaar zelf hoofdverantwoordelijke was van deze onderafdeling.

De werking van het Jeugd Rode Kruis bestaat uit vier werkvelden: hulpverlening, sociale activiteiten, vredesopvoeding en hulp wereldwijd, met onder meer internationale jeugduitwisseling.



## Diensten door het Rode Kruis geleverd

Als we de diensten door het Rode Kruis geleverd, oplijsten, komen we tot volgend overzicht:

- Opleidingen: vorming zoals basiscursus EHBO, cursus helper, cursus ziekenhelper en cursus ziekenwagensepersoneel.
- De Rode Kruishulpdienst: aanwezigheid op talrijke manifestaties om op te treden bij eventuele noodgevallen, zoals recent nog bij de overstromingen in Wallonië.
- De ziekenwagendienst: niet dringend ziekenvervoer naar ziekenhuizen, woonzorgcentra, dialyse, ...
- Hulpmiddelen: uitlenen van sanitair materiaal en technische voorzieningen.

- Bloedinzameling in Harelbeke, Bavikhove, Hulste en Stasegem: een volgende inzameling vindt plaats in oktober.
- Internationale samenwerking: noodhulp, uitwisselingen, uitbouw watervoorziening en sanitair.
- Het Jeugd Rode Kruis.

## Kernspreuk

De slogan van het Rode Kruis luidt (vrij vertaald): 'Door menselijkheid naar vrede' en het symbool, het rode kruis, betekent zoveel als 'Niet schieten'. Beide verwijzen naar oorlogssituaties, maar ook in vreedstijd is het Rode Kruis een belangrijke en onmisbare schakel in onze samenleving.

*Dank aan Conny Pattyn voor de verstrekte informatie*

Joris Decavele

# ALTIJD EN OVERAL DE JUISTE TIJD

Hoewel alle klokken de tijd zo nauwkeurig mogelijk aangeven, doen ze dat niet allemaal op dezelfde manier. Traditionele klokken werken op basis van een slinger of veer. Elektrische klokken gebruiken de frequentie van het lichtnet als basis, terwijl de werking van kwartsuurwerken dan weer gebaseerd is op een heel stabiel trillend stukje kwartskristal. Allen kunnen ze na een tijd onderling gaan afwijken, wat in onze hedendaagse samenleving praktisch niet meer toelaatbaar is.

Tot de komst van de spoorwegen had iedere stad, gemeente of dorp haar eigen tijd, die aan de bevolking werd meegedeeld via de klok van de kerktoren of via het stadhuis. Die plaatselijke tijd was gebaseerd op de stand van de zon, met als voornaamste referentiepunten de zonsopgang, de middag en de zonsondergang. In een klein land als België verschilden al die tijden natuurlijk niet zoveel met elkaar. Overigens maakte de precieze tijd meestal niet veel uit, zeker niet in kleine dorpen waar tijdsaanduidingen altijd een beetje vaag bleven.

Met de komst van de spoorwegen veranderde dit enigszins. Vanaf 1840 namen alle stations en steden van het land de Brusselse tijd aan. Door de ontwikkeling van het telegrafienet halfweg de negentiende eeuw konden alle stationsklokken door middel van elektrische impulsen gesynchroniseerd worden met een centrale klok. Geleidelijk aan begon iedereen zich aan de spoorwegtijd te houden, omdat men wist dat dit de juiste tijd was. In 1892 stapte België als eerste land op het Europese continent over op de internationale standaardtijd, de zogeheten Greenwich-tijd. Vanaf 1924 zonden de Britse radiozenders elk uur het Greenwich-tijdsignaal uit, een

serie van zes korte pieptonen: een op elk van de vijf seconden voorafgaand aan het uur en op het uur zelf.

Om de juiste tijd tot op een fractie van seconde te weten, zijn we tegenwoordig aangewezen op de tijdseinzen- ders. Voor bijna heel West-Europa is dit de tijdseinzen- der DCF77<sup>1</sup> in Mainflingen, een plaats in de gemeente Mainhausen bij Frankfurt. Deze zendt binnen een straal van 1.500 km iedere seconde een radiosignaal uit dat kan worden gebruikt voor het synchroniseren van radio- grafische klokken, verkeerslichten, computernetwerken enz. Het signaal van DCF77 is afkomstig van een aantal centrale atoomklokken, die beheerd worden door de PTB in Braunschweig, een instituut dat vergelijkbaar is met het KMI in België.

Een radiografische klok is een klok die automatisch – via een ingebouwde radio-ontvanger en een kleine, meestal onzichtbare antenne – wordt gesynchroniseerd met het DCF77-signaal. Zo'n klok hoeft je dus nooit gelijk te zetten en ook wanneer de zomer- of wintertijd aanbreekt of wanneer er een schrikkelseconde wordt ingelast, zal de klok zichzelf juist zetten. Om de batterijen te sparen, gebeurt de synchronisatie met DCF77 natuurlijk niet elke seconde. Bij de meeste radiografische klokken is dit slechts één of twee keer per nacht. Daarna loopt de klok terug verder op zijn interne klok.

<sup>1</sup> **D** staat voor Duitsland, **C** als identificatie van een lange- golfzender, **F** vanwege de nabijheid van Frankfurt (Main- flingen) en **77** staat voor de gebruikte zendfrequentie (77,5 kHz).

*Dirk Viaene*



# HARELBEKE EN DE SPOORLIJN DENDERLEEUEW - KORTRIJK

De spoorlijn Denderleeuw – Kortrijk loopt over het grondgebied van Harelbeke vanaf de grens met Deerlijk tot aan de vertakking Zandberg, waar ze samenkomt met de spoorlijn Gent-Sint-Pieters – Kortrijk.

Met het aanleggen van de spoorlijn in 1868 openden zich voor Harelbeke nieuwe perspectieven. Het gemeentebestuur deed een aanvraag om het oorspronkelijke traject om te leiden langs het station van Harelbeke, maar dit werd door de spoorwegdirectie afgewezen. Het duurde nog tot 1 juli 1885 vooraleer Stasegem als officiële stopplaats in de treingids werd opgenomen. In 1896 werd er een station gebouwd en een zijspoor met loskoer, laadperron en oprijhelling aangelegd.

In tegenstelling tot het station van Harelbeke was er in Stasegem geen stationschef. Het was een 'niet-autonoom station', dat ondergeschikt was aan dat van Kortrijk. Wel was er toezicht op de perrons door een stationsbediende. Op 26 mei 1968 werd het station omgevormd tot 'onbewaakte stopplaats'. De perrons werden heraangelegd en kwamen asymmetrisch ten opzichte van de overweg te liggen. Tussen 24 april en 18 juni 1973 werd het stationsgebouw van Stasegem afgebroken.

De loskoer en de toegangswissel in hoofdspoor bleven echter nog in dienst tot in 1983.

Door de ophogingswerken van de spoorlijn Gent-Sint-Pieters – Kortrijk tussen 1978 en 1980 moesten de sporen vanaf de overweg aan de Stasegemsesteenweg geleidelijk de hoogte ingaan om op de vertakking Zandberg op hetzelfde niveau van de andere spoorlijn te komen. Hierbij werden de twee overwegen aan de Venetiëlaan afgeschaft en vervangen door twee tunnels. Ook de seinpost langs de Harleboislaan, die de wissels en seinen van de vertakking Zandberg bediende, werd bij deze gelegenheid afgeschaft. De bediening gebeurde nu rechtstreeks vanuit de seinpost in het station van Kortrijk.

Op de spoorlijn, die sinds 1986 is geëlektrificeerd, rijden er praktisch uitsluitend reizigerstreinen. Tot aan het IC/IR-plan van 1984 stopte er te Stasegem om het uur in beide richtingen een omnibus. Met de nieuwe dienstregeling van 3 juni 1984 werd de stopplaats afgeschaft en enkele maanden later werden de schuilplaatsen op de perrons weggenomen en de perrons uitgebroken.

*De Roede van Harelbeke (DV)*



*Het stationsgebouw van Stasegem, gezien vanaf de loskoer in de richting Kortrijk. Rechts van het gebouw lagen de sporen. (foto: De Roede van Harelbeke)*

### ETEN & DRINKEN

---

#### RESTAURANT

Elke weekdag serveren wij je een gezonde maaltijd waarbij je kan kiezen tussen een dag- of weekmenu (€7,80).

In **LDC De Parette** en **LDC De Vlinder** kan je ook kiezen voor biefstuk friet (€10,10).

Je reserveert je maaltijd vóór 9u bij het onthaal van één van de lokale dienstencentra. Het maandelijks menu is te vinden op [www.zbharelbeke.be](http://www.zbharelbeke.be) of aan het onthaal.

#### CAFETARIA

##### **LDC De Parette:**

dagelijks van 14u00 tot 17u00,  
op donderdag ook van 09u00 tot 13u00.

##### **DH De Rijstpekker:**

op weekdays van 14u00 tot 17u00.

##### **LDC De Vlinder:**

dagelijks van 14u00 tot 17u00,  
op donderdag ook van 10u00 tot 12u00.



### LICHAAMSVERZORGING VOOR 60-PLUSSERS UIT HARELBEKE

---

#### VOETVERZORGING

Voordeeltarief (4 beurten): €14,50.

Vanaf de 5e beurt: €17.

Ontspannende voetmassage €16,90.

#### MANICURE

Manicure: €13,80.

Korte manicure: €6,90.

Lakken vinger- of teenagels: €3,50.

#### EPILATIE

Wenkbrauwen: €6,90.

Bovenlip: €6,90.

Wenkbrauwen en bovenlip: €11,50.

Wenkbrauwen, bovenlip en kin: €13,80.

Volledig gezicht: €18.

#### HAARVERZORGING

Elke dinsdagmiddag in LDC De Vlinder. De prijzen zijn afhankelijk van de kappersbehandeling (snit, watergolf, permanent, kleuring, ...).



**DE CONTACTGEGEVENS VAN DE LOKALE DIENSTENCENTRA VIND JE OP DE ACHTERKAFT**

## WIJ KOMEN BIJ JOU

### BELTEAM

Vrijwilligers bellen je op vaste tijdstippen op voor een babbel.



### BEZOEKTEAM

Een vrijwilliger brengt je op regelmatige tijdstippen een bezoekje thuis.

### DE POETSDIENST

Ben je 65+ of zorgafhankelijk, dan kan je beroep doen op de poetsdienst.



### MAALTIJDEN AAN HUIS

Kan je zelf niet meer instaan voor het bereiden van je maaltijd en je niet meer verplaatsen naar een lokaal dienstencentrum, dan kan je een maaltijd thuis geleverd krijgen.

Warme maaltijden op weekdagen: €8  
(of €7,40 bij 2 maaltijden op hetzelfde adres).

Diepvriesmaaltijden in het weekend: €7,30  
(of €6,70 bij 2 maaltijden op hetzelfde adres).

### MINDER MOBIELEN VERVOER

Voor personen die minder mobiel zijn: senioren of mensen die moeilijk gebruik kunnen maken van het openbaar vervoer, kan er vervoer aangevraagd worden voor een bezoek aan de bibliotheek, de dokter, de winkel, bezoek aan de LDC's,...



We beschikken over een volledig aangepaste minibus voor personen die rolstoelgebonden zijn. Je kan je rit aanvragen op het nummer 056 89 91 00.

**Lidgeld:** €12/jaar.

**Prijs per rit:** €0,30/km plus €0,50 administratiekosten met een minimumprijs van €3,50/rit.

## DEMENTIE INFORMATIE PUNT

Het Dementie Informatie Punt (D.I.P.) is een samenwerkingsinitiatief met het Regionaal Expertisecentrum Dementie 'Sophia' en wil personen met dementie en hun mantelzorgers op een laagdrempelige manier ondersteunen door gratis informatie, advies en begeleiding te verlenen.

We hopen zo dementie meer bespreekbaar te maken. Het infopunt is bemand door thuiszorgcoördinatoren die tevens opgeleid zijn tot dementieconsulent.

## EERSTE HULP BIJ DEMENTIE BOX

Je kan aan alle drie de onthalen van de dienstencentra van het Zorgbedrijf gratis een EHBD-box ontlenen.

In deze box zitten allerlei folders met informatie rond dementie. Daarnaast kan je er interessante artikels lezen en vind je er een boeken- en filmlijst terug. Tenslotte nog flyers van lotgenootgroepen en van onze eigen diensten.

Je kan de EHBD-box twee weken ontlenen. Dat geeft je voldoende tijd om alles door te nemen. Sommige folders mag je thuis houden.

De EHBD is bedoeld voor iedereen met dementie of naasten van een persoon met dementie die op zoek zijn naar informatie.

## DE ZORGLIJN

Je kan bij de Zorglijn terecht voor vrijblijvende info en advies over onze ouderenzorg.

Wil je graag maaltijden aan huis, wens je gebruik te maken van het Minder Mobielen Vervoer of de boodschappendienst? Wil je weten hoe een dag in het centrum voor dagverzorging verloopt of hoe je in één van onze woonzorgcentra komt wonen?

Dan kan je contact opnemen met de Zorglijn op het nummer 056 89 91 00 of via [zorglijn@zbharelbeke.be](mailto:zorglijn@zbharelbeke.be).

Met de Zorglijn zijn we de hele dag bereikbaar tijdens de openingsuren van de dienst. We bieden je telefonisch de eerste info en regelen dan voor jou een afspraak voor een bureelbezoek of een huisbezoek met één van onze zorgcoördinatoren.



### DE ZORGLIJN

🕒 Ma-do:8u30-12u00 en 13u00-17u00

Vrij:8u30-12u00 en 13u00-16u00

☎ 056 89 91 00

✉ [zorglijn@zbharelbeke.be](mailto:zorglijn@zbharelbeke.be)

meer informatie over onze diensten op:

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

## LEES- EN PC HOEK IN SAMENWERKING MET DE BIB VAN HULSTE

Je wil graag iets opzoeken op internet maar je hebt geen pc of tablet? Of je hebt wel een tablet maar geen internet thuis? Je wil graag de krant of een tijdschrift lezen maar je neemt liever geen abonnement? Dan hebben wij goed nieuws voor jou!

Je kan vanaf nu elke week op donderdag (voorheen was dit op dinsdag) van 10u tot 12u terecht in de bib van Hulste voor het lezen van de krant (Krant van West – Vlaanderen of het Nieuwsblad) of een tijdschrift (Libelle of Plus magazine). Je kan er ook gebruik maken van de twee pc's die voorhanden zijn of zelf je eigen laptop of tablet meebrengen en gebruik maken van de WiFi.

Boeken ontlenen of terugbrengen is dan ook mogelijk maar voor de overige bib – gerelateerde zaken verwijzen we je door naar de collega's van de bib die je tijdens de openingsuren van de bib met veel plezier zullen verder helpen. De openingsuren van de bib zijn:

- maandag van 13u30 -15u30
- woensdag van 18u00-20u00
- zaterdag van 10u00 -12u00





## LDC DE PARETTE

### SPORT

- Petanque: maandag & donderdag/13u45/gratis
- Pingpong: woensdag/14u00/gratis
- Linedance: donderdag/14u30/€1,50 per les (per halve of hele reeks)
- Wandelen: vierde donderdag uitz. december/13u30/€1,50

### ONTSPANNING

- Bingo: laatste maandag/14u00/€2,50
- Breien: maandag/13u30/gratis
- Wiezen: dinsdag/14u00/gratis
- Biljart: woensdag /14u00/€0,50 per 20 min.
- Rummikub: vrijdag /14u00/gratis
- Scrabble: vrijdag /14u00/gratis
- Kaarten: 2 keer per maand op vrijdag (zie kalender)/14u00/gratis

### VORMING

- Tekenen: maandag/09u00-11u00/gratis
- Praatgroep Frans beginners: vrijdag/09u00-10u10/€2,50 per les (per halve of hele reeks)
- Praatgroep Frans gevorderden: vrijdag/10u20-11u30/€2,50 per les (per halve of hele reeks)
- Gebruikersgroep Android tablet: vrijdag 28 oktober, 25 november en 16 december/09u00-11u00/€2,50
- Creaclub: 2de en 4de zaterdag /14u00-16u30 /gratis

Informeer bij inschrijving of je activiteit doorloopt tijdens schoolvakanties.

## DH DE RIJSTPEKKER

### SPORT

- Turnen op muziek: woensdag/10u00-11u00/€3 per les (per halve of hele reeks)
- Pingpong: vrijdag/14u00/gratis

### ONTSPANNING

- Lees- en pc hoek in de bib: donderdag/10u00/gratis
- Breien & haken: dinsdag/13u30/gratis
- Koffiekllets: 3de woensdag /14u00/€2,50
- Kaarting & Rummikub: 4de donderdag/14u00/gratis

## LDC DE VLINDER

### SPORT

- Petanque: dinsdag/13u45/gratis

### ONTSPANNING

- Bridge: vrijdag/13u45/gratis
- Schaken: donderdag/14u00/gratis

### VORMING

- Gebruikersgroep Android smartphone: woensdag 19 oktober, 16 november en 21 december /9u00-11u00/€2,50
- Hobbyclub Favorito: maandag om de 2 weken (zie kalender)/14u00/gratis

Wijzigingen zijn steeds mogelijk. De correcte data kan je raadplegen via de kalender of via het onthaal van de lokale dienstencentra.

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 3/10	09u00	Tekenen	09u00	Engels 5B	09u00	Youtube
	13u30	Breien			14u00	Mailen en meer (Kunstwerkplaats De Zandberg)
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels 6A				
di 4/10	09u00	Engels 1B	09u30	Workshop herfststukje maken	09u00	Spaans conversatie
	13u30	Spaans conversatie	13u30	Brei - en haakclub	13u30	Engels 5A
	14u00	Film 'All of us'			13u45	Petanque
wo 5/10	14u00	Biljart/Pingpong	09u00	Engels 6B	09u00	Spaans 4A
			10u00	Turnen op muziek		
do 6/10	13u45	Petanque	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	14u00	Schaken
	14u30	Linedance	09u00	Spaans 2B		
	19u30	Gevoel voor tumor (Jeugdcentrum TSAS)	10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste		
vr 7/10	09u00	Praatgroep Frans beginners	14u00	Pingpong	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.			10u30	Herfstbrunch
	14u00	Kaarten/Rummikub/ Scrabble			13u45	Bridge
za 8/10	14u00	Creacub				
zo 9/10						

ma 10/10	09u00	Tekenen	09u00	Engels 5B	09u00	Youtube
	13u30	Breien	09u30	Sessie 4/4 geheugentraining met Jamie Ponsele	14u00	Favorito/Bloemschikken/ Mailen en meer (Kunstwerkplaats De Zandberg)
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels 6A				
di 11/10	09u00	Engels 1B	13u30	Brei - en haakclub	09u00	Spaans conversatie
	13u30	Spaans conversatie			13u30	Engels 5A
					13u45	Petanque
wo 12/10	08u45	Smartphone als GPS	09u00	Engels 6B	09u00	Spaans 4A
	14u00	Biljart/Pingpong	10u00	Turnen op muziek		
do 13/10	13u45	Petanque	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	14u00	Schaken
			09u00	Spaans 2B		
	14u30	Linedance/Matinee (CC Het Spoor)	10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste		
			14u00	Muzikale meezingnamiddag met liedjes van vroeger en nu		
vr 14/10	09u00	Praatgroep Frans beginners	14u00	Pingpong	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.			13u45	Bridge
	14u00	Kaarten/Rummikub/ Scrabble				
za 15/10						
zo 16/10						

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 17/10	08u30	Sociale media oma's & opa's	09u00	Engels 5B	14u00	Mailen en meer (Kunstwerkplaats De Zandberg)
	09u00	Tekenen/ Energie vergelijken van leveranciers				
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels 6A				
di 18/10	09u00	Engels 1B	13u30	Brei - en haakclub	09u00	Spaans conversatie
	13u30	Spaans Conversatie			13u45	Petanque
wo 19/10	14u00	Biljart/Pingpong	09u00	Engels 6B	09u00	Gebruikersgroep Android smartphone/Spaans 4A
			10u00	Turnen op muziek		
			14u00	Koffieklets		
do 20/10	13u45	Petanque	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	14u00	Schaken
	14u30	Linedance	09u00	Spaans 2B		
			10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste		
vr 21/10	09u00	Praatgroep Frans beginners	14u00	Pingpong	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.			13u45	Bridge
	14u00	Rummikub/Scrabble/ Tearoomnamiddag				
za 22/10	14u00	Creaclub				
zo 23/10						
ma 24/10	08u30	Sociale media oma's & opa's	09u00	Engels 5B	14u00	Favorito
	09u00	Tekenen/ Energie vergelijken van leveranciers				
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels 6A				
di 25/10	09u00	Engels 1B	13u30	Brei - en haakclub	08u45	e-ID, Itsme en toepassingen
					09u00	Spaans conversatie
	13u30	Spaans Conversatie			13u30	Engels 5A
					13u45	Petanque
wo 26/10	08u45	Demo leuke en nuttige apps	09u00	Engels 6B	09u00	Spaans 4A
	14u00	Biljart/Pingpong	10u00	Turnen op muziek	14u00	Initiatie Schaken
do 27/10	13u30	Wandelen	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	14u00	Schaken/Infomoment bevolkingsonderzoek borstkanker
	13u45	Petanque	09u00	Spaans 2B		
	14u30	Linedance	10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste		
			14u00	Kaarting en rummikub		
vr 28/10	09u00	Praatgroep Frans beginners/ Gebruikersgroep Android tablet	14u00	Pingpong	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.			13u45	Bridge
	14u00	Rummikub/Scrabble				

# NOVEMBER 2022

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 31/10	09u00	Tekenen				
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Bingo				
di 1/11		LDC De Parette en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. Cafeteria is open.		Dorpshuis De Rijstpekker, het restaurant en de cafeteria zijn gesloten wegens feestdag.		LDC De Vlinder en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. De cafeteria is open.
wo 2/11	14u00	Biljart/Pingpong				
do 3/11	13u45	Petanque	10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste	14u00	Schaken
vr 4/11	14u00	Rummikub/Scrabble	14u00	Pingpong	13u45	Bridge
za 5/11						
zo 6/11						
ma 7/11	08u30	Sociale media oma's & opa's	09u00	Engels 5B/Kaartjes, uitnodigingen, menu's maken met eigen foto's	14u00	Favorito
	09u00	Tekenen				
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels 6A				
di 8/11	09u00	Engels 1B	13u30	Brei - en haakclub	09u00	Spaans conversatie
	13u30	Spaans conversatie			13u30	Engels 5A
	15u00	Harelbeke vroeger en nu i.s.m. WZC Ceder aan de Leie			13u45	Petanque
wo 9/11	14u00	Biljart	09u00	Engels 6B	09u00	Spaans 4A
			10u00	Turnen op muziek		
			14u00	Pingpong		
do 10/11	13u45	Petanque	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	09u00	Yoga
			09u00	Spaans 2B		
			10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste	14u00	Schaken
			14u30	Initiatie linedance		
vr 11/11		LDC De Parette en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. Cafeteria is open.		Dorpshuis De Rijstpekker, het restaurant en de cafeteria zijn gesloten wegens feestdag.		LDC De Vlinder en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag, cafeteria is open.
za 12/11	14u00	Creaclub				
zo 13/11						

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 14/11	08u30	Sociale media oma's & opa's	09u00	Engels 5A/Kaartjes, uitnodigingen, menu's maken met eigen foto's		
	09u00	Tekenen				
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels 6A				
di 15/11	09u00	Engels 1B	13u30	Brei - en haakclub	09u00	Spaans conversatie
	13u30	Spaans conversatie			13u30	Engels 5A
					13u45	Petanque
wo 16/11	14u00	Biljart/Pingpong	09u00	Engels 6B	09u00	Gebruikersgroep Android smartphone/Spaans 4A
			10u00	Turnen op muziek	14u00	Reisvoorstelling: Barcelona
			14u00	Koffieklots/Pingpong		
do 17/11	13u45	Petanque	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	09u00	Yoga
			09u00	Spaans 2B		
	14u30	Linedance	10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste	14u00	Schaken
			14u00	Infomoment praktisch levenseinde		
vr 18/11	09u00	Praatgroep Frans beginners	11u45	Grootmoederskeuken	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.				
	11u45	Grootmoederskeuken			11u45	Grootmoederskeuken
	14u00	Rummikub/Scrabble				
za 19/11						
zo 20/11						

**WEERSPREUK**



OKTOBER  
 KRUIPEN DE MUIZEN DIEP IN D'AARD,  
 WEES VOOR 'N STRENGE WINTER VERVAARD!

cartoon: Marcel Callewier

# NOVEMBER | DECEMBER 2022

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 21/11	08u30	Sociale media oma's & opa's	09u00	Engels 5B/Kaartjes, uitnodigingen, menu's maken met eigen foto's	14u00	Favorito/Wij senioren, een ras apart?/Bloemschikken
	09u00	Tekenen				
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels 6A				
di 22/11	09u00	Engels 1B	13u30	Brei - en haakclub	09u00	Spaans conversatie
	13u30	Spaans conversatie			13u45	Petanque
wo 23/11			09u00	Engels 6B	09u00	Spaans 4A
			10u00	Turnen op muziek		
do 24/11	13u30	Wandelen (vertrek en aankomst in De Vlinder)	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	09u00	Yoga
	13u45	Petanque	09u00	Spaans 2B	13u30	Afsluit wandelseizoen
			10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste		
	14u30	Linedance	14u00	Boekenkaarting i.s.m. bib Hulste	14u00	Schaken
vr 25/11	09u00	Praatgroep Frans beginners/ Gebruikersgroep Android tablet	14u00	Pingpong	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.			13u45	Bridge
	14u00	Kaarten/Rummikub/ Scrabble/ Tearoomnamiddag				
za 26/11	14u00	Creaclub				
zo 27/11						

ma 28/11	09u00	Tekenen	09u00	Engels 5B/Kaartjes, uitnodigingen, menu's maken met eigen foto's		
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Bingo/Engels 6A				
di 29/11	09u00	Engels 1B	13u30	Brei - en haakclub	8u45	Internetfraude
	13u30	Spaans conversatie			9u00	Spaans conversatie
	14u30	Matinee (CC Het Spoor)			13u30	Engels 5A
					13u45	Petanque
wo 30/11	14u00	Biljart/Pingpong	09u00	Engels 6B	09u00	Spaans 4A
			10u00	Turnen op muziek	14u00	Film 'The Broken Circle Breakdown'
do 1/12	13u45	Petanque	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	09u00	Yoga
			09u00	Spaans 2B	14u00	Schaken
			10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste		
vr 2/12	09u00	Praatgroep Frans beginners	14u00	Pingpong	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.			13u45	Bridge
	14u00	Rummikub/Scrabble				

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 5/12	09u00	Tekenen/Veilig op FB, foto's & animaties op FB, e-messenger	09u00	Engels 5B	14u00	Favorito/Infomoment Ik word een dagje ouder
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque	14u00	Sintfilm met bezoek van de Sint		
	14u00	Engels 6A				
di 6/12	09u00	Engels 1B	13u30	Brei - en haakclub	09u00	Spaans conversatie
	13u30	Spaans conversatie			13u30	Engels 5A
	14u00	Bloemschikken			13u45	Petanque
wo 7/12	14u00	Biljart/Pingpong	09u00	Engels 6B	09u00	Spaans 4A
			10u00	Turnen op muziek		
do 8/12	13u45	Petanque	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	09u00	Yoga
	14u30	Linedance	09u00	Spaans 2B	14u00	Schaken
			10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste		
vr 9/12	09u00	Praatgroep Frans beginners	14u00	Pingpong	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.			13u45	Bridge
	14u00	Kaarten/Rummikub/ Scrabble				
za 10/12	14u00	Creaclub				
zo 11/12						

ma 12/12	09u00	Tekenen/Veilig op FB, foto's & animaties op FB, e-messenger	09u00	Engels 5B	14u00	Bloemschikken
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels 6A				
di 13/12	08u45	Spotify: muziek en podcasts	13u30	Brei - en haakclub	09u00	Spaans conversatie
	09u00	Engels 1B			13u30	Engels 5A
	13u30	Spaans conversatie			13u45	Petanque
wo 14/12	14u00	Biljart	09u00	Engels 6B	09u00	Spaans 4A
			10u00	Turnen op muziek		
			14u00	Koffieklets		
do 15/12	13u45	Petanque	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	14u00	Schaken
	14u30	Linedance	09u00	Spaans 2B		
			10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste		
vr 16/12	09u00	Praatgroep Frans beginners/ Gebruikersgroep Android tablet	08u00	Winterontbijt met wandeling	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.	14u00	Pingpong	13u45	Bridge
	14u00	Kerstfeest i.s.m De Vlinder				

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 19/12	09u00	Tekenen/Veilig op FB, foto's & animaties op FB, e-messenger	09u00	Engels 5B	14u00	Favorito
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels 6A				
di 20/12	09u00	Engels 1B	13u30	Brei - en haakclub	09u00	Spaans conversatie
	13u30	Spaans conversatie			13u45	Petanque
wo 21/12	14u00	Biljart/Pingpong	09u00	Engels 6B	09u00	Spaans 4A/Gebruikersgroep Android smartphone
			10u00	Turnen op muziek		
do 22/12	13u45	Petanque	08u30	Cursus Android smartphone en tablet	14u00	Schaken
			09u00	Spaans 2B		
			10u00	Lees - en pc hoek i.s.m. bib Hulste		
			14u00	Kerstfeest i.s.m. NEOS en SAMANA Hulste		
vr 23/12	09u00	Praatgroep Frans beginners	14u00	Pingpong	09u00	Engels 4A
	10u20	Praatgroep Frans gev.			13u45	Bridge
	14u00	Kaarten/Rummikub/ Scrabble				
za 24/12						
zo 25/12						

ma 26/12	09u00	Tekenen		Tussen kerst en nieuw zijn er geen activiteiten van Dorpshuis De Rijstpekker en ook de cafetaria is gesloten. Het onthaal en restaurant zijn open.		
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
di 27/12					13u45	Petanque
wo 28/12	14u00	Biljart/Pingpong				
do 29/12	13u45	Petanque			14u00	Schaken
vr 30/12	14u00	Rummikub/Scrabble			13u45	Bridge
za 31/12						
zo 01/01						



## ACTIVITEITEN

In onze drie dienstencentra kan je terecht voor een gevarieerd aanbod van activiteiten.

- Informatie
- Sport en ontspanning
- Vorming

## HOE INSCHRIJVEN?

Je kan voor elke activiteit inschrijven bij één van de drie dienstencentra:

- aan het onthaal
- via de telefoon
- via mail

Inschrijven en betalen kan tot ten laatste één week voor de activiteit.



Inschrijven voor de activiteiten kan vanaf maandag 26 september 2022



## GOED OM WETEN:

- In de eerste week van januari en september kan je voor sommige lessenreeksen deelnemen aan gratis proeflessen. In de kalender vind je hiervan een overzicht.
- Vraag bij lessenreeksen steeds na of er les is tijdens de schoolvakanties.
- Activiteiten kunnen door het lokaal dienstencentrum geannuleerd worden wegens te weinig inschrijvingen of andere omstandigheden. In dit geval nemen wij contact met je op en stellen we je een alternatief voor of betalen we je het reeds betaalde inschrijvingsgeld terug. Na het verstrijken van de inschrijvingsperiode kan je inschrijving enkel kosteloos geannuleerd worden of terugbetaald worden met een doktersbriefje.
- Heb je nog een plaatsje vrij in jouw auto? Geef dit gerust door bij inschrijving. Misschien doe je één van je (minder mobiele) burens een groot plezier.
- Je kan voor elke activiteit georganiseerd door de dienstencentra een UiTPAS-punt sparen aan het onthaal.
- Als je als vrijwilliger een handje komt toesteken tijdens een activiteit heb je recht op gratis koffie, water en eventueel soep + 1 drankbonnetje per dagdeel.

## LEGENDE



datum



plaats



uur



prijs



inschrijven tegen



+ € inschrijven en betalen tegen








ticketverkoop



verdere info

## Gevoel voor tumor

Leander Dendievel was 23 toen de bliksem insloeg: een tumor in de neus. Bijna twee jaar lang onderging hij slopende behandelingen. Tegelijk ontdekte hij dat kanker meer was dan kommer en kwel. Over zijn ervaring schreef hij een fictiereeks en een boek: gevoel voor tumor. In deze lezing praat hij over zijn ervaringen. Lezing georganiseerd door Huis van Welzijn.

-  **donderdag 6 oktober**
-  **Jeugdcentrum TSAS, Twee-Bruggenstraat 30**
-  **19u30**
-  **gratis maar inschrijven is noodzakelijk**
-  **via [harelbeke.be/huisvanwelzijn/gezonde-gemeente](http://harelbeke.be/huisvanwelzijn/gezonde-gemeente) of 056 73 51 90 (Hannah Vanoverschelde)**

## Praktisch levenseinde

Heb je al vaker nagedacht over welke zorg je wil krijgen mocht je ernstig ziek worden? Hoe kan je zeker zijn dat je wensen gerespecteerd worden als je ze zelf niet meer kan uiten? Of wil je je naasten hier niet mee belasten? Misschien wil je weten hoe je die wensen vooraf op papier kan zetten. LEIF, Levens Einde Informatie Forum, komt hierover een uiteenzetting geven.

-  **donderdag 17 november**
-  **Dorpshuis De Rijstpekker**
-  **14u00**
-  **€2,50**
-  +  **donderdag 10 november**

## Bevolkingsonderzoek borstkanker

Tijdens deze infosessie rond borstkanker krijg je uitleg over het belang van het bevolkingsonderzoek. Wat is borstkanker? Hoe groot is de kans dat je borstkanker krijgt? Kan je de ziekte vermijden? Waarom is het van belang om borstkanker vroegtijdig op te sporen? Hoe kan je deelnemen aan het bevolkingsonderzoek? Els Soete geeft de nodige toelichting.

-  **donderdag 27 oktober**
-  **LDC De Vlinder**
-  **14u00**
-  **€2,50**
-  +  **maandag 17 oktober**



## Ik word een dagje ouder

Ouder worden kunnen we niet tegengaan. De ene is vroeg oud, de andere nog jong op z'n zeventigste. Er zijn vele vragen rond ouder worden. Wat is veroudering precies? Wat gebeurt er als we ouder worden? Waar moeten we rekening mee houden? Via een interactieve sessie met Wouter Deruyter, gaan we dieper in op hoe we langer gezond kunnen blijven en hoe we langer thuis kunnen wonen.

-  **maandag 5 december**
-  **LDC De Vlinder**
-  **14u00**
-  **€2,50**
-  +  **maandag 28 november**

## Petanque

Een gezellig spelletje petanque op de petanquevelden van De Vlinder? Dat kan! Elke dinsdagnamiddag ketsen de petanquebellen op het veld. Heb je zin om dit te proberen? Kom zeker eens langs!

-  elke dinsdag
-  LDC De Vlinder
-  13u45
-  gratis
-  aan het onthaal



## Linedance

Linedance is populair in de Parette en dat omwille van diverse redenen: de fijne lesgeefster Marleen, het groepsgevoel, het praatje tussendoor, de uitdagende passen. Maak kennis met linedance en geraak ook verkocht!

-  elke donderdag
-  LDC De Parette
-  14u30
-  €12 (1e halve reeks), €6 (2e halve reeks)
-  +  een week voordien






## Pingpong

Pingpong is een spel vol plezier en met een vleugje competitie. In de Parette gaat het vooral over het plezier van het spel. Interesse? Kom zeker eens langs!

-  elke woensdag
-  LDC De Parette
-  14u00
-  gratis
-  aan het onthaal

## Petanque

Elke maandag- en donderdagnamiddag komen onze petanquers samen, soms door weer en wind, om te genieten van hun favoriete spel. Ben je benieuwd of petanque iets voor jou is? Iedereen is welkom!

-  elke maandag en donderdag
-  LDC De Parette
-  13u45
-  gratis
-  aan het onthaal






## Schaken

Ben je een geoefend schaker, of wil je na de schaakinitiatie (zie verder) het spel nog beter leren kennen? Dan moet je op donderdagnamiddag in De Vlinder zijn. Samen met de leden van onze schaakclub spelen we een gezellig spelletje. Zet jij je tegenstander schaakmat?

-  elke donderdag
-  LDC De Vlinder
-  14u00
-  gratis
-  aan het onthaal

## Scrabble en Rummikub

Op vrijdag kan je in het restaurant van De Parette aansluiten bij de scrabbleclub of onze rummikubbers. Registreer je éénmalig aan het onthaal en laat die hersenen maar kraken!

-  elke vrijdag
-  LDC De Parette
-  14u00
-  gratis
-  registreer je aan het onthaal

**Bridge**

Zin om op vrijdagmiddag een kaartje te komen leggen? Met een leuke groep kaarters verzamelen we iedere week in De Vlinder voor een gezellig potje bridge. Ken je het spel niet, maar wil je het eens proberen? Je bent meer dan welkom!

-  **elke vrijdag**
-  **LDC De Vlinder**
-  **13u45**
-  **gratis**
-  **aan het onthaal**

**Film 'All of us'**

'All of us' is het tragikomische verhaal van huisvrouw Cathy, die nog maar enkele maanden te leven heeft. Ze komt terecht in een zelfhulpgroep van terminale patiënten die geleid wordt door therapeute Els, die zelf in volle midlifecrisis zit. Cathy beslist om haar familie niet in te lichten over haar toestand, maar heeft een plan.

-  **dinsdag 4 oktober**
-  **LDC De Parette**
-  **14u00**
-  **€2,50**
-  +  **dinsdag 27 september**

**Herfstbrunch**

Op een herfstige dag komen genieten van een lekkere brunch in De Vlinder, klinkt dat als een goed idee? Dan ben je van harte welkom op onze herfstbrunch op 7 oktober. We verwelkomen je al vanaf 10u30, je maag kan je beginnen vullen vanaf 11u00. Vol energie start je aan je dag, met deze uitgebreide brunch.

-  **vrijdag 7 oktober**
-  **LDC De Vlinder**
-  **10u30**
-  **€12**
-  +  **vrijdag 30 september**

**Matinee van CC Het Spoor: Katrien Verfaillie**

Katrien Verfaillie brengt muziek recht uit het hart: een mooie mix van West-Vlaamse liedjes en piano. Ze brak door tijdens de lockdown met 'Kunnik Nemi Na Joen Komn'. Katrien speelt als een doorleefde pianiste, nu eens badinerend zacht, dan weer ritmisch strak. Ze zoekt en schaaft tot de toetsen haar verhaal vertellen, tot de melodieën haar ziel tonen.

-  **donderdag 13 oktober**
-  **CC Het Spoor Harelbeke**
-  **14u30-17u00**
-  **€10**
-  **via CC Het Spoor**

**Muzikale meezingnamiddag met liedjes van vroeger en nu**

Zingen is niet alleen leuk, het is ook nog eens gezond! Wie graag zingt, zal deze namiddag zeker aan zijn trekken komen. We draaien meezingers op verzoek en voorzien een lekkere versnapering. De ideale ingrediënten voor een geslaagde namiddag!

-  **donderdag 13 oktober**
-  **Dorpshuis De Rijstpekker**
-  **14u00**
-  **€2,50**
-  +  **donderdag 6 oktober**

**Koffieklets in Dorpshuis De Rijstpekker**

In het najaar verwelkomen we je graag in het Dorpshuis voor een lekker gebak bij een gezellige tas koffie of thee. Het uitgelezen moment om met een lekker stukje taart bij te kletsen met vrienden en kennissen.


-  **woensdag 19 oktober, 16 november, 14 december**
-  **Dorpshuis De Rijstpekker**
-  **14u00**
-  **€2,50**
-  +  **een week voordien**

## Tearoomnamiddag

In oktober serveren we verse fruittaartjes. In november kan je genieten van een huisgemaakt breseliennetaartje. Komt het water je ook al in de mond? Kom op tijd langs in de cafetaria van De Parette, zolang de voorraad strekt!

 **vrijdag 21 oktober en 25 november**

 **LDC De Parette cafetaria**

 **14u00-17u00 (zolang de voorraad strekt)**



## Bingo

Elke laatste maandag van de maand kan je in LDC De Parette bingo komen spelen. Kan je als eerste 'bingo!' roepen? Dan staan de prijzen je op te wachten... Daarna kan je bij een koffie en een stukje taart gezellig napraten. In december is er geen bingo.

 **maandag 31 oktober en 28 november**

 **LDC De Parette**

 **14u00**

 **€2,50**

 +  **een week voordien**

## Initiatie Schaken

Wil je graag beginnen schaken, maar zegt het spel van pionnen, lopers en paarden je helemaal niets? Dan ben je van harte welkom op de initiatie schaken. De vrijwilligers van de schaakclub De Vlinder geven je graag een woordje uitleg over dit denkspel.

 **woensdag 26 oktober**

 **LDC De Vlinder**


 **14u00**

 **gratis**

 **aan het onthaal**

## Turnen op muziek

Op een leuk muziekje worden tal van turnoefeningen gedaan. Een leuke manier om in beweging te komen en te blijven! Kom je mee je conditie op peil houden? De tweede halve reeks start op woensdag 9 november.

 **elke woensdag (uitgezonderd schoolvakanties)**

 **Dorpshuis De Rijstpekker**

 **10u00-11u00**

 **€21 (2e halve reeks)**

 +  **woensdag 2 november**

## Wandelclub LDC De Parette

We wandelen de laatste kilometers van 2022. Op donderdag 27 oktober leggen we deze kilometers af in Ingelmunster en het afsluiten van het wandelseizoen doen we op 24 november met een route door Harelbeke. Deze laatste wandeling vertrekt aan LDC De Vlinder en daarna sluiten we daar ook het wandelseizoen af met een drankje en een hapje.

 **elke vierde donderdag**

 **LDC De Parette (op 24 nov: LDC De Vlinder)**

 **13u30 (13u45 vertrek)**

 **€1,50**

 +  **de dag zelf**

## Yoga

Samen met lesgeefster Heleen organiseren we opnieuw een lessenreeks yoga in LDC De Vlinder. Heb je geen kennis van yoga? Of wil je net nieuwe dingen bijleren? Hier moet je zijn! Alle houdingen worden uitgevoerd naar eigen kunnen en met respect voor het eigen lichaam.

 **donderdag 10, 17 en 24 november, 1 en 8 december**

 **LDC De Vlinder**

 **09u00-10u00**

 **€30**

 +  **donderdag 3 november**

**Linedance**

Marleen, al jaren de vaste waarde in De Parette wat betreft de linedance, komt in het Dorpshuis De Rijstpekker een initiatieles geven. Wie zin heeft om eens te proeven van deze dans is van harte welgekommen!

-  **donderdag 10 november**
-  **Dorpshuis De Rijstpekker**
-  **14u30**
-  **€1,50**
-  **donderdag 3 november**

**Grootmoederskeuken**

De lokale dienstencentra komen weer naar buiten met een 'Grootmoederskeuken'. Dit middagmaal vervangt de gewone menu's in onze restaurants niet. We brengen de ouderwetse goeie kost terug op je bord! Kom mee genieten op vrijdag 18 november van koeientong in madeirasaus met kroketjes!

-  **vrijdag 18 november**
-  **alle LDC's**
-  **11u45**
-  **€12 (incl. 1 aperitief, koeientong, dessert en koffie)**
-  **woensdag 9 november**

**Boekenkaarting in samenwerking met de bibliotheek van Hulste**

De kaarting staat in november in het teken van boeken. De winnaars van iedere boom kunnen een boek kiezen uit het aanwezige aanbod. Vooraf inschrijven is niet nodig.

-  **donderdag 24 november**
-  **Dorpshuis De Rijstpekker**
-  **14u00-17u00**
-  **gratis (inclusief 1 koffie met speculoos)**
-  **niet nodig**

**Matinee van CC Het Spoor: Fientje Beulemans – Ben Rottiers, Daan Hugaert,...**

In deze theatervoorstelling wordt Fientje, de enige dochter van rijke brouwer Beulemans, uitgehuwelijkt aan Isidoor, enige zoon van concurrerend brouwer Meulemeester. Maar Isidoor heeft een rivaal in de persoon van Albert Delpierre, een knappe jonge Parijzenaar die zijn oog heeft laten vallen op Fientje. Fientje Beulemans is een van de grootste Belgische theaterklassiekers, geschreven in 1910 en een instant succes. Met een subtiële mengeling van romantiek, humor, sentimentaliteit en typische 'zwans'.

-  **dinsdag 29 november**
-  **CC Het Spoor Harelbeke**
-  **14u30-17u00**
-  **€14**
-  **via CC Het Spoor**

**Film 'The Broken Circle Breakdown'**

'The Broken Circle Breakdown' vertelt het intense liefdesverhaal tussen Elise (28) en Didier (36). Zij heeft haar eigen tattooshop, hij is een Vlaamse cowboy die banjo speelt in een bandje. Het is liefde op het eerste gezicht... al zijn de verschillen groot.

-  **woensdag 30 november**
-  **LDC De Vlinder**
-  **14u00**
-  **€2,50**
-  **woensdag 23 november**



### Sintfilm met bezoek van de Sint

Tom, die Sinterklaas gestalte geeft, sterft aan een hartstilstand vlak voor de stoomboot de haven van Antwerpen in zal varen. De productieploeg is in rep en roer, maar dan duikt Jan op. Hoewel hij net als de Sint uit Spanje komt, hebben ze verder niets gemeen: Jan is knorrig en brutaal, hij moet niets hebben van kinderen en krijgt per toeval een mijter op het hoofd gezet.

Na de film eten we een Sinterklaaskoek en mogen we ook in Hulste de Sint verwelkomen.

-  **maandag 5 december**
-  **Dorpshuis De Rijstpekker**
-  **14u00**
-  **€2,50 (inclusief koffie en koffiekoek)**
-  +  **maandag 28 november**

### Winterontbijt met wandeling

We nodigen je graag uit voor het laatste seizoensontbijt van dit jaar. Deze keer schotelen we je allerlei winterse lekkernijen voor! Na het versterken van de innerlijke mens kan, wie dit wil, nog even de benen strekken tijdens een wandeling van om en bij de drie kilometer.

-  **vrijdag 16 december**
-  **Dorpshuis De Rijstpekker**
-  **08u00**
-  **€5**
-  +  **vrijdag 9 december**

### Kerstfeest ism De Vlinder

Kerst sla je niet zomaar over in De Parette. Op vrijdag 16 december ben je welkom voor een kerstgebak met koffie en een streepje muziek van 'One man band'.

-  **vrijdag 16 december**
-  **LDC De Parette**
-  **14u00-17u00**
-  **€7**
-  +  **vrijdag 9 december**



### Kerstfeest i.s.m. NEOS en SAMANA

We verwelkomen je graag om 14u00 met een deugddoend tasje koffie en lekker kerstgebak met versnaperingen. Vervolgens leggen we je ook muzikaal in de watten. Na het potje koffie kan er ook een drankje besteld worden aan de bar.

-  **donderdag 22 december**
-  **Dorpshuis De Rijstpekker**
-  **14u00**
-  **€7 (inclusief koffie, gebak, versnaperingen en muzikale omlijsting)**
-  +  **donderdag 15 december**



## VORMING

### Kunst in de kijker

Martine Seys is geboren in Oostende, afgestudeerd als geaggregeerde LSO plastische kunsten.

Haar hele carrière werkte ze met jongeren met een mentale beperking van 13 tot 21 jaar in Marke. Na haar pensioen nam ze haar tweede passie weer op, ze ging namelijk opnieuw les volgen aan de academie (AHA Harelbeke) en volgde er 5 jaar tekenkunst en 5 jaar schilderkunst. Kom haar werken ontdekken in De Parette.

 oktober tot december 2022

 LDC De Parette

 tijdens openingsuren  
LDC De Parette

### Tekenen

In De Parette kan je elke maandagvoormiddag tekenen. Ieder werkt aan zijn eigen project en brengt eigen materiaal mee, dit alles in een ongedwongen sfeer. Je schrijft je eenmalig gratis in aan het onthaal.

 elke maandag

 LDC De Parette


 09u00-11u00

 gratis

 aan het onthaal

### Favorito

Zin om in tof gezelschap te werken aan je hobby? Om de twee weken op maandagnamiddag komt onze hobbyclub Favorito samen in LDC De Vlinder. In elkaars gezelschap werkt iedere deelnemer aan zijn eigen werkstukje, samen met een kopje koffie en een fijne babbel!

 maandag 10, 24 oktober,  
7, 21 november en 5, 19  
december

 LDC De Vlinder

 14u00

 gratis

 aan het onthaal

### YouTube

Christine Deraedt leert je werken met YouTube, de website waar je alle soorten video's kan bekijken. Je leert filmpjes en muziek opzoeken, maar ook hoe deze site te gebruiken voor handwerken, recepten, handleidingen,... Breng je laptop mee.

 maandag 3 en 10 oktober

 LDC De Vlinder

 09u00-12u00

 €10

 +  maandag 26 september



### Mailen en meer

Je hebt een mailadres en kent de basishandelingen bij het mailen? In deze lessen onder begeleiding van Christine Deraedt gaan we een stapje verder en leren we tips en tricks bij het mailen. Neem je eigen laptop mee, zorg dat je je mailadres en paswoord om in te loggen kent.

 maandag 3, 10 en 17 oktober

 Kunstwerkplaats De Zandberg

 14u00-17u00

 €15

 +  maandag 26 september



## Workshop herfststukje maken

Sofie Missiaen komt nog eens langs in het Dorpshuis om een mooi herfststukje te maken. Je maakt een stukje in boomchors gevuld met bloemen, uiteraard in herfstkleuren. Een eyecatcher in je interieur!

 **dinsdag 4 oktober**

 **Dorpshuis De Rijstpekker**

 **09u30**

 **€32 (inclusief bloemen en bloemschikmateriaal)**


 +  **dinsdag 27 september**



## Creacub

Onze creacub nodigt je uit om samen creatief aan de slag te gaan. Neem je eigen creaties mee, wij zorgen voor de koffie en het luisterend oor.

 **zaterdag 8 en 22 oktober, 12 en 26 november, 10 december**

 **LDC De Parette (ingang via cafetaria)**

 **14u00-16u30**

 **gratis**

 **de dag zelf**

## Bloemschikken

Samen met lesgeefster Lesley maken we in het najaar opnieuw mooie bloemstukjes, in een passend thema. Zin om je creativiteit de vrije loop te laten? Dan ben je meer dan welkom! De bloemen en het materiaal zijn inbegrepen in de prijs. Neem je, als je kan, zelf een lijmpistool mee?

 **maandag 10 oktober, 21 november en 12 december**

 **LDC De Vlinder**

 **14u00**

 **€27**

 +  **een week voordien**

## Smartphone als gps

De smartphone is het aangewezen apparaat om mee te navigeren: er zit een gps-ontvanger in om je locatie te bepalen en met een navigatie-app brengt hij je naar je bestemming. Er zijn niet alleen online maar ook offline toepassingen waarbij je geen wifi of mobiele dataverbinding nodig hebt. Voorkennis voor deze workshop in samenwerking met Senionet: basisinstellingen van je toestel kunnen gebruiken. Breng je (opgeladen) smartphone of iPhone mee.

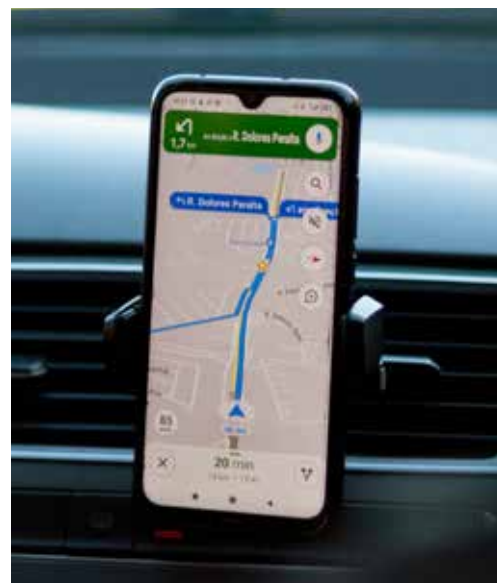
 **woensdag 12 oktober**

 **LDC De Parette**

 **08u45-11u45**

 **€7**

 +  **woensdag 5 oktober**



## Sociale media voor oma's en opa's

In deze 5-delige reeks (in samenwerking met CREO) maak je kennis met diverse apps voor sociale media. Je leert eerst een account aanmaken en daarna maak je kennis met de mogelijkheden van de app. Op het eind kan je perfect meepraten over Facebook, Instagram, WhatsApp, Snapchat en TikTok en kan je de posts van (klein)kinderen volgen. Deze cursus is zowel geschikt voor wie met een Apple iPhone als een Android smartphone werkt. Je beschikt over de basiskennis om te werken met je toestel. Neem je opgeladen iPhone of smartphone mee.

 maandag 17, 24 oktober, 7, 14 en 21 november

 LDC De Parette

 08u30-11u45

 €45

 maandag 10 oktober

## Gebruikersgroep Android smartphone

Heb je een Android smartphone, beheers je het basisgebruik, maar wil je nog meer leren over wat je er mee kan doen? Wil je de wereld van slimme apps ontdekken? Dan is de gebruikersgroep Android smartphone iets voor jou. Onze vrijwilligers geven je graag nieuwe tips om het beste uit je toestel te halen!

 woensdag 19 oktober, 16 november en 21 december

 LDC De Vlinder

 09u00-11u00

 €2,50

 een week voordien

## Energie, vergelijken van leveranciers

Wil jij ook euro's besparen door energie te besparen? Christine Deraedt geeft tips over welke toestellen veel verbruiken in een woning. Denk je te veel te betalen voor elektriciteit en/of verwarming? Dan kan je energieleveranciers vergelijken met de V-test! Neem je eindafrekening (jaarafrekening) van je gas en elektriciteit mee, daar vinden we de nodige gegevens om de test te doen. Breng ook je laptop mee.

 maandag 17 en 24 oktober

 LDC De Parette

 09u00-12u00

 €10

 maandag 10 oktober

## e-ID, Itsme en toepassingen

Itsme is een app om komaf te maken met alle verschillende wachtwoorden, cijfercodes,... Het wordt beschouwd als de veiligste manier om met je smartphone te werken: het is je digitale identiteit waarmee je veilig kan inloggen, gegevens kan delen en ondertekenen, allemaal met je smartphone. In deze sessie (gegeven door Seniornet) krijg je te horen wat Itsme precies is, hoe je het installeert en wat je er mee kan doen. Benodigdheden: smartphone of iPhone, eID+ pincode voor de eventuele installatie van Itsme op je toestel. Je beschikt over basiskennis van het gebruik van je toestel.

 dinsdag 25 oktober

 LDC De Vlinder

 08u45-11u45

 €7

 dinsdag 18 oktober

## Demo leuke en nuttige apps

Veel mensen gebruiken hun tablet of smartphone enkel om te bellen, sms'en of surfen. Dat is zonde want je toestel biedt veel meer mogelijkheden. In deze demoesessie van Senionet worden een 50-tal (gratis) apps voorgesteld die ons dagelijks leven veel aangenamer kunnen maken. Denk maar aan toepassingen rond communicatie, veiligheid, betalingen, kranten, gezondheid, muziek, uitstappen, weer, vervoer,... We bekijken ook concreet enkele apps zoals bv. Stocard (beheer van klantenkaarten, lidkaarten,...), 112BE (officiële app van de Belgische nooddiensten), KMI, Google Translate,... Neem je smartphone of iPhone (opgeladen) mee. Je beschikt over basiskennis van het gebruik van je toestel.

-  **woensdag 26 oktober**
-  **LDC De Parette**
-  **08u45-11u45**
-  **€7**
-  **woensdag 19 oktober**






## Gebruikersgroep Android tablet

In deze gebruikersgroep wisselen tabletgebruikers (die goed vertrouwd zijn met een Android tablet) weetjes uit. Om deze gebruikersgroep te kunnen volgen, dien je over de nodige basiskennis te beschikken.

-  **vrijdag 28 oktober, 25 november, 16 december**
-  **LDC De Parette**
-  **09u00-11u00**
-  **€2,50**
-  **een week voordien**

## Kaartjes, uitnodigingen en menu's maken met eigen foto's

Onder begeleiding van Christine Deraedt leer je van je eigen foto's een leuk kaartje, uitnodiging of menu te maken. We doen hiervoor beroep op het online ontwerpprogramma 'Canva'. Laat je creatieve geest maar gaan! Je neemt mee: laptop + oplader + usb-stick + je gsm waarop je foto's staan met kabeltje voor verbinding met de laptop.

-  **maandag 7, 14, 21 en 28 november**
-  **Dorpshuis De Rijstpekker**
-  **09u00-12u00**
-  **€20**
-  **vrijdag 28 oktober**

## Harelbeke vroeger en nu ism Ceder aan de Leie

Hedwig Vercaemer neemt je mee naar de tijd van toen. Aan de hand van foto's gaan we terug naar het Harelbeke van vroeger, misschien komen er plekjes je nog bekend voor? Met ander beeldmateriaal toont Hedwig dan het Harelbeke van nu.

-  **dinsdag 8 november**
-  **LDC De Parette**
-  **15u00-17u00**
-  **€2,50**
-  **maandag 31 oktober**

## Reisvoorstelling: Barcelona

Heb je altijd al meer willen weten over Barcelona, stad van voetbal, schitterende architectuur van Gaudi en overheerlijke keuken? Reisleader en auteur Nico Bouton komt op woensdag 16 november vertellen over deze schitterende stad. Hij neemt ons mee op een digitale reis naar de hoofdstad van Catalonië.

-  **woensdag 16 november**
-  **LDC De Vlinder**
-  **14u00**
-  **€2,50**
-  **woensdag 9 november**

## Praatgroep Frans

Welkom in onze praatgroepen Frans. Onder de deskundige begeleiding van (oud-leerkracht) Marcel Callewier is er een praatgroep beginners (om 9u) en een praatgroep gevorderden (om 10u20). De eerste les van de tweede halve reeks start op 18 november.

 **elke vrijdag (uitgezonderd schoolvakanties)**

 **LDC De Parette**

 **09u00 (beginners), 10u20(gevorderden)**

 **15€ (2e halve reeks)**

 +  **donderdag 10 november**

## Workshop aperitiefkrans maken

Gedaan met je hersenen te pijnigen over welke hapjes je op het volgende feestje kan serveren. In deze workshop gaan we aan de slag en maken we een heerlijke aperitiefkrans. Je hoeft geen keukenprins(es) te zijn om hier aan deel te nemen. Aarzel niet om in te schrijven, want de plaatsen zijn beperkt! Neem een tas mee waar je je aperitiefkrans achteraf in kan opbergen.



 **maandag 28 november**

 **Dorpshuis De Rijstpekker**

 **14u00**

 **€15 (inclusief schaal, ingrediënten en een glaasje achteraf)**

 +  **maandag 21 november**

## Wij senioren, een ras apart

De babyboomgeneratie: van na de oorlog en met velen. Daarom spreekt men van 'vergrijzing'. We worden een dagje ouder, maar willen meer zijn dan 'grijs'. We zien er veel jonger uit dan de ouderen van vroeger. Gelukkige senioren zijn we en we hebben recht op dat geluk. We willen ernstig genomen worden, maar willen ook graag bezig zijn. Hoe blijven we gelukkig? Een voordracht gebracht door Mark van de Voorde (gewezen hoofdredacteur Kerk en Leven) met humor en ernst, zeer herkenbaar en met leuke tips om gelukkig oud te kunnen worden. Een ideale voordracht als startschot van de 'Ouderenweek' die loopt van 21 november tot en met 27 november.

 **maandag 21 november**

 **LDC De Vlinder**

 **14u00**

 **€2,50**

 +  **maandag 14 november**

## Internetfraude

Phishing blijft populair bij cybercriminelen. Via allerlei trucjes en kanalen, van e-mail tot sociale media, proberen ze geld of gegevens te stelen. Sms- of instant messaging-apps worden gebruikt voor 'smishing': je krijgt een bericht met daarin een waarschuwing en het verzoek om op een link te klikken of een nummer te bellen. Het gaat véél verder dan een malafide link of bijlage in een e-mail. Tijdens deze voordracht, verzorgd door SeniorNet, bezorgen we je tips tegen deze valse hengelpraktijken.

 **dinsdag 29 november**

 **LDC De Vlinder**

 **08u45-11u45**

 **€7**

 +  **dinsdag 22 november**

## Veilig op Facebook, foto's en animaties op Facebook, e-messenger

Zit ook jij op Facebook? En heb je je instellingen allemaal correct ingevoerd, ook in het kader van de privacy? Of ben je van plan om op Facebook te gaan, en twijfel je nog aan de mogelijkheden? Dan is deze korte lessenreeks onder begeleiding van Christine Deraedt iets voor jou! Neem je eigen laptop mee. Indien je reeds een Facebookaccount hebt, ken je je login en paswoord.

 maandag 5, 12 en 19 december

 LDC De Parette

 09u00-12u00

 €15

 +  maandag 28 november

## Spotify: muziek en podcasts

Muziek is overal. Vroeger kocht je muziek op vinylplaten, cassettes of cd's. Dit is allemaal veranderd met de komst van 'muziekstreaming', waarmee je overal en onbepaald digitaal naar je geliefde muziek kan luisteren. Spotify is de populairste muziekstreamingdienst van het moment. Kom in deze sessie, gegeven door SeniorNet, te weten hoe je zelf je favoriete muziek kan beluisteren via deze handige app. Neem je (opgeladen) smartphone of iPhone mee. Je beschikt over basiskennis van het gebruik van je toestel.

 dinsdag 13 december

 LDC De Parette

 08u45-11u45

 €7

 +  dinsdag 6 december

## Bloemschikken

Sofie maakt samen met jullie een prachtig bloemstuk. Een bloemetje in huis naar aanloop van de feestdagen brengt toch altijd extra gezelligheid. Sofie zorgt voor al het materiaal, maar een kniptang en mesje zijn wel handig om zelf mee te nemen.

 dinsdag 6 december

 LDC De Parette

 14u00-17u00

 €32

 +  dinsdag 29 november



# WIELERNIEUWS 2022

Na de voorjaarsklassiekers kwamen de nationale kampioenschappen. Op 23 juni vond het kampioenschap tijdrijden plaats in Gavere. Dit werd gewonnen door Remco Evenepoel vóór de kampioen van vorig jaar Yves Lampaert en de wereld uurrecordhouder Victor Campenaerts.

Evenepoel finishte op 40 minuten en 22 seconden, Lampaert 36 seconden en Campenaerts 1 minuut 33 seconden later.

Op zondag 26 juni was er de wegwedstrijd voor de titel in Middelkerke. Hier kregen we een boeiende koers van begin tot einde. Toch werd het een massaspurt, die gewonnen werd door Tim Merlier. Tweede werd Jordy Meeus en derde Jasper Philipsen.

Een week later hadden we de start van de Ronde van Frankrijk. Dit jaar moesten de renners naar Denemarken voor drie ritten. De eerste rit was een tijdrif op 1 juli in Kopenhagen. Net op die dag viel er af en toe regen, wat het voor de renners iets moeilijker maakte. Alle ogen waren die dag gericht op Wout van Aert en de wereldkampioen tijdrijden Filippo Ganna. Toch was het onze Belg Yves Lampaert die won vóór van Aert; een triomf dus voor de Belgen met de gele en de groene puntentruif voor Lampaert. Het werd een van de mooiste Rondes van Frankrijk van de laatste 20 jaar voor de Belgen. Dat kwam door een sublieme Wout van Aert, die zijn zinnen had gezet op de groene puntentruif. Elke dag was hij mee in de vroege aanval voor de punten onderweg. Hij won in totaal drie ritten en reed verschillende keren in de top drie.

Nu trok de ronde uit Denemarken naar Frankrijk. Hier won Wout van Aert na een prachtige aanval op 15 km van de streep. Het werd een wedstrijd van één tegen allen; Wout hield stand en won in de gele trui in Calais met 10 seconden voorsprong. In de vijfde rit, een rit over de kasseien van Parijs-Roubaix, verloor hij de gele trui door

te wachten op zijn kopmannen Roglic en Vingegaard. De hele ploeg van van Aert had hier veel pech maar hij hield de schade beperkt.

De zevende rit was een bergrit met aankomst boven op de bergtop La Super Planche des Belles Filles. Hier won de winnaar van de ronde van Frankrijk van vorig jaar. Hij klopte zijn rivaal Vingegaard. De rit naar Lausanne met aankomst bergop werd gewonnen door van Aert vóór Mathews. Een andere bergrit werd gewonnen door Bob Jungels.

Na de rustdag vond opnieuw een zware bergrit plaats die werd gewonnen door Magnus Cort Nielsen. De 11de rit, weer een zware bergrit met aankomst boven, werd gewonnen door Vingegaard die hier ook de gele trui overnam van Pogačar en die niet meer zou afstaan.

Met de hulp van een heel sterke Wout van Aert hield de ploeg Jumbo Visma alles onder controle. Andere winnaars van een etappe waren Pidcock (wereldkampioen veldrijden) op Alpe D'Huez en Mads Pedersen van Trek Segafredo.

Bij de spurters wonnen Fabio Jacobsen en Dylan Groenewegen een rit. De voorlaatste rit, een tijdrif, zou beslissen wie de ronde 2022 zou winnen. Hier won opnieuw Wout van Aert.

In het eindklassement eindigde eerste: Vingegaard uit Denemarken, Pogačar werd tweede en Geraint Thomas eindigde derde. Wout van Aert werd winnaar van het puntklassement en de groene trui. Het bergklassement en de bollentruif waren ook voor de rondewinnaar Vingegaard.

Ziezo beste sportvrienden, een overzicht van de mooiste zomerkoersen.

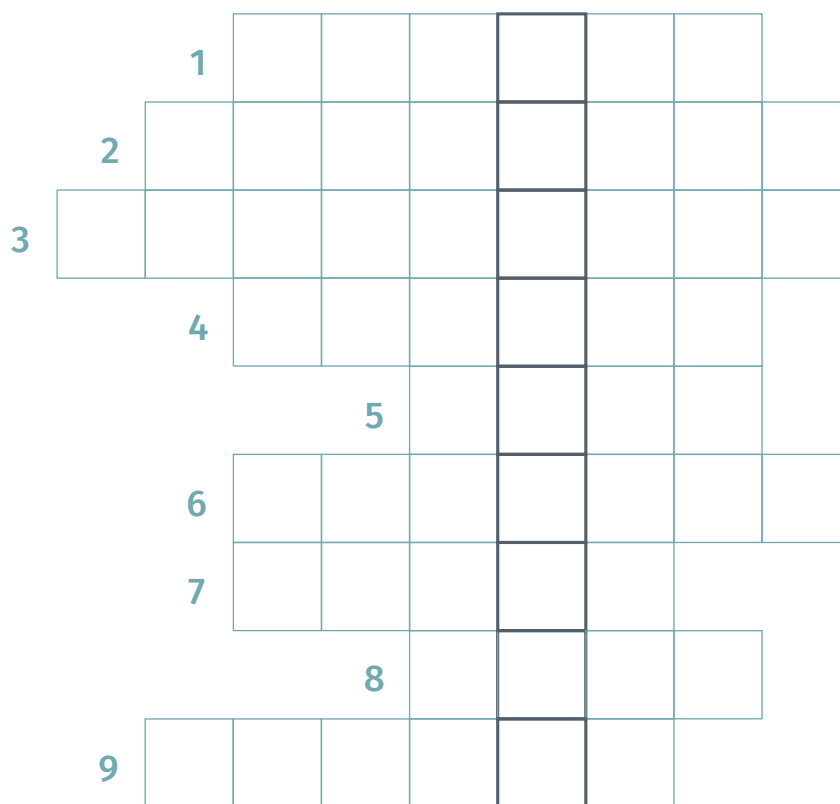
Werner Verbeke

# QUIZ FILIPPINE

## BIJNAMEN

In Hulste wonen de Rijstpekkers. Maar weet u ook in welke steden de inwoners de volgende bijnamen hebben? Vul de namen van de steden in het rooster en vind een 9-letterwoord. (Tip: doe dit niet als u de juiste oplossing wil vinden!)

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. Pietermannen  | 6. Kiekefretters |
| 2. Maneblussers  | 7. Ajuinen       |
| 3. Sinjoren      | 8. Stroppen      |
| 4. Zotten        | 9. Ezels         |
| 5. Schapenkoppen |                  |



### Oplossing Quiz - Onze Harellbeekse woordenschat : DIALECT

Proficiat aan Christine Calu die 2 drankbonnetjes mag ophalen aan het onthaal van een dienstencentrum naar keuze.



**OPGAVE:** Vorm met de letters, die bij de juiste antwoorden horen, een negenletterwoord. De oplossing breng je binnen of mail je naar één van de LDC's tegen vrijdag 2 december. De mailadressen vind je op de achterzijde van de Parettegazette.

Naam : .....

.....

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





# UITPAS ZUIDWEST KOM JE HUIS UIT



De UTPAS is een vrijetijdspas waarmee iedereen die in Vlaanderen wil genieten van vrije tijd -zoals cultuur, sport en jeugdactiviteiten- punten kan sparen en ruilen voor leuke voordelen. Met je UTPAS kan je punten sparen en ruilen bij alle UTPASactiviteiten en UTPASaanbieders in heel Vlaanderen. De voordelen zijn van tijdelijke aard en worden op regelmatige basis hernieuwd. Neem een kijkje op [uitpas.be](http://uitpas.be) om alle omruilvoordelen te kennen.

Mensen met een laag inkomen kunnen korting krijgen via de UTPAS. Wend je tot het huis van Welzijn (Paretteplein 19 of 056 73 51 90) om te weten of je hiervoor in aanmerking komt.

De UTPAS kost €3, staat op naam en is levenslang geldig. Ieder lid van jouw gezin kan dus een UTPAS hebben. De pas is er al voor kinderen vanaf 3 jaar. Een UTPAS kan je (met identiteitskaart mee) kopen aan het onthaal van de verschillende dienstencentra of bij de stadsdiensten. De UTPAS kreeg een nieuwe huisstijl in geel, groen en oranje. Heb je een blauwe kaart? Dan zal je die altijd kunnen blijven gebruiken.

## DE NIEUWE UITPAS OMRUILVOORDELEN VAN DE LOKALE DIENSTENCENTRA GELDIG VAN 1 OKTOBER TOT 31 DECEMBER 2022

### VOOR 5 PUNTEN

- 1 gratis koffie of thee met een maximum van 4 per maand in de cafetaria van LDC De Parette
- 1 gratis koffie of thee met een maximum van 4 per maand in de cafetaria van LDC De Vlinder
- 1 gratis koffie of thee met een maximum van 4 per maand in de cafetaria van DH De Rijstpekker

### VOOR 10 PUNTEN

- 1 gratis infomoment LDC De Vlinder
- 1 gratis infomoment DH De Rijstpekker

### VOOR 20 PUNTEN

- 1 gratis dagmenu per maand in LDC De Parette
- 1 gratis dagmenu per maand in LDC De Vlinder
- 1 gratis dagmenu per maand in DH De Rijstpekker



**LATEUR**  
YOUR MOBILITY

**Ford**  
FORD SERVICE

LATEUR  
Zandbergstraat 39, 8530 Harelbeke  
T: 056/702175 - garage@lateur.be  
www.lateur.be

*De maaltijd ...  
een moment van plezier en ontspanning!*

Gezonde eetgewoonten spelen een belangrijke rol voor de fysieke en geestelijke gezondheid. Maar gezond hoeft niet saai of smaakloos te zijn. Zeker in de verzorgingssector moet een maaltijd een moment van plezier en ontspanning zijn! Aramark opteert voor een gezonde keuken waarbij de ingrediënten nauwkeurig worden afgewogen en waar de resident centraal staat.

ARAMARK BELUX - UW PARTNER IN CATERING  
Waverssesteenweg 1110 - 1160 Brussel  
Tel. 02 663 49 40 - www.aramark.be

**MD**  
sanitaire inrichtingen  
www.deweer.be

**M. DEWEER & Zn BV**

Sanitaire inrichtingen - Centrale verwarming  
Ventilatie - Warmtepompen  
Nieuwbouw - Renovatie - Alle herstellingen  
www.deweer.be

TEL 056 77 71 98  
FAX 056 77 79 19  
sanitair@deweer.be

Schragenstraat 41 - 8540 Deerlijk

**Bruynooghe**

*Omdat ieder uniek mens,  
unieke zorg verdient*

**THUISVERPLEGING  
DERUYTER**

**Wouter Deruyter**  
Driehoek 5 - 8531 BAVIKHOVE  
GSM | 0491 91 36 87  
vpl.wouterderuyter@telenet.be  
www.thuisverplegingderuyter.com

**SD | projects**

**ALLE ELEKTRICITEITSWERKEN  
RENOVATIE & NIEUWBOUW**

verlichting - ventilatie - domotica - toegangscontrole  
camerabewaking - automatisering - zonnepanelen

**Stijn Desmedt - 0479 99 96 10**

**BAVIK**

**super pils**

**BVBA SCHRIJNWERKERIJ PLANCKAERT**

Pol. Gevangenenstraat 8  
Klokkeput 23  
8530 Harelbeke  
E-mail : bvba.planckaert@pandora.be

Gsm 0476 / 91 77 61



**KOPIE**  
**HARELBEKE**  
PRINT PRESS SIGN

VOOR AL UW TEXTIELDRUK, BELETTERING,  
GROOT FORMAATPRINTS,  
DRUKWERK & KOPIEWERK

FIND US ON  
facebook

**oxfloor**  
**multistep**

sterk in zachte vloer- en wandbekledingen

**PROVOOST**  
Timmer- & schrijnwerken



**GRONDWERKEN**  
**MAES BV**

Vrijstraat 92 | 8560 MOORSELE  
Tel 056 412532 | Fax 056 418027  
info@maesgrondwerken.be  
www.maesgrondwerken.be

## COLOFON

DRIEMAANDELIJKS TIJDSCHRIFT  
23<sup>e</sup> JAARGANG - NR 123



WELZIJNSVERENIGING  
Kollegeplein 5 | 8530 Harelbeke

Deze Parettegazette wijdt je in de wondere wereld van de LDC's in. Je vindt er een gedetailleerd overzicht van hun activiteiten en dienstverlening. Ze verschijnt elke drie maanden en het lidgeld bedraagt jaarlijks €5.

Inschrijven kan aan het onthaal van elk LDC. Een gratis, digitale versie vind je steeds terug op [www.zorgbedrijfharelbeke.be](http://www.zorgbedrijfharelbeke.be).

### REDACTIEMEDEWERKERS:

Jean-Pierre Callewaert	Ine D'haene	Els Vandekerkhove
Marcel Callwier	Stef Huysentruyt	Werner Verbeke
Joris Decavele	Catherine Lairesse	Dirk Viaene
Willy Demeulemeester	Eric Phyfferoen	

Fotografie: Eric Phyfferoen, Willy Demeulemeester & Pierre Rysman  
Fotocover i.s.m. Eric Phyfferoen | Campagnebeeld: Klaas Verdru



### **DE PARETTE**

Paretteplein 19  
B-8530 Harelbeke

056 73 51 80  
deparette@zbharelbeke.be

---



### **DORPSHUIS DE RIJSTPEKKER**

Kasteelstraat 13  
B-8531 Hulste

056 73 52 70  
derijstpekker@zbharelbeke.be

---



### **DE VLINDER**

Kollegeplein 5  
B-8530-Harelbeke

056 73 53 90  
devlinder@zbharelbeke.be

### **ONTHAALUREN DE PARETTE EN DE VLINDER**

maandag - donderdag: 8u30 - 12u00 & 13u00 - 17u00  
vrijdag: 8u30 - 12u00 & 13u00 - 16u00

### **ONTHAALUREN DORPSHUIS DE RIJSTPEKKER**

maandag - vrijdag: 8u30 - 12u00

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



WELZIJNSVERENIGING