



Lokaal Dienstencentrum Kortemark

Infobrochure

Januari - April 2024

Lokaal dienstencentrum De Wimperlinde
"De Roende" - Hospitaalstraat 31 bus 1
8610 Kortemark
Tel: 051 650 180
ldcdewimperlinde@blijvelde.be

Kom je langs? Dan maken we graag kennis...

We kijken er naar uit om je te ontmoeten tijdens een van de activiteiten van het lokaal dienstencentrum.

Ook in het nieuwe jaar bieden we terug tal van activiteiten aan. Je zal heel wat gekende activiteiten terugvinden in de brochure, maar ook enkele nieuwigheden. Zo zetten we ook in op infomomenten, maar kan je ook naar de film en er is zelfs een heuse paaseierenraap!

Heb je het niet zo voor activiteiten, dan kan je ook gezellig een kopje koffie of een frisse pils komen drinken in de cafetaria.

Nodig je buur of vriend(in) uit en kom langs in het dienstencentrum. Iedereen is van harte welkom!

Veel leesplezier met de infobrochure en hopelijk tot snel in de buurt of in De Wimperlinde!

Warme groetjes,

Isabel en Céline



Ontmoet elkaar in...

CAFETARIA DE WIMPERLINDE

Voor een gezellig
samenzijn en een
aangename babbel met
een potje koffie moet
je in het lokaal
dienstencentrum zijn!

Op donderdag zijn er
heerlijke
pannenkoeken te
verkrijgen!

OPENINGSUREN:
MAANDAG, WOENSDAG EN DONDERDAG
VAN 13U TOT 16U30
GESLOTEN OP FEESTDAGEN



Mogelijkheid tot betalen met Bancontact



EEN ÉCHTE TOAST OP JE GEZONDHEID



Doe mee en voel je (alcohol)vrij

Tournée Minérale is terug en roept iedereen op om in februari geen alcohol te drinken.

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

Als lokaal dienstencentrum willen we dan ook onze bezoekers bewust maken van de risico's van alcohol en welke voordelen je kan ervaren wanneer je deelneemt aan Tournée Minerale. Tijdens deze maand zal je daarom tijdens de activiteiten en in de cafetaria enkele weetjes hierover kunnen terugvinden.

Ga de uitdaging aan en drink in februari een maand lang geen alcohol. Zo ervaar je wat een maand zonder alcohol met je doet. Het is niet zozeer een kwestie van jezelf iets te ontfemen: je wint er vooral bij.

BUURTRESTAURANT DE WIMPERLINDE

Eet je vaak alleen en heb je nood aan contact? Of heb je moeilijkheden om zelf een maaltijd klaar te maken? Kom dan zeker langs!

Je kan iedere middag genieten van een warme maaltijd in de cafetaria van WZC Blijvelde.

We bieden ook de mogelijkheid om je maaltijd af te halen en thuis op te eten.



Dagelijks verkrijgbaar

Middagmaal ter plaatse: € 10 (Soep, hoofdgerecht, dessert en drankje)

Afhaalmaaltijd: € 10 (Warmhoudbox met soep, hoofdgerecht, dessert)

Aanvraag maaltijden:

Steeds telefonisch op het nummer 051 650 180.

Maaltijden op dinsdag-zaterdag: dag voordien voor 16u

Maaltijden op zondag en maandag: vrijdag voor 16u

HET BUURTRESTAURANT IN JOUW BUURT!

Iedere dinsdag kan je terecht in één van de **deelgemeenten** voor een heerlijke **warme maaltijd**.

NIEUW in 2024: Aansluitend op het middagmaal (vanaf 14u) wordt een **activiteit** aangeboden. Je kan hier ook aan deelnemen indien je niet komt eten. Het programma kan je hierna terugvinden.

09/01 - OC Gildezaal	27/02 - OC Gildezaal
16/01 - LDC De Wimperlinde	05/03 - OC Albatros
23/01 - OC Albatros	12/03 - OC Edewallehof
30/01 - LDC De Wimperlinde	19/03 - LDC De Wimperlinde
06/02 - OC Edewallehof	26/03 - OC Hemeldaele
13/02 - OC Hemelsdaeale	02/04 - LDC De Wimperlinde
20/02 - LDC De Wimperlinde	09/04 - OC Albatros
	16/04 - OC Gildezaal
Deuren open vanaf 11u30.	23/04 - LDC De Wimperlinde

Prijs: € 10

Prijs nieuwjaarmaaltijd: € 14 (09/01, 16/01, 23/01, 06/02 en 13/02)
(Soep, hoofdgerecht, dessert en koffie)

Reservatie maaltijden: tot de voorafgaande donderdag voor 12u.

Bel op 051 650 180 of mail naar ldcdewimperlinde@blijvelde.be

Vervoer: De Minder Mobielencentrale staat paraat voor wie zelf niet ter plaatse raakt. Contacteer hen via: 051 575 575 of mmc@kortemark.be



kortemark
op jouw ritme

**Zorgzame
Buurten**



PLANNING VOORJAAR 2024

De namiddagactiviteit start om 14u en zal eindigen rond 16u



9 januari 16 januari 23 januari 6 februari 13 februari	Handzame LDC Zarren Edewalle Werken	Nieuwjaarsmaaltijd met aansluitend een dansnamiddag
30 januari	LDC	Bingo
20 februari	LDC	Crea: Happy Stones
27 februari	Handzame	Bingo
5 maart	Zarren	Verse wafels
12 maart	Edewalle	Spelletjesnamiddag: Rummikub, schaken, ...
19 maart	LDC	Foto Quiz: Kortemark van vroeger tot nu
26 maart	Werken	Crea: thema pasen
2 april	LDC	Verse Wafels
9 april	Zarren	Bingo
16 april	Handzame	Spelletjesnamiddag: Rummikub, schaken, ...
23 april	LDC	Week van de valpreventie Beweegroute/ Stoelgymnastiek
30 april	Edewalle	Verse Wafels

DE ZORGZAME BUURT

Lokaal dienstencentrum De Wimperlinde en Lokaal Bestuur Kortemark slaan de handen in elkaar en gaan samen aan de slag om van **Kortemark een warme gemeente** te maken.

De voorbije maanden was er terug heel wat te beleven in de buurten: de babbelcaravan en de speelkar trokken er de laatste keren op uit voor dit jaar en ook het buurtrestaurant draaide terug op volle toeren.

Tijdens het buurtrestaurant in de maanden september en oktober hebben we een bevraging gedaan bij de bezoekers om de werking te evalueren. Hierna kan je de resultaten en de gekoppelde acties terugvinden.

Ook de buurtbewoners van De Nieuwe Wijk (P.M. Devloostraat, D. Mergaertstraat en F. Deprezstraat) hebben niet stil gezeten. Zij organiseerden op zondag 17 december een Winterfeest. Ze mochten maar liefst een 80-tal bezoekers verwelkomen!



Samen naar een warme buurt!

Spreekt dit project je aan? Wens je hieraan mee te werken als vrijwilliger of samen met je vereniging?

Neem dan contact op via 051 650 180 (Celine) of 051 575 575 (Merlijn).



RESULTATEN BEVRAGING BUURTRESTAURANT

Tijdens de buurtrestaurants in de maanden september en oktober werden er enquêtes afgenomen. Dit over verschillende thema's die te maken hadden met het buurtrestaurant zoals sfeer en gezelligheid, kostprijs, eten, namiddagactiviteiten, manier van reserveren. Hieronder kunnen jullie een deel van de resultaten vinden en de acties die we hieraan koppelen

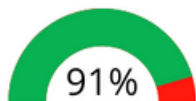


Buurtrestaurant Werken

Toen het buurtrestaurant startte op 26/04/2022 werd de prijs vastgelegd op € 8. In deze prijs zitten volgende zaken inbegrepen: drankje, soep, maaltijd, koffie en dessert. Bij speciale maaltijden (nieuwjaar, BBQ, koude pla) werd tot nu toe dezelfde prijs gehanteerd als voor een gewone maaltijd.

Ondertussen stegen zowel de voedselprijzen als de personeelskosten sterk. Hierdoor werken we momenteel met verlies wat niet houdbaar is.

Daarnaast geven de deelnemers tijdens de enquête aan dat de huidige kostprijs zeker niet te hoog is en dat er bij speciale maaltijden meer mag gevraagd worden.



*Bereidheid om meer te betalen
voor een speciale maaltijd*

Vanaf januari zullen we nieuwe prijzen hanteren. De drankprijzen zijn de laatste maanden minder sterk gestegen en blijven op € 1,80 liggen.

Nieuwe prijs: € 10

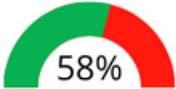
Inbegrepen: soep, maaltijd, dessert en koffie

Het drankje is niet meer inbegrepen, maar er zal wel steeds gratis water aan tafel beschikbaar zijn.

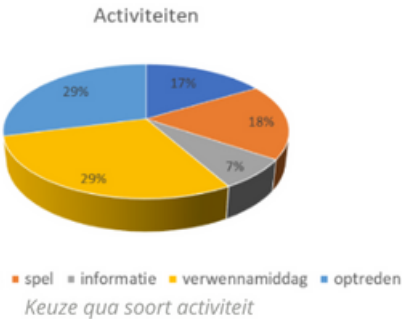
Voor de speciale maaltijden (nieuwjaar, BBQ) zal er meer moeten betaald worden. Voor de nieuwjaarsmaaltijd is de kostprijs € 14.

BUURTRESTAURANT 2024

Uit de bevraging komt er naar boven dat er interesse is in een aanvullend namiddagaanbod na het buurtrestaurant. Daarom zullen we vanaf januari 2024 na het buurtrestaurant steeds een activiteit aanbieden. Het volledige aanbod kan je aan de achterkant van dit krantje vinden.



Interesse in een namiddagaanbod



Sinterklaas op bezoek in 2022

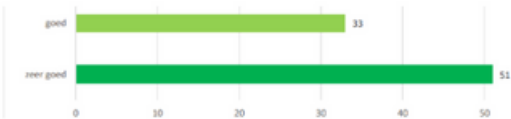
Het namiddagaanbod start vanaf 14u en we sluiten af omstreeks 16u. Voor deze activiteiten moet er niet vooraf ingeschreven worden, tenzij anders aangegeven.

Wie niet komt eten, mag ook na de maaltijd aansluiten voor het namiddagaanbod. Wie wil neemt actief deel (dans, crea, verwennamiddag), maar je mag ook gewoon blijven zitten en genieten van een drankje en een babbel.



Buurtrestaurant Zarren

Ervaren sfeer en gezelligheid



Tevredenheid



TERUGBLIK



SAMEN ONTSPANNEN

KAARTERSCLUB

Tweewekelijks is er kaarting in het dienstencentrum. Roger Lepoutre leidt alles in goede banen.

Maandag 15/01, 29/01, 12/02, 26/02, 11/03,
25/03, 08/04 en 22/04

Om 13u30

€ 1 – Vrijetijdspas: € 0,20



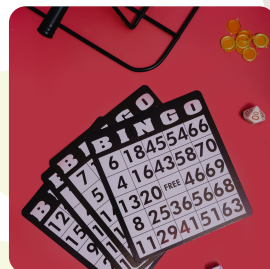
BINGO

Bingo is een leuk en spannend spel.
Wie krijgt als eerste zijn kaart vol?
Winnaars ontvangen een kleine prijs!

Maandag 08/01, 05/02 en 04/03

Vanaf 13u30

€ 1 – Vrijetijdspas: € 0,20



RUMMIKUB

Rummikub is een populair gezelschapsspel
dat toegankelijk is voor jong en oud.
Wens je deel te nemen, maar ken je de
spelregels niet? Kom langs, we leggen
ze aan je uit!

Maandag 22/01, 19/02, 18/03 en 15/04

Vanaf 13u30

€ 1 – Vrijetijdspas: € 0,20



SPELNAMIDDAG

Hou je van gezelschapsspelen? Kom dan zeker langs op de maandelijkse spelnamiddag.

Donderdag 25/01, 22/02, 28/03 en 25/04
Vanaf 13u30
€ 1 - Vrijtijdsplas: € 0,20



SNEUKELNAMIDDAG

Wat is er gezelliger dan een leuke babbel met koffie en gebak? Iedere maand kan je terecht in de cafetaria voor de sneukelnamiddag.

Woensdag 10/01 - Buche
Woensdag 14/02 - Valentijngebak
Woensdag 13/03 - Oliebollen
Woensdag 10/04 - Tiramisu
Vanaf 14u
€ 6 (Koffie/thee en gebak)
Een week op voorhand inschrijven.



KINDER- EN (GROOT)OUDERNAMIDDAG

We verwelkomen kinderen tussen 3 en 12 jaar in bijzijn van hun (groot)ouders. We zorgen voor een gezellige namiddag met een activiteit en een tussendoortje.

Donderdag 15 februari - Baknamiddag
Woensdag 3 april - Paaseierenraap (meer info zie hierna)
Woensdag 17 april - Buitenspeeldag
Van 13u30 tot 16u
€ 5 per persoon - Vrijtijdsplas: € 1 per persoon
Vooraf inschrijven is verplicht.



VOOR KINDEREN
TEM 12 JAAR

PAASEIERENRAAP

paaseierenzoektocht, eierenworp, speelkar, ...

WOENSDAG 3 APRIL

14U

GRASVELD WZC BLIJVELDE

INSCHRIJVEN
VOOR 20/3/2024

via
administratie@blijvelde.be
of 051/56.73.01

PRIJS: €5
MET VRIJETIJDSPAS: €1



de Wimperlinde
Eenheid Dienstencentrum Kortemark

VZW **Blijvelde**
wonen, zorg & welzijn





FILM REBELS

Maandag 5 februari

CC De Beuk

Oude mensen willen vooral lekker rusten in hun luie stoel. Dagelijkse besommeringen geven ze zoveel mogelijk uit handen en een uitgesproken mening hebben ze al lang niet meer. In werkelijkheid ergeren de meeste 75-plussers zich aan de manier waarop hun generatie wordt voorgesteld, behandeld en genegeerd. "Genoeg" zeggen de rebellen in deze film.

Programma

13u - Deuren open

13u30 - Film + nabespreking met Nadia Vereecke (Getuige uit film)

15u15 - 16u Koffie met gebak

Toegang gratis

Inschrijven voor 31/01

CC De Beuk, Torhoutstraat 9, Kortemark

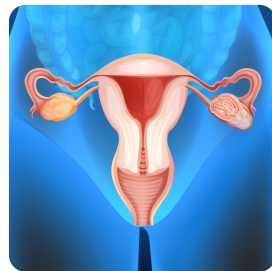
Heb je nood aan vervoer of begeleiding nodig van thuis tot aan De Beuk?
Gelieve dit te vermelden bij inschrijving.



INFOMOMENTEN

LADIES NIGHT: VOORDRACHT “BAARMOEDERHALSKANKER EN WORKSHOP “MOCKTAILS”

Tijdens deze avond verwelkomen we Els Soete. Zij zal meer vertellen over baarmoederhalskanker: wat is het, wat zijn de symptomen, hoe preventief werken... De avond wordt afgesloten met een workshop “Mocktails” onder begeleiding van Francky Malbrancke.



Donderdag 22 februari

19u tot 21u30

€ 5 – Vrijetijdspas: € 1

Organisatie: Gemeente Kortemark i.s.m. Logo

BETAALBARE GEZONDHEIDSZORG

Ziektekosten kunnen gauw een groot stuk van uw uitgavebudget innemen. We maken u wegwijs in de kostenbesparende initiatieven die bestaan op vlak van gezondheidszorg. Er wordt dieper ingegaan op heel wat diensten, voordelen en terugbetalingen om je medische zorg betaalbaar te houden. Tijdens deze voordracht krijg je ook tal van tips hoe je kan besparen op je dokters-, apotheker en ziekenhuiskosten.



Donderdag 21 maart 2024

Om 14u

€ 2 – Vrijetijdspas: € 0,4 (koffie en versnapering inbegrepen)

Ellen Kimpe - S-plus

GESPREKSNAMIDDAGEN

PERSONEN DIE EEN DIERBARE VERLOREN

NIEUW!

Een dierbare verliezen kan je behoorlijk van je stuk brengen. Tijd heelt een groot deel van de pijn, maar niet alles. Erover spreken met lotgenoten kan helpen om het verdriet een plaats te geven.



Maandelijks organiseren we een gespreksnamiddag om in een veilige omgeving te kunnen spreken over de gevoelens en ervaringen bij het verlies.

Er worden telkens enkele thema's aangereikt, maar uiteraard wordt er ook stilgestaan bij de noden en wensen vanuit de groep. Er is begeleiding voorzien zodat de namiddag vlot verloopt.

Iedereen die een dierbare verloren heeft, partner, vader, moeder, broer, zus, kind of vriend, of dit nu recent was of reeds enkele jaren geleden, iedereen is welkom.

Woensdag 24/01, 28/02, 27/03 en 24/04
Vanaf 14u
GRATIS



Suus/krachtvanbeleving.nl

Het Mantelzorgcafé "De Frak" is dé ontmoetingsplaats voor mantelzorgers, jong of oud en van alle mogelijke achtergronden. Iedereen die kort- of langdurig zorgt voor een zorgbehoevende of dit ooit gedaan heeft, is welkom tijdens de Mantelzorgcafés. Elke 3e maandag van maand kunnen mantelzorgers terecht in "De Frak" voor een luisterend oor, een deugddoende babbel, informatie of een ontspannende namiddag.

Maandag 15/01 - Nieuwjaarsfeestje met muziekquiz

Maandag 19/02 - Voorstelling "De Mantel"

Maandag 18/03 - Voorstelling "De Stoasje" en wandeling

Maandag 15/04 - Nog te bepalen

14u tot 16u

Gratis

LDC De Wimperlinde, Hospitaalstraat 31, Kortemark

Info en inschrijven via defrak@kortemark.be, 051 57 55 75 of via de medewerkers van het lokaal dienstencentrum

Praatcafé Dementie Portus

Regio Diksmuide



Maandag 18 maart 2024 - 14u tot 16u

'Als een opname in zicht komt'

door Els Terry

LDC De Klaproos, Beerststraat 36, Vladslo

Zaterdag 15 juni 2024 - Namiddag

Dementiebeurs met verschillende standen

't Kruispunt, Maria Doolaeghestraat 2, Diksmuide

Gratis deelname

Info en inschrijven: diksmuideportus@hotmail.com

0499 54 63 54

Portus is een initiatief van:

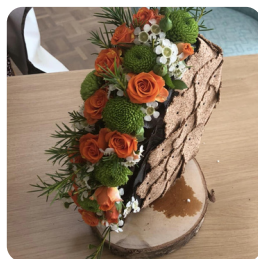


Praatcafé dementie Portus Diksmuide-Kortemark-Houthulst

CREATIEF AAN DE SLAG

BLOEMSCHIKKEN

Hou je van bloemen? Wil je zelf aan de slag gaan en een bloemstuk maken, maar weet je niet hoe te beginnen?
Of ben je op zoek naar nieuwe ideeën?
Schrijf je dan zeker in voor deze workshops!



Vrijdag 12/01, 02/02, 01/03 en 05/04

Om 13u30

€ 24 - Vrijtijdspas: € 4,8

Benodigdheden: Mesje, snoeischaar en tafelbescherming
Vooraf inschrijven is verplicht, beperkt aantal plaatsen.

CREA-ATELIER

Ben je creatief? Hou je van breien, haken, borduren, knutselen, kleuren, schilderen...? Kom dan langs tijdens het maandelijkse crea-atelier.

Donderdag 11/01 - Houten schaal

Donderdag 08/02 - Patchwork

Donderdag 14/03 - Sieraden maken

Donderdag 11/04 - Mozaïek

Om 13u30

€ 6 - Vrijtijdspas: € 1,20 (Materiaal inbegrepen)

BREINAMIDDAG

Breien en een babbeltje slaan, meer moet dat niet zijn op de maandelijkse breinamiddag.

NIEUW!

Donderdag 18/01, 15/02, 14/03 en 18/04

Om 13u30

€ 1 - Vrijtijdspas: € 0,20 (koffie en versnapering inbegrepen)

BEWEGEN IS GEZOND

BEWEGEN VOOR SENIOREN

Dagelijkse beweging is gezond voor lichaam en geest. Wens je graag te blijven bewegen maar ben je niet meer zo mobiel? Kom dan zeker eens proberen.



Woensdag 10/01, 24/01, 14/02, 28/02, 13/03, 27/03, 10/04 en 24/04

Van 10u tot 11u

€ 1 - Vrijetijdspas: € 0,20 (Water inbegrepen)

OCHTENDGYM en BADMINTON

Het is voor iedereen belangrijk om fit te zijn en te blijven, maar dit is niet altijd even gemakkelijk. We bewegen op eigen ritme en voorzien voldoende ruimte om dit steeds op een veilige manier te doen.



OCHTENDGYM

9u30 tot 10u30

Vanaf 12/01 tot 28/06 (behalve op 10/05 en schoolvakanties)

€ 31,50

Matje/handdoek meebrengen

BADMINTON

10u30 tot 11u45

Vanaf 12/01 tot 28/06 (behalve op 10/05 en schoolvakanties)

€ 31,50

Alle materiaal is aanwezig.

Sporthal Kortemark, Ichtegemstraat 2B, Kortemark
Inschrijven via Webshop Kortemark (kortemark.recreatex.be),
051 56 61 08, reservaties@kortemark.be of aan het Vrijetijdsloket
Organisatie: Sportdienst Kortemark

Wandel je mee? Samen in beweging!

13^{de} Week van de Valpreventie
22 - 28 april 2024



Op alle leeftijden is het belangrijk om je fitheid op peil te houden en regelmatig te bewegen. Bewegen is namelijk één van de belangrijkste manieren om vallen te voorkomen.

Het heeft daarnaast ook nog heel wat voordelen; je nachtrust verbetert, je ervaart minder stress, spanning en/of depressieve gevoelens, minder kans op ziektes, je krijgt meer energie, het zorgt voor meer sociale contacten en activiteiten buitenshuis...

Hoe kan je meer bewegen?

Graag stellen we 2 mogelijkheden aan je voor:

BEWEEGRROUTE of STOELGYMNASTIEK

Wist je dat er aan De Roende een beweegroute start? Dit is een aangeduide wandeling met tussendoor bewegingsoefeningen. Kom langs om samen te wandelen!

Is wandelen niets voor jou? Dan kan je ook kiezen om een sessie stoelgymnastiek te volgen. Hierin doen we allerlei bewegingsoefeningen op of rond de stoel.

Er is voor ieder wat wils!

Dinsdag 23 april 2024
14u tot 14u45
GRATIS

HOE STARTEN MET BEWEGEN?

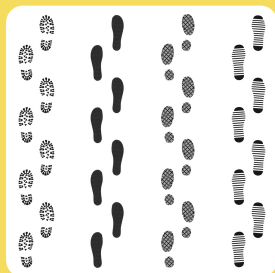
Start met kleine inspanningen

Beweging hoeft je niet als iets groots te zien. Elke vorm van bewegen is een goed begin. Start daarom bijvoorbeeld met wandelen binnenshuis, in de tuin en daarna kleine verplaatsingen te voet. Door te starten met **kleine laagdrempelige inspanningen** wordt de kans groter dat je dit zal volhouden.



Luister naar je lichaam

Beweging wordt vaak gelinkt aan sporten, maar het is **meer dan sporten alleen**. Een goede mix van staan, bewegen en zitten is belangrijk. **Luister naar je lichaam**. Soms kan je door ziekte, aandoening of operatie beperkt zijn om te bewegen. doe vooral wat je kan en forceer jezelf niet.



Werk stap voor stap

Wanneer je wil opbouwen, start dan met de **frequentie** (vb. van 2 naar 3 dagen per week) en/of de **duur** (vb. van 5 naar 10 minuten) op te drijven. Pas nadien kan je de **intensiteit** opbouwen (vb. rustig wandelen in de tuin naar stevig wandelen in het bos). Maar best pak je dit stap voor stap aan.



AANBOD VIEF KORTEMARK



Info en inschrijven: Vief Kortemark - 0497 73 53 40 -
info.kortemark@vief.be - www.vief.be/vief-Kortemark

NIEUWJAARSOPTREDEN

Rudi en Kristien zorgen voor de
ambiance tijdens deze muzikale
namiddag.

Dinsdag 9 januari 2024 om 14u
€ 10 - Vrijetijdpas: € 2
Inschrijven voor 5 januari.



VAN MELK TOT KAAS

Hoe stel je een kaasschotel samen?
Welke aangepaste wijnen kan je
hierbij serveren?
Tijdens deze voordracht legt
Francky Maelbrancke je dit haarfijn uit.



Dinsdag 13 februari 2024 om 14u
€ 20 - Vrijetijdpas: € 4 (Degustatie en cava inbegrepen)
Door Francky Malbrancke, Hotelschool Ter Duinen
Inschrijven voor 6 februari.

WORKSHOP “BLOEMSCHIKKEN - THEMA PASEN”

Hebt u groene vingers en voelt u het kriebelen om een bloemstuk te maken?

Schrijf u dan in om een prachtige creatie maken tijdens deze workshop. We gaan aan de slag in het thema Pasen.



Dinsdag 12 maart om 14u
€ 35 - Vrijetijdpas: € 7
Door Carin Denijs
Vooraf inschrijven.

VOORDRACHT “DRUGS EN HERKENNING”

Welke soorten drugs zijn er? Hoe kan je dit herkennen? Wat zijn de gevolgen van drugs?

Hierop krijg je onder andere een antwoord tijdens deze voordracht.

Daarnaast wordt er ook nog stilgestaan bij het belang van drugpreventie.



Dinsdag 9 april om 14u
€ 10 - Vrijetijdpas: € 2
Door Commissaris Christiaan Styns
Vooraf inschrijven.

DIGITAAL EN MEDIA



Het aanbod digitaal en media is een combinatie van meerdaagse cursussen of eenmalige infosessies. Dit aanbod werd uitgewerkt in samenwerking met Avansa, Cultuurdienst Kortemark en Bibliotheek Kortemark, tenzij anders vermeld.

CURSUS: WHATSAPP

Met de app whatsapp op je smartphone kan je gemakkelijk met iedereen bellen, berichten sturen en zelf videogesprekken houden. Maak groepen aan, stuur foto's en filmpjes. In deze workshop leer je met whatsapp werken en ontdek je alle functies



WhatsApp

Voor smartphones met Android besturingssysteem. Breng je smartphone en eventuele handleiding mee.

Donderdag 18 en 25 januari 2024 van 9u tot 12u
€ 22

LDC De Wimperlind, Hospitaalstraat 31, Kortemark
Vooraf inschrijven tot en met 11/01/2024.

CURSUS: ROUTES VINDEN EN MAKEN

Na deze reeks kan je perfect aan de slag met de combinatie van smartphone en computer om routes uit te stippelen.

De smartphone is op de eerste plaats het instrument voor onderweg.

De computer is vooral handig ter voorbereiding en voor

nadien. We werken met RouteYou, Osmand, Maps.me, Fietsknooppunten, Wandelknooppunten.



We staan ook even stil bij het programma basecamp. Uiteraard gaan we aan de slag met gpx-bestanden en maken we die klaar voor eigen gebruik of om te delen. In deze reeks passen we zeker ook de theorie in de praktijk toe.

Breng je laptop en smartphone (android) mee. Heb je een powerbank dan kan dat nuttig zijn maar het hoeft niet. Heb je geen laptop? Dan kan je die reserveren aan € 2,5/sessie, wel vermelden bij inschrijving.

Dinsdag 23, 30 januari en 6 februari 2024 van 14u tot 16u30
€ 36 (zonder laptop) - € 43,5 (met huur laptop)
Bibliotheek Kortemark, Brouwersplein 3, Kortemark
Vooraf inschrijven tot en met 16/01/2024.

INFOSESSIE: PHISHING, LAAT JE NIET VANGEN

In het nieuws horen we regelmatig over phishing. Bij phishing en spoofing proberen personen met kwade bedoelingen je bvb. naar valse websites te lokken. Vaak gebeurt dit via e-mails of vragen ze je om ergens naartoe te klikken.



In deze infosessie leren we dit te herkennen en krijg je tips waarop je moet letten. Zo proberen we te voorkomen dat ons dit zal overkomen. En wat kan je doen als het toch gebeurt..

Dinsdag 20 februari 2024 van 14u tot 16u30

€ 5

Bibliotheek Kortemark, Brouwersplein 3, Kortemark

Vooraf inschrijven tot en met 13/02/2024.

CURSUS: DE CLOUD

Google Drive, One Drive en Dropbox. Het zijn drie belangrijke spelers in de wereld van de cloud. Maar wat is cloud nu eigenlijk? Hoe hou ik dat veilig? Wat kan ik er mee? Vanaf wanneer wordt het betalend? Hoe deel ik bestanden met andere mensen?



Enige computerkennis is vereist. Breng je laptop mee. Heb je geen laptop? Dan kun je die reserveren aan € 2,5/sessie, wel vermelden bij inschrijving.

Donderdag 22, 29 februari, 7 en 14 maart 2024 van 9u tot 12u

€ 44 (zonder laptop)- € 54 (met huur laptop)

LDC De Wimperlinde, Hospitaalstraat 31, Kortemark

Vooraf inschrijven tot en met 15/02/2024.

CURSUS: BEWUST SPAREN EN (ONLINE) BELEGGEN

Online beleggen is toegankelijker dan ooit. Maar hoe pak je dat aan? En wat als het beleggingsplatform failliet gaat? Wat zijn de kosten? Hoe ethisch is het? Of toch beter met een bankier? We bekijken niet alle websites en apps, maar verkennen effectief enkele mogelijkheden. Je krijgt uitleg in mensentaal met ruimte voor vraag en antwoord.



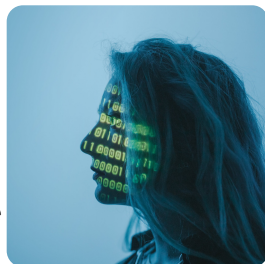
Enige computerkennis is vereist. Breng je laptop mee. Heb je geen laptop? Dan kun je die reserveren aan € 2,5/sessie, wel vermelden bij inschrijving.

Dinsdag 27 februari, 5, 12, 19 en 26 maart 2024 van 19u30 tot 22u
€ 60

Bibliotheek Kortemark, Brouwersplein 3, Kortemark
Vooraf inschrijven tot en met 20/02/2024.

INFOSESSIE: ARTIFICIELE INTELLIGENTIE

Artificiële intelligentie (AI) is overal te vinden in onze samenleving. AI beheert onze sociale media, voorspelt de vlotste weg voor onze verplaatsingen... In deze informatiesessie doen we uit de doeken hoe AI werkt en welke taken erdoor (kunnen) worden uitgevoerd.



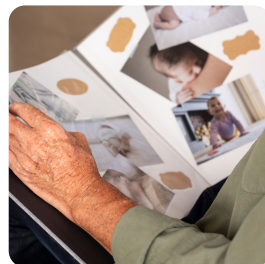
We staan stil bij de beperkingen van AI. We ontkrachten ook enkele misvattingen.

Dinsdag 19 maart 2024 va 19u30 tot 21u30
€ 5

Bibliotheek Kortemark, Brouwersplein 3, Kortemark
Vooraf inschrijven tot en met 12/03/2024..

CURSUS: FOTOALBUM MAKEN

Een mooi fotoalbum maken via de computer?
Hoe begin ik er aan? Je gaat aan de slag met één van de programma's die te vinden zijn op internet. Je installeert de software en stelt jouw album samen door foto's in te voegen. en slotte stuur je jouw digitale album door om te laten afdrukken.



Een basiskennis computer is vereist. Breng de foto's mee die je in een album wil verwerken. Breng je laptop mee. Heb je geen laptop dan kan je die reserveren.

Donderdag 18, 25 april en 2 mei 2024 van 9u tot 11u30
€ 33 (zonder laptop) - € 40,5 (met huur laptop)
LDC De Wimperlinde, Hospitaalstraat 31, Kortemark
Vooraf inschrijven tot en met 11/04/2024.

CURSUS: CANVA

Canva is een gratis online tool voor wie affiches of folders wil ontwerpen. Je kan snel mooie ontwerpen voor drukwerk en sociale media maken. Het design is eenvoudig en gebruiksvriendelijk, maar biedt heel wat mogelijkheden. In deze workshop ga je zelf aan de slag met het programma.



Enige computerkennis is vereist. Breng je laptop mee. Heb je geen laptop? Dan kun je die reserveren.

Dinsdag 23 en 30 april 2024 van 19u30 tot 22u
€ 24 (zonder laptop) - € 29 (met huur laptop)
Bibliotheek Kortemark, Brouwersplein 3, Kortemark
Vooraf inschrijven tot en met 16/04/2024.

WE HELPEN JE GRAAG...

BABBELLIJN

Heb je een (hulp)vraag of nood aan een babbel? Ken je iemand die eenzaam is of graag extra sociaal contact wil? We maken graag tijd voor een gezellige babbel.

Bel hiervoor naar 051 650 180.

SENIORENLOKET

Het seniorenloket is een gratis laagdrempelig informatiepunt voor alle inwoners van Groot-Kortemark. Heb je allerlei vragen en weet je niet waar terecht? Wij helpen je graag verder of verwijzen je door naar de bevoegde dienst(en).

Wanneer: maandag tot vrijdag van 13u tot 16u30.

Of stel je vraag via mail (ldcdewimperlinde@blijvelde.be) of telefonisch op het nummer 051 650 180.

INFOLOKET DEMENTIE

Het infoloket dementie is bedoeld om mantelzorgers en familieleden van mensen met dementie te ondersteunen. We geven tips en raad om het dagelijkse leven met een persoon met dementie haalbaar te maken en te houden. Neem contact op om gratis een afspraak te maken met de referentiepersoon dementie op het nummer 051 567 301.

VOEDINGSADVIES

Heb je vragen over gezonde voeding, heb je nood aan gezonde kooktips? Ben je diabeet en weet je niet goed wat je wel of niet mag eten? Maak dan zeker een afspraak met onze diëtist op het nummer 051 650 180.

Prijs: € 1

GEZONDHEIDSLOKET

We staan je graag bij met het ondersteunen van je gezondheid, vitaliteit en voeding. Een verpleegkundige van het woonzorgcentrum Blijvelde kan je hierin bijstaan en gezondheidsadvies geven. Je kan er terecht voor bloeddruk en polsslag, suikerspiegel, gewicht en lengte en algemeen verpleegkundig advies.

Prijs: € 1

Wanneer: Tweewekelijks op dinsdag van 14u - 15u op afspraak

WAS- & DROOGMACHINE

Prijs: € 2 per beurt (Wasproducten zijn niet inbegrepen)

DOUCHEGELEGENHEID

Heb je het moeilijk om thuis een bad of douche te nemen? In het dienstencentrum kan je terecht voor het nemen van een douche. Wens je hulp, dan word je bijgestaan door een zorgkundige. Gelieve op voorhand een afspraak te maken op het nummer 051 650 180.

Prijs: € 3 zonder hulp of € 12 met hulp (eigen toiletgerief en handdoek meebrengen)

BOODSCHAPPEN & VERVOER

Heb je hulp nodig om je huishoudelijke of administratieve boodschappen te doen? Wil je graag deelnemen aan onze activiteiten, maar je hebt geen vervoer? Dan kan je hiervoor terecht bij de Minder Mobiele Centrale. Neem contact op met het Sociaal Huis op het nummer 051 575 575 voor meer info.

HUISHOUDHULP & STRIJKATELIER

Hiervoor kan je terecht bij Partoe, huishoudhulp met een glimlach, via 051 79 27 90 of dienstencheques@godtsvelde.be

WEEK VAN DE VRIJWILLIGER

2 TOT 10 MAART 2024

De tocht door vrijwilligersland is een groot avontuur, gevuld met ontmoetingen en ervaringen, verschillende sectoren en organisaties, én schatten van vrijwilligers. Vrijwilligerswerk is dus een echte ontdekkingsreis.

Tijdens de week van de vrijwilliger bedanken we onze ontdekkingsreizigers/schatten met een heerlijk ontbijtbuffet. Een persoonlijke uitnodiging wordt nog bezorgd.



VRIJWILLIGER, JIJ BENT DE SCHAT!

Wil je het team vrijwilligers versterken?

We zoeken nog extra handen voor het praatcafé, crea-atelier en bewegen voor senioren.

Interesse? Aarzel niet om contact op te nemen!

We bekijken samen de mogelijkheden.

ALGEMENE INFO

INSCHRIJVEN EN BETALING

Voor de meeste activiteiten is het niet nodig om op voorhand in te schrijven. Indien wel, staat dit vermeld. Inschrijven kan telefonisch, via mail of kom langs in De Wimperlinde.

Heb je een **vrijetijdspas**, dan kan je hiervan gebruik maken bij de activiteiten als dit vermeld staat.

ADVIESRAAD

Deze raad is een overlegorgaan die de werking van het lokaal dienstencentrum evalueert: wat is goed, wat kan verbeteren, wat kan er nog aangeboden worden...

**Kandidaten
gezocht!**

FOTO'S

Tijdens de activiteiten worden dikwijls foto's genomen. Deze kunnen gebruikt worden als promotiemateriaal op het internet (facebook en website) en in de infobrochure. Wenst u dit niet, gelieve dit te melden.

PRIVACY - GDPR

Via dit bericht wenst LDC De Wimperlinde haar bezoekers te informeren dat LDC De Wimperlinde een privacyverklaring opgesteld heeft. Deze is te raadplegen via de website van Vzw Blijvelde wzc.

GEBRUIK LOKALEN

Wens je gebruik te maken van één van de ruimtes van het lokaal dienstencentrum voor een activiteit of vergadering? Lokale verenigingen kunnen gratis gebruik maken van de accommodatie. Interesse? Neem contact op om de mogelijkheden te bespreken.

SUGGESTIES - IDEEËN - KLACHTEN

Het lokaal dienstencentrum staat open voor suggesties. Heb je ideeën voor nieuwe activiteiten? Tips om de werking beter te maken? Of heb je een klacht?



Spreek één van de medewerkers aan (Celine of Isabel). Je kan dit ook doorgeven via onderstaand briefje. Bezorg het aan de medewerkers, steek het in de klachten- en ideeënbus, of stuur een mail naar ldcdewimperlinde@blijvelde.be.

U zal binnen de 7 tot 30 dagen gecontacteerd worden door de centrumleider voor een stand van zaken betreffende uw klacht.

VAN HARTE WELKOM

Lokaal Dienstencentrum

De Wimperlinde

Gevestigd in 'De Roende'

Hospitaalstraat 31 bus 1

8610 Kortemark

051 650 180

ldcdewimperlinde@blijvelde.be

Centrumleider: Céline Scheyving

Medewerker: Isabel Delaey

www.ldcdewimperlinde.be

www.facebook.com/LDCDeWimperlinde



Openingsuren:

LDC: Iedere werkdag tussen 9u - 12u en 13u - 16u30

Cafetaria: Maandag, woensdag en donderdag
tussen 13u - 16u30

Tijdens het weekend en op feestdagen is het LDC en de
cafetaria gesloten.



V.U. LDC De Wimperlinde, Hospitaalstraat 31 bus 1, 8610 Kortemark