

DE PARETTE GAZETTE

LOKALE DIENSTENCENTRA



APRIL - MEI - JUNI 2024

N° 129



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.

Daar vind je ons volledig activiteitenaanbod terug.



06



16



29



37



Lente: het seizoen waarin we kunnen genieten van zon en mooie natuur. Het weer nodigt vaker uit om buiten te komen, wat we met de Harelbeekse dienstencentra met veel plezier doen. Zo kan je ons opnieuw vinden in diverse wijken in Harelbeke voor een gezellige babbel. Neem een kijkje in de rubriek 'in je buurt' voor alle concrete data.

Ook de wandel- en fietsclub zoekt het buitenshuis en hoopt op mooi weer tijdens hun tochten. Iedereen is welkom op deze wandelingen of fietsritten: het tempo is rustig, het groepsgevoel en beweegplezier staan voorop. Je kan nu al inschrijven voor zowel de dagtocht van de wandelclub als die van de fietsclub. Aanraders!

Met de komst van de lente, begint ook vaak de creativiteit te borrelen. We zien mooie dingen groeien en bloeien in de natuur, maar we kunnen ook zelf creëren. In onze dienstencentra ben je daarvoor aan het goede adres: we vertellen in de rubriek 'in de kijker' graag meer over onze clubwerkingen die zich richten op haken, breien, tekenen, hobby,... Vrijwilligster Martine leert je in de workshop 'haken met Martine' hoe je kapjes

voor een bokaal kan maken (lees hierover meer in ons activiteiten aanbod).

Daarnaast vallen er nog heel wat boeiende, leerrijke of gewoon gezellige activiteiten te ontdekken in deze Parettegazette. Zo kan je leren hoe je je afval moet sorteren maar ook hoe je etiketten kan ontcijferen in de supermarkt. Of misschien verkies je de 'start to petanque' in De Parette of een ontbijt met wandeling in Dorpshuis De Rijstpekker? Of toch liever een film in De Vlinder? Uiteraard ontbreken ook de lessenreeksen en workshops niet die je op weg helpen in de digitale wereld.

Wens je op de hoogte te blijven van ons aanbod? Abonneer je op de Parettegazette of schrijf je in voor onze nieuwsbrief via nieuwsbrief ldc@zbharelbeke.be.

Veel leesplezier en tot binnenkort!

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

05 voorwoord	16 u in de kijker	25 in 't wiel	50 mijmeringen
06 in de kijker	18 aan huis bij	26 dienstverlening	51 computerweetjes
10 uw gezondheid	20 terug in de tijd	29 vast aanbod	52 kruiswoordraadsel
12 vrijwilligershoekje	22 u aan het woord	30 kalender	53 uitpas
14 in je buurt	24 de roede vertelt	37 activiteiten aanbod	

CREATIEF

Ben je ook van het type dat graag creatief bezig is? Dan ben je in onze lokale dienstencentra aan het juiste adres. Bezige breiers, handige hakers, talentvolle tekenaars, dynamische doeners in de creaclubs,... Onze dienstencentra bieden een divers aanbod waarin al onze deelnemers hun creativiteit kunnen loslaten.

In De Parette gaat het tekenen (om 9u00) en breien (om 13u30) door op maandag. Daarnaast komt de creaclub elke tweede en vierde zaterdag om 14u00 bijeen. In Dorpshuis De Rijstpekker worden de breinaalden en haakpennen boven gehaald op dinsdag om 13u30. En hobbyclub Favorito kan je om de twee weken op maandag in LDC De Vlinder vinden. Al deze clubwerkingen kosten je helemaal niets. Je brengt je eigen materiaal mee en gaat gewoon aan de slag. Gooi je vragen in de groep en er is altijd wel iemand, vrijwilliger of deelnemer, die je op weg kan helpen of gewoon wat handige tips kan geven. We voorzien steeds een potje koffie voor de bijdrage van 1 euro. Deze werkingen zorgen niet alleen voor een boeiende bezigheid maar het is ook een fijne manier om nieuwe mensen te leren kennen in een ongedwongen sfeer.

Dus: aan alle creatievelingen onder ons: kies je bezigheid, schuif gezellig aan, ontdek en ontplooi je talenten. Of je nu ervaring hebt of een prille beginner: ons aanbod is er voor iedereen.

Tot binnenkort!



VLINDERBOS

Eind februari startte de heraanleg van de tuin van De Vlinder. Het einde van de werken is voorzien in de loop van juni. De nieuwe tuin, het Vlinderbos genaamd, wordt een belevingstuin met vier grote ruimtes waar bewoners zelfstandig en veilig kunnen rondwandelen. In het Vlinderbos zijn rustpunten voorzien, en bomen zorgen voor natuurlijke schaduw. Bij het centrum van dagverzorging komt een ruim terras.

Om de veiligheid en rust in en rond de tuin te verhogen voor de gebruikers zal doorgaand verkeer geweerd

worden door het plaatsen van paaltjes. Deze plaatsing is voorzien bij het einde van de werken.

Tijdens de werken blijven de inritten en de weg rond het gebouw toegankelijk. Korte hinder is tijdelijk mogelijk, waarvoor we je begrip vragen.

Als alles volgens plan verloopt, kunnen bewoners, bezoekers en medewerkers vanaf juni genieten in het Vlinderbos. We nodigen je dan ook graag uit op de feestelijke opening op zaterdag 29 juni van 14u00 tot 19u00.

SOCIALE TOELAGEN

In Harelbeke kan je vier soorten sociale toelagen krijgen: gratis restafvalzakken, de mantelzorgtoelage, de zorgtoelage tot en met 18 jaar en de vakantietoelage.

Gratis restafvalzakken: Inwoners van Harelbeke die door hun ziekte meer restafval tot gevolg hebben, kunnen gratis restafvalzakken krijgen. Het gaat om personen die niet permanent in een instelling verblijven en die op 1 januari 2024 in Harelbeke wonen. Je hebt een ondertekend attest nodig van je arts (attesten te verkrijgen aan het onthaal van het stadhuis of via www.harelbeke.be). Met een ingevuld attest kan je een pakket van 20 restafvalzakken afhalen aan het onthaal van het stadhuis, Markstraat 29, tijdens de openingsuren.

Ook gaan we hier graag wat dieper in op de mantelzorgtoelage. Dit is een toelage van 25 euro per maand die kan toegekend worden aan zorgbehoevenden die worden bijgestaan door een mantelzorger, indien er aan bepaalde voorwaarden wordt voldaan. De zorgbehoevende dient aan volgende voorwaarden te voldoen:

- ontvangt nog geen tussenkomst van een van de Vlaamse Zorgbudgetten of het Persoonlijk Assistentiebudget
- is alleenstaand of samenwonend met iemand die ook zorgbehoevend is of samenwonend met een (klein)kind of ouder
- beschikt over een attest van de federale overheidsdienst sociale zekerheid met een score van minstens 9 punten op de medische sociale schaal om de graad van hulpbehoevendheid te bewijzen.



- moet effectief thuis verzorgd worden, of minstens elk weekend naar huis komen
- moet minstens 18 jaar zijn
- woont minstens 1 maand voor de aanvang van de toelage in Harelbeke

Aanvraag hiervoor kan je doen via de zorgcoördinatie van het Zorgbedrijf. Neem contact op via 056 89 91 00 of via zorglijn@zbharelbeke.be

Als derde toelage is er de zorgtoelage tot en met 18 jaar voor de ouder of persoon die voor een kind met een beperking zorgt. De vierde sociale toelage, de vakantietoelage, is er voor mensen met een beperking of langdurig zieken als tussenkomst in de kosten van een vakantie. Voor meer info over de voorwaarden en het bedrag van deze laatste 2 sociale toelages, neem contact met het Huis van Welzijn via onthaal@welzijnharelbeke.be of 056 73 51 90.

ADVIESRAAD

Naast het organiseren van activiteiten in het lokaal dienstencentrum en in de buurt heeft een lokaal dienstencentrum nog een opdracht, namelijk het organiseren van een adviesmoment.

Sinds 1 januari 2020 is er een nieuw decreet van toepassing dat bepaalt aan welke vereisten adviesmomenten moeten voldoen. Het decreet schrijft voor dat deze adviesmomenten bedoeld zijn om stil te staan bij de lopende meerjarenplanning en om de algemene werking van het dienstencentrum te evalueren. Dit adviesmoment moet bestaan uit een vertegenwoordiging van gebruikers en vrijwilligers van de lokale dienstencentra, de lokale ouderenverenigingen en de lokale ouderenadviesraad en moet minstens 2 keer per jaar georganiseerd worden.

Op vraag organiseerden we in 2022 en 2023 3 adviesmomenten. Na interne evaluatie gaan we vanaf 2024 terug naar de vooropgestelde 2 momenten. De adviesmomenten van 2024 zullen op 4 juni en 28 november plaatsvinden. Zo zitten we ook mooi binnen de timing en de deadlines voor de opmaak en bijsturing van de meerjarenplanning van het Zorgbedrijf.

Waar we vroeger vooral werkten met een 'raad' en vaste leden willen we nu ruimer gaan kijken om onze opdracht uit te voeren. Het adviesmoment zal er in juni uit bestaan om gebruikers, vrijwilligers,... te bevragen zowel over het voorbije jaar als wat de plannen/dromen zijn voor het komende jaar/jaren. Deze info zullen we dan gebruiken voor de opmaak van de plannen voor het volgende jaar/jaren. In november zullen we dan terugblikken op het voorbije jaar en geven we inzicht op de concrete acties en plannen voor het jaar dat komt.

DIGIHULP- SAMEN DIGITAAL IN HARELBEKE



Elke Harelbekaar kreeg de folder 'Digi hulp- Samen Digitaal in Harelbeke' in de bus. Hierin vind je het digitale hulpaanbod van het voorjaar 2024 in Harelbeke. Je krijgt er niet alleen meer uitleg over digihoeken, digipunten, digihulp aan huis en digisessies. Ook workshops en lessenreeksen die in de dienstencentra van Zorgbedrijf Harelbeke doorgaan, zijn er opgelijst. Meer details over de workshops en lessenreeksen die doorgaan in de maanden april, mei en juni vind je in deze Parettegazette. Deze worden gegeven door vrijwilligers van Zorgbedrijf Harelbeke, Senionet Vlaanderen, De Poerderie, CREO of Hét CVO. Blader snel verder naar onze vormingsactiviteiten om de details te kennen en je in te schrijven.

1^{STE} HARELBEEKSE ROLLATORTREFFEN

Aan iedereen die een staphulp gebruikt: welkom op het 'eerste Harelbeekse rollatortreffen' in CC het SPOOR op donderdag 25 april van 14u00 tot 17u30. Je steekt heel wat op tijdens deze gratis doenamiddag rond veilige verplaatsingen. Blader snel verder naar pagina 38 voor meer info.



Mocktails maken in De Parette



Favorito in De Vlinder



Yoga in De Vlinder

MANTELZORG

Wat is mantelzorg?

Mantelzorg is zorg en ondersteuning die op regelmatige basis gebeurt. Het gaat om zorg voor een familielid, vriend, buur of iemand die je graag ziet met een extra zorgnood. De zorgnood ontstaat door ouderdom, ziekte, een beperking, psychische kwetsbaarheid of verslavingsproblematiek.

Deze vorm van zorg en ondersteuning kan hulp in het huishouden omvatten zoals koken en strijken maar ook ondersteuning bij persoonlijke hygiëne valt hieronder. Verplaatsingen in huis en daarbuiten kunnen ook mantelzorg zijn. Verder zijn emotionele ondersteuning bieden -zoals iemand gezelschap houden, er zijn, luisteren of ook administratieve ondersteuning een vorm van mantelzorg. In de praktijk zien we dat mantelzorg dikwijls niet één, maar een combinatie van taken is.

De zorg voor de mantelzorg

Mantelzorg worden overkomt je, plots of geleidelijk aan. Wat in het begin vanzelfsprekend lijkt, blijft dat helaas niet altijd. De zorg wordt vaak geleidelijk zwaarder. Wanneer de zorgbehoefte groter wordt, stijgt ook de afhankelijkheid. Als dit lang aanhoudt of wanneer er sprake is van een complexe zorgsituatie, kan het ook té zwaar worden als mantelzorg. Uit onderzoek blijkt dat een kwart van de mantelzorgers zich overbelast voelt. In complexe zorgsituaties loopt dat aantal zelfs op tot 40%. Overbelasting uit zich op heel verschillende manieren. Sommige mantelzorgers slagen er niet langer in om hun werk en de zorg te combineren, andere krijgen emotionele problemen, hebben fysieke klachten, botsen op financiële moeilijkheden, enzovoort.

Het is dus niet alleen belangrijk dat er voor de zorgbehoevende persoon gezorgd wordt, ook de zorg voor de mantelzorg is erg belangrijk. Niet alleen om de zorg verder te kunnen opnemen maar ook voor het welzijn van de mantelzorg zelf.

Deze vijf tips kunnen mantelzorgers helpen om vol te houden:

1. Blijf praten met familie en vrienden. Praten helpt om dingen te verwerken.
2. Las regelmatig een adempauze in. Wie zorgt, heeft energie nodig. Kies een vast moment om even uit de zorgsituatie te stappen en iets ontspannend te doen.
3. Doe beroep op je netwerk. Kijk in je omgeving met wie je de zorg kan delen.
4. Bewaak je eigen grenzen. Geef tijdig en duidelijk aan wanneer het te veel wordt voor jou. Leer 'nee' zeggen.
5. Durf om professionele hulp vragen.

Er zijn 6 professionele mantelzorgverenigingen waar je terecht kan met vragen of ondersteuning (je vindt ze op www.mantelzorgers.be). Bij deze verenigingen kun je informatiesessies en vormingen volgen, zijn er vaak activiteiten voor lotgenoten, worden er magazines, publicaties of mantelzorgvakanties aangeboden. Deze vakanties laten toe om er samen met de persoon voor wie je zorgt, op uit te trekken.

Naast de emotionele en praktische ondersteuning kun je als mantelzorg ook beroep doen op financiële ondersteuning (mits te voldoen aan bepaalde voorwaarden). Deze financiële ondersteuning kan een gemeentelijke mantelzorgpremie omvatten of een tegemoetkoming voor zorgvragers. Lees voor de gemeentelijke mantelzorgpremie ook even het item 'sociale toelagen' in de rubriek 'in de kijker' of informeer je verder bij onze Zorglijn via 056 89 91 00 of zorglijn@zvharelbeke.be.

Wil je graag meer informatie over mantelzorg? Dan kun je terecht op www.mantelzorgers.be.

Bron: www.mantelzorgers.be



van de Vlamingen met een zorgnood krijgt **hulp** van familie, vrienden, burens of kennissen.

1 OP 5 Vlaamse tieners tussen 11 en 18 jaar is jonge mantelzorg

Het gaat om 119.000 jongeren die wonen bij een **persoon met een beperking** of een **langdurige ziekte**. 5% van hen neemt minstens 4 uur per week taken op voor een zorgbehoevend gezinslid.

Als **alle uren die mantelzorgers aan hulp spenderen** zouden worden betaald, dan betekent dat een jaarlijkse kost van **11,38 miljard euro**.



van de Vlaamse mantelzorgers op arbeidsactieve leeftijd heeft ook **betaald werk**.

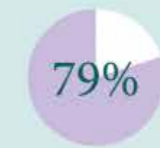
Bij jongere mantelzorgers tussen 18 en 25 jaar volgt 63% een **opleiding**.

MANTELZORG IN CIJFERS

1 op de 3 Vlamingen van 18 jaar en ouder verleende het afgelopen jaar mantelzorg. 33% van hen besteedt meer dan 10 uur/week aan mantelzorg.



van de Vlaamse mantelzorgers ervaart de hulp die ze bieden als **zinvol**.



haalt **voldoening** uit de mantelzorg.

Meer dan de helft van de mantelzorgers ervaart de zorg als emotioneel belastend.

29% ervaart de mantelzorg als **fysiek belastend**

22,2% geeft aan **onvoldoende tijd te hebben voor zichzelf**

15,6% geeft aan **onvoldoende tijd te hebben voor het gezin**

65% geeft aan **ondersteuning nodig te hebben, emotionele steun het vaakst**

Dahadikeffnodig

Draag zorg voor onze mantelzorgers

Alle informatie over mantelzorg op www.mantelzorgers.be



DONALD VAN ASSCHE

Met een big smile en guitige blik komt Donald bij ons zitten. Hij begint meteen als een spraakwaterval te vertellen. In 1977 kwam de Kuurnenaar in Harelbeke wonen; hij voelt zich hier nu goed thuis.

Donald is als vrijwillig DJ van dienst. Met zijn PC draait hij bij vele feestjes in De Parette muziek. Hij heeft heel wat mapjes met muziek per soort, want zijn smaak is heel breed en wat hij speelt hangt af van zijn stemming. Het liefste wat Donald doet, is mensen aan het dansen krijgen. Dan is het feestje voor hem geslaagd. Hij is vele uren bezig met het maken van afspeellijsten.

Donald helpt het Zorgbedrijf ook met het ronddragen van de Parettegazette. Verder is hij actief bij de catering van allerlei activiteiten. Ijsroomnamiddagen, wafelbak, tafels klaarzetten en de zaal helpen opruimen. Niets is hem te veel gevraagd. Ook bij de rolstoelwandelingen heeft hij vaak geholpen maar dat lukt nu fysiek niet meer.

“Maar hoe kom je daarbij?” vragen we hem. “Het is allemaal begonnen op een vrijwilligersfeest. Daar heb ik gevraagd of ik eens mocht draaien, en toen ging de bal aan het rollen. Muziek geeft zoveel voldoening. En het is vooral heel ‘geestig’ om te doen!”

Donald doet nu 9 jaar vrijwilligerswerk. *“De Parette is een heel aangenaam dienstencentrum. Ik vind het fijn dat er zoveel te doen is. In mijn jeugd ging ik ook graag naar Den Tap in Kuurne, dat was een ontspanningsruimte waar je ook biljart, vogelpik en pingpong kon spelen.”* Hij gaat nu biljarten in De Parette en speelt ook graag een spelletje petanque.

Donald is al zijn hele leven een bezige bij. Hij heeft als schilder heel veel huizen verfraaid. Hij heeft ook als instructeur gewerkt bij de VDAB. Daar gaf hij les in alles wat schilderen en behangen was. Hij heeft dit 12 jaar gedaan en hij heeft veel goede stielmannen afgeleverd, van alle nationaliteiten, zowel mannen als vrouwen. Donald kon altijd al goed met mensen omgaan. Hij heeft er mooi werk gedaan en was er graag gezien.

Toen hij met pensioen ging in 2015 heeft Donald enkele jaren schilderijen gemaakt. Trots toont hij zijn werk op



zijn gsm, en we kunnen jullie meegeven dat het ronduit prachtig is! Jammer dat hij dat heeft opgegeven.

Donald is gedreven, een echte leider die mensen kan begeleiden. Hij doet alles 200 procent, wil dat iedereen tevreden is. Hij durft wel zijn gedacht zeggen, maar hij staat niet boven de mensen maar ertussen. Zijn leuze bij de VDAB was: *“Gebruik uw verstand en uw handen en ge zijt mijne maat.”*

Het contact, veel mensen leren kennen: daar deed hij het voor en daar doet hij het nu als vrijwilliger ook voor.

Als afsluiter vragen we Donald of hij een wijsheid wil delen met onze lezers. *“Het zinnetje: ‘Ik kan het niet maar ik ga het doen!’ Ik ben altijd een autodidact geweest, zoek alles op en bereid me heel goed voor. Op die manier kun je heel veel bereiken.”*

Donald is iemand die je niet snel vergeet. Fijn dat je je zo inzet voor het Zorgbedrijf, Donald!

Els Vandekerkhove en Lieve Clepkens

LUT HOLVOET

Reeds 12 jaar is Lut vrijwilligster. Ze is actief als ondersteuner in het kader van het bezoekteam en gaat mee op rolstoelwandelingen met De Vlinder. Dus het is zeker de moeite om haar eens aan het woord te laten.

Lut leerde het vrijwilligerswerk kennen via een vriendin. Na een babbel hierrond besloot ze dat het ook wel iets voor haar kon zijn. Ze had zelf een zorgend leven gehad, via haar job als kinderverzorgster en ook vanuit haar jeugd waar ze opgroeide in een gezin met 9 kinderen. Lut heeft samen met haar man Piet ook een groot gezin met 6 kinderen. Het ‘zorgen voor’ is haar dan ook met de paplepel ingegeven. Ze is begaan met mensen, kan goed luisteren en ze heeft ook zelf een vlotte babbel. Als spirituele vrouw kon ze de tegenslagen van het leven beter aan. *“De zienswijze geeft me kracht,”* zegt Lut. *“Als de ene deur dicht gaat vertrouw ik er op dat er een andere open gaat.”*

Lut is een gedreven persoonlijkheid die zich kan inzetten om iets te bereiken. Ze moest in haar jeugd een jaar thuisblijven om te helpen in het huishouden, maar ging daarna toch weer naar school om er haar diploma kinderverzorging te behalen. Ook toen ze gestopt was met werken na de geboorte van haar derde kindje bleef ze kinderen opvangen voor en na school.

Voor het bezoekteam gaat Lut wekelijks op bezoek bij twee mensen die daar nood aan hebben. *“Je voelt wel hoe lang en hoe vaak je langs kunt gaan. Ik kan zelf ook wel mijn grenzen stellen. Het mag niet ten koste van mijn eigen leven gaan. Alles draait om respect. Ik maak ook altijd een afspraak voor ik ga. Je kunt wat verstrooiing bieden. Want hun kinderen hebben een eigen leven en werken ook, dus kunnen ze niet altijd op bezoek gaan. Door de jaren bouw je een vertrouwensband op met de hulpvragers; het is niet allemaal kommer en kwel. We hebben ook veel plezier.”* De mensen die Lut bezoekt wonen ook in haar buurt, wat goed uitkomt.

“De rolstoelwandelingen zijn ook tof. Je wandelt iedere keer met een andere bewoner en op die manier leer je veel mensen kennen. Je kunt de bewoner wat tijd buiten geven, ze zien eens andere mensen en dat doet hen ook deugd.”



Waarom Lut dit allemaal doet? *“Het vrijwilligerswerk geeft me veel voldoening. Het belangrijkste is ‘er zijn voor de mensen’, zorgen dat ze er iets aan hebben. Zo geef ik iets terug aan de gemeenschap. Ik ben zo dankbaar dat het leven de moeite waard is.”*

Dank je voor dit warme gesprek, Lut. Je hebt ongetwijfeld veel te geven. Dankzij mensen zoals jou is de wereld een beetje mooier.

Els Vandekerkhove en Lieve Clepkens

ONTMOETINGSMOMENTEN

De centrumleiders van de lokale dienstencentra en een geëngageerde groep van vrijwilligers trekken er op uit. Er worden ontmoetingsmomenten georganiseerd in de verschillende wijken van Harelbeke.

Wil je jouw burens (beter) leren kennen? Wil je nieuwe contacten leggen in je buurt? Heb je vragen over het zorgaanbod? Kom dan zeker eens langs!

We luisteren graag naar je vraag en zoeken mee naar een antwoord.

In april, mei en juni kan je ons op de volgende plaatsen terugvinden:

BUURTBABEL - KAFFIEPLEZIER IP' T PLANKIER		
Woensdag 4 april	Jan Breydelstraat t.h.v. Chiro Zandberg	14u00-16u00
Dinsdag 9 april	Hazelaarsdreef - Kollegewijk	14u00-16u00
Woensdag 17 april	Wijkhuisje Overleie	15u00-17u00
Donderdag 18 april	Esdoornweg - Kollegewijk	14u00-16u00
Dinsdag 23 april	Kaffieplezier: Klein Harelbekestraat (t.h.v. nr.2)	14u00-16u00
Woensdag 24 april	Ter Coutere/Mandenmakersweg	14u00-16u00
Donderdag 25 april	Masteluinstraat	14u00-16u00
Vrijdag 26 april	Wijkhuisje Arendswijk	14u00-16u00
Woensdag 8 mei	Rode-Kruisplein	15u00-17u00
Dinsdag 14 mei	Overacker t.h.v. nr. 11	15u00-17u00
Woensdag 15 mei	Dennenlaan - Kollegewijk	14u00-16u00
Donderdag 16 mei	Kruiske	14u00-16u00
Vrijdag 17 mei	Wijkhuisje Eiland	14u00-16u00
Dinsdag 21 mei	Kaffieplezier – Nachtegalenstraat (t.h.v. nr.1)	14u00-16u00
Woensdag 22 mei	Wijkhuisje Overleie	15u00-17u00
Vrijdag 24 mei	René Declercqlaan	14u00-16u00
Woensdag 29 mei	Olmenlaan - Kollegewijk	14u00-16u00
Donderdag 30 mei	Bavikhove - Duivenstuk	14u00-16u00
Woensdag 5 juni	Rode-Kruisplein	15u00-17u00
Vrijdag 7 juni	Wijkhuisje Arendswijk	14u00-16u00
Vrijdag 14 juni	Vlamingenstraat	14u00-16u00
Woensdag 19 juni	Wijkhuisje Overleie	15u00-17u00
Dinsdag 25 juni	Kaffieplezier – Muizelstraat (t.h.v. nr.166)	14u00-16u00
Woensdag 26 juni	Grasplein Jan Breydelstraat thv de Chiro	14u00-16u00
Vrijdag 28 juni	Goudwinde	14u00-16u00



DE CENTRUMLEIDERS GAAN AAN DE SLAG IN DE WIJKEN OVERLEIE, KOLLEGEWIJK EN BAVIKHOVE

Woon je in Bavikhove, Kollegewijk of Overleie? Wil je graag betrokken worden bij de plannen om samen met de buurt in te zetten op een warme, behulpzame wijk? Word je graag op de hoogte gehouden van de activiteiten die georganiseerd worden? Laat het ons weten!

Je kan ons op de hoogte stellen door deze QR-code te scannen en het formulier in te vullen of contact te nemen met een centrumleider.



Om Dagmar te bereiken kan je bellen naar het onthaal van Dorpshuis De Rijstpekker op 056 73 52 70 of kan je mailen naar dagmar.vereecke@zbharelbeke.be.

Louise kan je bereiken via het onthaal van De Parette op het nummer 056 73 51 80 of het mailadres louise.desloovere@zbharelbeke.be.

Meinert kan je bereiken door te bellen naar het onthaal van De Vlinder op het nummer 056 73 53 90 of door te mailen naar meinert.vanneste@zbharelbeke.be.

25 JAAR LOKAAL DIENSTENCENTRUM DE PARETTE

In februari 2024 werd lokaal dienstencentrum De Parette 25 jaar! 25 jaar mooie momenten, 25 jaar vele bezoekers ontvangen, 25 jaar activiteiten organiseren... Dat werd gevierd!



AAN HUIS BIJ KAREL DHUYVETTER

Op een ijskoude januaridag worden we met een grote glimlach verwelkomd door Karel. Dit heerschap is ons niet onbekend. In De Vlinder is hij een graag geziene gast. Altijd met een vrolijke noot of een interessant weetje. Hij is zo'n man waarvan je meer wil horen. Daarom dit gesprek: wie is Karel?

Het wiegje van Karel stond in Harelbeke op 't Ooste. Hij werd geboren op 26 september 1934. Hij had één zus. Zijn vader werkte bij de spoorwegen als machinist en zijn moeder was huisvrouw. Karel ging naar de centrumschool in Harelbeke en later naar het atheneum in Kortrijk. Kort voor zijn 14^{de} verjaardag is hij beginnen werken. Zijn volle loopbaan begon in een spinnerij in Frankrijk. 's Morgens om 4 uur moest de jonge Karel opstaan en hij kwam pas met de trein van 19 uur terug naar huis. Lange dagen voor een puber, maar dat was toen zo. Op zijn 14de begon Karel aan zijn ware roeping: hij werd metseldiender in de bouw. *"De mensen die toen in de bouw werkten zijn versleten,"* vertelt Karel. *"Onze rug is kapot van stenen te zeulen. Wij hadden al dat gereedschap niet waar men nu gebruik van kan maken."* Al gauw klom Karel hogerop. Hij volgde 's avonds lessen en leerde plannen lezen en tekenen. Tussendoor deed hij ook zijn dienstplicht, dat was toen een eer. Karel werkte in de bouw tot hij op 58 jaar met brugpensioen kon gaan.

Karel leerde zijn vrouw Denise kennen op zijn 30^{ste}. Het was meteen grote liefde. Denise was weduwe en had een zoontje van 3 jaar, dat Karel meteen in zijn hart sloot. Na amper 3 maanden verkering trouwde het jonge paar. Uit hun liefde werd nog een zoon geboren: Christophe, die op zijn beurt één dochter, Daphné, heeft. De twee jongens scheelden 8 jaar in leeftijd. Karel spreekt met grote genegenheid over zijn familie. Trots toont hij de kunstwerkjes die zijn schoondochter maakt.

Interesses had Karel genoeg. Hij heeft heel zijn leven veel gelezen. Geen liefdesromans maar historische informatieve boeken. Johan Op de Beeck is een van zijn favoriete auteurs. Hij kreeg onlangs nog zijn laatste boek cadeau van zijn zoon. Karel is altijd een autodidact geweest. Hij neemt veel documentaires op en is bovenal

geïnteresseerd in de middeleeuwen. Daar kan hij heel veel over vertellen. Hij is vooral geboeid door Napoleon en weet daar dan ook enorm veel over. Karel heeft ook misboeken liggen waar hij 6 jaar naar moest zoeken maar hij heeft ze toch te pakken gekregen...

Denise en Karel zijn heel veel op reis geweest. Ze hebben zowat overal gezeten. Het favoriete vakantieland van Karel is Frankrijk. Hoewel hij nooit Franse les heeft gehad, kan hij de taal goed spreken. De familie van zijn vrouw woonde immers in Frankrijk. Hij leerde het Frans dus gaandeweg, tussen zijn eerste jobs en van zijn schoonfamilie. Het feit dat hij met Franse inwoners kan praten, draagt bij tot zijn liefde voor het land. Ook zijn Karel en Denise 4 keer naar Spanje geweest maar *"ik kon daar niks doen,"* zegt hij met een zucht, omdat hij de taal niet kende.

Het paar ging altijd op reis met de bus. De ideale manier om overal te komen volgens Karel. Ze zijn ook een tiental keer naar Oostenrijk geweest, telkens naar hetzelfde hotel, waar Denise zoveel van hield.

Het is de grote wens van Karel om deze zomer nog eens op reis te gaan. Op voorwaarde dat het lukt met de gezondheid natuurlijk. Daarom doet hij er alles aan om in vorm te blijven. Hij gaat zoveel mogelijk wandelen en leeft gezonder.

Het nieuws kan Karel niet meer boeien. Hij volgt wel trouw het streeknieuws op WTV. Meer moet hij niet weten, hij heeft ook zijn abonnement op de krant opgezegd.

Elke avond gaat hij op bezoek bij zijn vriend Etienne, die een eindje verderop in de flatjes woont. Ze kunnen samen uren praten.

Karel is geboeid door het wielrennen en volgt ook het vrouwenbasketbal met name de Belgian Cats. Hij heeft nog zelf deze sport beoefend en is vele jaren scheidsrechter geweest. We kunnen het niet laten te denken dat hij dit met veel respect, zowel voor de spelers als voor het reglement, gedaan heeft...

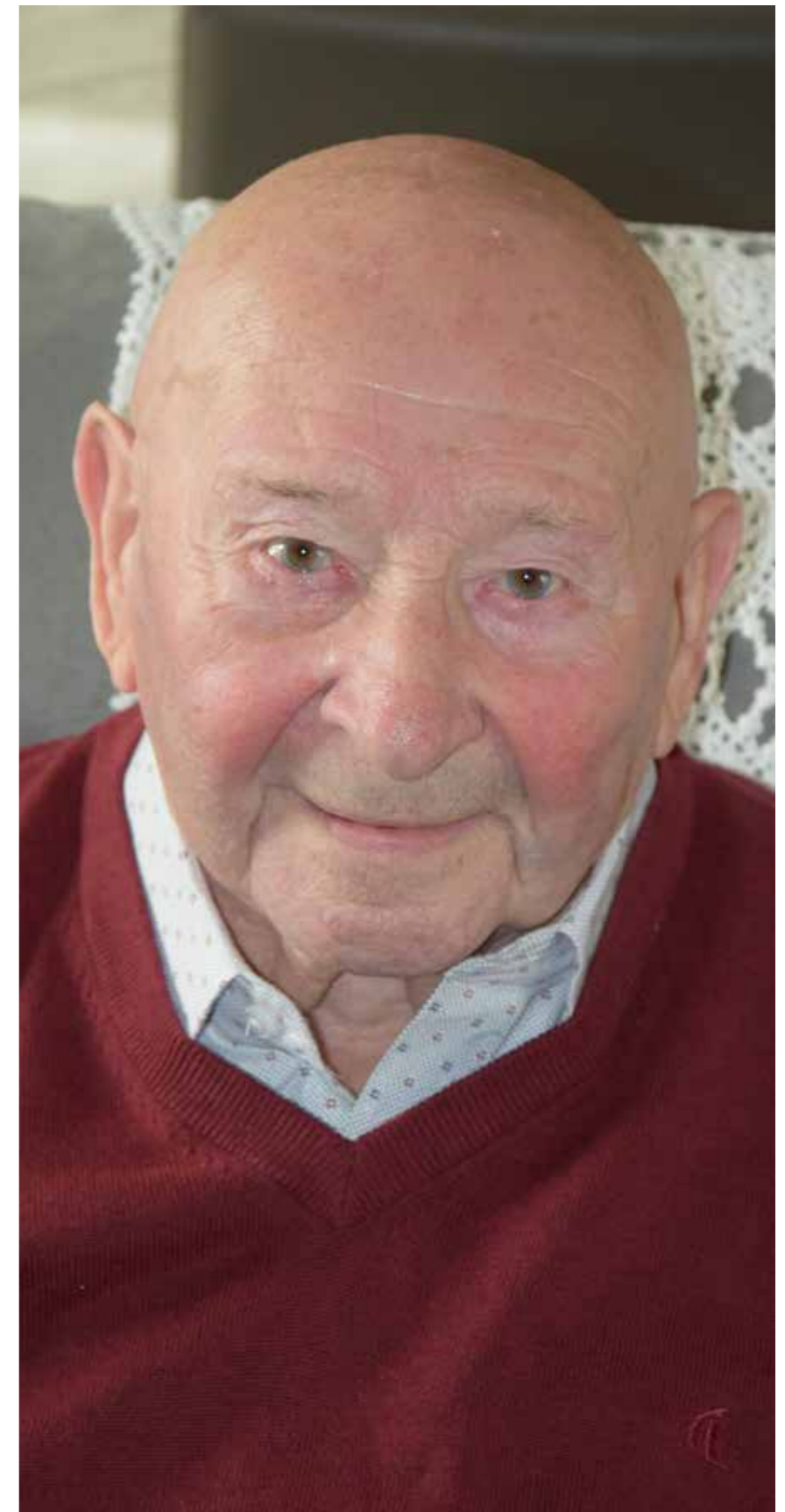
Intussen woont Karel al 12 jaar in zijn appartement en hij woont er zeer graag. Helaas is zijn vrouwtje enkele jaren geleden overleden. Maar ze is nog heel dicht bij hem. Er staan verschillende foto's van het paar, steeds liefdevol naast elkaar.

Karel is een tevreden man. Hij regelt zijn leven en kan goed zijn plan trekken. Zo maakt hij gebruik van het minder mobiele vervoer om naar de markt te gaan, wat hij dan ook combineert met een bezoekje aan de bank om 'zijn zaken te regelen'. Hij maakt ook gebruik van een personenalarm met gps. Zijn zoon doet zijn andere boodschappen. Ook zijn lieve kleindochter komt graag bij hem op bezoek. Karel is een graag geziene gast in De Vlinder. Hij ziet het personeel graag toekomen op het werk: vanaf zijn balkon heeft hij zicht op de parking van De Vlinder en hij zit 's zomers al van 6 uur naar iedereen te zwaaien. *"Ik ben altijd blij als ik ze zie, dan weet ik dat het goed met hen gaat! En o wee als mijn licht eens niet brandt of ze zien me niet, dan krijg ik gegarandeerd een bezorgd bezoekje."*

Hij zou achteraf bekeken niks aan zijn leven veranderen. Hij is content met hoe het verlopen is. *"Mijn leven is afgerond, maar ik zou er nog graag een paar jaar aan vastkleven."* zegt Karel met een peinzende blik.

We wensen het jou van harte toe, Karel, jij bent een man die menigeen niet zou kunnen missen.

Els Vandekerkhove en Catherine Lairesse



DE LEGE BROODDOOS

De laatste grote hongersnood in onze streken voltrok zich rond 1850. De voorbode van deze ramp was de crisis in de vlasindustrie die eeuwenlang de motor van welvaart in onze contreien was. Maar die bedrijvigheid gebeurde op kleinschalige basis, in die zin dat alle stadia van het productieproces waren gestoeld op huisarbeid. De boer zaaide en verwerkte het vlas met zijn kinderen, zijn knechten en meiden. Op de hoeve werd 's winters gesponnen en geweven. Daarnaast had je ook nog de thuiswevers; kortwoonders die 's zomers als dagloner bij de boeren werkten en 's winters een hoeveelheid gezwingeld vlas kochten. De vrouwen sponnen het tot garen op hun spinnewiel en de mannen weefden op hun primitief handgetouw, niet eens voorzien van een schietspoel. De teloorgang van de Vlaamse linnenindustrie kwam vanuit Engeland, de bakermat van de industrialisatie. Het Vlaamse vlas werd opgekocht door de Engelsen en daar mechanisch gesponnen en geweven en op die manier werd de Vlaamse linnennijverheid weggeconcurrerd. En zo kwam er werkloosheid en grote armoede. In Izegem slaakte het armenbestuur: "De aangroei van de behoeftigen stijgt op eene verbazende wijze en is grootendeels toe te schrijven aan eene industrie die sedert eeuwen eene goudmijn is geweest voor onze gewesten".

De slechte jaren

De winter van 1844-45 was een van de koudste winters van de 19de eeuw. Het vror onafgebroken van december tot in maart. Bijna de volledige koolzaadoogst en een groot deel van de tarweoogst gingen verloren. Om dit verlies goed te maken werden er in 1845 des te meer aardappelen geplant. Het zag er naar uit dat het een goede oogst zou worden, maar die hoop werd in enkele dagen de kop ingedrukt. Het loof werd bruin en in geen tijd werd ook de knol aangetast en rotte volledig weg. Daardoor ging meer dan 80 procent van de aardappel-oogst verloren.

Het jaar erna, in 1846, na een zachte en natte winter, was het de beurt aan de rogge die door korenbrand werd aangetast. De jaaropbrengst werd herleid tot 30%.

Route 66: de Droogenbroodroute

In 1845 werd aan een Engelse firma een concessie verleend om de spoorlijn tussen Brugge en Kortrijk, lijn 66, aan te leggen. In 1847 was men begonnen met de aanleg van het traject Izegem-Lendeledede. In Lendeledede moest een heuvel doorsneden worden. Zo'n 150 werklieden waren er, ondanks de gure winter, aan het werk voor een dagloon dat schommelde tussen de 0,60 tot 1,15 Frank. Door de hoge broodprijzen konden ze hiervoor niet eens een roggebrood kopen.

De Vlaamse ziekte

Het overgrote deel van de bevolking raakte ondervoed en verzwakt en werd zo ontzettend vatbaar voor de tyfus die zich verspreidde over heel Europa en die hier in Vlaanderen in januari 1846 opdoemde en er bleef woeden tot 1848. De geboorteregisters liegen er niet om. In Hulste registreerde de gemeentesecretaris in het jaar 1846: 54 geboorten en 146 sterfgevallen. In 1847: 51 geboorten en 151 overlijdens. In 1848: 42 geboorten en 108 overlijdens. In 1849: 64 geboorten en 87 overlijdens.

Fundraising

Om de nood te lenigen werden allerhande liefdadigheidsacties op poten gezet. Op 24 februari 1847 publiceerde de franstalige Ieperse gazette 'Le Propagateur' een smeekbede voor 'openbare liefdadigheid' van de pastoor van Hulste, Petrus Remaut, *curé à Hulste-lez-Courtrai*. Drie dagen later verscheen het resultaat van deze crowdfunding avant la lettre.

Groepjes jongeren

Het Sint-Pietersveld te Ruiselede was het eerste heropvoedingsgesticht dat in België werd opgericht. Dit was in 1848 en bedoeld om de uitgehongerde en rondtrekkende jeugdbendes in de hand te houden. In een verslag over het Sint-Pietersveld lezen we: "Vlaanderen levert aan deze instelling het grootste contingent [...]. Vlaanderen armoede zal er het best door gebaat worden [...]. Het aantal kinderen dat in Vlaanderen nu nog (1854) als enige bron van inkomsten de bedelarij heeft, mag men gerust op 10.000 schatten".

Op 15 oktober 1849 waren er in de inrichting 133 'kolonisten'. Aan het begin van het jaar waren de eerste kinderen er aangekomen, te voet, twee aan twee met blauwe linnen kiel, vanuit het bedelaarswerkhuis van Brugge. Dit bedelaarswerkhuis werd opgericht in 1833 maar was door de crisis van 1846 overbevolkt geraakt. Begrijpelijk, want voor velen was dit de laatste overlevingskans. Men kreeg er gratis kost en inwoning, weliswaar op kosten van de gemeente waar men vandaan kwam. Een gebruikelijke manier om erin te geraken was ergens een ruit inslaan. Dan werd men opgepakt en naar Brugge gestuurd.

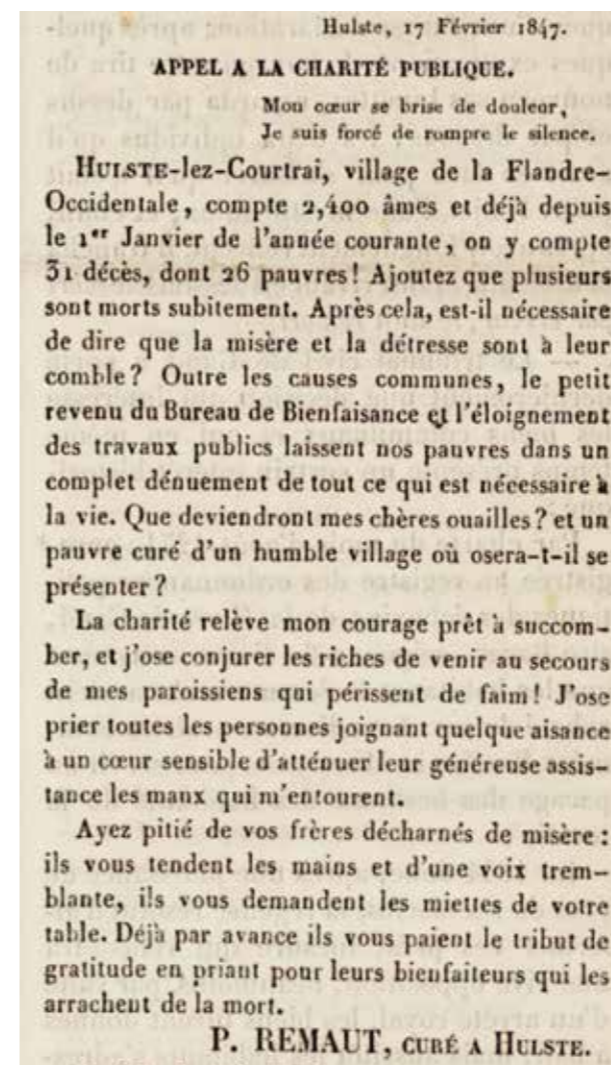
De uittocht

Na de hongerjaren kwam de linnennijverheid er niet meer bovenop. Integendeel, een nieuwe landbouwcri-

sis vanaf 1875 zorgde voor een nieuwe klap. Steeds meer Vlamingen waren genoodzaakt hun dorp te verlaten en elders werk te gaan zoeken. Sommigen trokken naar de stad of naar de Waalse industriegebieden, anderen emigreerden naar Noord-Frankrijk om er in de textiel-fabrieken van Rijsel en omstreken te gaan werken. Naast migranten waren er ook heel wat seizoenarbeiders zoals de 'Fransmans': Vlamingen die meerdere maanden per jaar naar Frankrijk trokken om er te gaan werken op de suikerbietvelden of in andere sectoren van de landbouw.

Ook de emigratie naar verdere oorden nam toe. Vanaf de jaren 1870 gaf de Red Star Line, de bootverbinding tussen Antwerpen en New York aan velen de mogelijkheid om in Amerika een nieuw leven te beginnen.

Stef Huysentruyt



Smeekbede van de pastoor van Hulste in 'Le Propagateur' van 24 februari 1847.

Souscription au Bureau du PROPAGATEUR.	
Pour les pauvres de THIELT (voir notre n° du 15 Février 1847):	
Un membre du barreau	fr. 10-00
Pour les pauvres de HULSTE lez Courtrai (voir notre n° du 24 Février dernier):	
Un Curé	fr. 10-00
Un Prêtre	» 5-00
Un Vicaire	» 5-00
Un Prêtre	» 5-00
Une Dame	» 50-00
Un Monsieur	» 5-00
Un Vicaire	» 10-00
Une Demoiselle	» 15-00
Deux Demoiselles	» 10-00
Un Enfant	» 1-00
Une Servante	» 0-50
Nous continuerons à recevoir les dons.	
Pour Hulste, on peut aussi les déposer chez M. l'abbé MAERTEN, Cloître St Martin.	

Het resultaat van de geldinzameling in 'Le Propagateur' van 27 februari 1847.

IJSHEILIGEN, VRIESHEILIGEN EN REGENHEILIGEN

Tot halfweg de negentiende eeuw waren er enkel de volksweerkunde en de ervaring om het komende weerbeeld te bepalen. Zo was men in West-Europa tot de bevinding gekomen dat er na 15 mei doorgaans geen nachtvorst meer optrad, zodat men dan niet meer behoefde te vrozen voor vorstschade aan het jonge zaai- of plantgoed.

De heiligen die volgens de rooms-katholieke heiligenkalender in die periode hun feestdag hadden, werden 'ijsheiligen' genoemd. Zij zijn wellicht het bekendste begrip uit de volksweerkunde. De ijsheiligen maken de overgang van de periode waar nog voorjaarsnachtvorst kan optreden naar de periode met zomers weer. Uitzonderlijk kan er na half mei nog wel nachtvorst optreden, maar die kans is heel klein.

De vijf ijsheiligen zijn:

- De Heilige Mamertus van Vienne, bisschop (feestdag: 11 mei)
- De Heilige Pancratius van Rome (Sint-Pancraas), martelaar (feestdag: 12 mei)
- De Heilige Servatius van Maastricht (Sint-Servaas), bisschop (feestdag: 13 mei)
- De Heilige Bonifatius van Tarsus (Sint-Bonifaas), Romeins burger en martelaar (feestdag: 14 mei)
- De Heilige Sophia van Rome, martelares (vroegere feestdag: 15 mei)

In de meeste landen zijn de ijsheiligen maar met z'n drieën (een heilig getal). In sommige landen, waaronder België, wordt ook de Heilige Mamertus meegeteld en in Duitsland, Oostenrijk en Zwitserland ook de Heilige Sophia, hoewel haar naam niet meer voorkomt op de officiële heiligenkalender. Daar wordt die dag ook wel eens de dag van 'die Kalte Sophie' genoemd.

Enkele bekende weerspreuken over de ijsheiligen:

Al is Mamertus oud en grijs, hij houdt van vriezen en van ijs.

Pancras, Servaas en Bonifaas, zij geven vorst en ijs helaas.

Voor de nachtvorst zijt ge niet beschermd, totdat Servatius zich over u ontfermt.

Tot bonifaas, die strenge baas, wees voor de vrucht, op vorst beducht.

En over de Heilige Sophia zegt men in Duitsland: *Pflanze nie vor der kalten Sophie* (Plant nooit vóór de koude Sophie) en in Oostenrijk: *Die Kalte Sophie macht alles hie* ('hie' = Beiers voor 'kapot').

Ijsheiligen wordt met twee hoofdletters (I én J) geschreven als hiermee de periode tussen 11 en 15 mei wordt bedoeld; het woord is echter niet opgenomen in de Woordenlijst. Als de vijf ijsheiligen worden bedoeld, schrijven we kleine letters:

Na Ijsheiligen neemt de kans op vorst sterk af.

Er zijn vier mannelijke ijsheiligen.

De ijsheiligen mogen niet verward worden met de vriesheiligen, die in hartje winter hun feestdag hebben:

- De Heilige Paulus van Thebe (Sint-Pauwel), kluizenaar (15 januari)
- De Heilige Antonius van Egypte (Sint-Antonius-met-zijn-varken of Sint-Antonius-Abt), monnik (17 januari)
- De Heilige Sebastianus van Rome, martelaar (20 januari)

Enkele weerspreuken over deze heiligen:

Sint-Pauwel is de eerste der drie harde koppen.

Sint-Antoon en Sint-Sebastiaan komen met het hardste van de winter aan.



Als 't vriest op Sint-Sebastiaan, dan is 't op Lichtmis met de vorst gedaan.

Verder zijn er ook nog vier regenheiligen. Hun feestdag valt in de periode tussen 5 en 20 juni die in de volksweerkunde 'schaapscheerderskou' wordt genoemd:

- De Heilige Medardus van Noyon (Sint-Medard), bisschop (feestdag: 8 juni)
- De Heilige Barnabas van Cyprus (Sint-Barnabas Apostel), kerkleider (feestdag: 11 juni)
- De Heilige Antonius van Padua (Sint-Antonius), theoloog en kerkleider (feestdag: 13 juni)
- De Heilige Vitus van Lucania (Sint-Veith), martelaar (feestdag: 15 juni)

Ook aan hen zijn er weerspreuken ontleend:

Als het regent op Sint Medaar, dan regent het zes weken na elkaar.

Regent het met Sint Barnabas, dan zwemt de oogst in een waterplas.

Is het op Sint-Antonius nat, dan drinkt de boer van verdriet zich zat.

Als het regent op Sint-Veith, dan regent het zes weken in één tijd.

Al deze gezegden over het weer zijn natuurlijk niet letterlijk te nemen en trouwens weinig geloofwaardig. Toch vormden zij vroeger voor de mens die nauw met de natuur verbonden was de enige houvast in verband met het weersverloop doorheen de seizoenen. Er kon immers veel van afhangen: in het ergste geval mislukte de oogst, met hongersnood als gevolg. Tegenwoordig biedt de media ons dagelijks een betrouwbaar weerbericht voor de komende dagen. Radarbeelden, satellietfoto's en andere waarnemingen stellen de weerkundigen in staat om door middel van de computer deze gegevens te verwerken tot 'modellen', die het weer voor elke locatie zo nauwkeurig mogelijk voorspellen.

Dirk Viaene

VOERMANNEN

Eeuwen geleden reden er nog geen zware vrachtwagens of bussen door onze steden en dorpen. De toestand van de meeste wegen, met enkel een smalle strook kas-seien in het midden van de baan, zou dit trouwens niet toegelaten hebben. Om goederen of personen te vervoeren waren er voermannen die met paard en kar over de wegen trokken.

Zowat iedere gemeente had zijn voermannen. Vooral in steden en grotere plaatsen, waar er minder mensen waren die een eigen paard en wagen hadden dan op het platteland, was er behoefte aan voerlui die mensen of goederen konden vervoeren. Het waren doorgaans welstellende zelfstandigen, die over een of meerdere paarden beschikten. Zij reden met paard en kar op en af naar de aangrenzende steden om allerlei koopwaar af te halen in de magazijnen voor de plaatselijke winkeliers en ambachtslieden zoals smeden, wagenmakers, metsers, timmerlieden en bakkers. Wekelijks brachten zij ook spullen mee die de plaatselijke inwoners hadden gekocht op de markt of in een of andere winkel in de stad, maar die te groot of te zwaar waren om ze te voet of met de fiets mee te nemen. Met hun 'diligence' (een kar met banken, overdekt met een dekzeil waarin glazen ruitjes zaten) vervoerden zij ook de boerinnen met hun boter- en eierkorven van het dorp naar de markten en terug.

Voermannen werden meestal ook ingezet bij verhuizingen of het vervoer van lijken. Als iemand stierf die ver van de kerk woonde, werd de lijk-kist in de diligence van de voerman op een bundel stro geplaatst en tot op zo'n honderd meter van de kerk gevoerd waarna de dragers de kist overnamen.

De voermannen hadden hun vaste plaatsen waar zij samenkwamen. Daar werden – meestal onder een stevige pint – pakjes doorgegeven van de ene voerman aan de andere om onderweg af te leveren.



In feite kon iedereen die een paard en wagen had, zich als voerman verhuren. De onderlinge concurrentie was daarom vrij groot, met het gevolg dat het steeds moeilijker werd om als voerman je brood te verdienen. Daarom zochten de voerlui naar middelen om hun inkomen veilig te stellen. Een geijkte methode hiervoor in de middeleeuwen was het oprichten van een gilde. Bij de oprichting ervan werd door het stadsbestuur of andere overheden een reglement vastgesteld of goedgekeurd, waarbij tegelijkertijd privileges aan de gilde werden verleend.

De woelige periode tijdens de Franse Tijd deed de positie van de voermannen stilaan verslechteren. Het bijkomende militaire transport woog niet op tegen het vervoer van burgers, die nu minder lust hadden om te reizen. Daarbij was de prijs van het paardenvoer enorm gestegen vanwege de grote hoeveelheden die het Franse leger nodig had. De voermannen konden ook niet op tegen de opkomende diligenciediensten. De opkomst van de vrachtwagens op het einde van 19de eeuw betekende het definitieve einde van dit eeuwenoude beroep.

De Roede van Harelbeke (DV)

BESTE SPORTVRIENDEN,

Het cross-seizoen 2023-2024 heeft de deelnemers echt doen afzien door de vele regen en koude. Overal moesten omlopen aangepast worden door de hoeveelheid modder. Het parcours moet toch enigszins berijdbaar blijven. Eli Iserbyt sprong er dit seizoen echt uit. We hebben mooie en spannende wedstrijden gezien. Voor Nieuwjaar reden van der Poel, Van Aert en soms Pidcock mee, ook wel gekend als de grote drie. Dan was Iserbyt meestal de enige die deze mannen het langst kon volgen. Daardoor stond hij in de Superprestige (waar hij al zeker was van de zege met Nieuwjaar). In de wereldbeker stond hij ook ruim aan de leiding toen hij in de natte en koude week tussen Kerst en Nieuwjaar plots moest opgeven in de wereldbekerwedstrijd in Hulst (Nederland). Hij werd echt ziek en moest even naar de spoed met buikgriep. Ook op nieuwjaarsdag kon hij niet starten in Baal in de grote prijs Sven Nijs waar hij de leidersplaats verloor (door 5 minuten straf-tijd bij niet starten in één van de wedstrijden). Voor van der Poel was het dit jaar overall bingo waar hij aan de start kwam. Zo had hij 10 wedstrijden gereden en ze alle 10 gewonnen. Dan kwam het kampioenschap van België er aan in Meulebeke. We hebben ondanks het slechte weer en de koude toch een spannende wedstrijd gezien. Vier renners reden weg en stredden voor de fel begeerde titel. Onder hen de ploegmaats Iserbyt en Vanthourenhout met Nijs en Wyseure. Op drie ronden voor het einde reed Iserbyt weg in een zandstrook en hij was vertrokken. Hij reed er een van zijn beste wedstrijden en werd kampioen van België. Vanaf nu rijdt hij, verdiend, in de driekleur.

De dag na het kampioenschap was er cross in Otegem. Ondanks weinig slaap wint Iserbyt in zijn nationale trui de wedstrijd. Met nog 2 wedstrijden te rijden en 25 punten voorsprong is er goede hoop om de leiderplaats te behouden in de wereldbeker. Op 8 januari werd de voorlaatste wereldbeker-cross gereden en een herstelde Iserbyt kon zijn leidersplaats verdedigen. Hij werd er vierde. Zo kon hij de laatste wedstrijd in het Nederlandse Hoogerheide beginnen met nog altijd 25 punten voorsprong. In Nederland was de wereldkampioen van der Poel niet te kloppen en won 12 van de 13 wedstrijden waar hij aan mee gereden heeft. Ook hier reed onze kampioen Iserbyt een prachtige wedstrijd en werd er vijfde. Dat was meer dan voldoende voor de eindzege in de wereldbeker. In de X20 badkamers-trofee zal het waarschijnlijk niet meer lukken na zijn niet-deelname in een wedstrijd door ziekte.

Op 4 februari werd dan het wereldkampioenschap gereden in Tabor. De grote favoriet was natuurlijk van der Poel. Ook hier was er niets te doen aan zijn meesterschap. Al na de start was van der Poel aan de leiding en hij stond die positie niet meer af: hij won met 37 seconden voorsprong op Nederlander Joris Nieuwenhuis. Michael Vanthourenhout haalde brons voor België. Eli Iserbyt werd nog knap vijfde.

Zie daar, beste sportvrienden, een prachtig parcours van onze Eli Iserbyt, vanaf nu bij de grote vier gerekend!

Werner Verbeke



ETEN & DRINKEN

RESTAURANT

Elke weekdag serveren wij je een gezonde maaltijd waarbij je kan kiezen tussen een dag- of weekmenu (€8,80).

In **LDC De Parette** en **LDC De Vlinder** kan je ook kiezen voor biefstuk friet (€11,40).

Je reserveert je maaltijd uiterlijk de dag voordien vóór 16u00 (op vrijdag vóór 12u00 voor de week nadien) bij het onthaal van één van de lokale dienstencentra. Het maandelijks menu is te vinden op 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 weekdagen van 14u00 tot 17u00.

LDC De Vlinder:
dagelijks van 14u00 tot 17u00,
op donderdag ook van 10u00 tot 12u00.



LICHAAMSV Verzorging voor 60-plussers uit Harelbeke

VOETVERZORGING

Voordeeltarief (4 beurten): €17.
Vanaf de 5e beurt: €19,50.
Ontspannende voetmassage €19.

MANICURE

Manicure: €15,50.
Korte manicure: €7,75.
Lakken vinger- of teennagels: €3,90.

EPILATIE

Wenkbrauwen: €7,80.
Bovenlip: €7,80.
Wenkbrauwen en bovenlip: €12,90.
Wenkbrauwen, bovenlip en kin: €15,50.
Volledig gezicht: €20,20.

HAARVERZORGING

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



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 of eet je liever in je vertrouwde omgeving, dan kan je een maaltijd thuis geleverd krijgen.

Warme maaltijden op weekdagen: €9
(of €8,40 bij 2 maaltijden op hetzelfde adres).

Diepvriesmaaltijden in het weekend: €8,30
(of €7,70 bij 2 maaltijden op hetzelfde adres).

MINDER MOBIEL 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,... De centrale van het minder mobiel vervoer heet voortaan Mobitwin.



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.

DE CONTACTGEGEVENS VAN DE LOKALE DIENSTENCENTRA VIND JE OP DE ACHTERKAFT

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 ontlennen.

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 ontlennen. 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.

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

meer informatie over onze diensten op:

www.zbharelbeke.be



LDC DE PARETTE

SPORT

- Petanque: maandag & donderdag/13u45/gratis
- Pingpong: woensdag/14u00/gratis
- Linedance: donderdag/14u15/€1,50 per les (per halve of hele reeks)
- Wandelen: vierde donderdag uitz. december/13u30/€1,50
- Fietsen: tweede woensdag/13u45/€1,50

ONTSPANNING

- Bingo: laatste maandag/14u00/€2,50
- Breien: maandag/13u30/gratis
- Biljart: woensdag 13u00 & donderdag 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

- Tekenzen: maandag/9u00-11u00/gratis
- Praatgroep Frans: vrijdag/10u15-11u30/gratis
- Androidgebruikers gevorderden: vrijdag 19 april, 17 mei en 21 juni /9u00-11u00/ €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/€3,3 per les (per halve of hele reeks)
- Pingpong: vrijdag/14u00/gratis

ONTSPANNING

- Breien & haken: dinsdag/13u30/gratis
- Koffieklets: 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

- Androidgebruikers beginners: woensdag 17 april, 15 mei en 19 juni/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 1/04		LDC De Parette en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. De cafetaria is open.		Dorpshuis De Rijstpekker, het restaurant en de cafetaria zijn gesloten wegens feestdag.		LDC De Vlinder en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. De cafetaria is open.
di 2/04			13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
wo 3/04	13u00	Biljart				
	14u00	Pingpong				
do 4/04	13u45	Petanque			14u00	Schaken
	14u00	Biljart				
	14u15	Linedance				
vr 5/04	14u00	Rummikub/Scrabble	14u00	Pingpong	13u45	Bridge
za 6/04						
zo 7/04						

ma 8/04	09u00	Tekenen			14u00	Favorito
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels op reis				
di 9/04			13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
wo 10/04	13u00	Biljart	14u00	Filmnamiddag grootouder-kleinkind		
	13u45	Fietsen				
	14u00	Pingpong				
do 11/04	13u45	Petanque			14u00	Schaken
	14u00	Biljart				
	14u15	Linedance				
vr 12/04	14u00	Kaarten/Rummikub/Scrabble	14u00	Pingpong	13u45	Bridge
za 13/04	14u00	Creacub				
zo 14/04						



Nieuwjaarsfeest Dorpshuis De Rijstpekker

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 15/04	09u00	Tekenen				
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels op reis				
di 16/04	09u00	Engels Waystage niv 2	13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
wo 17/04	08u45	Mijn digitale meter	10u00	Turnen op muziek	09u00	Androidgebruikers beginners
	13u00	Biljart	14u00	Koffieklets		
	14u00	Pingpong				
do 18/04	13u45	Petanque	13u30	Roland Garros wandeling met gids	09u00	Yoga
	14u00	Biljart			14u00	Schaken
	14u15	Linedance				
vr 19/04	09u00	Androidgebruikers gevorderden	14u00	Pingpong	09u00	Engels build vocab
	10u15	Praatgroep Frans			13u45	Bridge
	14u00	Rummikub/Scrabble/ Tearoomnamiddag				
za 20/04						
zo 21/04						

ma 22/04	09u00	Tekenen			14u00	Favorito
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Engels op reis				
di 23/04	09u00	Engels Waystage niv 2	13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
wo 24/04	13u00	Biljart	10u00	Turnen op muziek	14u00	Routeyou
	14u00	Pingpong			14u00	Film 'The Blind Side'
do 25/04	13u30	Wandelen	14u00	Kaarting en Rummikub	09u00	Yoga
	13u45	Petanque			14u00	Schaken
	14u00	Biljart/Eerste Harelbeeks rollatortreffen (CC het SPOOR)				
	14u15	Linedance				
vr 26/04	10u15	Praatgroep Frans	14u00	Pingpong	09u00	Engels short stories
	14u00	Kaarten/Rummikub/Scrabble			13u45	Bridge
za 27/04	14u00	Creacub				
zo 28/04						

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 29/04	09u00	Tekenen			09u00	Online een reis en tickets boeken
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Bingo/Engels op reis				
di 30/04	09u00	Engels Waystage niv 2	13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
					14u00	Routeyou
woe 1/05		LDC De Parette en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. De cafetaria is open.		Dorpshuis De Rijstpekker, het restaurant en de cafetaria zijn gesloten wegens feestdag.		LDC De Vlinder en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. De cafetaria is open.
do 2/05	13u45	Petanque			09u00	Yoga
	14u00	Biljart			14u00	Schaken
	14u15	Linedance				
vr 3/05	10u15	Praatgroep Frans	11u30	Verjaardagsfeest Dorpshuis De Rijstpekker	13u45	Bridge
	14u00	Kaarten/Rummikub/Scrabble				
za 4/05						
zo 5/05						

ma 6/05	09u00	Tekenen			09u00	Online een reis en tickets boeken
	13u30	Breien			14u00	Favorito
	13u45	Petanque				
di 7/05	09u00	Engels Waystage niv 2	13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
					14u00	Routeyou
wo 8/05	13u00	Biljart	10u00	Turnen op muziek		
	13u45	Fietsen				
	14u00	Pingpong				
do 9/05		LDC De Parette en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. De cafetaria is open.		Dorpshuis De Rijstpekker, het restaurant en de cafetaria zijn gesloten wegens feestdag.		LDC De Vlinder en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. De cafetaria is open.
vr 10/05	14u00	Rummikub/Scrabble	14u00	Pingpong	13u45	Bridge
za 11/05	14u00	Creaclub				
zo 12/05						

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 13/05	09u00	Tekenen/Tax on web	14u00	Infomoment 'Hoe je afval sorteren'		
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
di 14/05	09u00	Engels Waystage niv 2	13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
wo 15/05	13u00	Biljart	10u00	Turnen op muziek	09u00	Androidgebruikers beginners
	14u00	Pingpong	14u00	Koffieklets		
do 16/05	13u45	Start to petanque			09u00	Yoga
	14u00	Biljart			14u00	Schaken
	14u15	Linedance				
vr 17/05	09u00	Androidgebruikers gevorderden	14u00	Pingpong	13u45	Bridge
	10u15	Praatgroep Frans				
	14u00	Rummikub/Scrabble/Tearoomnamiddag				
za 18/05						
zo 19/05						

ma 20/05		LDC De Parette en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. De cafetaria is open.		Dorpshuis De Rijstpekker, het restaurant en de cafetaria zijn gesloten wegens feestdag.		LDC De Vlinder en het restaurant zijn gesloten wegens feestdag. De cafetaria is open.
di 21/05	09u00	Engels Waystage niv 2	13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
	14u00	Je smartphone als GPS			14u00	Favorito
wo 22/05	13u00	Biljart	10u00	Turnen op muziek	14u00	Film 'Meisjes'
	14u00	Pingpong				
do 23/05	13u30	Wandelen	14u00	Kaarting en Rummikub	09u00	Yoga
	13u45	Petanque			14u00	Schaken
	14u00	Biljart				
	14u15	Linedance				
vr 24/05	10u15	Praatgroep Frans	14u00	Pingpong	09u00	Engels build vocab
	14u00	Kaarten/Rummikub/Scrabble			13u45	Bridge
za 25/05	14u00	Creaclub				
zo 26/05						

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 27/05	09u00	Tekenen	09u00	Youtube		
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque	14u00	Groepsessie 'Halt2Diabetes'		
	14u00	Bingo				
di 28/05	09u00	Engels Waystage niv 2	13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
wo 29/05	13u00	Biljart	10u00	Turnen op muziek		
			14u00	Pingpong		
do 30/05	13u45	Petanque			09u00	Yoga
	14u00	Biljart			14u00	Schaken
	14u15	Linedance				
vr 31/05	10u15	Praatgroep Frans	11u45	Grootmoederskeuken	09u00	Engels short stories
	11u45	Grootmoederskeuken			11u45	Grootmoederskeuken
	14u00	Rummikub/Scrabble			13u45	Bridge
za 1/06						
zo 2/06						

ma 3/06	09u00	Tekenen	09u00	Youtube	14u00	Favorito
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
di 4/06			13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
wo 5/06	13u00	Biljart	10u00	Turnen op muziek	14u00	Infomoment 'Etiketten ontcijferen in de supermarkt'
	14u00	Pingpong	14u00	Pingpong		
do 6/06	13u45	Petanque			09u00	Yoga
	14u00	Biljart			14u00	Schaken
vr 7/06	10u15	Praatgroep Frans			13u45	Bridge
	14u00	Rummikub/Scrabble				
za 8/06	14u00	Creaclub				
zo 9/06						



Schaken in De Vlinder



Cafetaria in De Vlinder

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 10/06	09u00	Tekenen				
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
di 11/06			13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
wo 12/06	13u00	Biljart	10u00	Turnen op muziek		
	13u45	Fietsen				
	14u00	Pingpong				
do 13/06	13u45	Petanque			09u00	Yoga
	14u00	Biljart			14u00	Schaken
	14u15	Linedance				
vr 14/06	08u45	Haken met Martine	14u00	Pingpong	13u45	Bridge
	10u15	Praatgroep Frans				
	14u00	Kaarten/Rummikub/Scrabble				
za 15/06						
zo 16/06						

ma 17/06	09u00	Tekenen				09u00	Basiscursus Excel
	13u30	Breien				14u00	Favorito
	13u45	Petanque					
di 18/06	08u45	Wachtwoorden en wachtwoordmanagers	13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque	
wo 19/06	13u00	Biljart	10u00	Turnen op muziek	09u00	Androidgebruikers Beginners	
	14u00	Pingpong	14u00	Koffieklets			
do 20/06	13u45	Petanque				09u00	Yoga
	14u00	Biljart				14u00	Schaken
	14u15	Linedance					
vr 21/06	09u00	Androidgebruikers gevorderden	08u00	Zomerontbijt met wandeling	13u45	Bridge	
	10u15	Praatgroep Frans	14u00	Pingpong			
	14u00	Rummikub/Scrabble/ Tearoomnamiddag					
za 22/06	14u00	Creaclub					
zo 23/06							

DATUM	UUR	LDC DE PARETTE	UUR	DH DE RIJSTPEKKER	UUR	LDC DE VLINDER
ma 24/06	09u00	Tekenen			09u00	Basiscursus Excel
	13u30	Breien				
	13u45	Petanque				
	14u00	Bingo				
di 25/06			13u30	Brei - en haakclub	13u45	Petanque
wo 26/06	13u00	Biljart	10u00	Turnen op muziek	14u00	Film 'The Dig'
	14u00	Pingpong				
do 27/06	09u00	Wandelen daguitstap	14u00	Kaarting en Rummikub	14u00	Schaken
	13u45	Petanque				
	14u00	Biljart				
	14u15	Linedance				
vr 28/06	10u15	Praatgroep Frans	14u00	Pingpong	13u45	Bridge
	14u00	Kaarten/Rummikub/ Scrabble				
za 29/06						
zo 30/06						



*“De aanhouder wint,”
zei de boer, en hij ging naar bed
met al zijn kleren aan.*

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

i Inschrijven voor de activiteiten kan vanaf maandag 18 maart 2024



Nieuwjaarsfeest Dorpshuis De Rijstpekker

GOED OM WETEN:

- In de eerste week van januari en september kan je voor sommige lessenreeksen deelnemen aan gratis proeflessen.
- 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.
- Bij de activiteiten staat vaak een uiterste inschrijvingsdatum vermeld. Het is echter mogelijk dat de activiteit al eerder volgt is.
- 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

Eerste Harelbeeks rollatortreffen

In het kader van de week van de valpreventie organiseert Beweging.net in samenwerking met Zorgbedrijf Harelbeke en andere thuiszorgpartners het 1e Harelbeeks 'rollatortreffen'. Iedereen die een staphulp gebruikt (rolstoel, rollator, wandelstok) is welkom: gratis nazicht van je rollator, test je behendigheid op ons rollatorparcours, informatie rond valpreventie, staat je gele doos al klaar,... Er zijn gratis pannenkoeken en koffie te verkrijgen.

Wie dit wenst, kan gratis vervoer krijgen naar en van CC het SPOOR, neem hiervoor contact met Rosanne Mestdagh via rosanne.mestdagh@skynet.be of 0486 44 84 32.

-  donderdag 25 april
-  CC het SPOOR
-  14u00-17u30

-  gratis
-  niet nodig voor deelname, wel voor het vervoer



Etiketten ontcijferen in de supermarkt

Zie jij nog het bos door de bomen in de supermarkt? Wat is gezond en wat niet? Verzadigd of onverzadigd vet? Suikers of zetmeel? Een etiket ontleden op een vlotte manier, dit leer je hier. Dit alles onder de deskundige begeleiding van diëtiste Daniëlle Folens.

-  woensdag 5 juni
-  LDC De Vlinder
-  14u00
-  €2,50
-  +  woensdag 29 mei



Hoe je afval sorteren?

Wij Belgen zijn kampioen in sorteren. Papier & karton, PMD, onze recyclageparken... allemaal zaken die ons vertrouwd in de oren klinken. Maar zijn alle regels wel even goed gekend? Er glippen zeker nog verkeerd gesorteerde zaken door de mazen van het net. In deze sessie kom je alles te weten over juist sorteren. Met voorbeelden en praktische tips word je deskundige in het sorteren.






-  maandag 13 mei
-  Dorpshuis De Rijstpekker
-  14u00
-  €2,50
-  +  maandag 6 mei

Mantelzorg

Hou ons folderrek en onze website in de gaten. Voorlopig zijn we nog in volle voorbereiding maar in juni kan je je verwachten aan een interessante bijeenkomst rond het thema 'mantelzorg'.

Petanque






Aan de zijkant van het dienstencentrum komen onze petanquers iedere dinsdag samen voor een potje petanque. Heb je zin om dit eens te proberen? Kom zeker langs!

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








Schaken

Onze schakers zetten hun tegenstander graag schaakmat. Beginner of gevorderd, voor iedere deelnemer is er wel een geschikte tegen-speler aanwezig om jou wegwijs te maken in het wondere spel van pionnen, paarden en koningen. Kom eens langs!

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

Pingpong


Sla je graag eens een balletje? Met een pingpongpallet wel te verstaan. Dan ben je steeds welkom op woensdagnamiddag in De Parette.

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








Petanque

Elke maandag- en donderdagnamiddag komen onze petanquers hun favoriete spel spelen. Met een bal in de ene hand en een drankje in de andere, voel je je hier snel als god in Frankrijk.

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

Biljart

De biljartclub komt samen op woensdag- en donderdagnamiddag. We spelen geen competitie maar spelen wel tegen elkaar. De biljarttafel kan je op zaterdag- en zondagnamiddag vrij gebruiken.

-  elke woensdag en donderdag
-  LDC De Parette
-  13u00 (woensdag) en 14u00 (donderdag)
-  €0,50 per 20 min.
-  aan het onthaal

Linedance

Linedancen slaat aan in De Parette. In januari werden nieuwe dansen aangeleerd, vanaf april bouwen we hierop verder tot eind juni. Ben je nieuw? Kom zeker eens kijken, misschien kan je meteen instappen of wacht je liever op de nieuwe dansen die starten in juli.

-  elke donderdag
-  LDC De Parette
-  14u15
-  €16,50
-  +  donderdag 28 maart

Bridge

Op vrijdagmiddag zetten onze bridgers het weekend in met een potje bridge. Zeggen de slagen en afspraken in het spel jou helemaal niets? Ook als beginneling ben je meer dan welkom: onze vrijwilligers leren je graag de kneepjes van het vak. Van harte welkom!

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

Kaarten

Onze kaarters vieren elk jaar een koning en koningin. Misschien ben jij aan zet dit jaar? Schrijf je eenmalig in aan ons onthaal en kaart je de weg naar de troon (manillen).

-  vrijdag (data zie kalender)
-  LDC De Parette
-  14u00
-  gratis
-  aan het onthaal

**Filmnamiddag grootouder-kleinkind**

We nodigen alle grootouders uit om samen met hun kleinkind(eren) naar het Dorpshuis af te zakken voor de grootouder-kleinkind filmnamiddag. De titel van de film houden we nog even geheim maar wat je wel mag weten is dat de film over thema Pasen zal gaan. Kom je ook kijken?

-  woensdag 10 april
-  Dorpshuis De Rijstpekker
-  14u00-17u00
-  €2,50 (inclusief koffie en versnapering)
-  +  woensdag 3 april







**Turnen op muziek**

Op een leuk muziekje worden tal van turnoefeningen gedaan. Een leuke manier om in beweging te komen en te blijven. De reeks loopt van woensdag 17 april tot en met 26 juni. De lessen gaan niet door op feestdagen of in schoolvakanties.

-  elke woensdag (uitgezonderd schoolvakanties)
-  Dorpshuis De Rijstpekker
-  10u00-11u00
-  € 33,00
-  +  woensdag 10 april

Fietsclub LDC De Parette

Fietsliefhebbers kunnen elke maand mee op zwier met de fietsclub van De Parette. We rijden in groep en op een rustig tempo. Om 13u45 verzamelen we aan het onthaal van De Parette en van daar trekken we er op uit. Op woensdag 10 april rijden we de Peter Benoitroute, op 8 mei trekken we naar Dadizele en 12 juni verkennen we Waregem.

-  tweede woensdag van de maand
-  LDC De Parette
-  13u45 (14u00 vertrek)
-  €1,50
-  +  de dag zelf

Koffieklets in Dorpshuis De Rijstpekker

We verwelkomen je graag in het Dorpshuis voor een lekker gebakje bij een gezellige tas koffie of thee. Het uitgelezen moment om bij te kletsen met vrienden en kennissen.

-  woensdag 17 april, 15 mei, 19 juni
-  Dorpshuis De Rijstpekker
-  14u00
-  €2,50
-  +  een week voordien



Yoga

Samen met lesgeefster Heleen ontdekken we in deze lessenreeksen yogahoudingen, ademhalingsoefeningen en meditatie. Yoga zorgt voor meer kracht, uithoudingsvermogen en souplesse. Alle houdingen gebeuren met respect voor het eigen lichaam en met het eigen kunnen in het achterhoofd.

-  donderdag 18 en 25 april, 2, 16 en 23 mei (reeks 1)
-  donderdag 30 mei, 6, 13 en 20 juni en 4 juli (reeks 2)
-  LDC De Vlinder
-  09u00-10u00
-  €37,5 per reeks
-  +  een week voor de start van de reeks

Wandelclub LDC De Parette

Een frisse neus halen, leuke routes ontdekken en een praatje slaan terwijl je in beweging bent. Voor dit alles kan je terecht in onze wandelclub. Op donderdag 25 april trekken we naar Heestert, op donderdag 23 mei verkennen we Rollegem en op donderdag 27 juni staat de verrassingstocht op de agenda.

-  vierde donderdag van de maand
-  LDC De Parette
-  13u30 (13u45 vertrek)
-  €1,50
-  +  de dag zelf

Tearoomnamiddag

Onze tearoomnamiddag blijft een aanrader voor wie graag eens een dessertje lust. In april presenteren we je een bréseliennetaartje, in mei een verse éclair en in juni seizoensgebonden fruittaart.

-  vrijdag 19 april, 17 mei en 21 juni
-  LDC De Parette cafetaria
-  14u00-17u00 (zo lang de voorraad strekt)

**Bingo**

Bingo Bingo... elke laatste maandag van de maand kan je deze vreugdekreet wel eens horen in De Parette. Na verschillende spelletjes en het verdelen van de prijzen, praat de groep gezellig na bij een stuk taart.

-  maandag 29 april, 27 mei en 24 juni
-  LDC De Parette
-  14u00
-  €2,50
-  +  een week voordien

**Film: 'The Blind Side'**

Laat je hart verwarmen door 'The Blind Side', een meeslepend drama dat gebaseerd is op het verhaal van Michael Oher. Michael, een jonge dakloze, wordt op een avond opgemerkt door Leigh Anne Tuohy (Sandra Bullock) en omdat hij geen slaapplek heeft, biedt zij hem onderdak aan. Michael vindt niet alleen een thuis, maar ontdekt ook zijn verbazingwekkende talent voor American football. Een inspirerend verhaal over liefde, kansen en doorzettingsvermogen.

-  woensdag 24 april
-  LDC De Vlinder
-  14u00
-  €2,50
-  +  woensdag 17 april

Verjaardagsfeest Dorpshuis De Rijstpekker

We verwelkomen je graag met een lekker aperitiefje, serveren vervolgens een heerlijk feestmaal en sluiten af met een dessert om duimen en vingers bij af te likken. Ook muzikaal word je verwend, ideaal voor wie de beentjes nog eens wil strekken!

-  vrijdag 3 mei
-  Dorpshuis De Rijstpekker
-  11u30-17u00
-  €15,00
-  +  vrijdag 26 april

Franse namiddag start to petanque

We brengen Frankrijk naar De Parette tijdens onze 'start to petanque'. Onze vaste petanquers nodigen je graag uit om kennis te maken met petanque. Wie dit wenst, krijgt een woordje uitleg over het spel, anderen kunnen gewoon meespeelen. Wij voorzien een Frans aperitief en versnapering. Inschrijven voor deze activiteit is niet nodig. Wens je lid te worden, schrijf je in aan het onthaal.

-  donderdag 16 mei
-  LDC De Parette
-  13u45
-  gratis

Film: 'Meisjes'

'Meisjes' is een dramatische komedie over een vrouw van zeventig die ooit in een bandje heeft gezongen en opnieuw op het podium wil staan. Ze vraagt aan haar zoon, de ruige r&b-muzikant Sid of hij met haar een bandje wil vormen. Geen sprake van voor een stoere bink als Sid, totdat zijn financiële toestand hem toch doet zwichten. Maar wel op één voorwaarde: het moet op zijn manier gebeuren, met zijn muziek.

-  woensdag 22 mei
-  LDC De Vlinder
-  14u00
-  €2,50
-  +  woensdag 15 mei

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 31 mei van een heerlijk koude schotel-buffet!

-  vrijdag 31 mei
-  alle LDC's
-  11u45
-  €12 (incl. 1 aperitief, maaltijd, dessert en koffie)
-  +  woensdag 22 mei

Daguitstap Wandelclub LDC De Parette

Hou je van wandelen en laat je je graag verrassen? De daguitstap van de wandelclub is dan echt iets voor jou. Iedereen is welkom, ook wandelaars die anders niet mee gaan op de wandelingen. We wandelen aan een rustig tempo met voldoende tussenpauzes. Let op: we vertrekken aan de parking van CC het SPOOR!

-  donderdag 27 juni
-  CC het SPOOR
-  09u00
-  €35
-  +  maandag 10 juni

Daguitstap Fietsclub LDC De Parette

Na drie leuke fietstochten gaan we graag samen met jou de uitdaging aan om een dagtocht te fietsen. Wat kan je verwachten? Een fietstocht van ongeveer 50km, langs Vlaanderens mooiste wegen, onderbroken door verschillende tussenstops en een lekkere lunch.

-  woensdag 10 juli
-  LDC De Parette
-  8u45
-  €35
-  +  maandag 1 juli

Zomerontbijt met wandeling

We gaan de zomer in met een heerlijk seizoensontbijt in Dorpshuis De Rijstpekker. Na het verorberen van een lekker en gezond ontbijt kan, wie dit wil, nog even de benen strekken voor een wandeling van om en bij de 3 kilometer.

-  vrijdag 21 juni
-  Dorpshuis De Rijstpekker
-  08u00
-  €8
-  +  vrijdag 14 juni

Film: 'The Dig'

Net voor de Tweede Wereldoorlog losbarst, huurt de welgestelde weduwe Edith Pretty de amateurarcheoloog Basil Brown in. Hij krijgt de opdracht opgravingen uit te voeren op haar landgoed in Sutton Hoo. Ze doen een historische ontdekking die verband houdt met het verleden van Engeland.

-  woensdag 26 juni
-  LDC De Vlinder
-  14u00
-  €2,50
-  +  woensdag 19 juni



Praatgroep Frans

Gaat je kennis van Frans verder dan “Bonjour, ça va?” en wil je graag meer ontdekken over de Franse taal? Schrijf je dan in voor onze gezellige praatgroep Frans waar plezier centraal staat.

 **vrijdag (data zie kalender)**

 **LDC De Parette**

 **10u15-11u30**


 **gratis**

 **aan het onthaal**

Creaclub

De creacclub verwelkomt graag (nieuwe) mensen. De vrijwilligers staan paraat voor een praatje en helpen je graag bij jouw creatieve creaties.

 **zaterdag (data zie kalender)**

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

 **14u00-16u30**

 **gratis**

 **aan het onthaal**

Kunst in de kijker

De Harelbeekse Fotovrienden bestaan uit een twintigtal enthousiaste fotografen. Zij presenteren tijdens de maanden april, mei en juni hun beste werken van de afgelopen jaren in De Parette. Het is een mix van verschillende takken uit de fotografie: natuur, landschap, portret,

 **april tem juni**

 **LDC De Parette**

 **tijdens openingsuren LDC De Parette**

Androidgebruikers beginners (smartphone en tablet)

Heb je een Android toestel (smartphone en/of tablet) en wil je meer weten hoe je er mee moet werken? Wil je de wereld van de apps ontdekken? Ben je beginnend gebruiker van een Androidtoestel? Dan is de groep ‘Androidgebruikers beginners’ iets voor jou. Onze vrijwilligers geven je graag nieuwe tips om het beste uit je toestel te halen. Er wordt verwacht dat je een basis-cursus Android gevolgd hebt.

 **woensdag 17 april, 15 mei en 19 juni**

 **LDC De Vlinder**

 **09u00-11u00**

 **€2,50**

 +  **een week voordien**

Mijn digitale meter

Heb je al een digitale meter voor elektriciteit en aardgas of krijg je er binnenkort één? De digitale meter is een elektronische meter die je traditionele meter vervangt. Deze registreert je elektriciteits- of aardgasverbruik en kan zelfstandig je verbruikersdata voor elektriciteit of gas verzenden en ontvangen. Ontdek tijdens deze sessie de mogelijkheden van deze meters en hoe je gratis online je verbruik kan bekijken. Zo krijg je meer inzicht in je verbruik en spring je zuiniger met je energie om. Dit is een voordracht verzorgd door Senionet Vlaanderen.

 **woensdag 17 april**

 **LDC De Parette**

 **08u45-11u45**

 **€7**

 +  **woensdag 10 april**

Favorito

Om de twee weken op maandagnamiddag komt hobbyclub Favorito samen om in elkaars gezelschap en met een kopje koffie gezellig te werken aan een eigen werkstuk. Brei, haak of knutsel je liever? De keuze is volledig aan jou.

 **maandag 8 en 22 april, 6 en 21 mei, 3 en 17 juni**

 **LDC De Vlinder**

 **14u00**

 **gratis**

 **aan het onthaal**

Engels voor op reis

In veel landen kan je je in het Engels verstaanbaar maken. Je Engels onderhouden, bijschaven of aan de hand van ludieke leerstof nieuwe woorden leren die je op reis kan gebruiken: met veel enthousiasme brengt Luc Debels je ‘Engels voor op reis’ (of misschien ook thuis) bij.

 **maandag 8, 15, 22 en 29 april**

 **LDC De Parette**

 **14u00-16u00**

 **€10**

 +  **dinsdag 2 april**

**Roland Garros wandeling met gids**

Op 18 april 1915 moest vliegtuigpionier en oorlogsheld Roland Garros een noodlanding maken op Hoog Wallegem in Hulste. Daar namen Duitse strijdkrachten hem krijgsgevangen en confisqueerden ook zijn vliegtuig, dat hij na de landing nog geprobeerd had in brand te steken. Op de verjaardag van dit gebeuren neemt een gids ons mee in het spoor van Roland Garros en vertelt hij ons verhalen over het plaatselijke WO I gebeuren. Na de wandeling kun je genieten van een stukje taart en kopje koffie in Dorpshuis De Rijstpekker.

 **donderdag 18 april**

 **Dorpshuis De Rijstpekker**

 **13u30**

 **€7,50 (incl. gids, taart en koffie)**

 **donderdag 11 april**

Androidgebruikers gevorderden (smartphone en tablet)

Heb je een Android toestel (smartphone en/of tablet) en wil je het app-landschap voor Android dieper gaan uitspitten? Dan is de groep ‘Androidgebruikers gevorderden’ iets voor jou.

De bijeenkomsten gaan door op de derde vrijdag van de maand (niet tijdens de schoolvakanties) in LDC De Parette.

 **vrijdag 19 april, 17 mei en 21 juni**

 **LDC De Parette**

 **09u00-11u00**

 **€2,50**

 +  **een week voordien**



Fiets- en wandeltochten uitstippelen met Routeyou

Kriebelt het om je fiets van stal te halen of je wandelschoenen aan te trekken en de wijde natuur in te trekken? Een tocht moet goed gepland worden en de computer is hierbij een handig hulpmiddel. We maken gebruik van het platform van RouteYou: we kunnen er miljoenen tochten downloaden, zelf uitstippelen in binnen- en buitenland, met of zonder knooppunten, afdrukken in verschillende formaten, downloaden op een gps of app,... Dit alles wordt nog eens voorzien van het hoogteprofiel en bezienswaardigheden op het parcours. Deelnemers aan deze lessenreeks (verzorgd door Seniornet Vlaanderen) brengen een laptop mee + smartphone of iPhone + eventueel wandel- of fiets GPS.

 **dinsdag 23 en 30 april, 7 mei**

 **LDC De Vlinder**

 **14u00-17u00**

 **€21**

 +  **dinsdag 16 april**



Digisessie: Efficiënt communiceren met mijn smartphone

Digisessies gaan door in de bib van Harelbeke en geven je uitleg over de nieuwste digitale trends of technologieën. In deze sessie: ontgrendel de kracht van je smartphone voor snelle en efficiënte communicatie. Leer handige functies van apps zoals WhatsApp en Facebook Messenger gebruiken voor vlotte berichten en video-oproepen.

 **zaterdag 27 april**

 **bibliotheek Harelbeke**

 **10u00-12u00**

 **€3 of 10 uitpaspunten**

 +  **vrijdag 19 april in de bibliotheek of via harelbeke.bibliotheek.be/inschrijven**

Online een reis en tickets boeken

Christine Deraedt toont je hoe je een reis kan boeken met de computer: ze overloopt samen met jou de stappen om de boeking vast te leggen. Wil je graag je reis tijdens de workshop vastleggen, breng dan je bankkaart en kaartlezer mee. Neem je eigen laptop mee (met oplader).

 **maandag 29 april en 6 mei**

 **LDC De Vlinder**

 **09u00-12u00**

 **€10**

 +  **maandag 22 april**

Tax on web

Via Tax-on-web kan je je belastingen online invullen en aangeven. Onder begeleiding van Christine Deraedt verkennen we Tax-on-web. Graag je laptop, identiteitskaart en kaartlezer meebrengen. Indien je geen kaartlezer hebt, kan je deze aanvragen bij je bank.

 **maandag 13 mei**

 **LDC De Parette**

 **09u00-12u00**

 **€5**

 +  **maandag 6 mei**

Digisessie: Lenteschoonmaak op je smartphone en PC

Digisessies gaan door in de bib van Harelbeke en geven je uitleg over de nieuwste digitale trends of technologieën. In deze sessie: 'lenteschoonmaak op je smartphone en PC'. Hierbij bekijkt men hoe je opslagruimte van je smartphone (Android/iOS) vrijmaakt, maar ook voor een (Windows-)laptop of PC. Je leert o.a. hoe je met behulp van 'schijfopruiming' overbodige bestanden wist, hoe je opstartprogramma's deactiveert en ongebruikte apps of programma's verwijdert.

 **zaterdag 25 mei**

 **bibliotheek Harelbeke**

 **10u00-12u00**

 **€3 of 10 uitpaspunten**

 +  **vrijdag 17 mei in de bibliotheek of via harelbeke.bibliotheek.be/inschrijven**

Je 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 Seniornet Vlaanderen: basisinstellingen van je toestel kunnen gebruiken. Breng je (opgeladen) smartphone of iPhone mee.

 **dinsdag 21 mei**

 **LDC De Parette**

 **14u00-17u00**

 **€7**

 +  **dinsdag 14 mei**

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 27 mei en 3 juni**

 **Dorpshuis De Rijstpekker**

 **09u00-12u00**

 **€5**

 +  **dinsdag 21 mei**



Haken met Martine

Martine Verbauwheide neemt je mee in de haakwereld. Samen haak je kpjes voor een bokaal. Ze bestaan in verschillende figuren, de foto toont een voorbeeldje. Iedereen is welkom: gevorderden en beginners. Wie kan, mag zijn eigen haakpen meebrengen maat 2,5 of 3.

-  **vrijdag 14 juni**
-  **LDC De Parette**
-  **08u45-12u00**
-  **€7 (inclusief katoen, bokaal)**
-  +  **vrijdag 7 juni**




Wachtwoorden en wachtwoordmanagers

Het op een veilige manier beheren van wachtwoorden vormt voor de meeste gebruikers een probleem. Enerzijds worden we verwacht sterke (lees: moeilijke) wachtwoorden aan te maken die dan nog eens verschillend moeten zijn per website of app. Anderzijds moeten we deze op tijd en stond vervangen. In deze sessie, verzorgd door Senionet Vlaanderen, wordt uitgelegd hoe het gebruik van een wachtwoordmanager (app, programma) ons daarbij serieus kan helpen. Meer in het bijzonder zal het gebruik van de Google wachtwoordmanager getoond en geoefend worden en dit zowel op je laptop, smartphone of tablet. Neem dus één van deze toestellen mee.

-  **dinsdag 18 juni**
-  **LDC De Parette**
-  **08u45-11u45**
-  **€7**
-  +  **dinsdag 11 juni**







Basiscursus Excel

Excel is een programma waarmee je allerlei berekeningen kan uitvoeren. Dit kan gaan van bijhouden van administratie, meterstanden, loopschema's, tabellen,... Het maken van grafieken en diagrammen. Je kan zelf bepalen welke berekeningen moeten uitgevoerd worden. Omdat je er gegevens heel overzichtelijk kan in onderbrengen, leent het programma zich ook heel goed voor een overzicht van contactpersonen met adresgegevens. Christine Deraedt zet je graag op weg bij het leren werken met Excel. Voorwaarde tot deelname: je bent niet vertrouwd met Excel en dus een echte beginner. Breng je eigen laptop en oplader mee.

-  **maandag 17 en 24 juni, 1 en 8 juli**
-  **LDC De Vlinder**
-  **09u00-12u00**
-  **€20**
-  +  **maandag 10 juni**

Digisessie: Hoe werkt eID, itsme en andere overheidsapplicaties

Digisessies gaan door in de bib van Harelbeke en geven je uitleg over de nieuwste digitale trends of technologieën. In deze sessie: Met Itsme kun je veilig en eenvoudig dingen doen zoals inloggen op websites zonder wachtwoorden te onthouden, of documenten digitaal ondertekenen. Het is net alsof je een digitale handtekening zet. Het bespaart tijd en maakt het gemakkelijk om dingen online te regelen. Waar je overal met Itsme kan aanmelden, verkennen we samen in deze les.

-  **zaterdag 22 juni**
-  **Bibliotheek Harelbeke**
-  **10u00-12u00**
-  **€3 of 10 uitpaspunten**
-  +  **vrijdag 14 juni in de bibliotheek of via harelbeke.bibliotheek.be/inschrijven**



Boekenkaarting Dorpshuis De Rijstpekker



Koffieklets Dorpshuis De Rijstpekker



Winterbrunch Dorpshuis De Rijstpekker

MIJMERINGEN: CREATIVITEIT

Creativiteit. Het is een vlag die een grote lading dekt. Vele mensen denken dat ze absoluut niet creatief zijn. Omdat ze niet graag knutselen of bloemschikken.

Maar zelf kan ik zelden een recept volgen zonder er mijn draai aan te geven. Hetzelfde met het uitvoeren van een patroon voor haak- of breiwerk. Woorden hebben altijd gemakkelijk op papier gerold en ik heb mijn kinderen altijd zelfverzonnen verhalen verteld. Dat is ook creatief zijn.

Als er nu één ding is dat zich niet in een doosje laat steken, is dat wel creativiteit.

Perfect rechte boordjes in de tuin of lekker een zakje wilde bloemen zaaien? Elk zijn ding. Creativiteit is geen vierkant doosje. Het neemt honderden vormen aan. Kijk naar kleuters. Voor ze leren hoe alles 'moet' zijn ze bijzonder creatief met knutselmateriaal. Een bloem met een rode steel en groene blaadjes? Waarom niet? Waarom moet alles zijn zoals iemand anders denkt? Los-laten is de boodschap!

Ga je eigen ding zoeken. Voel je niet verplicht om correcte lijntjes en hoekjes te tekenen als je dat niet wil.

De grootste kunstenaars geven geen perfect beeld weer van wat ze zien. Ze steken er hun ziel in, hun hart, hun eigen verhaal. En daar draait het om. Het moet goed voelen voor jou. Vanzelfsprekend komt daarbij dat je een ander dit dan ook moet toelaten. Ook al is het niet wat jij leuk vindt.

Bij de activiteiten die ik organiseerde met ouderen met dementie, werkten we nooit resultaatgericht. Het doel was lekker bezig zijn. Voelen, prutsen, lachen, wat praten en ondertussen plakken of knippen of kleuren of verven. Er kwamen soms prachtige werkjes uit voort.

Alles is kunst. Hoe je je kleedt, wat je doet. Hoe je praat en wat je zegt. Hoe je je huis inricht of hoe je een feestje organiseert. Hoe je omgaat met mensen. Hoe en welke gevoelens je toelaat. Creatieve geesten zijn zelden bekrompen. Leven is kunst. Dus leef en laat leven, geniet van wat je doet. Sta open voor andere, nieuwe ideeën, met een brede glimlach. Wees creatief vanuit je hart. Het voelt zo goed.

Els Vandekerkhove



COMPUTER WEETJES

Hier volgen enkele apps in verband met artificiële intelligentie en enkele apps die interessant zijn om te hebben.

1. Artificiële intelligentie

- **Chat GTP:** Download de app, stel je vraag en de chatbot antwoordt met een eigen tekst.
- **Bing:** Download Bing en experimenteer eens met 'Image Creator' en maak afbeeldingen met AI.
- **Copilot:** Dit is een nog verbeterde versie van Bing.
- **Airt:** AI voor het laten maken van tekeningen en schilderijen. Opgelet: wordt wel betalend.

2. Enkele apps die interessant zijn om te hebben

- **Safeonweb:** Dit is een app waarmee je op een snelle en eenvoudige manier op de hoogte blijft in verband met cyberdreigingen en online oplichting.
- **Cleanfox:** met deze app is het opschonen van e-mails die je niet meer wilt bewaren een fluitje van een cent. Cleanfox is een anti-spam tool waarmee je met een klik af bent van nieuwsbrieven en spamberichten.
- **Waze:** Dit is een community-app voor navigatie die miljoenen gebruikers helpt hun bestemming te bereiken met realtime wegmeldingen en een actuele kaart. Flitspalen en mobiele flitsers worden ook vermeld.

- **Vivino:** neem een foto van een wijnetiket en krijg informatie over de kwaliteit en prijs van de wijn.

Deze apps kunnen gebruikt worden voor iOS en Android.



Bij deze foto heb ik AI de opdracht gegeven: 'Maak een foto van een border collie in een paars-witte (KRC Harelbeke) voetbalshirt' en dit is het resultaat. De foto werd gemaakt met de software van Bing en Copilot.

Jean-Pierre Callewaert

1	2		3	4	5	6		7		8	9	10
11		12		13			14			15		
16			17		18				19		20	
	21			22			23			24		
25							26					
27			28			29			30			31
32		33		34				35		36		
37						38					39	

HORIZONTALAAL

1. Landbouwwerktuig 3. Atheense Zuilengang 7. Handgereedschap 11. Fatsoenlijk 13. Grote verzameling kostbaarheden 15. Oppervlaktemaat 16. Transparant materiaal 18. Graansoort 20. Voorzetsel 21. Voorzetsel afkomstig uit het Latijn 23. Plotseling 25. Charmeer! 26. Toilet (verouderd) 27. Klaar 28. Arriveren 30. Internationaal Standaard boeknummer 32. Meisjesnaam die een palindroom is 34. Wijngebied in Frankrijk 36. Belust 37. Vakantieperiode (formeel) 38. Bijbelse reus 39. Senior

Oplossing nr. 77 Train je brain: STEMLOKAAL

Proficiat aan Johan Cottenier die 2 drankbonnetjes mag ophalen aan het onthaal van een dienstencentrum naar keuze.

VERTICAAL

1. Om bang van te worden 2. Persoon waarvan je het meeste houdt 4. Ter Stede 5. Uiting van deernis 6. Uitroep van verwondering 7. Deelgemeente van Oostende 8. Riviertje in Noord-Frankrijk 9. Attriboot van een renner 10. Met dezelfde mening 12. Oorlogsvoertuig 14. Franse pausenstad 17. Stuk hout 19. Jongensnaam 22. Behorend tot de kerk van Rome 24. Oost (Engels) 25. Stuk metaal 29. Dorpje in Nederland 31. Noorse Kroon 33. Alternating Current (wisselstroom) 35. Circa

De oplossing breng je binnen in het onthaal of mail je naar één van de lokale dienstencentra tegen **vrijdag 24 mei**. De mailadressen vind je op de achterzijde van de Parettegazette.

Oplossing kruiswoordraadsel 78

Naam :

9	22	32	31	28	25	5	11

UITPAS ZUIDWEST KOM JE HUIS UIT



De UiTPAS 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 UiTPAS kan je punten sparen en ruilen bij alle UiTPASactiviteiten en UiTPASaanbieders in heel Vlaanderen. De voordelen zijn van tijdelijke aard en worden op regelmatige basis hernieuwd. Neem een kijkje op uitpas.be om alle omruilvoordelen te kennen.

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

De UiTPAS kost €3, staat op naam en is levenslang geldig. Ieder lid van jouw gezin kan dus een UiTPAS hebben. De pas is er al voor kinderen vanaf 3 jaar. Een UiTPAS kan je (met identiteitskaart mee) kopen aan het onthaal van de verschillende dienstencentra of bij de stadsdiensten. De UiTPAS 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 APRIL – 30 JUNI 2024**

VOOR 5 PUNTEN

- 1 gratis drankbonnetje voor een gewone consumptie per maand in de cafetaria van LDC De Parette
- 1 gratis drankbonnetje voor een gewone consumptie per maand in de cafetaria van LDC De Vlinder
- 1 gratis drankbonnetje voor een gewone consumptie per maand in de cafetaria van DH De Rijstpekker

VOOR 10 PUNTEN

- 1 gratis verwenkoffie per maand in de cafetaria van LDC De Parette
- 1 gratis verwenkoffie per maand in de cafetaria van LDC De Vlinder
- 1 gratis verwenkoffie per maand in de cafetaria van 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



BAVIK

super pils

aramark 

ascubel
NON-FOOD & HYGIENE SUPPLIES FOR HORECA & INDUSTRY

ZORGBEDRIJF
HARELBEKE



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

miko

LANDUYT
BEROEPSKLEDING



Stationsstraat 302, 8890 Moorslede, T. 051 77 05 90
www.beroepskleding-landuyt.be

SD|projects

**ALLE ELEKTRICITEITSWERKEN
RENOVATIE & NIEUWBOUW**

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

Stijn Desmedt - 0479 99 96 10

DUMOULIN

KOPIE
HARELBEKE
PRINT PRESS SIGN

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

FIND US ON
facebook 

COLOFON

DRIEMAANDELIJKS TIJDSCHRIFT
25^e JAARGANG - NR 129

ZORGBEDRIJF
HARELBEKE

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.zorgbedrijf.harelbeke.be.

REDACTIEMEDEWERKERS:

Jean-Pierre Callewaert	Ine D'haene	Els Vandekerkhove
Marcel Callewier	Stef Huysentruyt	Werner Verbeke
Lieve Clepkens	Catherine Lairesse	Dirk Viaene
Willy Demeulemeester	Eric Phyfferoen	

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





LDC 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



LDC DE VLINDER

Kollegeplein 5
B-8530-Harelbeke

056 73 53 90
devlinder@zbharelbeke.be

ONTHAALUREN LDC DE PARETTE EN LDC DE VLINDER

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

ONTHAALUREN DORPSHUIS DE RIJSTPEKKER

maandag - vrijdag: 8u30 - 12u00

www.zbharelbeke.be



WELZIJNSVERENIGING