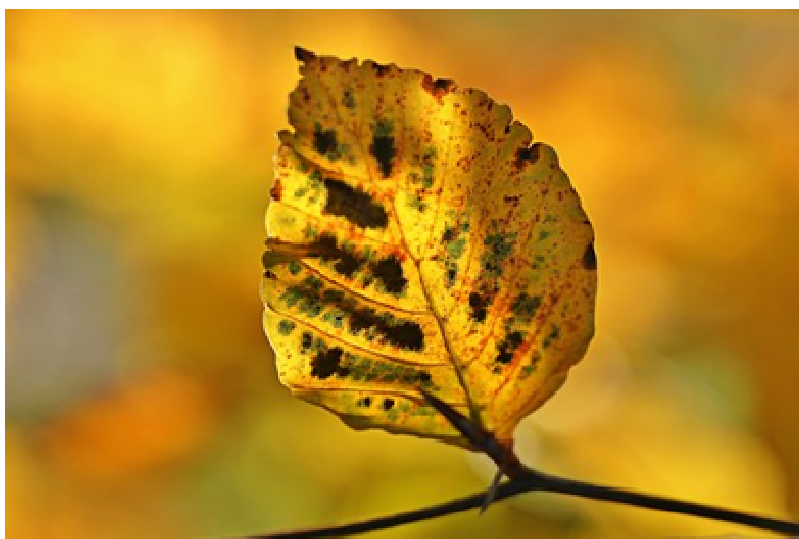


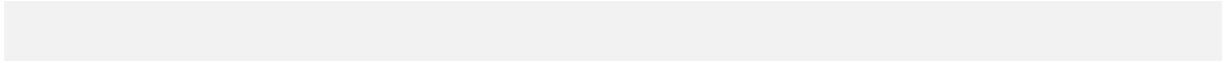
Activiteitenkalender

Woon- & Zorgcentrum De Wingerd

Inhoud



- Verenigingsleven
- Activiteiten kleinschalig wonen 1-4 en 5-8
- Activiteiten kleinschalig wonen 9-10, 11-12, 13-14, 15-16
- Centrum voor dagverzorging De Bezelaer - De Wijnstok
- Lokaal Dienstencentrum Wijnveld
- Menu van de maand



Overkoepelende activiteiten voor de bewoners en bezoekers van het woon- en zorgcentrum.

Maandag 1 oktober

SAMENZANG

Om 14u30 wordt er samen met vrijwilligers gezongen in woning 1-8.

Dinsdag 2 oktober

FILMNAMIDDAG

We kijken op groot scherm om 14u00 in lokaal 2-3 naar een aflevering van Nonkel Jef: Het oude autootje van Mariette wordt gestart met startkabels. Om de batterij op te laden moet er mee gereden worden. Aangezien Mariette haar winkel moet opendoen, is Jef vrijwilliger om ermee rond te rijden.

Donderdag 4 oktober

BAKACTIVITEIT appeltaart

In lokaal 1-2 kan je komen kijken naar een demonstratie van taarten bakken. Zoals vroeger bij de KVLV of de KAV geven 2 vrijwilligsters een demonstratie. Bewoners mogen een handje toesteken en natuurlijk kunnen we na "de les" proeven van al dit lekkers.

Vrijdag 5 oktober

IJSKAR site B(wo 9-16 en flats)

Maandag 8 oktober

REMINISCENTIECAFE

EEN AANRADER, OOK VOOR FAMILIELEDEN!

We nemen vanaf 14u plaats aan tafeltjes in het Grand café en in lokaal 1-2 en halen herinneringen op over het gezinsleven van vroeger. Mooie herinneringen ophalen maakt vele mensen gelukkig.

Dinsdag 9 oktober

LUISTEREN VANUIT JE LEUNSTOEL

De vrijwilligers hebben in deze maand gekozen voor het thema “slapen”. Ben je ook heel benieuwd wat ze hierover willen vertellen, kom dan zeker luisteren in lokaal 1-2. Ze starten om 14u.

Dinsdag 9 oktober

T- DANSANT “ de jaren 50-60-70”

EEN AANRADER, OOK VOOR FAMILIELEDEN!

Op deze herfstavond kan je terug komen swingen op muziek van de jaren 50-60-70. Ook partners, broers, zussen , kinderen, ...zijn welkom vanaf 18u30 om mee te genieten of om mee te dansen in lokaal 1-2. Wie hier eenmaal aanwezig was wil er zeker terug bij zijn. Plezier gegarandeerd.

Donderdag 11 oktober

VERWENNAMIDDAG

Enkele bewoners krijgen de kans om zich eens extra te laten verzorgen. Dit alles gaat door in lokaal 1 (enkel op inschrijving). Ook jij kan kenbaar maken dat je familielid geniet van een hand- of een gezichtsmassage. Bij interesse neem contact met Annemie, Isabelle of Lore.

Donderdag 11 oktober

WANDELEN

Enkele personeelsleden van KBC willen samen met bewoners een wandeling maken. Meer informatie volgt.

Maandag 15 oktober

SAMENZANG

Om 14u30 wordt er samen met vrijwilligers gezongen in de zorgflats en in wo 9 tot 16.

Maandag 17 oktober **WAFELBAK** in de flatjes vanaf 14u

Dinsdag 16 oktober **APERITIEFCONCERT om 11u**

We zoeken nog kandidaten, heb je zin of ken je iemand die dit aperitiefmoment kan opluisteren geef dan zeker een seintje aan mia.debrabander@wingerd.info

Dinsdag 16 oktober **GEHEUGENKOOR** Que Sera, Sera

EEN AANRADER, OOK VOOR FAMILIELEDEN

Om 18u gaat onze samenzang door in lokaal 1- 2 .We zingen gedurende een uurtje gekende liederen. Zoals altijd ligt het hoofdaccent op genieten want wanneer het geheugen verdwijnt blijven liedjes hangen. Familie en geïnteresseerden zijn hartelijk welkom en zijn zelfs noodzakelijk om dit initiatief te doen slagen.

Donderdag 18 oktober **BREICAFE**

Kriebels om te haken, te naaien of te breien? Samen met bewoners, vrijwilligers en iedereen die zin heeft willen wij graag een namiddag gezellig handwerken vanaf 14u.

Maandag 22 oktober **ZWEMMEN**

We gaan met een 6-tal bewoners naar de Sportoase om te genieten van een plons in het water. Wie interesse heeft om eens mee te gaan kan dit melden aan de ergo. Vertrek om 12u45.

Ook hier zijn we dankbaar met extra familiebegeleiding.

Dinsdag 23 oktober

RESTAURANTDAG:

AANRADER! OOK VOOR FAMILIELEDEN, VRIENDEN, VRIJWILLIGERS

In samenwerking met L.D.C Wijnveld, Sodexo en de opleiding hulpverleners van het Redingenhof, bieden we aan familie, burenen, bewoners en geïnteresseerden een feestelijke maaltijd aan in het Grand Café.

We starten stipt om 12u.

Glaasje Cava

Gerookte forelfilet met slaatje van gemarineerde komkommer, rode biet, ramanas en yoghurtvinaigrette met dille.

Jagersgebraad met een donkere trappistsaus, gebakken witloof, boontjes met spek en kroketten

Gebakje " Millefeuille " met coulis van frambozen

Koffie

Heb je interesse in dit feestelijk initiatief dan kan je snel inschrijven tegen de prijs van 20€ p.p. Bewoners kunnen deelnemen aan de prijs van 10€ p.p.

Inschrijven via het secretariaat vóór dinsdag 16 oktober.

(karen.douree@wingerd.info of 016/28 47 90). Uw inschrijving is pas geldig na overschrijving op het **nieuwe rekeningnummer van Wijnveld** BE48 7340 3465 0227 . met vermelding 'restaurantdag okt + eventueel naam bewoner'

Dinsdag 23 oktober

SPORT en SPELNAMIDDAG

We starten om 14u en genieten van een aangenaam spelmoment.

Donderdag 25 oktober

WANDELEN NAAR HEVERLEEBOS

EEN AANRADER, OOK VOOR FAMILIELEDEN!

Vandaag gaan we met 2 busjes naar Oud-Heverlee. Hopelijk kunnen we al wandelend genieten van de herfst sfeer. We vertrekken om 12u45. Wil je graag mee en ben je een goede stapper, geef dan zeker een seintje aan Lore, Annemie, Isabelle of aan Mia (mia.debrabander@wingerd.info). Aansluiten mag je steeds met eigen vervoer.

Iedere zaterdag om 16u30 gaat er een katholieke eredienst door in LDC Wijnveld. Op zaterdag 13 en 20 oktober is er geen viering

KLEIN ATELIER TELKENS OM 11U00

Heb je zin in deze activiteit of weet je dat je familielid hiervan geniet, geef dit dan zeker door aan Annemie, Lore, Isabelle of Mia.

Maandag 1 oktober **Rond de piano**

Iedere maandag kan je komen genieten van een 30 minuten pianomuziek in lokaal 1. In kleine groep kan je gewoon komen luisteren naar Magali die vooral houdt van Chopin en Taizéliederen.

Maandag 1 oktober **Kunstatelier (start om 14u)**

We gaan aan de slag met penseel en verf en laten ons inspireren door natuurlandschappen en mooie prenten.

Dinsdag 2 oktober **Vertellen rond de tafel in kleine groep**

In kleine groep in lokaal 4 worden er om 11u verhalen verteld of voorgelezen . Carina begeleidt deze activiteit. Zij is verschillende talen machtig, dus indien er vraag is kan zij ook in het Frans, Engels of Spaans aan de slag.

Dinsdag 2 oktober **Naaicompagnie**

Wie wil kan aansluiten bij het stikatelier van Gitte. Een stikmachine en een helpende hand staan ter beschikking om 11u voor mensen van de Wingerd

Dinsdag 2 oktober **Bedmassage in de namiddag**

In site B komt een vrijwilligster enkele mensen masseren.

Donderdag 4 oktober **Crea woning 1-4**

Ine zorgt voor de nodige materialen en know how om in kleine groep creatief aan de slag te gaan. Deze activiteit gaat door in lokaal 4 om 11u.

Donderdag 4 oktober **Wandelen met of zonder laarzen**

Kan het weer jou niet deren? Goed of slecht weer, het maakt niet uit. Wij maken een wandeling van een klein uurtje. Om 11u vertrekken we aan het Grand Café met kledij aangepast aan het weer.

Maandag 8 oktober **Rond de piano**

Iedere maandag kan je komen genieten van een 30 minuten pianomuziek in lokaal 1. In kleine groep kan je gewoon komen luisteren naar Magali die vooral houdt van Chopin en Taizéliederen.

Maandag 8 oktober **Citermuziek**

Erna gaat vanaf 14u met haar citerinstrument langs bij bewoners.

Dinsdag 9 oktober **Klusjes**

Isabelle gaat samen met enkele bewoners klusjes opknappen. We verzamelen in het Grand Café om 11u.

Dinsdag 9 oktober **Muzieksalon**

Twee keer per maand kan een kleine groep muzikaal experimenteren met slaginstrumenten. Deze activiteit gaat door in lokaal 4 van 11u tot 11u45 o.l.v. vrijwilligers.

Dinsdag 9 oktober **Bedmassage in de namiddag**

In site A komt een vrijwilligster enkele mensen masseren.

Woensdag 10 oktober

Kaarten in woning 8

Wie zin heeft mag komen kaarten in woning 8.

Donderdag 11 oktober

Crea woning 5-8

Ine zorgt voor de nodige materialen en know how om in kleine groep creatief aan de slag te gaan. Deze activiteit gaat door in de gang van woning 5-8.

Maandag 15 oktober

Rond de piano

Iedere maandag kan je komen genieten van een 30 minuten pianomuziek in lokaal 1. In kleine groep kan je gewoon komen luisteren naar Magali die vooral houdt van Chopin en Taizéliederen.

Maandag 15 oktober

Kunstatelier (start om 14u)

We gaan aan de slag met penseel en verf en laten ons inspireren door natuurlandschappen en mooie prenten.

Dinsdag 16 oktober

Naaicompagnie

Wie wil kan aansluiten bij het stikatelier van Gitte. Een stikmachine en een helpende hand staan ter beschikking om 11u voor mensen van De Wingerd.

Dinsdag 16 oktober

Klankmeditatie

Heb je nood aan rust , hou je van zenmomenten en benut je graag verschillende zintuigen, dan kan je samen met Annemie genieten van de kracht van klankschalen en andere rustgevende muziek in lokaal 4 om 11u. We werken hierbij interactief in kleine groep.

Dinsdag 16 oktober

Bedmassage in de namiddag

In site B komt een vrijwilligster enkele mensen masseren.

Woensdag 17 oktober **Kaarten in woning 8**

Donderdag 18 oktober **Wandelen met of zonder laarzen**

Kan het weer jou niet deren? Goed of slecht weer, het maakt niet uit. Wij maken een wandeling van een klein uurtje. Om 11u vertrekken we aan het Grand Café met kledij aangepast aan het weer.

Donderdag 18 oktober **Piano:quatre mains**

In de pianozaal kan je om 11u15 komen luisteren naar 2 pianistes (in kleine groep)

Donderdag 18 oktober **Crea woning 9-12**

Ine zorgt voor de nodige materialen en know how om in kleine groep creatief aan de slag te gaan. Deze activiteit gaat door in lokaal 4 om 11u.

Donderdag 18 oktober **Klankschalen sessie**

Om 14u kan je in kleine groep (samen met de mensen van het ontmoetingshuis) genieten van woord en de rustgevende klanken van deze oosterse instrumenten.

Maandag 22 oktober **Rond de piano**

Iedere maandag kan je komen genieten van een 30 minuten pianomuziek in lokaal 1. In kleine groep kan je gewoon komen luisteren naar Magali die vooral houdt van Chopin en Taizéliederen.

Dinsdag 23 oktober **Muzieksalon**

Twee keer in de maand kan een kleine groep muzikaal experimenteren met slaginstrumenten. Deze activiteit gaat door in lokaal 4 van 11u tot 11u45 o.l.v. vrijwilligers.

Dinsdag 23 oktober

Bedmassage in de namiddag

In site B komt een vrijwilligster enkele mensen masseren

Donderdag 25 oktober

Crea woning 13-16

Ine zorgt voor de nodige materialen en know how om in kleine groep creatief aan de slag te gaan. Deze activiteit gaat door in lokaal 4 om 11u.

Maandag 29 oktober

Rond de piano

Iedere maandag kan je komen genieten van een 30 minuten pianomuziek in lokaal 1. In kleine groep kan je gewoon komen luisteren naar Magali die vooral houdt van Chopin en Taizéliederen.

Maandag 29 oktober

Kunstatelier (start om 14u)

We gaan aan de slag met penseel en verf en laten ons inspireren door natuurlandschappen en mooie prenten.

ACTIVITEITEN KLEINSCHALIG WONEN 1 TOT 4

Maand oktober

Herfsttinten, herfstwarmte, melancholie, vuurtinten die verlangen naar de warmte van ons huiskacheltje of haardvuur

Maandag 1 oktober

Klein atelier: Pianomoment 11u

Klein atelier: Kunstatelier 14u op inschrijving

De vrijwilligers komen zingen om 14u30 of om 15u.

Dinsdag 2 oktober

Klein atelier: Vertelgroep om 11u alsook naaicompagnie.

In de namiddag sluiten we aan bij het verenigingsleven. We nemen deel aan de filmnamiddag om 14u.

Woensdag 3 oktober

Vrije activiteit.

Donderdag 4 oktober

Klein atelier: crea voor woning 1 tot 4 in lokaal 4

Klein atelier: Bakatelier en thee-moment om 14u op uitnodiging

Vrijdag 5 oktober

Vrije activiteit in de woning.

Maandag 8 oktober

Actualiteitenuurtje aan de hand van de krant in woning 1

Klein atelier: Pianomoment om 11u en citermoment vanaf 14u in een woning.

Reminiscentie over huishouden en koken om 14u

Dinsdag 9 oktober

Klein atelier: klusjesdienst en muzieksalon om 11u

Om 14u sluiten we aan bij het verenigingsleven voor de vertelmiddag rond een welbepaald thema.

Ingrid komt enkele bewoners masseren in de woning vanaf 14u.

's Avonds kunnen we onze danspassen naar boven halen op muziek van de jaren -60-70 om 18u30.

Woensdag 10 oktober

Vrije activiteit

Donderdag 11 oktober

We kunnen ons individueel laten verwennen mits inschrijving. Start om 14u. Inschrijven via de ergo's.

In de namiddag maken een grote wandeling om 14u.

Vrijdag 12 oktober

Bij goed weer maken we in de voormiddag een herfstwandeling

Maandag 15 oktober

Klein atelier: Pianomoment om 11u.

Klein atelier: Kunstatelier om 14u op inschrijving

In de namiddag zijn we herstcreatief.

Dinsdag 16 oktober

Klein atelier: Klankmeditatie en naaicompangie om 11u

In de namiddag kan men wellicht deelnemen aan de Curvebowl (op verplaatsing en op inschrijving)

Individuele vertelling om 14U door Carina.

s' Avonds kunnen we deelnemen aan het geheugenkoor 'Que sera sera' om 18u. Kom gerust meegenieten.

Woensdag 17 oktober

Vrije activiteit

Donderdag 18 oktober

Klein atelier: wandelen en pianoconcert quatre mains om 11u15

Klein atelier om 14u: Klankschalen door Jef

Breicafe vanaf 14u in het Grand Café

Vrijdag 19 oktober

Indien mogelijk benutten we de duofiets in de voormiddag

Maandag 22 oktober

Klein atelier: pianoconcert om 11U.

We maken kennis met de belevenistafel om 10u30.

Daarnaast kunnen we genieten van het water in sportoase. Vertrek om 12u45. Inschrijven via de ergo's.

Dinsdag 23 oktober

Ingrid komt enkele bewoners masseren vanaf 14u in de woning.

Via het verenigingsleven bieden we een spelmoment aan om 14u.

Woensdag 24 oktober

Vrije activiteit

Donderdag 25 oktober

We maken in de namiddag een grote wandeling, we gaan naar het bos van Oud-Heverlee. Interesse? Laat dan iets weten aan de ergo's.

Vrijdag 26 oktober

Vrije activiteit.

Maandag 29 oktober

Klein atelier: Pianoconcert om 11u en Kunstatelier om 14u

Dinsdag 30 oktober

Klein atelier: contacttheater herfst

Woensdag 31 oktober

Vrije activiteit

ACTIVITEITEN KLEINSCHALIG WONEN 5 TOT 8

Maand oktober

Herfsttinten, herfstwarmte, melancholie, vuurtinten die verlangen naar de warmte van ons huiskacheltje of haardvuur

Maandag 1 oktober

Klein atelier: Pianomoment 11u

Klein atelier: Kunstatelier 14u op inschrijving

De vrijwilligers komen zingen in de woning om 14u30 of om 15u.

Dinsdag 2 oktober

Klein atelier: Vertelgroep en naaicompagnie om 11U

In de namiddag sluiten we aan bij het verenigingsleven: we nemen deel aan de filmnamiddag om 14u.

Woensdag 3 oktober

Vrije activiteit.

Donderdag 4 oktober

Klein atelier: Wandelen om 11u

Klein atelier: Bakatelier en thee-moment om 14u op uitnodiging

Vrijdag 5 oktober

Vrije activiteit.

Maandag 8 oktober

Klein atelier: Pianomoment om 11u, citermuziek vanaf 14u op inschrijving

In de namiddag halen we herinneringen op over koken en het huishouden vanaf 14u in het Grand Café. (reminiscentie)

Dinsdag 9 oktober

Klein atelier: klusjesdienst en muzieksalon om 11u

Om 14u sluiten we aan bij het verenigingsleven voor de vertelmiddag rond een welbepaald thema.

Ingrid komt langs om enkele bewoners te masseren vanaf 14u.

's Avonds kunnen we onze danspassen naar boven halen op muziek van de jaren -60-70 vanaf 18u30.

Woensdag 10 oktober

Vrije activiteit

Donderdag 11 oktober

Creatief Atelier op de gang om 11u.

We kunnen ons individueel laten verwennen mits inschrijving. Start om 14u. Inschrijven via de ergo's.

In de namiddag maken we een grote wandeling (op inschrijving).

Vrijdag 12 oktober

Vrije activiteit

Maandag 15 oktober

Klein atelier: Pianomoment om 11u.

Klein atelier: Kunstatelier om 14u op inschrijving

In de namiddag maken we een herfstwandeling.

Dinsdag 16 oktober

Klein atelier: Klankmeditatie en naaicompagnie om 11u

In de namiddag kan men wellicht deelnemen aan de Curvebowl (op verplaatsing en op inschrijving)

Individuele vertelling om 14u met Carina (op inschrijving).

s' Avonds kunnen we deelnemen aan het geheugenkoor 'Que sera sera' om 18u. Kom gerust meegenieten.

Woensdag 17 oktober

Vrije activiteit

Donderdag 18 oktober

Om 11u zijn de wandelliefhebbers welkom.

We kunnen om 11u ook genieten van een pianoconcert: Quatre mains.

Voor de geïnteresseerden is er een sessie klankschalen om 14u.

Breicafé vanaf 14u in het Grand Café.

Vrijdag 19 oktober

Indien mogelijk benutten we de duofiets in de voormiddag.

Maandag 22 oktober

Klein atelier: pianoconcert om 11U.

We maken kennis met de belevenistafel om 10u30.

Daarnaast kunnen we genieten van het water in sportoase. Vertrek om 12u45. Inschrijven via de ergo's.

Dinsdag 23 oktober

Via het verenigingsleven bieden we een spelmoment aan om 14u.

Ingrid komt langs om enkele bewoners te masseren vanaf 14u.

Woensdag 24 oktober

Vrije activiteit

Donderdag 25 oktober

In de namiddag gaan we wandelen in het bos van Oud-Heverlee. Heb je interesse? Laat dan iets weten aan de ergo's.

Vrijdag 26 oktober

Vrije activiteit.

Maandag 29 oktober

Klein atelier: Pianoconcert om 11u en Kunstatelier om 14u

Dinsdag 30 oktober

Klein atelier: contacttheater herfst om 11u

Woensdag 31 oktober

Vrije activiteit

ACTIVITEITEN WONING 9 en 10

Maandag 1 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Pianoconcert om 11u00

Woning 10: Zingen met Lieve

Namiddag: **Woning 10:** Zingen met Lieve

Klein atelier: Kunst om 14u00

Dinsdag 2 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Vertelgroep om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Filmnamiddag
om 14u00: Nonkel Jef.

Woensdag 3 oktober

Namiddag: **Woning 10:** Vrije activiteit

Donderdag 4 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Wandelgroep om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Bakactiviteit: Appeltaart
om 14u00.

Vrijdag 5 oktober

Namiddag: **Ijskar site B om 14u00**

Maandag 8 oktober

Voormiddag: **Woning 9 en 10:** Huishoudelijke taken met Lieve

Namiddag: **Woning 9 en 10:** Zingen met Lieve
Overkoepelende activiteit: Koken en huishouden om
14u00.

Dinsdag 9 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Klusjesdienst om 11u00/naaigroep

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Vertelnamiddag
Woning 9: Kruiswoordraadsels oplossen met Marijke
Overkoepelende activiteit: Dansavond om 18u30

Woensdag 10 oktober

Voormiddag: **Woning 9 en 10:** Wandelen/ zingen met Johan

Namiddag: **Woning 10:** Fitness/ duofiets/ Wandelen

Donderdag 11 oktober

Voormiddag: **Woning 10:** Huishoudelijke taken met Lina

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Verwennamiddag
om 14u00 mits inschrijving
KBC Dag: Wandelen

Maandag 15 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Pianoconcert om 11u00

Namiddag: **Woning 9 en 10:** Zingen met Lieve

Dinsdag 16 oktober

Voormiddag: **Overkoepelende activiteit:** Aperitiefconcert om 11u

s' Avonds: **Overkoepelende activiteit:** Geheugenkoor om 18u00

Woensdag 17 oktober

Voormiddag: **Woning 9 en 10:** Huishoudelijke taken met Lieve

Klein atelier: Pianoconcert om 11u00

Namiddag: **Woning 9 en 10:** Zingen met Lieve

Overkoepelende activiteit: Zwemmen. Vertrek om 12u45.

Donderdag 18 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Crea / Quatre mains/

Klankschalen Jef om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Breicafé om 14u00

Vrijdag 19 oktober

Voormiddag: **Woning 9 en 10:** Pompoensoep maken

Maandag 22 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Belevingstafel Info om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Zwemmen om 12u45.

Dinsdag 23 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Spelmoment om 14u00

Donderdag 25 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Wandelen in Bos Oud-Heverlee. Vertrek om 12u45.

Dinsdag 30 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Contacttheater

ACTIVITEITEN WONING 11 en 12

Maandag 1 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Pianoconcert om 11u00

Namiddag: **Klein atelier:** Kunst om 14u00

Dinsdag 2 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Vertelgroep om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Filmnamiddag
om 14u00: Nonkel Jef.

Donderdag 4 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Wandelgroep om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Bakactiviteit: Appelkaart
om 14u00.

Vrijdag 5 oktober

Namiddag: **Ijskar site B om 14u00**

Maandag 8 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Koken en huishouden om 14u00.

Dinsdag 9 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Klusjesdienst om 11u00/naaigroep

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Vertelnamiddag
Overkoepelende activiteit: Dansavond om 18u30

Donderdag 11 oktober

Voormiddag: **Woning 10:** Huishoudelijke taken met Lina

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Verwennamiddag om 14u00 mits inschrijving
KBC Dag: Wandelen

Maandag 15 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Pianoconcert om 11u00

Namiddag: **Woning 11 en 12:** Samenzang om 14u30
Zorgflats: Samenzang om 15u00

Dinsdag 16 oktober

Voormiddag: **Overkoepelende activiteit:** Aperitiefconcert om 11u

s' Avonds: **Overkoepelende activiteit:** Geheugenkoor om 18u00

Donderdag 18 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Crea / Quatre mains/
Klankschalen Jef om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Breicafé om 14u00

Maandag 22 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Belevingstafel Info om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Zwemmen om 12u45

Dinsdag 23 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Spelmoment om 14u00

Donderdag 25 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Wandelen in Bos Oud-
Heverlee. Vertrek om 12u45.

Dinsdag 30 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Contacttheater

ACTIVITEITEN WONING 13 en 14

Maandag 1 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Pianoconcert om 11u00

Namiddag: **Klein atelier:** Kunst om 14u00

Dinsdag 2 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Vertelgroep om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Filmnamiddag om 14u00: Nonkel Jef.

Donderdag 4 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Wandelgroep om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Bakactiviteit: Appeltaart om 14u00.

Vrijdag 5 oktober

Namiddag: **Ijskar site B om 14u00**

Maandag 8 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Koken en huishouden om 14u00.

Dinsdag 9 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Klusjesdienst om 11u00/naaigroep

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Vertelnamiddag

Overkoepelende activiteit: Dansavond om 18u30

Donderdag 11 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Verwennamiddag om 14u00 mits inschrijving
KBC Dag: Wandelen

Vrijdag 12 oktober

Namiddag: **Woning 13 en 14:** Bezoek Creche: Kareelveld om 14u30

Maandag 15 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Pianoconcert om 11u00

Namiddag: **Woning 13 en 14:** Samenzang om 14u30

Dinsdag 16 oktober

Voormiddag: **Overkoepelende activiteit:** Aperitiefconcert om 11u

S' avonds: **Overkoepelende activiteit:** Geheugenkoor om 18u00

Donderdag 18 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Crea / Quatre mains/
Klankschalen Jef om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Breicafé om 14u00

Maandag 22 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Belevingstafel Info om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Zwemmen om 12u45

Dinsdag 23 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Spelmoment om 14u00

Donderdag 25 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Wandelen in Bos Oud-Heverlee. Vertrek om 12u45.

Dinsdag 30 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Contacttheater

ACTIVITEITEN WONING 15 en 16

Maandag 1 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Pianoconcert om 11u00

Namiddag: **Klein atelier:** Kunst om 14u00

Dinsdag 2 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Vertelgroep om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Filmnamiddag
om 14u00: Nonkel Jef.

Donderdag 4 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Wandelgroep om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Bakactiviteit: Appeltaart
om 14u00.

Vrijdag 5 oktober

Namiddag: **Ijskar site B om 14u00**

Maandag 8 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Reminiscentie:
Koken en huishouden om 14u00.

Dinsdag 9 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Klusjesdienst om 11u00/naaigroep

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Vertelnamiddag
Overkoepelende activiteit: Dansavond om 18u30

Woensdag 10 oktober

Namiddag: **Woning 15 en 16:** Uitstap manege: Meerdaalhof
om 13u00. Terug om 15u15

Donderdag 11 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Verwennamiddag
om 14u00 mits inschrijving
KBC Dag: Wandelen

Maandag 15 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Pianoconcert om 11u00

Namiddag: **Woning 15 en 16:** Samenzang om 15u00

Dinsdag 16 oktober

Voormiddag: **Overkoepelende activiteit:** Aperitiefconcert om 11u

s' Avonds: **Overkoepelende activiteit:** Geheugenkoor om 18u00

Donderdag 18 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Crea / Quatre mains/
Klankschalen Jef om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Breicafé om 14u00

Maandag 22 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Belevingstafel Info om 11u00

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Zwemmen om 12u45

Dinsdag 23 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Spelmoment om 14u00

Donderdag 25 oktober

Namiddag: **Overkoepelende activiteit:** Wandelen in Bos Oud-Heverlee. Vertrek om 12u45.

Dinsdag 30 oktober

Voormiddag: **Klein atelier:** Contacttheater

De Wijnstok | De Bezelaer | De Druivelaar

De bezoekers van het dagverzorgingscentrum worden 's morgens verwelkomd met een kopje koffie, waarna ze worden uitgenodigd om deel te nemen aan één van de activiteiten.

Daarnaast kan men ook deelnemen aan enkele activiteiten van het verenigingsleven, die overwegend zullen doorgaan in het Grand Café.

1	Onderwerpen zoals geboorte, geloof, hobby's, schooltijd, het huishouden...	5	Keuze uit: Keizersberg, Abdij van Park, Kruidtuin, Wijnpersschool, Provinciaal Domein van Kessel-Lo, centrum van Leuven, Museum M, Heverlee Bos, Groot Begijnhof, Sint-Pieters- en Sint-Michielskerk.
2	Er zal tenminste 1x/dag een vorm van beweging zijn. Beweging is een prikkel die alertheid reguleert en het brein geprikkeld houdt.	6	De hersenen actief houden en het geheugen stimuleren. Bijvoorbeeld een quiz, spreekwoorden, raadsels, in- en aanvuloefeningen...
3	Activiteiten zoals breien, haken, mandala's inkleuren, bloemschikken, schilderen, tekenen, naai- en verstelwerk...	7	De activiteiten die ze thuis nog doen/kunnen, hier in het DVC verderzetten en onderhouden
4	Door de zintuigactivering willen we hun lichaamsgevoel versterken, hun belevings- en gevoelswereld prikkelen, een optimale alertheid bereiken en hun welbevinden verbeteren. Bijvoorbeeld activiteiten waar iets aan te ruiken, proeven, voelen, horen of te zien is, favoriete muziek opzetten, fotoalbums, teruggrijpen op vroegere ervaringen, hobby's...	8	Met deze oefening wordt het schrijven onderhouden. Door bijvoorbeeld bekende liedjesteksten aan te vullen, een eenvoudig dictee...

<p>Maandag</p> <p>1 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i> Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok Valpreventie oefeningen in de Wijnstok Klein atelier: Pianoconcert om 11u <i>Namiddag</i> Reminiscentie over de eerste schooldag Stevige wandeling Gelaats- en handverzorging in de Bezelaer Klein atelier: Kunstatelier om 14u (op uitnodiging)</p>
<p>Dinsdag</p> <p>2 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i> Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok Bakactiviteit in de Bezelaer <i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Verenigingsleven: Filmnamiddag om 14u • Uitstap in de omgeving • Individuele massage • Gezelschapsspelletjes en puzzelen in de Bezelaer
<p>Woensdag</p> <p>3 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok • Reminiscentie in de Bezelaer <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Wandeling bij goed weer ○ Werken in de tuin (kippen verzorgen) ○ Spelnamiddag (sjoelbak, petanque, tafeltennis)
<p>Donderdag</p> <p>4 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Bewegingsactiviteit in de Bezelaer: Fit-O-meter wordt nog eens bovengehaald ○ Creatief moment met An ○ Klein atelier: wandeling samen met de woningen <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Geheugen- en taalspelen in de Bezelaer ○ individuele massage ○ Verenigingsleven: Bakactiviteit op uitnodiging

<p>Vrijdag</p> <p>5 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Dessert maken in de Bezelaer ○ Ontspanning: mandala's ○ Beweging op muziek samen met woning 1 en OH in lokaal 1 <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ creatieve activiteit in de Bezelaer ○ Schrijf en/of rekenoefening in de Wijnstok ○ Muziekactiviteit
<p>Maandag</p> <p>8 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Geheugen- en taalspelen in de Bezelaer ○ Bewegen in de fitnessruimte <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Bakactiviteit in de Bezelaer ○ Gelaats- en handverzorging in de Wijnstok ○ Verenigingsleven: Reminiscentie koken en huishouden om 14u
<p>Dinsdag</p> <p>9 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Huishoudelijke activiteiten in de Bezelaer <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Uitstap – Alternatief bij slecht weer: reminiscentie ○ Reken en/of schrijfoefening ○ Individuele massage ○ Verenigingsleven: Luisteren vanuit je leunstoel om 14u ○ Verenigingsleven: Dansavond om 18u30
<p>Woensdag</p> <p>10 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Reminiscentie in de Bezelaer ○ Beweging met de ballon

	<p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Stevige wandeling in de omgeving ○ Quiz ○ Huishoudelijke activiteiten in de Bezelaer
<p>Donderdag</p> <p>11 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Klein atelier: wandeling samen met de woningen om 11u ○ Schrijfoefening in de Bezelaer ○ Bewegen in de fitnessruimte ○ Creatief moment met An <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ uitstap- alternatief bij slecht weer zangnamiddag ○ Individuele massage ○ gezelschapsspelletjes in de Bezelaer
<p>Vrijdag</p> <p>12 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ korte wandeling in de Bezelaer ○ Uitstap naar de markt samen met woning 1 <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ wandeling bij mooi weer ○ We vieren feestelijke het einde van de week met een hapje en een drankje.
<p>Maandag</p> <p>15 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Schrijfoefening in de Bezelaer ○ Klein atelier: Pianoconcert om 11u in zaal 1 <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Klein atelier: Kunstatelier om 14u (op uitnodiging) ○ Gelaats- en handverzorging in de Bezelaer ○ Bakactiviteit in de Bezelaer ○ Stevige wandeling naar de Wijnpersschool

<p>Dinsdag</p> <p>16 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Huishoudelijke activiteiten in de Bezelaer ○ Verenigingsleven: Aperitiefconcert om 11u <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Bewegingsactiviteit met de parachute ○ Individuele massage ○ Uitstap <ul style="list-style-type: none"> ○ Alternatief bij slecht weer: reminiscentie ○ Verenigingsleven: Geheugenkoor om 18u
<p>Woensdag</p> <p>17 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Quiz ○ Rekenoefening in de Bezelaer <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ○ Reminiscentie in de Bezelaer ○ Bakactiviteit in de Wijnstok
<p>Donderdag</p> <p>18 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Klein atelier: wandeling samen met de woningen om 11u ○ Klein atelier: Pianoconcert Quatre mains om 11u15 ○ gymnastiek in de Bezelaer ○ Creatief moment met An <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Schrijfoefening in de Wijnstok ○ Verenigingsleven: Breicafé om 14u ○ Individuele massage
<p>Vrijdag</p> <p>19 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ dessertje maken in de Bezelaer <p><i>Namiddag</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Geheugen- en taalspelen in de Bezelaer ○ Verwennamiddag in de Wijnstok ○ Wandeling in de nabije omgeving
<p>Maandag</p> <p>22 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Schrijfoefening in de Bezelaer ○ Klein atelier: Pianoconcert om 11u in zaal 1 ○ Bewegen in de fitnessruimte <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Gelaats- en handverzorging in de Bezelaer ○ Poëzie in de Wijnstok ○ Verenigingsleven: Zwemmen om 12u45 op inschrijving!
<p>Dinsdag</p> <p>23 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Huishoudelijke activiteiten in de Bezelaer ○ Bewegingsactiviteit of gaan wandelen <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Bakactiviteit in de Wijnstok ○ Wandeling voor de Bezelaer ○ Quiz ○ Verenigingsleven: Spelmoment in het Grand Café om 14u ○ Individuele massage
<p>Woensdag</p> <p>24 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Bewegingsactiviteit ○ Rekenoefening in de Bezelaer <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Reminiscentie in de Bezelaer ○ Wandeling in de nabije omgeving ○ spelnamiddag in de Wijnstok

<p>Donderdag</p> <p>25 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Reminiscentie in de Wijnstok ○ Gymnastiek in de Bezelaer ○ Creatief moment met An <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Uitstap in de omgeving ○ Verenigingsleven ○ Individuele massage
<p>Vrijdag</p> <p>26 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Valpreventieoefeningen in de Wijnstok ○ dessertje maken in de Bezelaer <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Geheugen- en taalspelen in de Bezelaer ○ Verwennamiddag in de Wijnstok ○ muziekactiviteit
<p>Maandag</p> <p>29 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Valpreventieoefeningen in de Wijnstok ○ dessertje maken in de Bezelaer ○ Klein atelier: Pianoconcert om 11u <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Geheugen- en taalspelen in de Bezelaer ○ Verwennamiddag in de Wijnstok ○ muziekactiviteit ○ Klein atelier: Kunstatelier om 14 op uitnodiging
<p>Dinsdag</p> <p>30 Oktober</p>	<p><i>Voormiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok ○ Huishoudelijke activiteiten in de Bezelaer ○ Bewegingsactiviteit of gaan wandelen <p><i>Namiddag</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Bakactiviteit in de Wijnstok

- Wandeling voor de Bezelaer
- Quiz
- Individuele massage

Woensdag

31 Oktober

Voormiddag


- Krant en kruiswoordraadsels in de Wijnstok
- Bewegingsactiviteit
- Rekenoefening in de Bezelaer

Namiddag

- Reminiscentie in de Bezelaer
- Wandeling in de nabije omgeving
- spelnamiddag in de Wijnstok

LDC WIJNVELD - Nieuwsbrief oktober 2018

Lijndansen

 Een lijndans is een formatiedans waarbij we dansen in één of meerdere rijen en waarbij we dezelfde bewegingen uitvoeren. We dansen op verschillende soorten muziek: zowel rock en disco als wals, chachacha, rumba, tango,... Dus iedereen op de dansvloer voor deze cursus lijndansen! Noch voorkennis, noch partner zijn nodig.



Telkens op dinsdag van 19u45 tot 20u45:
02/10 - 16/10 - 23/10 - 06/11 - 20/11 - 27/11 - 04/12 - 18/12




€ 2,50 per les. Wie voor het eerst komt, heeft recht op een gratis proefles.



Inschrijven is nodig. Een kennismakingsles kan je vrijblijvend volgen.

Tango

 De tango: een onvoorziene ontmoeting tussen een man en een vrouw. Een enig en bevoorrecht moment. Een dialoog, die men improviseert, in een teder en heftig spel met twee, dat een plechtige uitdaging van onze creativiteit wordt.

Onze taak bestaat er in deze tango te vinden, dit drijvend zich verplaatsen, intens en tijdloos, van twee lichamen, harmonieus verenigd in de ruimte, die zich ten slotte samensmelten in eenzelfde ritmiek van de beweging, in één en hetzelfde luisteren naar de muziek.



Telkens op vrijdag van
20:00 – 21:00: Half gevorderden
21:00 – 22:00: gevorderden

05/10 - 12/10 - 19/10 - 26/10 - 09/11 - 16/11 - 23/11 - 30/11 -
07/12 - 14/12 - 21/12



€ 9,00 euro per les, per persoon.

Tai Chi voor je gezondheid



Omdat het fijn is om te bewegen, omdat bewegen lichaam en geest soepel maakt, omdat samen bewegen nog fijner is!

Lesgever is Roos Bauwens, gecertificeerd lesgeefster.



Telkens op maandag van 20u tot 21u:

01/10 - 08/10 - 15/10 - 22/10 - 05/11 - 12/11 - 19/11 -
26/11 - 03/12

Telkens op dinsdag van 9u30 tot 10u30:

02/10 - 09/10 - 16/10 - 23/10 - 06/11 - 13/11 - 20/11 - 27/11 -
04/12



€ 9,00 per les. Een kennismakingsles kan je vrijblijvend volgen.



Inschrijven is nodig

Zachte Yoga



Zachte yoga is voor iedereen die in de eerste plaats rust en ontspanning zoekt. Met zachte bewegingen, aangepaste houdingen, ademhalings- en mindfulnessoefeningen en relaxatie worden we gewaar wat het lichaam ons vertelt, brengen we rust in pijn en brengen we helderheid in een rusteloze geest. Deze vorm van yoga is gericht op mensen met fibromyalgie/ CVS of chronische pijn, mensen met stressproblemen, die herstellen van depressie of burn-out of psychosomatische problemen hebben en is geschikt voor iedereen die op een heel zachte manier lichaam en geest in harmonie wil brengen. De lessen volgen de cycli van het jaar en zijn telkens aangepast aan de mogelijkheden en beperkingen van de deelnemersgroep. Lesgever is Geert Vancoppenolle.



Telkens op maandag van 19:45 tot 20:45:

01/10 - 08/10 - 15/10 - 22/10 - 05/11 - 12/11 - 19/11 - 26/11 -
03/12 - 10/12 - 17/12



€ 9,00 per les . Wie voor het eerst komt, heeft recht op een gratis proefles.



Inschrijven is nodig



Je draagt best soepele kledij en brengt een yogamatje en zitkussen mee.

Mindful Yoga



Wil je dichter bij je zelf komen? In deze drukke en stressvolle tijden verliezen we soms de aandacht voor onszelf. Met yoga kom je tot jezelf in alle betekenissen van het woord: je wordt meer bewust van je lichaam, je gedachten, je gevoelens, je energiestromen, je diepe zelf. En dit aan de hand van bewegingen, houdingen, ademhalings- en mindfulnessoefeningen. Dit doen we in alle zachtheid, met respect voor je mogelijkheden en beperkingen. Het effect is dat je beter recupereert, je meer in balans voelt en kalmer van geest. Je zal ook merken dat je lichaam soepeler wordt en dat je je beter in je vel zal voelen.

De lessen volgen de cycli van het jaar en zijn telkens aangepast aan de mogelijkheden en beperkingen van de deelnemersgroep.

Lesgever is Geert Vancoppenolle. Hij is erkend yoga docent en mindfulness trainer. Meer informatie op www.abhyasaleuven.wordpress.com.



Telkens op donderdag van 20u30 tot 21u30:

04/10 - 11/10 - 18/10 - 25/10 - 08/11 - 15/11 - 22/11 - 29/11 -
06/12 - 13/12 - 20/12



€ 9,00 per les. Wie voor het eerst komt, heeft recht op een gratis proefles.



Inschrijven is nodig



Je draagt best soepele kledij en brengt een yogamatje en zitkussen mee.



Naaicompagnie Hulplijn



Naai je graag en wil je dit graag in groep doen? Of wil je graag terug starten met naaien en wil je je kennis opfrissen? Dan zit je goed bij Naaicompagnie Hulplijn! Iedereen werkt aan zijn of haar eigen stukken en kan bij de groep terecht voor tips en advies. Je brengt je eigen naaimachine en materialen mee, er is een overlockmachine beschikbaar voor gemeenschappelijk gebruik.



Telkens op dinsdag van 09u30 tot 15u00:
02/10 - 16/10 - 06/11 - 13/11 - 27/11 - 04/12 - 18/12



5 euro per keer, koffie en water inbegrepen.



Inschrijven is niet nodig.

Workshop nachtfotografie



Heb je ook al eens geprobeerd 's nachts te fotograferen? Misschien ben je ook zo geïnteresseerd in het maken van mooie foto's op slecht verlichte plaatsen? Fotograferen met weinig licht is een uitdaging. Met de hulp van enkele instellingen op de camera en het verbeteren van de flitsinstellingen kom je al een heel eind.

Niet verplicht, maar als je in het bezit bent van een statief of extra flits, kan je die best meebrengen. Begeleiding door Vera Cammaer.



Op maandag 19/11 en maandag 26/11, telkens van 19:00 tot 22:00



20,00



Inschrijven is nodig

Leren mediteren



Meditatie is niet zonder gedachten zitten, wel het leren beheersen van de gedachtestroom. Door meditatie komt je geest tot rust, stopt het piekeren, ga je rustiger in het leven kunnen staan, kom je tot diepere inzichten. Kortom, je komt geleidelijk aan dichterbij je zelf, wie je nu écht bent. Meditatie doen we zittend (eventueel gesteund door kussens of met de rug tegen de muur).

Doorheen de reeks verkennen we verschillende vormen van meditatie, die we geleidelijk aan opbouwen.

Lesgever is Geert Vancoppenolle. Hij is erkend yoga docent en mindfulness trainer. Meer informatie op www.abhyasaleuven.wordpress.com.



Telkens op maandag van 21:15 tot 22:15:

01/10 - 08/10 - 15/10 - 22/10 - 05/11 - 12/11 - 19/11 - 26/11 - 03/12 - 10/12 - 17/12



€ 5,00 per les. Wie voor het eerst komt, heeft recht op een gratis proefles.



Inschrijven is nodig



Je draagt best soepele kledij en brengt een yogamatje en kussen mee.



Tweedaagse workshop: 'Het enneagram en de instincten'



Wie tijdens de workshop 'het team in mezelf' kennismakte met het Enneagram kan zich in deze vervolgcursus verdiepen in de instincten. Er zijn namelijk drie verschillende instincten die elk type een andere invulling kunnen geven. Viel het jou al op dat sommige mensen met hetzelfde basistype toch enorm van elkaar verschillen? De workshop rond de instincten geeft meer inzicht over dat extra laagje binnen het Enneagram dat laat zien hoe elk type op een andere manier getriggerd wordt door het instinct. Het geeft je ook heel wat inzicht in de relaties die je hebt met mensen en de verschillende behoeftes die samenhangen met die verschillende instincten. Op een interactieve manier laten we elke deelnemer kennismaken met de instincten en hoe het instinct de basistypes kleurt. Begeleiding door trainers Christine Kelchtermans, Elisabeth Timmermans en Katrijn Kelchtermans.



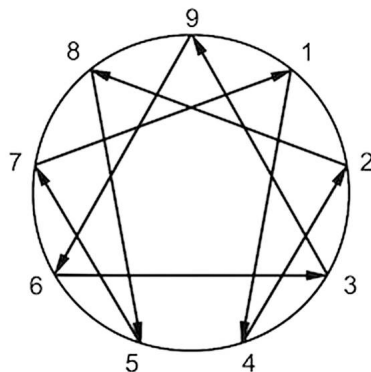
Zaterdag 20 oktober van 09:00 tot 17:00.
Zondag 21 oktober van 09:00 tot 17:00.



€ 260,00 particulieren, € 200,00 studenten. Inclusief lunch, cursusmateriaal en gevalideerde vragenlijst.



Inschrijven is nodig. Je kan ook e-mailen naar timmermanselisabeth@gmail.com



Stijldansen



Na vele jaren stijldanslessen werden onze stijldansers zo kundig dat de lessen niet meer nodig zijn. Vanaf nu kan iedereen die wenst, komen stijldansen zonder begeleiding. Voor dansers met ervaring.



Telkens op woensdag van 20u00 tot 22u00:
10/10 - 24/10 - 07/11 - 21/11 - 05/12 - 19/12



€ 7,50 per koppel/avond. € 60,00 voor de reeks



Inschrijven is nodig, kom gerust eens een proefavond dansen.



Schaakavonden en schaaklessen

Vanaf 21 september kan je elke vrijdag terecht in het Grand Café voor een partij schaak. Voor kinderen en jongeren zijn er schaaklessen vanaf 19:15. Volwassen kunnen starten om 20:30.

Meer informatie vind je op de website van Schaakclub Leuven Centraal vzw: [www.leuvencentraal .be](http://www.leuvencentraal.be)

Ontmoetingsruimte Grand Café



draadloos internet.

Elke dag ben je welkom in onze ontmoetingsruimte, het Grand Café. Tussen 11u30 en 13u30 kan je genieten van een lekker dagmenu of één van de seizoensgebonden suggesties. Van 13u30 tot 17u30 word je hartelijk verwelkomd door vrijwilligers in het Grand Café. Je kan hier iets komen drinken, er is een lees- en gezelschapsspellenhoek, een televisietoestel en



Gezellige uren met de burens



We combineren koffie en gebak met een gezellige babbel met oude bekenden en de kans om nieuwe mensen te leren kennen.



Telkens op donderdag van 14u00 tot 16u00:
25/10 - 22/11 - 27/12



8,00 euro



Inschrijven is nodig zodat we voldoende lekker gebak kunnen voorzien.



Mode Eddy stelt zijn herfst- en wintercollectie voor. Er is mogelijkheid tot aankoop.



Op maandag 12 november van 14u00 tot 16u00.



Gratis



Inschrijven is niet nodig

Grand Café: warme maaltijden en snacks

Elke middag tussen 11u30 en 13u30 kan je een warme maaltijd, diverse snacks en verse belegde broodjes komen eten. Vooraf inschrijven is niet nodig. De prijs van het dagmenu is € 8,70, soep, dessert en water inbegrepen. Het weekmenu vind je aan de ingang van het Grand Café. Je kan de maandmenu's ook per mail ontvangen, stuur daarvoor een mail naar liesbet.volders@wijnveld.info.

Pedicure, manicure en schoonheidsverzorgingen



Gedurende één uur worden je handen en voeten verwend door schoonheidsspecialiste Karin Morren: knippen, polijsten, eelt verwijderen, massage,... Je kan ook je wenkbrauwen, bovenlip en/of kin laten epilieren. Volledige gelaatsverzorging: reiniging, peeling, volledige epilatie (indien gewenst), massage, masker en afwerkingscrème afhankelijk van huidtype.



Op maandag 22 oktober van 09:00 tot 12:30
Op maandag 19 november van 09:00 tot 12:30
Op maandag 17 december van 09:00 tot 12:30



Manicure of pedicure: € 22,00
Epilatie van wenkbrauwen, bovenlip of kin: € 6,00
Volledige epilatie gelaat: € 15,00
Kleine verwenverzorging voor de rijpere huid: € 35,00
Volledige gelaatsverzorging: € 60,00
Epilatie onderbenen € 22,00 - volledige benen € 33,00



Inschrijven is nodig



Samen boodschappen doen



Maandelijks doen we boodschappen in de supermarkt. We halen je thuis op en brengen je samen met je boodschappen terug.



Maandelijks op vrijdag van 10u00 tot 12u00:
05/10 - 09/11 - 07/12



4,00 euro



Inschrijven is nodig zodat we een plaats voor je kunnen reserveren.

Algemene informatie

Inschrijven

Inschrijven kan:

Telefonisch - 016/28 49 50


Per mail - liesbet.volders@wijnveld.info


Aan het algemeen onthaal - elke werkdag van 08u30 tot 12u30 en van 13u30 tot 17u00


We vragen je op voorhand te betalen, liefst via overschrijving op rekeningnummer


BE48 7340 3465 0227 met vermelding van je naam en de activiteit waarvoor je inschrijft. Je inschrijving is definitief als we de betaling ontvangen hebben.


Schrijf je minstens één week voor de start van de activiteit in, zo weten we of er voldoende interesse is. Bij onvoldoende interesse kunnen activiteiten geannuleerd of verplaatst worden. Bij sommige activiteiten zijn de plaatsen beperkt, snel inschrijven is dan de boodschap!

OKTOBER		Home Made Herfst De Wingerd 2018 Menu week 1			
De Wingerd	ONTBIJT	SOEP	MIDDAGMAAL	NAGERECHT	AVONDMAAL
OKTOBER					
MAANDAG 1		Runderbouillon met brunoise groenten	Gebakken kalkoenpavé Gevogeltejus Schorseneren in bechamel Peterselie aardappelen	Koekendoos	
DINSDAG 2		Groene seldersoep met selderblokjes	Gegrilde lamsepigram Lamsjus met rozemarijn Gestoofde wortelen Natuur aardappelen	Vers fruit	
Spice your mind Menu				Dessert van het huis Sabayonmousse	
WOENSDAG 3		Pastinaaksoep " Spice your mind "	Koninginnehapje Herfstslaasje Frieten		
DONDERDAG 4		Pompoensoep met vermicelli	Gesmoord Breydelspek Ajuinsaus Wortelpuree		
VRIJDAG 5		Broccolisoepe met broccoligruis	Gebakken visfilet Duglerésaus Gestoofd wit van prei Pasta		
ZATERDAG 6		Wortelsoep met rijst	Gebakken kalfsburger Kalfsjus met mosterd Gestoofde knolselder Natuur aardappelen	Dessert van het huis Vanillepudding met speculaas	AVOND Sandwiches Warme Chocomelk
ZONDAG 7	ONTBIJT Rozijnenbrood	Ajuinsoep met gemalen kaas	Spieringgebraad Braadjus Prinsessenboontjes Gefruite aardappelnootjes	Gebak	
WEEK VAN		1/10/2018	tot	7/10/2018	

OKTOBER		Home Made Herfst De Wingerd 2018 Menu week 2			
De Wingerd	ONTBIJT	SOEP	MIDDAGMAAL	NAGERECHT	AVONDMAAL
OKTOBER					
MAANDAG 8		Groentenbouillon met vermicelli	Gevulde kipfilet Kippejus Gegrilde tomaat Gebakken Luikse Aardappelen	Koekendoos	
Spice your mind Menu					
DINSDAG 9		Courgettensoep "Spice your mind"	Blinde Vink Vleesjus Gestoomde extra fijne erwten Natuur aardappelen	Vers fruit	
WOENSDAG 10		Witloofsoep	Runderstoofpotje " Archicuc " (Champignons) Kropsla & tomaat Frieten	Dessert van het huis Karamelpudding	
DONDERDAG 11		Groentesoep	Gebakken boerenworst Mosterdsaus Gestoomde groene kool Gekookte aardappelen		
VRIJDAG 12		Kippenroomsoep	Gestoomde visfilet Witte wijnsaus Spinaziestamppot		
ZATERDAG 13		Waterkerssoep	Hongaarse varkensgoulash (wortelen, ui en paprika) Witte rijst	Dessert van het huis Yoghurt met citroen	AVOND Suikerbrood Warme Chocomelk
ZONDAG 14	ONTBIJT Koffiekoek	Tomatensoep met balletjes	Gebraden kalkoenrollade Vleesjus Appelmoes Aardappelkroketten	Gebak	
WEEK VAN		8/10/2018	tot	14/10/2018	

OKTOBER		Home Made Herfst De Wingerd 2018 Menu week 3			
De Wingerd	ONTBIJT	SOEP	MIDDAGMAAL	NAGERECHT	AVONDMAAL
OKTOBER					
MAANDAG 15		Venkelsoep met bieslook	Gebakken schnitzel Vleesjus Andijvie in roomsaus Gekookte aardappelen	Koekendoos	
DINSDAG 16		Wortelsoep met wortelblokjes	Gegratineerd hamrolletje met witloof Kaassaus Aardappelpuree	Vers fruit	
WOENSDAG 17		Aardappelsoep met spekjes	Balletjes in tomatensaus Herfstslaatje Vinaigrette Frieten	Dessert van het huis Harlekijnpudding (Vanille & chocolade)	
DONDERDAG 18		Preisoep met Preisnippers	Gebakken kippefilet Gevogeltejus Warme ananas & perzik Gebakken aardappelen		
Spice your mind Menu					
VRIJDAG 19		Knolseldersoep	Gefruite fishstick Tartaarsaus Pompoenstampot (spice your mind)		
ZATERDAG 20		Groentenbouillon met vermicelli	Kalfsbrood Vleesjus Bloemkool in bechamel Peterselie aardappelen	Dessert van het huis Vlaamse rijstpap	AVOND Sandwiches Warme Chocomelk
ZONDAG 21	ONTBIJT Rozijnenbrood	Erwtensoep met korstjes	Rosbief Rode wijnsaus Groentenkrans Hertoginne aardappelen	Gebak	
WEEK VAN		15/10/2018	tot	21/10/2018	

OKTOBER		Home Made Herfst De Wingerd 2018 Menu week 4			
De Wingerd	ONTBIJT	SOEP	MIDDAGMAAL	NAGERECHT	AVONDMAAL
OKTOBER					
MAANDAG 22		Ajuinsoep	Gevogelteworst Gevogeltejus Rode kool met appeltjes Natuuraardappelen	Koekendoos	
DINSDAG 23		Kippenbouillon met juliennegroenten	Vogelnestje Tomatensaus Gestooftde voetselder Aardappelpuree	Vers fruit	
WOENSDAG 24		Pastinaaksoep	Goulasch Herfstslaatje Dressing Frieten	Dessert van het huis Koekjespudding	
DONDERDAG 25		Tomatensoep	Varkensgebraad Vleesjus Erwten en wortelen Gebakken aardappelen		
Spice your mind Menu					
VRIJDAG 26		Spruitjessoep	Gepocheerde visfilet Saffraansaus Koolrabi in kruidenroom Gekookte aardappelen		
ZATERDAG 27		Paprikasoep met rijst	Boomstammetje Beenhouwersaus Broccolipuree	Dessert van het huis Ananas in vanillesaus	AVOND Suikerbrood Warme Chocomelk
ZONDAG 28	ONTBIJT Vers gebakken croissants	Witloofroomsoep	Rundstong Madeirasaus Gestooftde boontjes Aardappelnootjes	Gebak	
WEEK VAN		22/10/2018	tot	28/10/2018	

OKTOBER/NOVEMBER		Home Made Herfst De Wingerd 2018 Menu week 5			
De Wingerd	ONTBIJT	SOEP	MIDDAGMAAL	NAGERECHT	AVONDMAAL
OKTOBER					
MAANDAG 29		Groene seldersoep	Spaghetti Bolognaise gemalen kaas	Koekendoos	
DINSDAG 30		Pompoensoep	Hespengebraad Pickelssaus gebakken spruitjes Natuuraardappelen	Vers fruit	
WOENSDAG 31		Erwtensoup met spekjes	Waterzooi van gevogelte fijne groenten Sla met vinaigrette Frieten	Dessert van het huis Griesmeelpudding met Krieken	
NOVEMBER Allerheiligen DONDERDAG 1		Champignonroom	Gebraden kippenbout Gevogeltejus Appelmoes Gebakken aardappelen		
VRIJDAG 2		Tomatensoep	Gebakken visfilet Botersaus Gestoofde spinazie Aardappelpuree		
Spice your mind Menu					
ZATERDAG 3		Bloemkoolsoep	Gebakken hamburger Vleesjus Gestoofde snijbonen Natuuraardappelen	Dessert van het huis Vanillepudding geparfumeerd met Amaretto	AVOND Suikerbrood Warme Chocomelk
ZONDAG 4	ONTBIJT Rozijnenbrood	Groentenbouillon met vermicelli	Gevulde kalfsrollade Champignonsaus Gebakken witloof Hertoginneardappelen	Gebak	
WEEK VAN		29/10/2018	tot	4/11/2018	