



PROGRAMMA

oktober

2020



editie  
6

## Nieuws

Oktober is met de feestdag van de Lierse patroonheilige, Sint-Gummarus, altijd een beetje een speciale.

Activiteiten met veel volk zijn dit jaar niet mogelijk. De Ommegang is daarom een jaartje uitgesteld en ook de Sint-Gummarusprocessie trekt niet door de straten.

Maar niet getreurd. In de dienstencentra zorgen we voor een coronaproof alternatief. Wat denk je bijvoorbeeld van een *Gummaruswandeling* en een *smoutebollenslag*? Met een *bierproeverij* brengen we een beetje de sfeer van de Oktoberfesten binnen onze muren. En we bereiden ons ook stilaan voor op *Halloween*.

Naast de vaste activiteiten zoals bingo, stoelturnen, warme maaltijden, ... valt er deze maand dus weer heel wat te beleven.

We dragen er zorg voor dat alle activiteiten met respect voor de coronamaatregelen verlopen. Twijfel dus niet en schrijf je in. We halen je graag uit je kot.

Niet vergeten: Inschrijven blijft nodig, voor elke activiteit.

### Blijf op de hoogte en kijk online



Je vindt het programma elke maand op [www.lier.be](http://www.lier.be).

Toch liever op papier? Laat het ons weten.  
**Meer info: achteraan deze nieuwsbrief.**

### Warme maaltijden

Je kan genieten van een lekkere maaltijd in het dienstencentrum. **Het aantal plaatsen is beperkt** door de coronamaatregelen.

We serveren tussen 12 en 13 uur een driegangenmenu met soep, hoofdgerecht en dessert.

Je kiest tussen 2 gerechten.

Wil je weten wat er deze maand op het menu staat bekijk hem dan op [www.lier.be](http://www.lier.be) (zoek op 'warme maaltijd' en klik onderaan op 'menu').

#### Waar en wanneer?

- Maandag in Het Schoppeke en De Komeet
- Dinsdag in Het Schoppeke
- Woensdag in Het Schoppeke
- Donderdag in Het Schoppeke en De Waaier
- Vrijdag in Het Schoppeke

#### Kostprijs?

7 euro of 6 euro met UiTPAS met kansentariaf. Betalen doe je de dag zelf.

In ruil voor 30 UiTPAS-punten geniet je van een gratis maaltijd in een van de dienstencentra.

In ruil voor 5 UiTPAS-punten krijg je een gratis drankje.

**Hoe reserveren?** Reserveer uiterlijk 24 uur vooraf tijdens de openingsuren van het dienstencentrum. Hou rekening met weekends en feestdagen. Inschrijven kan maximum 1 week op voorhand.

**Meer info: achteraan deze nieuwsbrief.**

## Elke week in Het Schoppeke

### ELKE MAANDAG

- 10 tot 12 uur Smartphone + Pc Tips & Tricks 🧐: € 1,50 per sessie
- 10 tot 11.30 uur Frans (conversatie)  
€ 3 per les | € 0,60 per les (drankje inbegrepen)
- 12 uur Warme maaltijd: € 7 | € 6 | 30 UITPASpunten
- 14.15 tot 16 uur: Biljart 🎱👥

### ELKE DINSDAG

- 10 tot 12 uur Italiaans (gevorderden)  
€ 3 per les | € 0,60 per les (drankje inbegrepen)
- 12 uur Warme maaltijd: € 7 | € 6 | 30 UITPASpunten
- 14 tot 15.45 uur Vrij handwerk en crea (Eigen materiaal meenemen)
- 14 tot 16 uur 1,5 meter caféetje
- 14 tot 16 uur Ping Pong 🏓

### ELKE WOENSDAG

- 9.30 tot 10.30 uur Ergo advies: € 1,50 per sessie
- 9.30 tot 10.30 uur Okido Yoga (beginners)  
€ 3 per les | € 0,60 per les | 10 UITPASpunten
- 9.30 tot 11.30 uur Italiaans (beginners)  
€ 3 per les | € 0,60 per les (drankje inbegrepen)
- 10 tot 12 uur Fiets je fit!: € 1,50 per sessie | 5 UITPASpunten
- 10 tot 12 uur Cursus: Word (niet op 21/10 en 28/10) 🧐  
€ 3 per les | € 0,60 per les (Eigen laptop meenemen)
- 10.30 tot 11.30 uur Stoelturnen: € 1,50 per les | 5 UITPASpunten
- 12 uur Warme maaltijd: € 7 | € 6 | 30 UITPASpunten

### ELKE DONDERDAG

- 9.30 tot 10.30 uur Okido Yoga: Gevorderde  
€ 3 per les | € 0,60 per les | 10 UITPASpunten
- 9.30 tot 10.30 uur Qi Gong: € 3 per les | € 0,60 per les | 10 UITPASpunten
- 10.30 tot 12 uur Tai Chi: € 3 per les | € 0,60 per les | 10 UITPASpunten
- 10 tot 12 uur Bloeddrukmeting 🧐
- 12 uur Warme maaltijd: € 7 | € 6 | 30 UITPASpunten
- 14 tot 15.45 uur Vrij handwerk en crea (eigen materiaal meenemen)
- 14 tot 16 uur Smartphone + Pc Tips & Tricks: € 1,50 per sessie
- 14 tot 16 uur 1,5 meter caféetje (niet op 8/10, 15/10, 22/10)

### ELKE VRIJDAG

- 10 tot 12 uur Cursus: Windows 10 🧐  
€ 3 per les | € 0,60 per les (drankje inbegrepen)
- 12 uur Warme maaltijd € 7 | € 6 | 30 UITPASpunten
- 14.15 tot 16 uur Biljart (niet op 2/10, 16/10, 23/10) 🎱👥

#### LEGENDE:

🧐 Mondmasker verplicht !!!

👥 Gelieve dit steeds met dezelfde personen te komen doen

Twee prijzen vermeld? Gewone prijs | UITPAS

## OKTOBER

vr 2 okt	10.30-11.30 uur	Jouw mening telt
	14-16 uur	Wafelenbak € 1,50 voor 2 wafels
ma 5 okt	14-15 uur	Ergo: therapeutische waarde van dieren
	14-16 uur	Puzzel- en kleurcafé
di 6 okt	10-11.30 uur	Boogbal 🏹
wo 7 okt	12 uur	Viering jarigen van de maand: Oktober
do 8 okt	14-16 uur	Bierproeverij (Melden indien graag niet alcoholisch): € 3
vr 9 okt	14-16 uur	Beestenboel op bezoek
ma 12 okt	14-15 uur	Vertelnamiddag
di 13 okt	10.30-11.30 uur	Zitdansen: € 1,50
	14 uur	Voorstelling in CC De Mol: Houden van: € 13   € 12   € 2,60
do 15 okt	14-16 uur	Armoede - Babelcafé
vr 16 okt	14-16 uur	Smulnamiddag: Smoutenbollen € 1,50 voor 5 smoutenbollen
ma 19 okt	14-15 uur	Ergo: waarom ergotherapie?
	14-16 uur	Pergamano (Eigen materiaal meenemen)
di 20 okt	10-11.30 uur	Boogbal 🏹
do 22 okt	14-16 uur	Café met live muziek
vr 23 okt	14-16 uur	Bingo (Eigen afzetdopjes meenemen) € 1,50 per kaart
ma 26 okt	14-15 uur	Ergo: hoe een mobiliteitshulpmiddel aanvragen
di 27 okt	10.30-11.30 uur	Zitdansen € 1,50
	13.30-16.30 uur	Halloweenwandeling
do 29 okt	14.30-16 uur	Boogbal 🏹
vr 30 okt	14-15.30 uur	Pim Pam Pet



## WERELDDAG TEGEN ARMOEDE

### Soep op de Stoep

- dinsdag 13 oktober van 13 tot 15 uur in De Waaier
- donderdag 15 oktober van 14 tot 16 uur in Het Schoppeke
- donderdag 15 oktober van 14 tot 15 uur in De Waaier
- vrijdag 16 oktober van 14 tot 16 uur in De Waaier

## Elke week in De Waaier

### ELKE MAANDAG

- 13.30 tot 14.30 uur Stoelturnen: € 1,5 | 5 UITPASpunten
- 14.30 tot 15.30 uur Fiets je fit: € 1,5 | 5 UITPASpunten

### ELKE DINSDAG

- 9.45 tot 11.15 uur Frans gevorderden (niet op di 1 september): € 3 | € 0,6 (drinkje inbegrepen)
- 10 tot 12 uur PC Tips & tricks & Smartphone: € 1,5 | 5 UITPASpunten 🧐
- 11.30 tot 12.30 uur Pedicure 🧘 € 20
- 13.30 tot 16.15 uur Vrij handwerk en crea (niet op di 13/10) (eigen materiaal meenemen)

### ELKE WOENSDAG

- 9 tot 10.20 uur Taj Ji Beginners € 3,0 | € 0,6 | 10 UITPASpunten
- 10 tot 11.30 uur Codenames XL
- 10.40 tot 12 uur Taj Ji Gevorderden € 3,0 | € 0,6 | 10 UITPASpunten

### ELKE DONDERDAG

- 9.30 tot 10.30 uur Ergo-advies (niet op 29/10)
- 10.30 tot 11.30 Stoelyoga (niet op 29/10) € 1,5 | € 1,5 | 5 UITPASpunten
- 10 tot 11.30 uur Dagelijks Frans (drinkje inbegrepen): € 3,0 | € 0,6
- 11 tot 12 uur Bloeddrukmeting 🧘
- 12 tot 14 uur Warme maaltijd € 7,0 | € 6,0 | 30 UITPASpunten

### ELKE VRIJDAG

- 10 tot 11.30 uur Engels Conversatie: € 3 | € 0,6 (drinkje inbegrepen)
- 13.30 tot 16.15 uur Kunstklas: € 1,5 | 5 UITPASpunten

## Houden van



Een namiddag vol liederen van uw favoriete Vlaamse artiesten van vroeger, gebracht door Geena Lisa, Andrea Croonenberghs en Sam Verhoeven.

- di 13 oktober om 14 uur in CC De Mol
- 13 euro | 12 euro (UITPAS) | 2,6 euro (UITPAS kansentarieef)

## OKTOBER

do 1 okt	14-16 uur	Pannenkoekenbak: € 1,5 voor 2 pannenkoeken
vr 2 okt	14-16.15 uur	Hoger Lager & babbelfcafé
ma 5 okt	13.30-15.30 uur	Bingo (eigen afzetdopjes meenemen) 1,5 € per kaart   5 UITPASpunten
di 6 okt	13.30-16 uur	Praatgroep Lotegenoten Fibromyalgie
do 8 okt	12 uur	Jarigen van de maand (Vermeld bij inschrijving dat je jarig bent deze maand)
	13.30-15.30 uur	Namiddag vol raadsels
vr 9 okt	14-16 uur	Spelenclub Delierium op verplaatsing 🧐
ma 12 okt	13-16 uur	Puzzel-en kleurcafé: Breng je eigen tekenwoordzoeker, kruiswoordraadsel of tekening voor volwassenen mee.
di 13 okt	13-15 uur	Soep op de Stoep (Soep voor het goede doel) vrije bijdrage
	14 uur	Voorstelling CC De Mol : Houden Van € 13   € 12   € 2,6
do 15 okt	12 uur	Jouw mening telt
	14-15 uur	Voorleesmoment: Verhalen over Armoede
vr 16 okt	12-13 uur	Frituur Het Waaiertje: 1,5 € per bakje
	14-16 uur	Armoede - Babbelfcafé
ma 19 okt	13.30-15.30 uur	Bingo (eigen afzetdopjes meenemen) 1,5 € per kaart   5 UITPASpunten
di 20 okt	13.30-16.15 uur	Wandeling Koningsbossenpad
do 22 okt	14-15 uur	Quiz-tig met Lier
vr 23 okt	12-13 uur	Croquenamiddag: € 1,5 voor 2 croques
	14-16 uur	Spelenclub Delierium op verplaatsing 🧐
ma 26 okt	10-11.30 uur	Zentangel: rust in tekenen (potlood, dun zwart stiftje meebrengen)
	13 -16 uur	Puzzel-en kleurcafé: Breng je eigen tekenwoordzoeker, kruiswoordraadsel of tekening voor volwassenen mee.
do 29 okt	10.30-11.30 uur	Beweging: stoeldansen € 1,5   € 1,5   5 UITPASpunten
	13.30-16 uur	Café met live accordeon muziek
vr 30 okt	12 uur	Halloweenhapjes: spinnensoep, draken-eieren, schimmelmuffins: € 1,5 per portie

### SPAREN MET JE UITPAS

- 30 UITPAS-punten = 1 gratis maaltijd in een van de dienstencentra
- 5 UITPAS-punten = 1 gratis drankje



## Elke week in De Komeet

### ELKE MAANDAG

- 10 tot 11 uur Stoelturnen: € 1,50 per les
- 10 tot 11.30 uur Bloeddrukmeting (niet op 19/10) 🧘
- 12 uur Warme maaltijd: € 7 | € 6 | 30 UITPASpunten

## DE KOMMEET OKTOBER

ma 5 okt	14-16 uur	Pergamano (Eigen materiaal meenemen)
ma 12 okt	12 uur	Viering jarigen van de maand
	14-16 uur	Bingo (eigen afzetdopjes meenemen): € 1,50 per kaart
ma 19 okt	14-16 uur	Vrij handwerk & crea (eigen materiaal meenemen)
ma 26 okt	14-16 uur	Pannenkoekenslag € 1,50 voor 2 pannenkoeken   5 UITPASpunten

## WIST JE DAT ...

... we **6 nieuwe vrijwilligers** mochten verwelkomen? Welkom Denis, Gerda, Greet, Wim, Koen en Tatiana.  
... we nog steeds **kandidaat-vrijwilligers** met open armen ontvangen? Wij zoeken nog helpende handen voor de warme maaltijd op maandag en woensdag, in Het Schoppeke. Ook vrijwilligers die graag hun talent aan andere willen leren bijvoorbeeld taal, iets creatief of iets sportief,... zijn nog steeds heel hard welkom.

## DIGITAAL OF PAPIER ?

We verspreiden het programma van de Lierse dienstencentra zowel digitaal als op papier.

 Heb je een mailadres? Dan kan je de nieuwsbrief digitaal ontvangen in je mailbox.

Op [www.lier.be](http://www.lier.be) kan je je inschrijven voor de nieuwsbrief en je vind er elke maand het programma. Zo denken we samen aan het milieu.

**Ontvang je de volgende editie(s) liever op papier?**

Laat het ons **vóór 20 oktober** weten via het antwoordstrookje, bel naar tel. 03 283 48 88 of mail naar [dienstencentra@lier.be](mailto:dienstencentra@lier.be).

## Veiligheidsmaatregelen: zo houden we elkaar gezond

We ontvangen je héél graag als je ingeschreven bent. **Je schrijft je altijd in!**

### Hoe?

- Het Schoppeke tel. 03 283 48 88
- De Waaier tel. 03 481 61 05
- dienstencentra@lier.be:  
!! Je inschrijving is in orde, na bevestiging.
- facebook/dienstencentralier:  
!! Je inschrijving is in orde, na bevestiging.

### Wanneer?

- Een **maaltijd** kan je maximum 1 week op voorhand reserveren. Uiterlijk 24 uur vooraf tijdens de openingsuren van het dienstencentrum.
- Voor een **activiteit** kan je inschrijven vanaf 25 september tot 1 dag vooraf.

Als je in het dienstencentrum aankomt, **wacht je aan het onthaal** tot een medewerker bij je komt. Je **ontsmet je handen**, je rollator en je wandelstok als je binnen komt.

Blijf zoveel mogelijk **op je plaats zitten**.

Wij brengen samen met onze vrijwilligers de maaltijden en dranken tot bij jou.

Breng **je eigen balpen** mee. Samen met een medewerker of vrijwilliger teken je zo zelf je 6-beurten kaart af.

**Gepast cash geld** is een grote hulp.

Je houdt altijd **1,5 meter afstand**.

Je brengt steeds je **eigen mondmasker** mee.

### ANTWOORDSTROOKJE

Ik, .....

wens het programma van de dienstencentra op papier te ontvangen.

Mijn adres:

.....

Vergeet dit strookje niet te deponeren in de brievenbus van een dienstencentrum.