



# Dienstencentrum De Bolster PROGRAMMA NOVEMBER 2024

**Dienstencentrum De Bolster is gesloten op**

Vrijdag 1 november 2024  
Maandag 11 november 2024  
Vrijdag 15 november 2024



Dienstencentrum De Bolster | Kastanjelaan 61 | 3630 Maasmechelen  
Centrumleider Jonathan Nulens  
Telefoon 089 48 28 50  
E-Mail: [jonathan.nulens@maasmechelen.be](mailto:jonathan.nulens@maasmechelen.be)  
De Bolster is op werkdagen open van 8.45 uur tot 16.30 uur



# ACTIVITEITEN NOVEMBER 2024

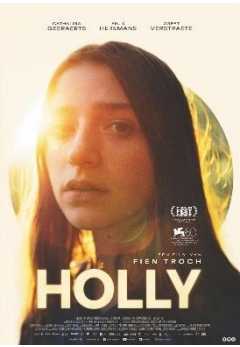
## ACTIVITEITEN NOVEMBER 2024

**Vr. 1 nov. 2024** Gesloten: Allerheiligen

**Ma. 11 nov. 2024** Gesloten: Wapenstilstand

**Vr. 15 nov. 2024** Gesloten: Koningsdag

**Di. 19 nov. 2024** Cinématinee: **Holly (Fien Troch, 2023)**



Holly is een doodnormaal meisje van vijftien. Alleen heeft ze niet veel vrienden en is ze niet de meest populaire van haar klas. Enkel haar zus en Bart, een neurodiverse jongen, ontlokken af en toe een glimlach aan Holly. Haar schoolresultaten laten te wensen over en op de vraag of ze gepest wordt, antwoordt ze met een kurkdroog "soms". Maar haar reactie op het pestgedrag onderscheidt haar. "Ik vind dat nogal erg voor hen", laat ze een leerkracht weten. Holly geeft blijk van bijna bovennatuurlijke empathie. Oprechte naastenliefde of naïviteit? Als grijze muis leeft ze een onopgemerkt bestaan. Tot ze op een dag een vreemd voorgevoel heeft, afbelt voor school, die ook waarschuwt, en die zo aan een desastreuze brand ontsnapt. Plots zijn alle ogen op Holly gericht en komt ze in een maalstroom terecht waarvoor ze niet heeft gekozen.

Zeven jaar nadat ze met het internationaal bejubelde Home de Publieksprijs en de Georges Delerue Award voor Beste Muziek won, keert regisseur Fien Troch terug met dit intrigerende portret, dat zich weigert te laten definiëren en zich losrukt van alle vergelijkingen..

**Locatie: CC Maasmechelen, prijs: € 7 (inclusief drankje), van 14.00 uur tot 16.30 uur, Organisatie: CC**

**Di. 19 nov. 2024** Reisreportage: **Nicaragua, Costa Rica en Panama**



Deze drie landen gelegen in Centraal-Amerika vormen een landbrug tussen Noord- en Zuid-Amerika. Het is een gebied met sterke tektonische activiteit. Je vindt er regen- en nevelwouden en prachtige witte stranden.

In Nicaragua treffen we prachtige koloniale steden aan, zoals Leon en Granada, actieve vulkanen en prachtige kratermeren. Costa Rica is bekend voor zijn overweldigende nationale parken met regen- en nevelwouden. Panama-Stad heeft een mooi oud koloniaal centrum. Het sluizencomplex van Miraflores op het Panamakanaal is in de nabijheid. De Kuna-indianen leven er langs de Caribische kust in een autonoom gebied met eigen regels.

**Locatie: CC Maasmechelen, prijs: € 7 (inclusief drankje en/of hapje), van 19.30 uur tot 22.00 uur, Organisatie: Cultuursmakers i.s.m. CC en De Bolster**

# Terugkerende activiteiten

## **Bolsterclubje**

Maandagnamiddag van 13.00 uur tot 16.00 uur  
Donderdagnamiddag van 13.00 uur tot 16.00 uur

## **Praatgroep spiritualiteit**

Om de 2 weken op maandagnamiddag van 13.30 uur tot 16.30 uur

## **Schilderen**

Dinsdagvoormiddag van 9.00 uur tot 12.00 uur

## **Petanqueclub De Kastanje**

Dinsdagnamiddag van 13.30 uur tot 16.00 uur  
Vrijdagnamiddag van 13.30 uur tot 16.00 uur

## **Gezondheidswandelen**

Dinsdagnamiddag van 13.30 uur tot 16.00 uur  
Vertrek vanuit het Bolsterkaffee

## **Haak- en breiclub**

Woensdagnamiddag van 13.00 uur tot 16.00 uur

## **Samen lezen i.s.m. Avansa Limburg**

Om de 2 weken op donderdagvoormiddag van 9.30 uur tot 11.30 uur

## **Zangkoor**

Donderdagnamiddag van 13.30 uur tot 14.45 uur

## **Verpleegpost: bloeddruk- en gewichtscntrole**

Om de 2 weken donderdagnamiddag van 13.30 uur tot 16.30 uur

## **Medische pedicure**

Donderdag of vrijdag, enkel op afspraak, telkens vanaf 9.00 uur

## **Groentips met Cyrille**

Voor al je vragen over de tuin, planten en groenonderhoud  
Elke eerste en derde donderdag van de maand van 13.30 uur tot 16.00 uur

## **Linedance**

Vrijdagvoormiddag Gevorderden: 9.00 uur tot 10.00 uur  
Om de week:           Beginners:10.30 uur tot 11.30 uur

## **Digipunt**

Voor al je vragen rond gsm's en computers.  
Donderdagnamiddag van 13u00 tot 15u30

SCAN ME





# ACTIVITEITEN NOVEMBER 2024

## SCHRIJF ALVAST IN JE AGENDA: DECEMBER

### DE GROTE SINTERKLAASSHOW



Ook dit jaar brengt de lieve Sint een bezoekje aan de kinderen van Maasmechelen! Je kan hem ontmoeten op **4 december om 13u30** in het

**Inschrijven vanaf 28 oktober via:**

- **E-mail:** [huisvanhetkind@maasmechelen.be](mailto:huisvanhetkind@maasmechelen.be)
- **Tel:** 089 76 98 75

**Locatie:** CC Maasmechelen, 13u30 tot 16u00, prijs: €1

### KERSTFEEST IN DE BOLSTER



Net zoals vorig jaar geven we dit jaar opnieuw 2 kerstfeesten! Je hebt de keuze tussen **woensdag 18 december en donderdag 19 december**. Het feestmenu houden we nog even geheim.

**Inschrijven kan pas vanaf 4 december.**

**Locatie:** Bolsterkaffee, maaltijd om 12.00 uur, prijs: € 14

## NIEUWE CURSUSSEN: JANUARI

### ITALIAANS VOOR BEGINNERS



Vanaf Januari start een nieuwe groep Italiaans met Lucia Lombardi.

Zij zal de groep van 0 mee op pad nemen zodat iedereen kan starten ook al heb je geen voorkennis. Heb je altijd al interesse gehad om Italiaans te leren maar ben je hier nooit aan begonnen? Dan is dit de ideale cursus voor jou!

Geïnteresseerd? Schrijf je dan al in via het bonnenhoekje! Je hoeft nog niet te betalen en je kan nog vrij annuleren tot de lessen doorgaan.

**Locatie:** Bolster: zaal brikkenveldje, iedere donderdag voormiddag van 9u30 tot 11u30. Prijs €15 voor 10 lessen

### KRUIDENKUNDE VOOR BEGINNERS



Vanaf Januari start er een volledig nieuwe cursus rond kruiden onder leiding van Herborist Francesco Catalano.

Heb jij altijd al interesse gehad in de mogelijkheden van planten en wil je hier graag meer over leren? Dan is dit de perfecte cursus voor jou!

Samen met Francesco leer je over de verschillende werkingen van planten en wat je hier mee kan maken. Denk aan etherische oliën, zeep, parfum, drank...

Geïnteresseerd? Schrijf je dan al in via het bonnenhoekje! Je hoeft nog niet te betalen tot de lessen doorgaan.

**Locatie:** Bolster: zaal windelsteen, om de week vrijdag voormiddag van 9u00 tot 12u00. Prijs €90 voor 10 lessen



# ACTIVITEITEN NOVEMBER 2024

## Do. 21 nov. 2024 **Digitale donderdag : Kopen op het internet**

Iedere maand is er in de bib een infosessie over digitale kanalen. Deze week gaat het over dingen kopen op het internet. Hoe werkt dat? Wanneer is een online winkel veilig? Kom er meer over te weten via deze sessie!

**Locatie: Bib Maasmechelen, prijs: gratis, van 14u00 tot 16u00**

**Inschrijving via 089 76 97 20, [bibbalie@maasmechelen.be](mailto:bibbalie@maasmechelen.be) of aan de infobalie van de bib.**

## Vr. 22 nov. 2024 **De Bolster is gesloten vanaf 13u30 wegens activiteit Moerbei**

Cursussen en geplande activiteiten kunnen wel doorgaan.

## Vr. 22 nov. 2024 **Activiteit Moerbei: Optreden Willy & Tamara**

De Moerbei organiseert samen met de Linde een muzieknamiddag in de Bolster. Hou jij van dansen en live muziek?

Schrijf je dan zeker in voor deze leuke namiddag vol dansen en muziek bij het bonnenhoekje!

Let op: inschrijvingen zijn beperkt!

**Locatie: Bolsterkaffee, prijs: gratis, om 14u00**

**Inschrijving vanaf 8 november**

## Di. 26 nov. 2024 **Venster op de Wereld: Rudi Vranckx, Oorlog en problemen van onze tijd**

Oorlogsjournalistiek is een puzzel. Hoe meer stukken je kan leggen, hoe dichter je bij de waarheid komt. Rudi Vranckx

Dit najaar verscheen de herziene editie van het boek Mijn kleine oorlog – 35 jaar aan het front, waarin Rudi Vranckx zijn oorlogservaringen beschrijft van de val van het Oostblok in 1989 tot de huidige oorlog in Gaza. In een waanzinnige wereld die wordt gedomineerd door buitensporig geweld en misleidende propaganda ging hij steeds op zoek naar de ware toedracht van een conflict en de kleine menselijke verhalen.

In zijn lezing geeft Rudi Vranckx, vanuit deze jarenlange ervaring als oorlogsreporter overal ter wereld, met een heldere blik duiding bij de recente grote wereldconflicten. Hij ziet een wereld waarin verdraagzaamheid zwaar onder druk staat en maakt een vlijmscherpe analyse over onze toekomstige mondiale samenleving.

Rudi Vranckx werkt voor VRT NWS. Al ruim een kwarteeuw volgt hij voor de VRT oorlogen en conflicten, maakt hij documentaires voor Canvas en schrijft hij boeken over brandhaarden overal ter wereld. Voor zijn werk als oorlogsverslaggever in conflictgebieden ontving hij de Carnegie Wateler Vredesprijs (2018) en een eredoctoraat van VUB en ULB (2019).

**Locatie: CC Maasmechelen, prijs: € 17, om 20.15 uur,**

**Organisatie: CC i.s.m. Cultuursmakers, Davidsfonds en Bibliotheek Maasmechelen**





# ACTIVITEITEN NOVEMBER 2024

## ACTIVITEITEN NOVEMBER 2024

**Do. 7 nov. 2024**

### DIGIPUNT BOLSTER

**Do. 14 nov. 2024**

**Do. 21 nov. 2024**

**Do. 28 nov. 2024**

Je kan wekelijks terecht bij ons Digipunt voor heel wat vragen over je smartphone, tablet, laptop en PC. Herstellingen van hardware doen we echter niet. Onze digihelper Thomas staat klaar om je te helpen. Neem zeker je toestel mee indien je hier vragen over hebt!

**Locatie: De Bolster, van 13.00 uur tot 15.30 uur, prijs: gratis**



**Wo. 27 nov. 2024 Omstaanderstraining**



Op de bus, in de supermarkt, op straat, binnen een vereniging of sportclub...: iedereen krijgt wel eens te maken met ongewenst gedrag of discriminerende uitspraken. Vaak blijven we een passieve getuige van ongewenst gedrag omdat we niet goed weten hoe te reageren. Anneleen gaat samen met jullie op zoek naar goede manieren om hier mee om te gaan.

**Inschrijven kan vanaf 13/11 bij de bonnenhoek of via [anneleen.steenbergen@integratie-inburgering.be](mailto:anneleen.steenbergen@integratie-inburgering.be).**

**Locatie: De Bolster van 13.30 uur tot 16.00 uur, prijs: gratis**

**Do. 28 nov. 2024 Seniorensportdag in de Bolster**



Samen sporten is gezellig en gezond! Ook dit jaar gaat de jaarlijkse seniorensportdag door en dat in de Bolster! Kies 2 sporten uit het assortiment en schrijf je in voor 22 november bij de bonnenhoek of via [sport@maasmechelen.be](mailto:sport@maasmechelen.be).

Je kan kiezen tussen: wandelen, petanque, yoga, linedance en Kubb.

**Locatie: De Bolster, van 13u00 tot 16u00, op voorhand inschrijven!**

**Prijs: €5 (inclusief taart en koffie).**

**In samenwerking met Dienst Jeugd & Sport Maasmechelen**

**Vrij. 29 nov. 2024 Zoete namiddag**



Kom op de laatste vrijdag van november opnieuw genieten van een zoete namiddag in het gezelschap van onze Bolsterband. Warm de dansbenen al maar op, onze dansvloer is er klaar voor.

Je kan op voorhand ook blijven eten in ons Bolsterkaffee. De maaltijd moet je wel 1 dag op voorhand reserveren.

**Locatie: Bolsterkaffee, maaltijd om 12.00 uur, prijs: € 7.50, zoete namiddag van 13.30 uur tot 16.30 uur, prijs: gratis**

## Vernieuwing maandmenu:

Vanaf heden werken we met een vernieuwd maandmenu. Kom je verschillende keren per maand dan kan je dit vanaf nu invullen op je maandmenu.

Bezorg dit dan aan onze vrijwilligers van de bonnenhoek, zij verwerken dit wanneer ze tijd hebben. Na je maaltijd kan je het papier weer komen ophalen, zo heb je thuis ook een duplicaat van je reserveringen.

Online reserveren alsook telefonisch kan nog steeds.



## MENU

Gezellig samen tafelen.



### November 2024

**Naam + voornaam** : .....

**Telefoon** : .....

**G D**

Ma. 04/11			Bonensoep / gehaktbrood / rode kool / aardappelen / chocomousse
Di. 05/11			Landbouwerssoep / boomstammetje / spitskool / gebakken aardappelen / pudding
Wo. 06/11			Champignonsoep / kipfilet met curry / groentemix / puree / fruitsla
Do. 07/11			Minstronensoep / spaghetti bolognaise / pudding
Vr. 08/11			Kervelsoep / roodbaars / spinaziepuree / gebak
Ma. 11/11			<b>Bolster is gesloten: geen maaltijd</b>
Di. 12/11			Pompoensoep / goulash / slaatje / <b>frietten</b> / pudding
Wo. 13/11			Bonensoep / varkensgebraad / wortelen en erwten / gebakken aardappelen / fruit



**G = Gewone maaltijd**  
**D = Dieet**



Elke 1 <sup>ste</sup> en 3 <sup>de</sup> maandag van de maand	<b>Veer Same</b> , Wijkcentrum, Molenstraat 164, <b>Meeswijk</b>	Inschrijven tot de vrijdag 12 u voor de samenkomst
Elke 2 <sup>de</sup> en 4 <sup>de</sup> maandag van de maand	<b>Lavendel</b> , Wijkcentrum, Kannegatstraat 37, <b>Boorseem</b>	Inschrijven tot de vrijdag 12 u voor de samenkomst
Elke 1 <sup>ste</sup> en 3 <sup>de</sup> dinsdag van de maand	<b>'t Goed Gevoel</b> , zaal FrancisCasa, Opperveldstraat 6, <b>Maasmechelen-centrum</b>	Inschrijven tot de donderdag 12 u voor de samenkomst
Elke 2 <sup>de</sup> en 4 <sup>de</sup> woensdag van de maand	<b>Bijeen</b> , Gemeenschapscentrum, Hoekstraat 1, <b>Opgrimbie</b>	Inschrijven tot de maandag 12 u voor de samenkomst
Elke 1 <sup>ste</sup> en 3 <sup>de</sup> donderdag van de maand	<b>Het Contact</b> , zaal Concordia, Oude Baan 205A, <b>Vucht-Mariaheide</b>	Inschrijven tot de dinsdag 12 u voor de samenkomst
Elke 2 <sup>de</sup> en 4 <sup>de</sup> donderdag van de maand	<b>Ukever Sjakel</b> , zaal Het Sjeurke, Herkveldstraat 36, <b>Uikhoven</b>	Inschrijven tot de dinsdag 12 u voor de samenkomst
Elke 2 <sup>de</sup> en 4 <sup>de</sup> vrijdag van de maand	<b>De Dreef</b> , Parochiecentrum Leut, Dreef 149, <b>Leut</b>	Inschrijven tot de woensdag 12 u voor de samenkomst

## Uit in Maasmechelen

De UiTPAS is een spaar- en voordelenprogramma voor de vrije tijd. Elke keer als je deelneemt aan een vrijetijdsactiviteit, kan je een punt sparen en die punten kan je nadien omruilen tegen allerlei voordelen. Momenteel kan je met je UiTPAS terecht bij de gemeentelijke vrijetijdsdiensten, m.n. de jeugddienst, de sportdienst, het CC, de bib en ook in **de Bolster**... Op termijn zullen ook andere vrijetijdsorganisaties instappen.

**De aankoop van een UiTPAS kost € 5,00. Je kan ook punten sparen aan het Uitpaszuiltje aan het onthaal in de Bolster of via de Uitpas app.**

**Omruilvoordeel: Bij 5 punten gratis stuk vlaai! Bij 30 punten een gratis maaltijd**

