



Dienstencentrum *De Bolster* PROGRAMMA FEBRUARI 2025

Dagelijkse buurtmaaltijden in de Bolster

Elke werkdag om 12.00 uur: een warme maaltijd voor maar 7,50 euro.
Reserveren/annuleren 1 dag vooraf voor 15.00 uur!

Wijkwerkingen: dienstencentrum De Bolster komt naar u toe!

12.00 uur: middagmaal voor 7,50 euro

13.00 uur tot 16.00 uur: activiteit

Meer info: Veerle Jacobs, Ilse Nelis en Liesbeth Leysen
telefoon 089 48 28 50

DOE IN FEBRUARI MEE MET DE MAAND ZONDER ALCOHOL!

Lees er alles over op
Tourneeminerale.be

TOURNEÉ MINÉRALE

**IK ZEG
JA TEGEN
EEN BETERE
NACHTRUST.**
...ZZZZ

Ontdek nog meer voordelen op
www.tourneeminerale.be

TOURNEÉ MINÉRALE

**IK ZEG
JA TEGEN
1 MAAND
ZONDER
ALCOHOL.**

JA zeggen tegen een maand zonder alcohol is *JA* zeggen tegen meer energie, een betere slaap en een gezonder gewicht. Je voelt je gewoon beter in je vel. Ontdek nog meer voordelen op www.tourneeminerale.be

TOURNEÉ MINÉRALE

**IK ZEG
JA TEGEN
BETERE
SPORT-
PRESTATIES.**

Ontdek nog meer voordelen op
www.tourneeminerale.be

Dienstencentrum De Bolster | Kastanjelaan 61 | 3630 Maasmechelen
Centrumleider Jonathan Nulens
telefoon 089 48 28 50
e-mail: debolster@maasmechelen.be
De Bolster is op werkdagen open van 8.45 uur tot 16.30 uur



ACTIVITEITEN FEBRUARI 2025

Activiteiten Februari 2025

Za. 1 feb. 2025

Start Tournée Minérale



Tournée Minérale werd in geen tijd een begrip. In februari 2025 gaat de negende editie van start. Hopelijk samen met jou! Het maakt niet uit of je nu voor de eerste keer meedoet, of al vaker een maand alcoholvrij door het leven ging. Een maand stilstaan bij je alcoholgebruik, levert je alleen maar voordelen op! Ga dus de uitdaging aan en drink in februari geen alcohol. Want ook zonder alcohol kan je je perfect amuseren! In het Bolsterkaffee willen we iedereen extra stimuleren om mee te doen. Daarom zijn er in de maand februari 4 specials die we aanbieden aan € 1,5:

Koffie met caramel/hazelnootsmaak

Chocomelk met marshmallows

Liefmans on the rocks 0.0%

Looza Appel - Kers



Ma. 03 feb. 2025

Start cursussen PCVO



Vanaf 3 februari gaan de cursussen van het PCVO weer van start. Wil je graag iets bijleren over computers, smartphones of specifieke applicaties maar weet je niet wat of hoe? Dan kan je via het PCVO (kosteloos) cursussen volgen in de Bolster! Meer info kan je vinden aan de balie. Schrijf je snel in want de plaatsen zijn beperkt.

Wo. 5 feb. 2025

Haak- en breiclub

Wo. 12 feb. 2025

Wo. 19 feb. 2025

Wo. 26 feb. 2025

Iedere woensdagnamiddag kan je in het Bolsterkaffee terecht om gezellig te haken of te breien in een grote groep van dames.

Neem een koffietje en haak, brei en keuvel de namiddag door!

Locatie: Bolsterkaffee van 13.30 uur tot 16.00 uur, gratis



Do. 6 feb. 2025

DIGIPUNT BOLSTER

Do. 13 feb. 2025

Do. 20 feb. 2025

Do. 27 feb. 2025

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.

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



WEKELIJKS 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 gewichtscontrole

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

Elke eerste en derde donderdag van de maand (vanaf maart) van 13.30 uur tot 16.00 uur

Crea met Suzanne Schobben

Om de 2 weken vrijdagnamiddag: 14.00 uur tot 16.00 uur

Digipunt

Voor al je vragen rond gsm's en computers.

Donderdagnamiddag van 13.00 uur tot 15.30 uur



ACTIVITEITEN FEBRUARI 2024

Wist je dat...

... in 2024 gemiddeld 54 eters per dag 's middags in De Bolster kwamen eten?

... de maand oktober een recordmaand was met 1321 maaltijden?

... in totaal in 2024 13.311 maaltijden werden verkocht? Dat zijn er maar liefst 2872 meer dan in 2023!

Het was opnieuw een topjaar voor ons Bolsterkaffee!

Bedankt aan al de eters om elke dag weer talrijk aanwezig te zijn. En vooral ook een dikke merci aan onze vrijwilligers die hard werken in het cafetaria en iedereen met de glimlach bedienen! Zonder hen zou dit allemaal niet mogelijk zijn!



ZET ALVAST IN JE AGENDA VOOR MAART

Ma. 3 maart. 2025 Mosselen in de bolster

Di. 4 maart. 2025



Binnenkort zijn er weer mosselen in de Bolster! De prijs is **€ 17,00** voor soep, mosselen met frietjes en dessert. Huiver je al bij de gedachte aan mosselen, geen nood! Er is ook de mogelijkheid om een gewoon dagmenu te bestellen aan € 7,50.

Inschrijvingen bij Jonathan en Kathleen **vanaf 17 februari 2025!**

Wo. 5 maart 2025 Haringhappen met DJ Willy



Kom tijdens de carnavalperiode naar goede traditie genieten van heerlijke haring met een drankje. Met de carnavalsmuziek van DJ-Willy is dansen zeker aan de orde!

Verkleeden moet niet maar de best verklede bezoeker wint een verrassing!

Vr. 7 maart 2025 Activiteit grootouders kleinkinderen



Kom ook deze vakantie weer knutselen met je kleinkinderen. Samen met Suzanne werken jullie aan leuke werkjes met verf!

Locatie: Bolsterkaffee van 13.30 uur tot 16.00 uur

Inschrijvingen via de bonnenhoek **vanaf 21 februari 2025!**

Do. 6 feb. 2025

Venster op de wereld: Hetty Helsmoortel: Missie 2024

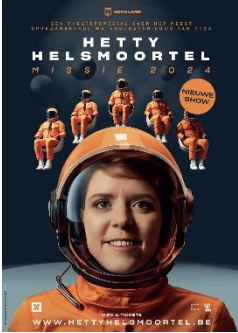
Het avontuur gaat verder! Als steeds populairdere wetenschapswatcher op radio en tv nodigt Hetty Helsmoortel je in Missie 2024 uit voor een gloednieuwe ontdekkingsreis. Voor het vierde jaar op rij onthult ze de meest fascinerende wetenschappelijke en technologische doorbraken van het afgelopen jaar.

Leest Elon Musk binnenkort onze gedachten? Zijn blauwe bessen echt blauw? En wat onthullen de nieuwste ruimtetoetsen over onze plaats in het universum?

Met haar ongeëvenaard enthousiasme en scherpe helderheid gidst Hetty Helsmoortel je door de complexe wereld van de moderne wetenschap, waarbij ze humor en verwondering naadloos combineert. Zo houdt ze iedereen - van nieuwsgierige geesten tot doorwinterde tech-enthousiastelingen - moeiteloos in de ban. Missie 2024 is een must-see voor iedereen die zijn horizon wil verbreden.

Locatie: CC om 20.15 uur, prijs: € 23

Organisatie: CC Maasmechelen i.s.m. Cultuursmakers



**Do. 6 feb. 2025
Do. 20 feb. 2025**

Samen lezen: Omdat verhalen deugd doen i.s.m. Avansa Limburg

We ontmoeten mekaar tweewekelijks om naar sterke verhalen en mooie gedichten te luisteren. We praten nadien over de tekst. Herken je jezelf in het verhaal? Heb je er affiniteit mee? Word je erdoor geraakt? Je hoeft voor deze cursus geen grote lezer te zijn. Iedereen kan deelnemen, er wordt gelezen voor het plezier. En omdat verhalen soms deugd kunnen doen.

Locatie: De Bolster van 9.30 uur tot 11.30 uur, prijs: gratis

Do. 6 feb. 2025

Muzikale namiddag: Ivo Plays Shadows

Hoe kunnen we het jaar beter starten dan met een muzikale noot?

Ivo en zijn gitaar nemen jullie mee naar klassieke hits uit de jaren '70, '80 en '90.

Trek je dansschoenen aan, smeer de kelen en kom genieten van een namiddag vol zang en plezier.

Wanneer: Bolsterkaffee van 13.30 uur tot 16.30 uur



Vr. 7 feb. 2025

Zoete namiddag

Kom uitzonderlijk op de eerste vrijdag van februari 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 euro, zoete namiddag van 13.30 uur tot 16.30 uur, prijs: gratis





ACTIVITEITEN FEBRUARI 2024

Wo. 12 feb. 2025 **Reisreportage: Ladakh, land van de hoge bergpassen**



Vanuit New Dehli, de hoofdstad van India, vlieg je naar Leh, de hoofdstad van de provincie Ladakh, één van de meest fascinerende plekken ter wereld in het uiterste noorden van India. Op een hoogte van 3500 meter grenst Ladakh aan Tibet. De 200.000 Ladakhi wonen in de vallei van de Indus of hoog in de Himalaya, waar ze meer dan 8 maanden per jaar volledig geïsoleerd leven tussen de besneeuwde bergpassen.

We reizen door uitgestrekte landschappen en over hoge bergpassen, dorpen en velden. Een indrukwekkende rit brengt ons via de Kardong-la, een historische pas ten tijde van de zijderoute, naar de Nubravallei. Prachtige kloosters (gompa's) bezetten de hoge rotspieken, sommige zijn Unesco Werelderfgoed.

Locatie: Bolsterkaffee van 19.30 uur tot 22.00 uur, prijs: € 7 (inclusief hapje en/of drankje)

Begeleiding: Guido Boeken

Organisatie: Cultuursmakers i.s.m. CC en de Bolster

Do. 13 feb. 2025 **Valentijnmenu in de Bolster**



Vier samen met ons de dag van de liefde en vriendschap met een lekker Valentijnmenu!

Salade van kipcocktail met rode vruchtencoulis

Crème van selder en peterselie

Gebraad met roomsausje, kroketten en boontjes

Rijstpap met abrikozensausje

Locatie: De Bolster, prijs: 14 euro, om 12.00 uur

Inschrijven kan vanaf 30 januari 2025!

Di. 25 feb. 2025 **Cinématinee: Poor Things (Yorgos Lantimos, 2023)**



Poor Things vertelt het ongelofelijke verhaal en de fantastische evolutie van Bella Baxter (Emma Stone), een jonge vrouw die weer tot leven is gewekt door de briljante en onorthodoxe wetenschapper dr. Godwin Baxter (Willem Dafoe).

Bella leeft een beschermd bestaan bij Baxter en is heel leergierig. Ze is hongerig naar kennis over de wereld die ze mist en gaat er vandoor met Duncan Wedderburn (Mark Ruffalo), een gladder en losbandige advocaat. Samen beleven ze wervelende avonturen over de hele wereld. Bella is vrij van vooroordelen uit haar tijd en groeit standvastig in haar wil om op te staan voor gelijkheid en bevrijding.

Dit hilarisch visueel drama van Yorgos Lanthimos (The Favourite, The Lobster) won de Gouden Leeuw op het filmfestival van Venetië. Emma Stone mocht haar verdiende Oscarnominatie voor Beste Actrice verzilveren voor haar straffe vertolking in dit exuberante meesterwerk.

Locatie: CC om 14.00 uur, prijs: € 7 (inclusief drankje)

Organisatie: CC Maasmechelen

Wo. 26 feb. 2025 **Venster op de wereld: Lia Van Bekhoven: Leven (en lijden) met de Britten**

Toen Lia van Bekhoven zich eind jaren zeventig in Londen vestigde, kon je nergens filterkoffie krijgen, hadden Britse huizen vloerbedekking in het toilet en moest prins Charles nog aan zijn eerste huwelijk beginnen. Sindsdien versloeg ze, vooral als 'de stem uit Londen', alle belangrijke en minder belangrijke ontwikkelingen die zich in het land afspeelden. Van vredesonderhandelingen in Noord-Ierland tot het fenomeen Boris Johnson, en van de opkomst van Harry Potter tot de dood van prinses Diana.

Anglofiel is van Bekhoven nooit geworden, maar de omschrijving 'Nederlandse Londense' zit haar als gegoten.

In deze boeiende lezing vertelt Lia van Bekhoven over hoe ze aan haar verhalen komt als correspondent voor Nederlandse en Vlaamse media, hoe het is om samen te leven met de Britten en welke kleding ze droeg op dat tuinfeest in Buckingham Palace.



Locatie: CC om 20.15 uur, prijs: € 20

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

Vr. 28 feb. 2025 **Zoete namiddag**



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 euro, zoete namiddag van 13.30 uur tot 16.30 uur, prijs: gratis

ONLINE RESERVEREN VAN MAALTIJDEN

Wist je dat je ook online je maaltijden kan reserveren voor de Bolster en wijkwerkingen?

Hoe doe je dit?

1. Surf naar www.dcdebolster.be
2. Kies de wijkwerking waarvoor je wil reserveren.
3. Selecteer de dagen waarop je wil komen eten.
Vanonder zie je een overzicht van de geselecteerde dagen.
Ga verder naar stap 2.
4. Vul je gegevens in. Ga verder naar stap 3.
5. Je ziet een samenvatting van de bestelling. Klopt er iets niet, dan kan je nog altijd terug naar stap 2 of 1. Als alles correct is, dan klik je op verzenden. Nadien ontvang je van ons nog een bevestigingsmail

SCAN ME





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

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

