



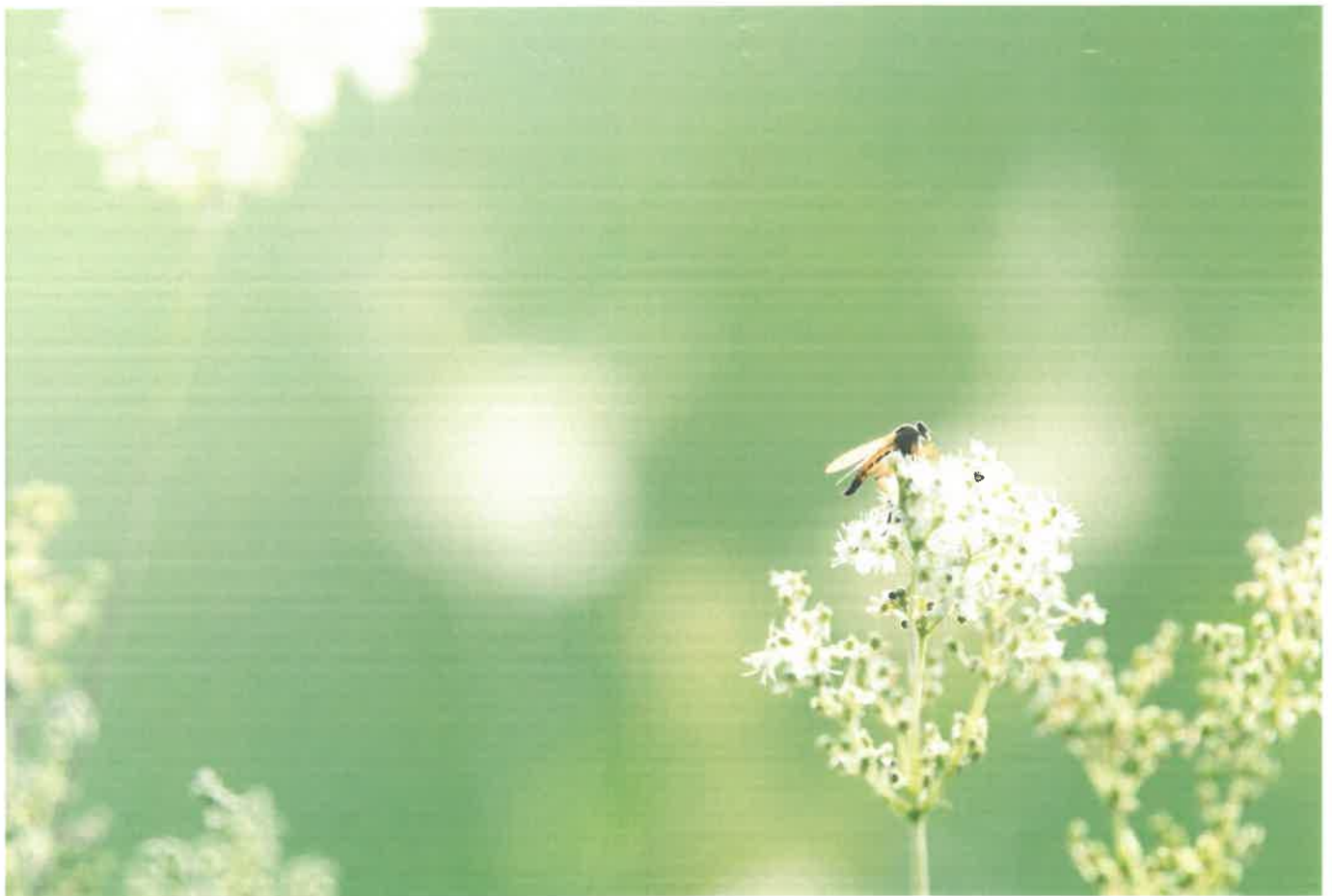
Dienstencentrum De Bolster PROGRAMMA JUNI 2023

Dagelijkse buurtmaaltijden in de Bolster

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

Wijkwerkingen: dienstencentrum De Bolster komt naar u toe!

12.00 uur: middagmaal voor 7,50 euro – 13.00 uur tot 15.30 uur: activiteit
Meer info: Veerle Jacobs, Doreen Engelen en Betty Haesen, T 089 48 28 50



Dienstencentrum De Bolster | Kastanjelaan 61 | 3630 Maasmechelen

Centrumleider Ilse Nelis

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

Activiteiten juni 2023

Do. 1 juni 2023
Do. 15 juni 2023
Do. 29 juni 2023



DIGIPUNT BOLSTER

Wij veranderen de naam van ons ICT-vragenuurtje in DIGIPUNT Bolster. Er zijn al verschillende digipunten in Maasmechelen waar je terecht kan, vb. bij de bib of PCVO. De werking van ons digipunt verandert echter niet.

Op donderdag kan je om de 2 weken terecht bij Juan en Roland voor heel wat vragen over je smartphone, tablet, laptop en pc. Herstellingen van hardware doen we echter niet. Je geeft je vraag best op voorhand door aan Ilse of via mail naar debolster@maasmechelen.be

Locatie: Bolsterkaffee, van 14.00 uur tot 15.30 uur, maak op voorhand een afspraak, prijs: gratis

Do. 8 juni 2023
Do. 22 juni 2023



Koppeldansen

Marleen Keuren geeft al enige tijd lessen aan mensen die graag linedancen. Ze is sinds kort ook gestart met lesgeven aan koppels die graag samen willen dansen. Kom het zeker een keertje proberen! Ook als je nog geen danspartner hebt, ben je welkom. Wie weet kunnen we je nog aan iemand koppelen!

Locatie: Cultuurcentrum van 13.30 uur tot 14.30 uur, prijs: gratis

Do. 1 juni 2023
Do. 15 juni 2023
Do. 29 juni 2023



Samen lezen: Omdat verhalen deugd doen

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? Raakt het je?

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

Vr. 9 juni 2023



Bolsterkaffee is gesloten om 13.00 uur wegens viering van de jubilarissen



JUNI 2023

Vr. 30 juni 2023



Zoete namiddag

Kom op de laatste vrijdag van juni 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

Pedicure in de Bolster Nieuwe prijzen vanaf 1/4/2023

Voeten dragen ons heel ons leven, daarom is een goede voetverzorging belangrijk. Een professionele pedicure kan hierbij helpen. Zij geeft advies omtrent voetverzorging, biedt hulp bij een diabetesvoet en verwijst bij ernstige aandoeningen door naar een arts. Om je voeten te laten verzorgen kan je elke vrijdag bij ons terecht, maak wel vooraf een afspraakje op het nummer 089 48 28 50 of spring binnen in het Bolsterkaffee en schrijf je in bij de gastheer of gastvrouw aan het Bolsterbonnenhoekje.

Voor cliënten met VT–statuut
€ 21,13 - eerste behandeling
€ 17,40 - per basisbehandeling



Voor cliënten zonder VT-statuut
€ 24,86 - eerste behandeling
€ 21,13 - per basisbehandeling

Schrijf je nu in voor de najaarscursussen in Dienstencentrum De Bolster

Computer
Smartphone/tablet
Taal
Gitaar
Bloemschikken
Yoga

Je kan nu al inschrijven voor de cursussen die starten in het najaar. Spring eens binnen in de Bolster, bel ons of stuur een e-mail voor meer informatie. Wij bieden voor ieder wat wils en zowel beginners als gevorderden kunnen bij ons terecht. Wij helpen je graag verder om de cursus te kiezen die het beste bij jou past.

Opgelet! Een cursus van PCVO kan **enkel cash** betaald worden!



ACTIVITEITEN

NIEUWE COLLEGA IN DE BOLSTER

Hey iedereen

Velen onder jullie stelden zich de vraag "Wie wordt de vervangster van Ria?"

Wel, dat ben ik, Kathleen Horsmans, 35 lentes jong. Samen met mijn man en ons zoontje wonen wij in het mooie Rotem, een deelgemeente van Dilsen-Stokkem. Voor ik hier een nieuwe start nam heb ik jarenlang bij Mané in Opgrimbie gewerkt, een voorziening voor mensen met een niet-aangeboren hersenletsel. Een heel andere doelgroep maar ook evenzeer binnen het sociale werk. Ze zeggen wel eens 'verandering doet leven', en daarom ook de stap naar de Bolster. Vanaf nu kunnen jullie dus een gezicht plakken op mij, en weten jullie ook wie jullie vanaf nu mogen aanspreken 😊. Ik kijk er heel erg naar uit om jullie allemaal te mogen ontmoeten, en hopelijk gaan we een fijne samenwerking tegemoet.



Veel liefs,
Kathleen

in Maasmechelen

De UiTPAS is een spaar- en voordelenprogramma voor de vrije tijd. Elke keer als je deelneemt aan een vrijetijdsactiviteit, spaar je een punt. De gespaarde punten kan je nadien omruilen tegen allerlei voordelen. Momenteel kan je met de 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. Punten sparen kan aan het Uitpaszuiltje aan het onthaal in de Bolster of via de app van de Uitpas.

Omruilvoordeel

Bij 5 punten gratis stuk vlaai!

Bij 30 punten een gratis maaltijd!

JUNI 2023

REGIONALE SPORTELDAG 50+

As • Dilsen-Stokkem • Lanaken • Maasmechelen



Dienstencentrum Stockheim • 09.30 - 16.30 uur



Verantw. uitg.: Sofie Vandeweerdt, p.a. Europalaan 25, 3650 Dilsen-Stokkem



ACTIVITEITEN

ONLINE RESERVEREN VAN MAALTIJDEN

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

Dit is mogelijk dankzij de inspanningen van onze vrijwilliger Giovanni.

Hoe doe je dit?

1. Surf naar www.dcdebolster.be of scan de QR code.
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



Op de website kan je ook meer informatie terugvinden over de activiteiten en diensten die de Bolster aanbiedt. Klik hiervoor op de 'Home'-knop.



Dienstencentrum DeBolster

Website van de Bolster

Onze menukaarten:

KIES DE WIJKWERKING:



DC De Bolster
Kastanjelaan 61, Eisden

De Bolster



Gemeenschapscentrum
Hoekstraat 1, Opgrimbie

Bijeen



Zaal Concordia
Oude Baan 205A, Mariaheide

Het Contact



Parochiecentrum
Dreef 149, Leut

De Dreef



JUNI 2023

WEKELIJKS TERUGKERENDE ACTIVITEITEN

Dagelijkse buurtmaaltijden in de Bolster

Elke werkdag serveren wij om 12.00 uur een warme maaltijd voor maar 7,50 euro.

Bolsterclubje

Maandagnamiddag van 13.00 uur tot 16.00 uur

Donderdagnamiddag van 13.00 uur tot 16.00 uur

Petanqueclub De Kastanje

Dinsdagnamiddag van 13.30 uur tot 16.00 uur

Vrijdagnamiddag van 13.30 uur tot 16.00 uur

Schilderen

Dinsdagvoormiddag van 9.00 uur tot 12.00 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

Zangkoor

Donderdagnamiddag van 13.30 uur tot 14.45 uur

Dansles

Vrijdagvoormiddag van 9.00 uur tot 10.00 uur

Praatgroep spiritualiteit

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

Samen lezen

Om de 2 weken op donderdagvoormiddag van 9.30 uur tot 11.30 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

Zoete namiddag met de Bolsterband

Elke laatste vrijdag van de maand van 13.30 uur tot 16.30 uur



Lavendel
Wijkcentrum Wijk 26



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, Boorse	Inschrijven tot de vrijdag 12 u voor de samenkomst
Elke 1 ^{ste} en 3 ^{de} dinsdag van de maand	't Goed Gevoel , zaal Jagersborg, Heirstraat 247 A, Maasmechelen-centrum	Inschrijven tot de donderdag 12 u voor de samenkomst
Elke 2 ^{de} en 4 ^{de} vrijdag van de maand	Bijeen , Gemeenschapscentrum, Hoekstraat 1, Opgrimbie	Inschrijven tot de woensdag 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 ^{ste} en 3 ^{de} vrijdag van de maand	De Dreef , Parochiecentrum Leut, Dreef 149, Leut	Inschrijven tot de woensdag 12 u voor de samenkomst

