



# Dienstencentrum De Bolster PROGRAMMA MAART 2026

Onze vrijwilligers zijn écht bijzonder, elke dag maken ze de wereld beter.  
Als bezige bijen laten ze de Bolster groeien en bloeien. 🐝 🌸  
Dank jullie wel toppers voor jullie dagelijkse inzet!

**Week van de Vrijwilliger 2026**

28 februari - 8 maart

**JIJ BENT  
BIJZONDER**



© Vlaams Steunpunt Vrijwilligerswerk

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



# ACTIVITEITEN

**Za. 28 feb. 2026**



## **Start week van de vrijwilliger**

Het thema van de Week van de Vrijwilliger 2026 is "Jij bent BIJzonder!". Vrijwilligers zijn écht bijzonder, elke dag maken ze de wereld beter. Als bezige bijen laten ze organisaties groeien en bloeien.

Bedank dus de mensen die je doen bijleren, je rondrijden, je eten opdienen, je verder helpen aan het onthaal of de bonnenhoek... Zij bouwen immers samen met ons aan een plaats waar iedereen welkom is!

Dankjewel aan al de bezige bijen van De Bolster, Minder Mobielen Centrale en alle wijkwerkingen!

**Zo. 1 maart 2026**

**MET JOU  
is alles  
LEUKER**

## **Complimentendag**

Op zondag 1 maart is het complimentendag en dat willen we ook dit jaar vieren! Geef een schouderklopje aan iemand die iets goed doet, anderen helpt of altijd optimistisch is – en vergeet daarbij jezelf niet!

**Ma. 2 maart 2026**

**Di. 3 maart 2026**



## **Speciaal Menu: Mosselen**

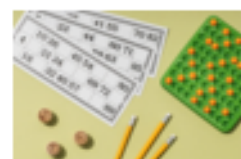
Kom lekker mosselen eten in de Bolster. Huiver je al bij de gedachte aan mosselen? Geen nood! Er is ook de mogelijkheid om een gewoon dagmenu te bestellen.

**Locatie:** Bolsterkaffee om 12.00 uur

**Prijs:** 17 euro voor mosselen of 7,50 euro voor een dagmenu

**Inschrijven** kan vanaf 16 februari om 9.00 uur bij Jonathan of Kathleen.

**Do. 5 maart 2026**



## **Maandelijks kiennamiddag**

Elke eerste donderdag van de maand verwelkomen we jullie voor onze gezellige kiennamiddag. We spelen 6 rondes, met leuke kleine prijsjes zoals een pot erwten, koekjes, zeep en nog meer verrassingen. Een namiddag vol spanning, plezier en gezellig samenzijn!

**Oproep:** wij zoeken nog een vrijwilliger die elke keer de nummertjes klaar en duidelijk wil afroepen. Heb je interesse? Meld je bij Kathleen.

**Locatie:** De Bolster Zaal Windelsteen, van 14.00 uur tot 16.00 uur, **prijs:** € 2 per kaart (max 2), inschrijven voor 3 maart.

**Ma. 9 maart 2026**



## **Reisreportage: Sicilië door Edgard Jaspers**

Sicilië, het grootste eiland van de Middellandse Zee, is een smeltkroes van culturen met invloeden van Grieken, Romeinen, Arabieren en Spanjaarden. Van de majestoeuze Etna tot de barokke pracht van Noto en de eeuwenoude tempels van Agrigento. Dit eiland ademt geschiedenis en charme. In deze reisreportage nemen we je mee langs adembenemende landschappen, culturele schatten en de unieke sfeer van Sicilië.

**Locatie:** CC Maasmechelen om 14.00 uur, **prijs:** € 8 (inclusief drankje)

**Organisatie:** CC Maasmechelen

# MAART 2026

## 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 15.00 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

### **Digipunt**

Voor al je vragen rond gsm's en computers.

~~Woensdagvoormiddag van 10.00 uur tot 12.00 uur (Thomas)~~ **GAAT NIET MEER DOOR**

Donderdagnamiddag van 13.00 uur tot 15.30 uur (Juan)

### **Crea met Suzanne Schobben**

Om de 2 weken vrijdagnamiddag: 14.00 uur tot 16.00 uur



# ACTIVITEITEN

## Aangepaste openingsuren Bolsterkaffee

Vanaf maart passen we de standaard openingsuren van onze cafetaria aan. **Let op:** tijdens speciale activiteiten of evenementen (zoals een zoete namiddag) kunnen de openingsuren afwijken.

- ✚ Het Bolsterkaffee is steeds geopend van 8.45 uur tot 16.15 uur.
- ✚ De toog zal door onze vrijwilligers bemand worden van 9.00 uur tot 16.00 uur.
- ✚ Het laatste drankje wordt om 16.00 uur geserveerd.
- ✚ De Bolster zelf blijft geopend van 8.45 uur tot 16.30 uur



Dank je wel voor jullie begrip. We blijven jullie met plezier verwelkomen in ons Bolsterkaffee!



## Dagelijkse buurtmaaltijden

SCAN ME



Wist je dat je elke dag kan blijven eten in de Bolster? Volg je een cursus of activiteit, dan kan je deze beginnen of afsluiten met een lekker dagmenu. Ook personen die geen cursus of activiteit volgen zijn uiteraard welkom in ons Bolsterkaffee. Elke werkdag om 12.00 uur serveren wij een driegangenmenu (soep, hoofdgerecht en dessert). Deze maaltijden komen van onze traiteur Hoeve Gervan. Een warme maaltijd kost 7,50 euro. Reserveren of annuleren van een maaltijd kan steeds tot 1 werkdag vooraf voor 15u via 089 48 28 50.

## ONLINE RESERVEREN VAN MAALTIJDEN

Wist je dat je ook online je maaltijden kan reserveren voor de Bolster en de wijkwerkingen? Dit kan via de QR-code dankzij onze vrijwilliger Giovanni Careghi.

# MAART 2026

**Di. 10 maart 2026 Infosessie: waardig levenseinde i.s.m. Het Huis van de Mens**

**Ma. 16 maart 2026** Iedereen heeft recht op een waardig levenseinde, maar hoe moet dat dan precies? Wat heb je zelf in de hand. Wat kan je zelf bepalen? Het Huis van de Mens geeft informatie over de wetgeving en over mogelijke beslissingen bij het levenseinde: euthanasie, weigeren van behandelingen, orgaandonatie, je lichaam schenken aan de wetenschap, uitvaart, ...  
**Locatie:** De Bolster, dinsdag 10 maart om 14.00 uur OF maandag 16 maart om 19.00 uur, prijs: gratis, op voorhand inschrijven

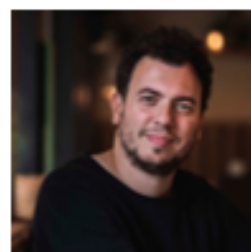


**Vr. 13 maart 2026 De Bolster is gesloten vanaf 13.00 uur wegens viering jubilarissen**



**Vr. 13 maart 2026 Voorstelling Marco Mariotti: 'Moord aan de Maas: moordverhalen uit de Maasdorpen'**

**Za. 14 maart 2026** Journalisten schrijven in 1909 over een lugubere moordzaak in Kotem. Theodoor Kortleven blijkt er na een maand verdwijning afgeslacht teruggevonden in een kalkkuil. In Kotem is men geschrokken, maar de journalisten schrijven verwoestend over dat Maasland. "Dit is geen losstaand feit, maar de druppel in een veel te grote emmer", klinkt het. Marco vertelt het verhaal van de vermoorde Kortleven, vlak bij de plek waar hij destijds gevonden werd. Hij schetst hoe onze Maasdorpen berucht werden. Maar waren wij dan echt een moordlustig volkje daar tussen Leut en Rekem? Of is er iets anders aan de hand? En hoe zit dat met de reputatie van Boorseme? Een verhaal van overleven, eergevoel en soms pure haat aan de Maas. In deze meeslepende voorstelling voert Marco Mariotti ons via AI-reconstructies mee naar een duister hoofdstuk uit de plaatselijke geschiedenis. Niet alle beelden zijn geschikt voor gevoelige kijkers. Na de voorstelling kan Marco' nieuwste boek 'Moord aan de Maas' ter plaatse gekocht worden aan een exclusieve korting.  
**Locatie:** Wijkcentrum Kotem om 20.00 uur, prijs: € 9  
**Organisatie:** CC Maasmechelen



**Zo. 15 maart 2026 Dag van de Zorg**

Op 15 maart zetten we iedereen in de zorg extra in de bloemetjes. Dag in, dag uit zorgen zij met veel inzet, geduld en een warm hart voor anderen. Vandaag zeggen we graag 'dank je wel' – voor de zorg, de aandacht, de luisterende oren en de kleine gebaren die een groot verschil maken. Wist je dat er op 14 en 15 maart in verschillende zorginstellingen opendeurdagen zijn waar je eens een kijkje kan gaan nemen? Meer info kan je vinden op [www.dagvandezorg.be](http://www.dagvandezorg.be)





# ACTIVITEITEN

## Ma. 16 maart 2026 Praatcafé Dementie: lezing 'Dementie verandert: over verandering en loslaten'



Wanneer een diagnose dementie je pad kruist, voel je 'veranderingen' op diverse domeinen. En verandering voelt onwennig. 'Anders' kan beter of slechter zijn. Dementie brengt verandering mee in de persoonlijke, familiale en sociale relaties. Dementie verandert de communicatie, heeft impact op het toekomstperspectief en nog veel meer. Wat kan je doen om deze veranderingen een plaats te geven in je leven? Hoe maak je ze bespreekbaar? Geen kant-en-klare oplossingen maar wel boeiende vragen om samen over na te denken tijdens dit praatcafé.

**Locatie:** Cafetaria WZC Heyvis, van 19.00 uur tot 21.30 uur  
**prijs:** gratis, inschrijven kan t.e.m. 9 maart bij Ann Stevens, 089 48 28 00 of via [ann.stevens@maasmechelen.be](mailto:ann.stevens@maasmechelen.be)

## Di. 17 maart 2026 Kookavond: 'Basic koken voor mannen'



Geen zin meer in boterhammen of kant-en-klare maaltijden? Tijdens deze kookavond voor mannen leer je hoe je zelf een degelijke maaltijd op tafel zet. We houden het simpel en stevig met deze menu:

🍝 Spaghetti bolognese – een klassieker die altijd scoort

🍫 Chocomousse – makkelijk, maar indruk gegarandeerd

Stap voor stap gaan we samen aan de slag. Geen kookervaring nodig, wél goesting om iets bij te leren. Schort aan, handen uit de mouwen en koken maar!

**Locatie:** De Bolster, van 17.00 uur tot 21 uur

**prijs:** € 5 (betalen bij inschrijving), inschrijven bij het bonnenhoekje, er worden deze avond enkel alcoholvrije drankjes geserveerd.  
Uiteraard eten we deze maaltijd ook samen gezellig op!

## Vr. 20 maart 2026 Internationale Dag van het Geluk



Op 20 maart vieren we de Internationale Dag van het Geluk: een fijne gelegenheid om even stil te staan bij de kleine dingen die het leven mooi maken: een glimlach, een goed gesprek, samen lachen of gewoon genieten van het moment. Kortom, allemaal dingen die de Bolster je kan bieden!

## Di. 24 maart 2026 Zitdag Huis van de Mens - **NIEUW**



Vanaf nu zal er elke vierde dinsdag van de maand een zitdag van het Huis van de Mens doorgaan in de Bolster. Zij bieden hulp bij het invullen van papieren rond levenseinde, volmachten, ... Wil je graag meer informatie of heb je vragen over het levenseinde, dan kan je terecht bij een medewerker van het Huis van de Mens. De zitdag gaat door in de voormiddag en telkens op afspraak.

**Locatie:** De Bolster tussen 9.00 uur en 12.00 uur, **prijs:** gratis, inschrijven bij het bonnenhoekje

# MAART 2026

## Do. 26 maart 2026 Cinématinee: A Complete Unknown



In januari 1961 verhuist de jonge Bob Dylan van Minnesota naar New York. Met zijn elektrische gitaar en uitzonderlijke talent is hij enorm gedreven om de koers van de Amerikaanse muziek te veranderen. Dylan weigert in een hokje gestopt te worden en maakt tijdens een folkfestival de controversiële keuze voor elektrische muziek, een keuze die zijn weerklink zal vinden in de hele wereld. In *A Complete Unknown* kruipt Timothée Chalamet in de huid van de troubadour Bob Dylan. Geen sinecure, want hij zingt maar liefst veertig nummers zelf. James Mangold (*Walk The Line*) laat de muziek en de sfeervolle jaren '60 de boventoon voeren. Na het boeiende levensverhaal van Johnny Cash regisseert hij opnieuw een meeslepende muzikale biografische film, die ook door de Academy niet kon worden genegeerd en maar liefst acht Oscarnominatie in de wacht mocht slepen.  
**Locatie:** CC Maasmechelen om 14:00 uur, **prijs:** € 8 (inclusief drankje)  
**Organisatie:** CC Maasmechelen

## Vr. 27 maart 2026 Zoete namiddag



Kom op de laatste vrijdag van maart 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

## Ma. 30 maart 2026 Bloemschikken voor Pasen i.s.m. Cindy Hoeven van Bloem en Groen



Breng de lente in huis met een mooi paasbloemstuk! Tijdens deze gezellige workshop bloemschikken ga je onder begeleiding van een ervaren lesgeefster zelf aan de slag. Stap voor stap maak je een prachtig bloemstuk in paassfeer om mee naar huis te nemen. Alle materialen worden volledig voorzien, je hoeft zelf niets mee te brengen.

**Begeleiding:** Cindy Hoeve van Bloem en Groen

**Locatie:** Zaal Windelsteen, om 13.30 uur, **prijs:** € 20, inschrijven voor 23 maart bij het bonnenhoekje

## SAVE THE DATE: ACTIVITEITEN APRIL

### Do. 2 april 2026 Vr. 3 april 2026



#### Paas menu

Kom genieten van een heerlijke Paasmenu in de bolster

*Slaatje met kip Hawai*

*Agnes Sorelsoep*

*Gebraad met rode wijnsaus, worteltjes*

*en dennenaardappeltjes*

*Mousse met rode vruchtencoulis*

**Locatie:** Bolsterkaffee, om 12.00 uur, **prijs:** € 14, inschrijven vanaf 16 maart bij Kathleen of Jonathan

|                                                                                     |                                                                 |                                                                           |                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|    | Elke 1 <sup>ste</sup> en 3 <sup>de</sup> maandag van de maand   | Veer Same, Wijkcentrum, Molenstraat 164, Meeswijk                         | Inschrijven tot de vrijdag 12 u voor de samenkomst   |
|    | Elke 2 <sup>de</sup> en 4 <sup>de</sup> maandag van de maand    | Lavendel, Wijkcentrum, Kannegatstraat 37, Boorseme                        | Inschrijven tot de vrijdag 12 u voor de samenkomst   |
|    | Elke 1 <sup>ste</sup> en 3 <sup>de</sup> dinsdag van de maand   | t' Goed Gevoel, zaal FrancisCasa, Opperveldstraat 6, Maasmechelen-centrum | Inschrijven tot de donderdag 12 u voor de samenkomst |
|    | Elke 2 <sup>de</sup> en 4 <sup>de</sup> dinsdag van de maand    | De Mèrt, cafetaria WZC Heyvis, Rijksweg 106, Eisdén                       | Inschrijven tot de donderdag 12 u voor de samenkomst |
|    | Elke 1 <sup>ste</sup> en 3 <sup>de</sup> donderdag van de maand | Het Contact, zaal Concordia, Oude Baan 205A, Vucht-Mariaheide             | Inschrijven tot de dinsdag 12 u voor de samenkomst   |
|    | Elke 2 <sup>de</sup> en 4 <sup>de</sup> donderdag van de maand  | Ukever Sjakel, zaal Het Sjeurke, Herkveldestraat 36, Uikhoven             | Inschrijven tot de dinsdag 12 u voor de samenkomst   |
|  | Elke 1 <sup>ste</sup> en 3 <sup>de</sup> vrijdag van de maand   | De Dreef, Parochiecentrum Leut, Dreef 149, Leut                           | Inschrijven tot de woensdag 12 u voor de samenkomst  |
|  | Elke 2 <sup>de</sup> en 4 <sup>de</sup> vrijdag van de maand    | Bijeen, Gemeenschapscentrum, Schoolstraat 34, Opgrimbie                   | Inschrijven tot de woensdag 12 u voor de samenkomst  |

Nog geen tijd gehad.  
Want ik moest nog  
een training geven.



Marc Hermans  
Ambassadeur Bevolkingsonderzoek Dikkedarmkanker

**GEEN EXCUSES.  
DOE DE STOELGANGTEST.  
IK DOE HET!.**

ONDERZOEK VOOR  
MANNEN EN VROUWEN VAN  
50 TOT EN MET 74 JAAR

BEVOLKINGS  
ONDERZOEK  
DIKKEDARM  
KANKER



Ontdek hoe ook jij kan deelnemen op [www.dikkedarmkanker.bevolkingsonderzoek.be](http://www.dikkedarmkanker.bevolkingsonderzoek.be)

**Uit in Maasmechelen**

