

vormings- aanbod najaar 2017

Brechtse dienstencentra

LDC Het Sluisken
Gasthuisstraat 11
2960 Brecht
03 330 11 20
CE 2217
hetsluisken@ocmwbrecht.be

LDC De Lindeboom
Kerklei 18 A
2960 Sint-Job-in-'t-Goor
03 667 14 00
CE 2626
delindeboom@ocmwbrecht.be

Computercursussen

Graag geven we enkele aandachtspunten over onze computerlessen mee:

- De cursussen worden gegeven op de computers van de dienstencentra. Het is dus niet mogelijk om de cursus te volgen op je eigen draagbare computer tenzij anders afgesproken met de lesgevers.
- Onze lesgevers werken op maat en zullen je tijdens de lessen de noodzakelijke informatie verschaffen. De ervaring leert ons dat het werken met een computer heel wat oefening vraagt. Om die reden organiseren de dienstencentra gratis oefenmomenten. Deze momenten zijn onder begeleiding van een lesgever. Tijdens deze oefensessies kan je wel je eigen draagbare computer meebrengen.

ABC van de PC

Deze cursus is gericht op absolute beginners in het computergebruik en de ideale opstap naar de digitale wereld. Een korte inleiding geeft weer wat een computer is en waarvoor hij gebruikt kan worden in het dagelijks leven. Nadien wordt stap voor stap het werken met een computer behandeld. Dit gaat van het opstarten en afsluiten van de computer tot het zelf maken, opslaan en weervinden van documenten en mappen.

Deze cursus omvat 5 lesmomenten in de voormiddag van 9.15 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	donderdagvoormiddag	28.09.2017	€ 25

Starten met computer

Deze cursus is gericht op absolute beginners in het computergebruik en de ideale opstap naar de digitale wereld.

Een korte inleiding geeft weer wat een computer is en waarvoor hij gebruikt kan worden in het dagelijkse leven. Nadien wordt stap voor stap het werken met een computer behandeld. Dit gaat van het opstarten en afsluiten van de computer tot het zelf maken, opslaan en weervinden van documenten en mappen.

Je leert ook correct met tekstverwerking te werken en je maakt kennis met de verkenner.

Deze cursus omvat 8 lesmomenten in de voormiddag van 9.15 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	vrijdagvoormiddag	15.09.2017	€ 40

DEF van de PC

Na het ABC volgt het DEF van de PC. Deze vervolgcursus besteedt aandacht aan de beginselen van tekstverwerking en gaat dieper in op het aanmaken van een eigen archief op je computer. Het handig en snel terugvinden van opgeslagen documenten staat voorop!

Deze cursus omvat 5 lesmomenten in de voormiddag van 9.15 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	donderdagvoormiddag	09.11.2017	€ 25



Beginternet

De reeks Beginternet is bedoeld voor wie nog (bijna) nooit met een computer gewerkt heeft. In deze lessen laten we je via het internet kennis maken met de muis en het toetsenbord, kom je te weten wat een website is, hoe je die moet openen en afsluiten, hoe je informatie kunt opzoeken op het internet en hoe je die kan bewaren.

We maken een mailadres aan en leren hoe je hierop aanmeldt.

We oefenen op conversaties voeren, mails versturen, mails verplaatsen naar een map en spam verwijderen.

Je leert mappen aanmaken, digitale facturen bekijken en opslaan, favorieten opslaan en zo meer.

Bij deze cursus mag je een eigen laptop gebruiken.

Deze cursus omvat 8 lesmomenten in de voormiddag van 9.15 uur tot 12 uur.

LDC	Dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	dinsdagvoormiddag	19.09.2017	€ 40

Internet en e-mail

Het wereld-wijde-web is tegenwoordig alom aanwezig. Vaak vind je informatie terug op een website of vraagt men je om te e-mailen. Ook je kinderen en kleinkinderen communiceren tegenwoordig via het internet.

Deze cursus belicht de beginselen van het internet: het leren surfen op het net en het aanmaken van een e-mailadres.

Deze cursus omvat 5 lesmomenten in de voormiddag van 9.15 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	vrijdagvoormiddag	17.11.2017	€ 25

Digitale fotografie

Na enige uitleg over de belangrijkste basisbegrippen zoals resolutie, pixels, ISO-waarden, compressie, ... leren we ook werken met het histogram.

We zetten onze foto's op de pc en gaan onze opnamen bewerken met het programma Faststone: uitsnijden, rechtzetten, contrast aanpassen, rode ogen corrigeren, klonen en nog veel meer. We fleuren onze opnamen op met een kadertje en tekst. Tevens maken we ook een eenvoudige presentatie en krijgen een boel tips om betere foto's te kunnen maken.

We gaan zo veel mogelijk praktisch te werk!

Deze cursus omvat 9 lesmomenten van 13.15 uur tot 16.15 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	maandagnamiddag	16.10.2017	€ 45

Basiscursus GIMP (vrije versie van Photoshop)

GIMP is een gratis programma voor fotobewerking en digitaal design. Het programma is geschikt voor het bewerken van foto's. Denk hierbij aan het plakken en knippen met foto's, het maken van digitale collages of het retoucheren van foto's. Tijdens deze cursus werken we stapsgewijs, zodanig dat al de basisprincipes aan de orde komen.

Bij deze cursus mag je een eigen laptop gebruiken. Wie deze cursus wil volgen moet redelijk overweg kunnen met de pc.

Deze cursus omvat 7 lesmomenten van 13 uur tot 16 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	maandagnamiddag	06.11.2017	€ 35



iPad

De iPad, iedereen heeft het erover en steeds meer mensen maken er gebruik van. Maar hoe werkt alles nu precies? Wat zijn 'apps' en hoe krijg je ze op je toestel? In deze cursus ga je zelf aan de slag met je iPad. We bekijken samen wat je iPad allemaal kan en hoe hij werkt. Nadien gaan we verder in op de 'apps' en leren we je nog enkele 'tricks'.

Deze cursus omvat 5 lesmomenten. In de voormiddag van 9.30 uur tot 12 uur. Om aan deze cursus te kunnen deelnemen dien je in het bezit te zijn van je eigen iPad van het merk Apple.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	maandagvoormiddag	13.11.2017	€ 25

iPadcafé / oefenmoment

Om goed met je iPad te leren werken dien je hem veel te gebruiken. Daarom organiseren we vanaf oktober elke woensdagvoormiddag een extra oefenmoment. Tijdens dit moment kan je terecht met al je vragen omtrent je iPad of iPhone. Een ervaringsdeskundige helpt je graag verder en geeft je ook tips. Samen met andere wissel je informatie uit en leer je je iPad nog beter gebruiken.

Iedereen voorziet zijn eigen iPad of iPhone.

Dit infomoment is gratis en gaat wekelijks door op woensdagvoormiddag van 9.30 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	woensdagvoormiddag	27.09.2017	gratis

Tabletcafé

Heb je een iPad of een ander tablet, en wil je graag wat tips en trucs opdoen? Dat kan tijdens het Tabletcafé in Het Sluisken of in de bibliotheek van Sint-Job.

Het accent van het Tabletcafé ligt op de uitwisseling van ervaringen met deze apparaten. Bijvoorbeeld over het installeren van apps, het binnenhalen van e-books, registratie van de tablet en het koppelen van e-mailadressen aan de tablet. We geven je leuke en handige tips om alles uit je tablet te halen.

Het tabletcafé gaat tweewekelijks door in Het Sluisken in de voormiddag van 9 uur tot 11.30 uur. In de bibliotheek van Sint-Job zal dit elke laatste vrijdag van de maand plaatsvinden van 10u tot 11.45u. De toegang is gratis en iedereen neemt zijn eigen tablet mee.

LDC	dagdeel	startdatum
bibliotheek Sint-Job	vrijdagvoormiddag	29.09.2017

Powerpoint

Een inleiding in het computerprogramma Powerpoint leert je om mooie, flitsende presentaties te maken. Het invoegen van foto's, muziek en bewegende voorwerpen wordt allemaal aangeleerd.

Deze workshop omvat 5 lesmomenten in de namiddag van 13 uur tot 16 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	Vrijdagnamiddag	22.09.2017	€ 25

Powerpoint & publisher

Wil je meer grafische mogelijkheden, kies dan voor een workshop PowerPoint & Publisher.

Tijdens deze workshop leer je makkelijk publicaties maken in Publisher, zoals naamkaartjes, wenskaarten, affiches, nieuwsbrieven, kalenders en boekjes. In powerpoint leer je hoe je een fotoreportage of een creatieve presentatie maakt.

Deelnemers zorgen voor een memorstick die ze tijdens de workshop willen gebruiken.

Bij deze cursus mag je een eigen laptop gebruiken.

Deze workshop omvat 3 lesmomenten in de voormiddag van 9.15 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	dinsdagvoormiddag	05.12.2017	€ 15

Fotoboek maken

In deze workshop leer je onder begeleiding hoe je een mooi fotoboek kan maken met je eigen foto's. Er wordt stap voor stap uitgelegd hoe je te werk moet gaan en hoe je achteraf je eigen creatie online kan bestellen.

Deelnemers zorgen voor een memorystick met foto's die ze voor het fotoboek willen gebruiken.

Bij deze cursus mag je een eigen laptop gebruiken.

Deze workshop omvat 2 lesmomenten in de voormiddag van 9.15 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	dinsdagvoormiddag	05.09.2017	€ 5

Kerstkaart maken met foto

Je hebt ze vast al eens in de bus gekregen, de kerstkaarten met een foto en een persoonlijke boodschap. Je wil dit zelf ook, maar hoe begin je hier nu aan? In deze workshop leren we je stap voor stap je persoonlijke kerstkaart maken.

Deelnemers zorgen voor een memorystick met een foto die ze voor de kerstkaart willen gebruiken.

Bij deze cursus mag je een eigen laptop gebruiken.

Deze workshop omvat 2 lesmomenten in de voormiddag van 9.15 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	dinsdagvoormiddag	21.11.2017	€ 5

Knipprogramma

Deze workshop vindt plaats op donderdagnamiddag van 13 uur tot 16 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	donderdagnamiddag	10.10.2017	€ 5

Mappenbeheer

De computer is een handig medium om allerlei zaken op te slaan: bankdocumenten, foto's, overzichten en zo meer. Na verloop van tijd staat je computer aardig vol en vind je niet alles meer onmiddellijk en doeltreffend terug.

Om hier verandering in te brengen, bieden we een driedelige workshop mappenbeheer aan. De lesgevers bezorgen je handvaten om alles netjes en duidelijk te ordenen en manieren om alles snel en efficiënt terug te vinden op je computer.

De cursus omvat 2 lesmomenten in de voormiddag van 9.15 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	donderdagvoormiddag	14.12.2017	€ 10

Oefenmomenten

Onder het motto "oefening baart kunst" houden wij vaste oefenmomenten in de dienstencentra. Hier kan je terecht met al je vragen en je problemen die je thuis ondervindt op de computer. Er zal steeds iemand van de lesgevers aanwezig zijn die je graag verder helpt.

De oefenmomenten zijn in de voormiddag van 9.30 uur tot 12 uur en in de namiddag van 13.30 uur tot 16 uur.

LDC	dagdeel	cursisten	prijs
De Lindeboom	donderdagvoormiddag	iedereen	gratis
Het Sluisken	vrijdagvoormiddag	iedereen	gratis
Het Sluisken	dinsdagnamiddag	GIMP / Faststone	gratis
Het Sluisken	donderdagnamiddag	Powerpoint	gratis

Creatieve activiteiten en cursussen

Aquarelleren

Voor iedereen die interesse heeft in een cursus aquarelleren op doek of papier, ben je bij ons aan het juiste adres. Met water en verf kan je jezelf ten volle uitleven en je creativiteit op de proef stellen. Aan de hand van een thema naar eigen keuze, leert men de techniek onder de knie krijgen.

De eerste les zal de docent mededelen welk materiaal er nodig is en wat aangeschaft moet worden.

De cursus omvat 10 lessen in de voormiddag van 9.30 uur tot 12 uur of na de middag van 13.30 uur tot 16 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	vrijdagvoormiddag	29.09.2017	€ 50
Het Sluisken	vrijdagnamiddag	29.09.2017	€ 50



Bridge (in samenwerking met Brechtse Bridgeclub)

Bridge is een kaartspel dat absoluut onder de noemer denksport geplaatst kan worden. Het spel vereist concentratie, geheugen en logisch denken én een goede samenwerking tussen partners.

Tijdens een 15-delige lessenreeks, telkens op donderdagnamiddag van 13.30 uur tot 16 uur, worden de basisregels van het bridge uitgelegd en in praktijk toegepast.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	donderdagnamiddag	28.09.2017	€ 75

Goed belegd Vegetarisch broodbeleg

Ben je uitgekeken op de eeuwige boterham met kaas, vlees, choco, confituur? Geef je brood een vegetarische boost met veel kleur, boordevol smaak en een schep gezondheid krijg je er gewoon bij!

Kom gemakkelijke, snelle ideetjes opdoen, klaarmaken en proeven, zodat je brooddoos een vernieuwende makeover kan ondergaan!

Deze workshop wordt georganiseerd door LDC De Lindeboom i.s.m. Vormingplus regio Antwerpen en gaat door op dinsdag 24 oktober van 14 uur tot 16.30 uur.

*Breng een schort, een aardappelmesje en een snijplank mee.
Prijs : € 7 per persoon (ingrediënten en boterhammen inbegrepen)*

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	Dinsdagnamiddag	24.10.2017	€ 7

Hobbyclubs Het Sluisken en De Babelkous

Wie graag creatief met zijn handen bezig is – of dat nu met naald en draad is, of met breinaalden, of met een haakpen – het maakt niet uit.

Iedere maandagnamiddag in De Lindeboom en donderdagnamiddag in Het Sluisken komen van 13.30 uur tot 16 uur onze hobbyclubs samen. De nadruk ligt vooral op het 'samenzijn'.

Technieken en vaardigheden worden aan elkaar doorgegeven en de mooie resultaten mogen er zeker zijn. Ieder brengt zijn eigen materialen mee en verder zijn er geen kosten aan de deelname verbonden.

LDC	dagdeel
Het Sluisken	donderdagnamiddag
De Lindeboom	maandagnamiddag

Kantklossen

Door gebruik te maken van kloskant, die je met de hand en met spelden op een kussen verwerkt, wordt een prachtig geweven eindresultaat bekomen. Een ambachtelijk product, dat nu vaak als hobby wordt gezien.

Voor aankoop van de benodigdheden en materialen kan je steeds terecht bij de ervaren lesgeefster.

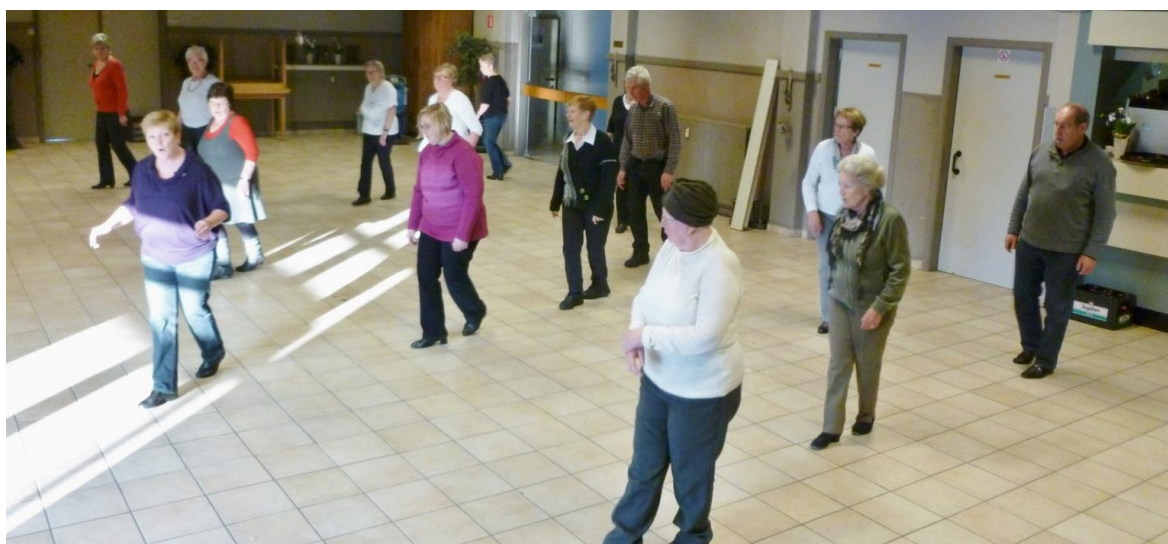
Elke laatste maandag van de maand van 13 uur tot 16 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	maandagnamiddag	25.09.2017	€ 5 / les

Line Dance in Het Sluisken voor “net iets” ouderen

Elke dinsdag wordt er een uurtje gedanst. Dansen is uitstekend voor je lichamelijke conditie, het houdt je lenig. Het kost wel wat energie en concentratie om de afzonderlijke figuren goed te onthouden. Elke dinsdag van 9 uur tot 10 uur.

LDC	dagdeel	prijs
Het Sluisken	dinsdagvoormiddag	gratis



Line Dance in De Lindeboom

Line Dance is niet enkel goed omwille van zijn bewegingen, maar ook voor je geheugen. Je leert de pasjes uit je hoofd en voert ze uit. Dus het is niet enkel goed voor je lichaam, maar ook voor je geest... Je traint je geheugen!

Deze cursusreeks wordt aangeboden in samenwerking met OKRA Sint-Job en vindt wekelijks plaats.

LDC	dagdeel	startdatum	niveau
De Lindeboom	woensdag 10 uur tot 11 uur	06.09.2017	beginners
De Lindeboom	vrijdag 9.30 uur tot 11.30 uur	01.09.2017	gevorderden

Pasteltekennen

Pastel is een direct en expressief medium, waarmee je als het ware schildert met krijt. Niet zozeer het onderwerp is belangrijk maar met deze droge techniek boek je snel een mooi en kleurrijk resultaat. Het is een kunstvorm die door vele kunstenaars werd beoefend. Wij dagen jou uit om deze techniek eens te proberen.

Deze cursus omvat 10 lesmomenten op donderdagvoormiddag van 9.30 uur tot 11.30 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	donderdagvoormiddag	28.09.2017	€ 50

Portret tekenen

Wil je graag mensen kunnen tekenen en schilderen? Dan is de cursus Portrettekenen iets voor jou.

Stap voor stap, en aan de hand van veel voorbeelden en oefeningen, krijg je de techniek van het tekenen en schilderen van mensen en portretten onder de knie!

De eerste les bespreek je samen met de lesgeefster welk materiaal je nodig hebt en wat je van de lessen verwacht

Deze cursus vindt wekelijks plaats op dinsdag- of woensdagmiddag van 13.30 uur tot 15.30 uur. we werken met een 5-beurtenkaart ter waarde van € 25. Deze kaart blijft het ganse seizoen geldig.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	dinsdagnamiddag	05.09.2017	€ 5/les
De Lindeboom	woensdagnamiddag	06.09.2017	€ 5/les

Turngroepen 'Rust Roest'

“Een gezonde geest in een gezond lichaam!” Dit is een uitspraak die vaak door dokters gebruikt wordt. Daarom bieden wij wekelijks een turngroep aan. Onder begeleiding van een professioneel medewerker en een vrijwilliger wordt er aan de fysiek gewerkt. We doen verschillende oefeningen met bal, muziek, ... Zo wordt zowel je geheugen als je coördinatie getraind en blijft je lichaam in topconditie.

Deze groep komt bij elkaar op dinsdagvoormiddag van 10 uur tot 11 uur in Het Sluisken en van 10.30 uur tot 11.30 uur in De Lindeboom, uitgezonderd schoolvakanties. Deelname is gratis!

LDC	dagdeel
Het Sluisken	dinsdagvoormiddag
De Lindeboom	dinsdagvoormiddag

Vrij atelier

De cursus “vrij” Atelier is bedoeld voor mensen die onder begeleiding van een ervaringsdeskundige vrij willen schilderen, pasteltekenen, ...

Samen met andere creatievelingen kan je op je eigen tempo, in een aangename creatieve sfeer je hobby uitoefenen, van ideeën wisselen en inspiratie opdoen. Met vragen of problemen kan je steeds bij de begeleidster terecht.

Iedereen kiest en voorziet zijn eigen materiaal.

Deze cursus vindt wekelijks plaats op donderdagmiddag van 13 uur tot 16 uur we werken met een 5-beurtenkaart ter waarde van € 25. Deze kaart blijft het ganse seizoen geldig.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	donderdagnamiddag	07.09.2017	€ 5/les

Wellness en spirituele cursussen



Aromatherapie en de seizoenen Aromatherapie bij bepaalde doelgroepen

Naargelang de seizoenen en gericht op natuurlijke producten kunnen we vanuit aromatherapie beroep doen op allerlei toepassingen die ons algemeen welbevinden ondersteunen.

Via voet- en ligbaden, ademhalingsoefeningen en allerlei aromatische recepten gaan we in deze workshops zorg dragen voor onszelf.

Er is geen basiskennis van aromatherapie vereist.

Deze cursus is telkens op donderdagnamiddag van 14 uur tot 16 uur of donderdagavond van 20 uur tot 22 uur. Bij inschrijving duidelijk vermelden of je kiest voor namiddag- of avondsessie.

Een korte toelichting bij de verschillende thema's dit najaar:

- nazomer: een tussenseizoen waarbij we extra aandacht geven aan onze maag en milt.
- herfst: we bereiden ons voor op de nakende winterperiode en geven aandacht aan onze dikke darm en longen.
- winter: tijdens de wintermaanden dienen we extra aandacht te schenken aan onze nieren.

LDC	thema	datum	prijs
Het Sluisken	nazomer	21.09.2017	€ 5
Het Sluisken	herfst	12.10.2017	€ 5
Het Sluisken	winter	07.12.2017	€ 5

Gembercompressen

Gembercompressen zijn doeken die gedrenkt worden in heet gemberwater en op de rug gelegd worden. De intense warmte en de ontgiftende werking van de gember dringt diep door, verwarmt, ontspant en helpt het lichaam om de afvalstoffen sneller af te voeren. Ze zijn versterkend en zuiverend voor de nieren en bevorderen de circulatie van het bloed.

De workshop omvat 1 lesmoment van 19.30 uur. Indien mogelijk wordt gevraagd om in duo te komen. Volgend materiaal breng je mee naar de workshop:

- 2 kleine handdoeken
- 1 grote handdoek
- 1 dekentje (voor de warmte)

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	donderdagavond	meer info in het dienstencentrum	€15

Hand- en voetmassage met etherische olie

Onze handen en voeten zijn een hele dag bezig. Het is een weldaad om ze af en toe eens een ontspannende massage te geven.

Deze massages zijn "hemels" en tegelijkertijd ook "aardend" en geven een ontspanning in het hele lichaam.

Je leert in deze workshop een aantal basisgrepen uit de reflexologie, deze worden gecombineerd met het gebruik van etherische oliën.

Een mooie techniek als je werkzaam bent in de zorgsector, als mantelzorgger of gewoon om je partner of kinderen te verwennen.

We maken zelf een spier- en gewrichtsolie die je voor bovenstaande toepassing kan gebruiken.

Deze cursus omvat 3 lesmomenten van 14 uur tot 16 uur of van 20 uur tot 22 uur. De cursisten brengen een eigen matje mee.

LDC	dagdeel	datum	prijs
Het Sluisken	donderdag	16, 23 en 30.11.2017	€ 15

Tai Chi

Tai Chi is een Oosterse meditatieve bewegingsvorm die zorgt voor de verbetering van spieren, de veerkracht van het lichaam en training van het geheugen. In de zoektocht naar balans en concentratie verdwijnen al de spanningen en komt men tot rust. Door de wekelijkse sessie te volgen, leert men zijn lichaam op een ander manier kennen en ontdekt men een evenwicht tussen lichaam en geest.

Deze cursus omvat 10 lesmomenten op donderdagvoormiddag van 09.30 uur tot 11 uur. De mogelijkheid wordt geboden om een 10-beurtenkaart aan te kopen voor € 50. Deze kaart blijft het ganse seizoen geldig.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	donderdagvoormiddag	21.09.2017	€ 5/les

Yoga



Yoga is een filosofie die leert om lichaam, geest en gevoel te beheersen. Verschillende oefeningen brengen deze 3 componenten tot een rust en zalig gevoel. Yoga is goed voor lichaam en geest.

In De Lindeboom elke dinsdagvoormiddag tussen 9 uur en 10 uur en elke vrijdagvoormiddag tussen 09.30 uur en 10.30 uur gaat yoga door (met uitzondering van feestdagen en schoolvakanties). In Het Sluisken kan je op woensdagavond terecht voor sessie 1 van 18.30 uur tot 19.30 uur en voor sessie 2 van 19.45 uur tot 20.45 uur. In beide dienstencentra bestaat de mogelijkheid om een 10-beurtenkaart aan te kopen voor € 40. Deze kaart blijft het ganse seizoen geldig.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
De Lindeboom	dinsdagvoormiddag	05.09.2017	€ 4 / les
Het Sluisken	woensdagavond 1	06.09.2017	€ 5 / les
Het Sluisken	woensdagavond 2	06.09.2017	€ 5 / les
De Lindeboom	vrijdagvoormiddag	08.09.2017	€ 4 / les

Talen

Duits 'gevorderden'

Ben je op reis in Duitsland, Oostenrijk of onze Oostkantons, ken je al wat Duits, maar heb je het gevoel dat je meer wil begrijpen en spreken van de lokale taal?

Dat kan tijdens de lessenreeks Duits: geen uitgebreide informatie over grammatica, maar de gewone dagelijkse omgangstaal komt aan bod.

In deze 5 lessen - ondersteund door videofragmenten en oefenbladen - wordt je een professional in Duits. Voorkennis van de Duitse taal is noodzakelijk.

Deze cursus omvat 5 lesmomenten van 14 uur tot 16 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	maandagnamiddag	16.10.2017	€ 25

Engels 'beginners'

Engels is een universele taal en kan je in bijna elk land gebruiken. Voel je jezelf nog onzeker in het Engels, dan kan je starten met een beginneropleiding.

Een beginnerscursus Engels omvat 10 lesmomenten op donderdagnamiddag van 13.30 uur tot 16 uur (kostprijs € 50).

Let op! Deze cursus start enkel bij een voldoende aantal deelnemers.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	donderdagnamiddag	bij voldoende deelnemers	€ 50

Engels 'gevorderden'

Ben je de Engelse taal al wat machtig, maar wil je je conversatie en kennis up-to-date houden, kan je in onze Engelse les terecht.

Samen met de leerkracht blijf je je Engelse tongval oefenen en krijg je heel wat bruikbare tips. Enige voorkennis van het Engels is nodig.

De cursus omvat 10 lesmomenten van 9.15 uur tot 11.30 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	woensdagvoormiddag	27.09.2017	€ 50

Frans (spreekgroep)

Ligt de Franse taal jou na aan het hart en ben je al aardig op weg met de beginselen van deze taal? Dan is onze spreekgroep Frans iets voor jou.

Onder leiding van een taalkundige vrijwilliger praat je in groep over bepaalde onderwerpen. Ieder naar zijn eigen vermogen en kunnen met hier en daar een belangrijke tip van de begeleidster.

De spreekgroep gaat om de 14 dagen door op donderdagnamiddag van 13.30 uur tot 16 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	donderdagnamiddag	info te bekomen in het dienstencentrum	gratis

Spaans (in samenwerking met NEOS groot Brecht)

Spaans is een heerlijke taal om te spreken en te beluisteren. Een woordje Spaans op reis kan wonderen verrichten bij de lokale bevolking. NEOS groot Brecht en dienstencentrum Het Sluisken bieden samen verschillende cursussen Spaans aan. Elke cursus omvat 10 lesmomenten. Kostprijs is € 50 voor de cursus + € 30 lidgeld NEOS groot Brecht.

Een overzicht van de cursussen:

LDC	dagdeel	startdatum	niveau
Het Sluisken	maandagnamiddag 13 uur tot 15.30 uur	11.09.2017	beginners (1e jaar)
Het Sluisken	maandagvoormiddag 9.30 uur tot 12 uur	11.09.2017	2e jaar
Het Sluisken	dinsdagvoormiddag 9.30 uur tot 12 uur	12.09.2017	3e jaar

Meer informatie:

- dienstencentrum Het Sluisken: 03 330 11 20 of hetsluisken@ocmwbrecht.be
- NEOS groot-Brecht: 0472 08 84 61 of ritahooyberghs@telenet.be



Spaans 'gevorderden'

Spaans is een leuke en uitdagende taal om aan te leren. In onze lessenreeks wordt voornamelijk aandacht besteedt aan het Spaans voor op reis. Vlot de weg leren vragen en vinden of je lievelingsgerecht of een cerveza bestellen op een terras. Enkele van de opties die in de Spaanse lessenreeks aan bod komen.

De cursus omvat 10 lesmomenten van 9.30 uur tot 12 uur.

LDC	dagdeel	startdatum	prijs
Het Sluisken	woensdagvoormiddag	05.10.2016	€ 50

Activiteiten

Biestkermis in Het Sluisken

dinsdag 17 oktober 2017 vanaf 14 uur

Een gezellige namiddag met smoutebollen!

Bingo

Ben je ook een echt bingofan, dan ben je hier aan het juiste adres. Maandelijks organiseren wij een gezellige bingonamiddag. Per deelnameblaadje betaal je € 0,50. Bij een vol blaadje maak je kans op 1 van de mooie prijzen die deskundig door onze vrijwilligers worden uitgezocht. De bingonamiddagen starten stipt om 13.30 uur.

derde donderdag van de maand

13.30 uur tot 16 uur

LDC De Lindeboom

laatste donderdag van de maand

13.30 uur tot 16 uur

LDC Het Sluisken

Kaarten

Naar jaarlijkse traditie organiseren we in LDC Het Sluisken een kaartwedstrijd 'slagen halen'. Inleg € 1 per namiddag. We starten telkens om 13.30 uur.

Speeldata:

maandagen in 2017:

30 oktober, 13 en 27 november en 11 december.

maandagen in 2017:

8, 15 en 29 januari, 12 en 26 februari en 12 en 29 maart

Vrije kaartmomenten zijn in Het Sluisken op alle weekdays in de namiddag en in De Lindeboom op dinsdag- en woensdagnamiddag.

Mosselfestijn



dinsdag 3 oktober 2017
LDC De Lindeboom

Wegens succes van vorige jaren organiseren we opnieuw een groot mossselfestijn. Inschrijven is noodzakelijk en kan vanaf midden september.

Wandelen

gezondheidswandelingen Het Sluisken

Op de eerste woensdag van de maand wandelen we 5 km voor jouw gezondheid en plezier. We vertrekken om 14 uur aan LDC het Sluisken.

geleide wandelingen Het Sluisken

Elke derde woensdag van de maand. Voor wie niet rechtstreeks naar het vertrekpunt gaat: we verzamelen om 13.30 uur in LDC Het Sluisken om samen te rijden.



Data:

- woensdag 20 september 2017
wandeling: "Oude Landen"
vertrek - 14 uur: parking kasteel van Veldwijck, Veldwijcklaan 27, Ekeren
- woensdag 18 oktober 2017
wandeling: "Vordenstein"
vertrek - 14 uur: parking Vordenstein, Kopstraat 10, Schoten
- woensdag 15 november 2017
wandeling: "De Mick"
vertrek - 14 uur: parking 'De Stal', Sint-Jobsesteenweg 100, Brasschaat
- woensdag 20 december 2017
wandeling: "Wolfschot"
vertrek - 14 uur: park De Renesse, Lierselei z/n Oostmalle

wandelclub De Lindeboom

Elke vierde donderdag van de maand organiseren we vanuit dienstencentrum De Lindeboom om 13.30 uur een wandeling tussen 3 en 5 kilometer langs de leukste en mooiste plekjes van Sint-Job. Bijeenkomst in onze cafetaria.

Data najaar 2017: 28.09.2017, 26.10.2017, 23.11.2017, 28.12.2017

Week van de smaak



zondag 19 november 2017 in Het Sluisken

De Burgemeester en de voorzitter van het OCMW koken voor jou. Het thema is 'De Smaak van morgen'.

Meer info in de dienstencentra en het Brechts Nieuws.

Informatiemomenten

Zonder vrees op weg met het openbaar vervoer

vrijdag 29 september 2017 om 14 uur in De Lindeboom

Iedereen verplaatst zich. Daarom is het belangrijk dat een omgeving aangepast is, ook aan mensen die zich minder vlot verplaatsen.

Tijdens deze workshop krijg je heel wat handige tips over het openbaar vervoer en leer je zelf een rit plannen met bus, trein, tram en/of metro. Alle nieuwigheden zoals de MOBIB-kaart, de NMBS-automaten, de verschillende tarieven,... komen aan bod. De workshop gaat in op de vragen van de deelnemers.

De workshop is gratis, maar inschrijven is gewenst via 03 3667 14 00 of liesbethvanmenxel@ocmwbrecht.be

Dementiekoffer

In onze dementiekoffers vind je heel wat informatie over het syndroom dementie, zowel over het syndroom zelf, maar eveneens over zaken binnen het dagdagelijkse leven. Gedurende 14 dagen kan je deze koffer gratis ontlenen en kennis maken met de informatie in deze koffer. In de koffer vind je een gratis waardebon om een dvd te ontlenen in één van onze Brechtse bibliotheken.

Familiegroep dementie (Alzheimerliga Vlaanderen)

Tijdens onze bijeenkomsten, specifiek gericht op mantelzorgers van personen met dementie, bespreken we thema's die betrokkenen aanbelangen. Naast de verstrekte informatie zorgt het contact tussen personen met dezelfde ervaringen voor een gevoel van steun. Het onderling uitwisselen van tips en informatie wordt als zinvol en leerrijk ervaren. De bijeenkomsten worden gratis aangeboden.

Datums en onderwerpen worden later meegedeeld.

Dienstverlening vanuit de Brechtse dienstencentra

Naast vorming, recreatie en informatie bieden de dienstencentra een ruime waaier aan dienstverlening aan. Alle georganiseerde activiteiten en diensten beogen volgend doel, namelijk de Brechtse ouderen zo lang en zo aangenaam mogelijk (zelfstandig) thuis laten wonen. Dienstencentrum De Lindeboom is te bereiken op het nummer 03 667 14 00 en dienstencentrum Het Sluisken op het nummer 03 330 11 20.

Cafetaria:

maandag tot vrijdag 9 uur tot 16.30 uur,
woensdagavond (enkel in Het Sluisken) van 18.30 uur tot 21 uur,
zaterdag, zondag en feestdagen (enkel in Het Sluisken) van 13.30 uur tot 16.30 uur.

Dieet- en voedingsadvies: de diëtiste is elke derde maandag van de maand van 14 uur tot 16 uur in Het Sluisken. Vooraf telefonisch een afspraak maken is noodzakelijk.

Dementiekoffer: op zoek naar informatie over dementie. Ontleen voor 14 dagen gratis een dementiekoffer boordevol nuttige weetjes.

Ergotherapeut aan huis: voel je je niet meer veilig in je huis of worden alledaagse handelingen wat moeilijker, dan kan gratis een ergotherapeut aan huis komen en je tips geven over hoe zo zelfstandig en veilig mogelijk te blijven functioneren.

Hulp bij nemen van een bad: vooraf telefonisch een afspraak maken is nodig. De kostprijs voor deze hulpverlening werd vastgesteld op € 5,35.

Informatiebalie: voor vragen of informatie allerhande kan men hier terecht op maandag, woensdag en vrijdag van 9 uur tot 12 uur of telefonisch.

Juridisch advies: vooraf telefonisch een afspraak maken is noodzakelijk.

Kapsalon: vooraf telefonisch een afspraak maken is noodzakelijk: 03 330 11 20 (enkel in Het Sluisken).

Maaltijden aan huis of in het dienstencentrum: 1 dag vooraf bestellen is noodzakelijk. De kostprijs van een maaltijd is inkomengebonden – maximumprijs is € 7.

MinderMobielenCentrale en Handicar: vervoersdienst voor minder mobiele personen en rolstoelgebruikers.

Thuishulp: bij bemiddeling voor poetshulp en / of gezinshulp voor ouderen of tussenkomst bij een oppasdienst neem contact op met de dienstencentra.

Wasmachine en droogkast: wassen kost € 1,8 en drogen kost € 1,2. Graag vooraf een afspraak maken in het cafetaria (enkel in Het Sluisken).

Verwendag: voor € 15 bezorgen we je een aangename daginvulling met de zaken die jij graag wil. Wat zit er bijvoorbeeld in onze mogelijkheden: een deugddoend bad, een bezoek aan het kapsalon en / of deelname aan een recreatieve activiteit. Vervoer heen en terug is inbegrepen in onze prijs. Kortom: zorg op jouw maat!