VRIJWILLIGER

DANK JE WEL!

Jullie zijn een onmisbare schakel in onze werking. Wij zijn jullie dankbaar voor jullie tomeloze inzet, jullie enthousiasme en betrokkenheid !

WEEK VAN DE VRIJWILLIGER
02 T/M 10 MAART 2024

dienstencentrum de rotonde

Samen tafelen, dat smaakt naar meer!
Altijd gezellig en lekker!
Kom langs voor meer informatie of een reservatie.
Allergenenlijst is beschikbaar aan het onthaal.
Betalen doe je steeds tegen de donderdag van de week voordien.

dienstencentrum de rotonde
steeds een feest
Samen Eten

MENU

Woensdag 13/03 om 11:30u
KONIJNROLLADE MET WITLOOF EN KROKETTEN
traiteur Slagerij Vermeire
Prijs : 15 euro
reserveren ten laatste 07/03

Dinsdag 26/03 om 11:30u
VOGEL ZONDER KOP (blinde vink)
met wortelen en gebakken boontjes met ui
traiteur Slagerij Vermeire
Prijs : 12 euro
reserveren ten laatste 21/03

Woensdag 03/04 om 11:30u
THAISE SCAMPI WOK
met gebakken groenten en rijst (pikant of naturel)
of
KIP WOK GELE CURRY EN KOKOSMELK
met rijst
traiteur La Petite Fourchette
Prijs : 16,00 euro
reserveren ten laatste 28/03

Woensdag 24/04 om 11:30u
LENTEMAALTIJD
traiteur Slagerij Vermeire
Prijs : 16,00 euro
reserveren ten laatste 18/04

PRAKTISCHE INFO

WIJ ZIJN DE HELE WEEK TELEFONISCH BEREIKBAAR VOOR ALLERHANDE VRAGEN VAN **MAANDAG TOT EN MET VRIJDAG** VAN 10 TOT 16U30

MA. DI. EN WOE. VAN 10-16U30
DEZE DAGEN BEN JE VAN HARTE WELKOM IN ONZE AANGENAME ONTMOETINGS-RUIMTE OM GEZELLIG MET ONS EEN PRAATJE TE MAKEN. WIJ ZIJN DAAR VOOR JOU ! JE KAN EVENEENS EEN DRANKJE KOMEN NUTTIGEN UIT ONZE BAR.

DO. EN VRIJ. STEEDS WELKOM OP AFSPRAAK TUSSEN 10:00-16:30

WIJ ZIJN GESLOTEN OP:
MAANDAG 01 APRIL 2024 PAASMAANDAG

GELIEVE OP VOORHAND ALLE INSCHRIJVINGEN EN BETALINGEN TE REGELEN ZODAT WIJ OP TIJD ALLES KUNNEN ORGANISEREN.
DIT IS MOGELIJK VAN MAANDAG T/M WOENSDAG TIJDENS DE OPENINGSUREN.
OOK KAN JE BETALEN VIA BANKOVERSCHRIJVING.
VERGEET DAN ZEKER NIET ONS TE CONTACTEREN OM JE IN TE LATEN SCHRIJVEN
HARTELIJK DANK VOOR JE BEGRIP!

BELANGRIJK OM TE WETEN
MOCHT JE OP- OF AANMERKINGEN HEBBEN OP ONZE WERKING, WEET DAT ER IN ONZE ONTMOETINGSRUIMTE EEN DOOS STAAT OM EVENTUELE SUGGESTIES OFKLACHTEN TE DEPONEREN.
WIJ DENKEN GRAAG SAMEN MET JULLIE VOOR OPLOSSINGEN!

MARIA NICOLAS : CENTRUMVERANTWOORDELIJKE
ANAHIT AVEDIS : ONTHAAL & ADMINISTRATIE
ELLEN SPLINTER : STAFMEDEWERKER

DIENSTENCENTRUM DE ROTONDE VZW

ZEYPSTRAAT 47 1083 GANSHOREN
EMAIL: INFO@LDC-DE-ROTONDE.BE
WWW.LDC-DE-ROTONDE.BE
BANKNR: BE95 7340 2274 1758

TELEFOON 02 422 00 50

dienstencentrum de rotonde
brussel
Vlaanderen verbeelding werkt

dienstencentrum de rotonde

welkom

4 MAART APRIL 2024

Dienstencentrum De Rotonde in Ganshoren, een plek waar buren elkaar kunnen ontmoeten en leren kennen. Wij organiseren informatieve, vormende, gezellige en ondersteunende activiteiten voor senioren én mensen met een nood aan zorg zodat men zo lang mogelijk thuis in zijn vertrouwde omgeving kan blijven wonen.
ZORGEN DOEN WE SAMEN

QI GONG

Qi Gong, een onderdeel van een Chinese bewegingsleer, heeft als doel de lichamelijke en geestelijke gezondheid te bevorderen, te behouden en te verbeteren. Het herhaaldelijk bewegen en correct ademhalen beïnvloedt positief je qi (levensenergie) in je lichaam.

Nieuwe reeks start op 15/04 vergeet niet je in te schrijven!
Prijs: 27 euro/9 lessen

MAANDAG 10:30 - 11:30

STOELGYMNASTIEK

Uithouding, kracht, lenigheid en coördinatie die de fysieke fitheid bepalen, komen in diverse gymnastiekoefeningen aan bod. Iedereen kan ongeacht zijn/haar voorgeschiedenis of sportervaring starten met eenvoudige oefeningen.
Samen sporten werkt motiverend én je leert ook andere mensen uit je buurt kennen.

Neem contact met ons op voor de nieuwe correcte data om in te schrijven.

DINSDAG 10:00 - 11:00

SAMENLEZEN

Hou je van verhalen? Vind je het fijn om gedachten en gevoelens te delen rond een tekst of gedicht? Dan is SamenLezen voor jou de 'uitgelezen' activiteit! Kennis over literatuur, boeken of schrijvers is niet nodig. Het draait allemaal rond het boekfragment of gedicht op het leesmoment zelf. We lezen voor en gaan in gesprek met elkaar over wat de tekst met ons doet. Uiteraard mag je ook gewoon luisteren en mee genieten.

ism de bibliotheek

MAANDAG 15:00 - 16:00
18 MAART
15 APRIL
GRATIS

WANDELEN

Bewegen stimuleert lichaam én geest. Je beweegt, krijgt een frisse neus, kan een babbeltje slaan en ziet de prachtige ontluikende natuur rond je. Op stap met De Rotonde is veilig, gezellig en vertrouwd. **Note!** We houden rekening met alle deelnemers, iedereen kan mee op pad! Kom mee naar buiten waar de vogeltjes fluiten. Trek je stoute schoenen aan. Veel wandelplezier!

DINSDAG 14:00 - 15:30
26 MAART
30 APRIL
GRATIS

OPEN CENTRUM RAAD

DANSFEEST

Week van de valpreventie
SAMEN IN BEWEGING
Live muzik met DJ Rudi Tastenoe
Kumbaa-Vlaams Afrikaans huis
Passerstraat 5
1070 Anderlecht

DONDERDAG 14:00
25 APRIL
PRIJS 2 EURO
SCHRIJF JE IN TOT 02/04

WEES MILD VOOR JEZELF

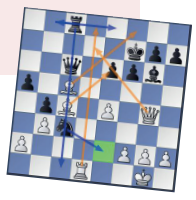
Iedereen heeft al eens een mindere dag maar soms sleept het aan. Blijf niet te lang bij de pakken neerzitten en geef jezelf de kans om een goed gesprek te hebben met Julie van de organisatie Elder! Spui je zorgen van nu en morgen; door er over te praten wordt het draaglijker. Je gedachtegang doorbreken en samen kijken naar positievere aspecten. Wat zijn reële problemen, en wat zijn je angsten. Samen opzoek naar oplossingen. U wordt in alle discretie warm ontvangen.

MAANDAG TUSSEN 13:30 - 16:30
18 MAART 15 APRIL EN 13 MEI
PRIJS 1 EURO
BEL ONS VOOR EEN AFSPRAAK

SPELLETJES NAMIDDAG

Samen spelen
is niet alleen gezellig, maar bovendien nuttig en aangenaam. Het bevordert je hersenactiviteit en je sociale contacten! Neem je goede buur mee. Hoe meer zielen hoe meer vreugd! Onze bar is open.
We hebben meerdere spelen, zoals rummikub, chromino, ook wordt er af en toe een potje geschaakt. Kom maar af!!
Heb je een hobby, neem je werkje mee en kom gezellig samen hobbyen.

ELKE MAANDAG EN WOENSDAG
14:00 - 16:30
GRATIS



BINGO

Een echte klassieker BINGO!
Zin om je geluk eens te testen? Kom dan eens langs op onze gezellige bingonamiddagen en wie weet ga je naar huis met een leuke prijs!
Er is een pauze voorzien voor koffie en een lekker zoetje.
Ambiance verzekerd!

DONDERDAG 14:00 - 16:00
21 MAART
04 APRIL
PRIJS : 2,00 EURO

CURSUS TABLET / SMARTPHONE

Wil je (beter) leren werken met je toestel? Wat zoal? Wifi, mobiele data, contactpersonen beheren, iets zoeken op internet, goedkoop bellen, sms'en, WhatsApp, een app installeren, QR code scannen, de uren van het openbaar vervoer opzoeken, scrabble spelen, stappenteller, wandelkaart, planten herkennen, etc. Heb je vragen over je toestel dan kan je die elke week stellen.
Let op ! eigen toestel meenemen

ism CVO Lethas

MAANDAG 09:30 - 12:30
04 11 18 25 MAART
15 22 APRIL
PRIJS: 35 EURO
SCHRIJF JE OP TIJD IN

DIGIWATTE

Stap voor stap bijleren over de digitale wereld, met behulp van de afleveringen Digiwatte? te vinden op VRT MAX. Samen, onder begeleiding van onze stagiaire, kijken en luisteren we naar 3 verschillende afleveringen. Vervolgens kan je het zelf uitproberen en vragen stellen aangaande de toepassingen op jouw toestel. Al luisterend en spelend leren omgaan met je smartphone.

WOENSDAG 14:00 - 16:00
06 EN 27 MAART
17 APRIL EN 08 MEI
MAXIMUM 10 DEELNEMERS
GRATIS

INFOSESSIE MONDZORG

Hoe en hoe vaak poets je het beste je tanden? Hoe verzorg je het beste je gebitsprothese? Klopt het dat je je mond beter niet spoelt na het tandenpoetsen? Hoe verloopt een preventief tandartsbezoek? Nav de dag van de mondgezondheid, geven wij een infosessie op 19 maart.
Gezond begint in je mond!
Na afloop van de infosessie, kan je een mondscreening laten doen.

ism Logo, VGC, studenten van HELB

DINSDAG 14:00 - 16:00
19 MAART
GRATIS
SCHRIJF JE IN

INFOSESSIE OVER SLAPEN

Hoe belangrijk is het om goed te slapen? Wat zijn de gevolgen daarvan? De organisatie CGG zal jullie meer uitleg hierover geven in het NL/FR.

Een initiatief van de gemeente Ganshoren, OCMW, Lojega, Accolage vzw en De Rotonde

accolage
Buren helpen buren

VRIJDAG 10:00 - 12:00
22 MAART
LOKATIE: J.PEEREBOOMLN 6
GRATIS, SCHRIJF JE IN

REISREPORTAGE SICILIE

door Dhr.Jespers. Sicilië is een groot eiland in de Middellandse Zee, dat deel uitmaakt van Italië. Het is een autonome regio binnen Italië en draagt bij aan de diversiteit en rijkdom van het Italiaanse culturele erfgoed. De hoofdstad is Palermo. Sicilië heeft een rijke geschiedenis, beïnvloed door verschillende culturen, waaronder de Grieken, Romeinen, Arabieren en Normandiërs. Dit heeft geleid tot een unieke mix van architectuur, kunst en keuken.

ism Cultuursmakers, GC De Zeyp

DONDERDAG 14:00 - 16:30
28 MAART
GRATIS, SCHRIJF JE IN

REISREPORTAGE DE BALTISCHE STATEN

door Dhr.Demarsin. De Baltische Staten verwijst naar de drie landen in Noord-Europa aan de oostelijke kust van de Baltische Zee: Estland, Letland en Litouwen. Ze hebben een gedeelde geschiedenis van bezetting door de Sovjet-Unie en nazi-Duitsland, maar hebben sinds de herwonnen onafhankelijkheid in de vroege jaren 1990 hun eigen pad gevolgd.

ism Cultuursmakers, GC De Zeyp

DONDERDAG 14:00 - 16:30
18 APRIL
GRATIS, SCHRIJF JE IN

OP DE KOFFIE (AUTEURSLEZING) MET

met .. Tanja Wentzel een schrijfster die woont in Jette. Taal en verhalen vertellen zijn haar passies. Kom luisteren naar haar werk en wat haar zoal bezighoudt in de stad en haar leven.
DINSDAG 20:00 - 22:00
20 MAART

met .. Barbara Rottiers dook in het leven en werk van de wereldberoemde schrijfster van Astrid Lindgren. zowel over haar eigen leven als haar kinderboeken.
DINSDAG 15:00 - 16:30
23 APRIL

ism GC en partners

PRIJS : 2 EURO DANKZIJ DE INZET VAN ONZE VGC GROEPSPASPARTOE
LOCATIE : DE ZEYP