Maart - April 2024

1. Info activiteiten / inschrijvingen.

1.A. Bloemschikken lente / Pasen.

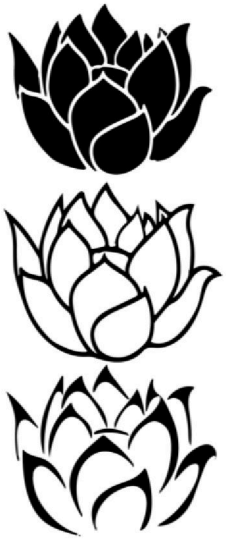
Breng de lentesfeer in huis met een mooi zelfgemaakt bloemstukje. We vertrekken van een ring als basis, hetzij in metaal, hetzij in hout. Deze kan op een staander geplaatst worden of kan worden opgehangen.

Benodigdheden (zelf mee te brengen):

- Houten of metalen ring
- Fijne metaaldraad om dingen vast te maken
- Eventueel lijmpistool en verlengkabel
- Decoratieve materialen: droogbloemen, lintjes, paasdecoratie,… (enkel dingen die geen water nodig hebben)

Op woensdag 13 maart om 14u.
Deelnameprijs: 2 euro (koffie inbegrepen).
Inschrijven kan t.e.m. 06/03.
Iedereen zorgt zelf voor het nodige materiaal.

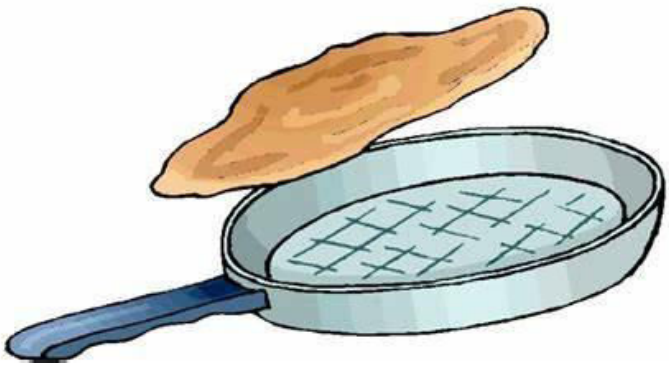
1.B. Yoga / concert Tibetaanse klankschalen.



De geplande yogareeks en de concerten met Tibetaanse klankschalen kunnen jammer genoeg niet doorgaan. De regelmatige deelnemers worden op de hoogte gebracht als er een nieuwe reeks gepland wordt.
Wil jij ook een seintje krijgen? Geef je gegevens dan door aan Nathalie via debrug@stantonius.zkj.be.

1.C. Gebaknamiddag.

Kom genieten van lekkere vers bereide pannenkoeken.
Op vrijdag 26 april van 14u tot 16u.
4 euro voor 2 pannenkoeken en een tas koffie.
In maart is er geen gebaknamiddag.



1.D. Brillenbus.

Brillenbus is een mobiele brillenwinkel met optieker die langskomt in De Brug. Je kan bij hen terecht voor herstellingen van je bril, een oogmeting, aankoop van een nieuwe bril,…
Op vrijdag 3 mei in de namiddag. Gelieve een afspraak te maken bij Nathalie als je wenst langs te komen.
Dit kan telefonisch (052/21.09.91) of via mail (debrug@stantonius.zkj.be).

BRILLENBUS

1.E. Bingonamiddag.

Op dinsdag 5 maart en 2 april om 14u.
Deelnameprijs: 4 euro (koffie en versnapering inbegrepen).
Inschrijven en betalen kan steeds tot de vrijdag voor de activiteit.

1.F. spelletjesnamiddag Buurtpunt De Nestel.

Elke eerste woensdag van de maand organiseert Buurtpunt De Nestel een spelletjesnamiddag in De Brug. Plezier verzekerd voor jong en oud.

Woensdag 06/03 en 03/04 van 14u tot 16u.

1.G. Hobby.

Elke donderdag van 13u30 tot 16u30. Je kiest zelf wat voor handwerk je doet.

1.H. Zonnedekens.

Ben je handig, doe je graag handwerk en wil je je graag inzetten voor een goed doel? Kom dan zeker eens langs op een bijeenkomst van Zonnedekens. Ze maken dekentjes en allerhande geschenkjes voor zieke kinderen.

Dinsdag 26/03 en 30/04 om 13u30.

1.I. Poëzie.

Elke 3de dinsdag van de maand lezen we samen poëzie. Iedereen brengt een gedicht mee dat in groep besproken wordt.

Dinsdag 19/03 en 16/04 van 14u tot 16u30.
Deelname: 2 euro (koffie en kopies inbegrepen).

1.J. Petanque.

Elke dinsdag en vrijdag om 14u.
Iedereen brengt zijn eigen petanqueballen mee.
Bij slecht weer kan je op vrijdag binnen terecht voor een aantal volksspelen en gezelschapsspelen.

1.K. Schilderen.

Tekenen, pastel, aquarel, … je kiest zelf waaraan je werkt en zorgt voor het nodige materiaal.

Elke maandag van 13u30 tot 16u30.

2. Zitdag pedicure Sociaal Huis.

Data: donderdag 21/03 en 18/04. Gelieve steeds een afspraak te maken bij Nona Van Moorter (0471/63.07.89).
Opgelet: Een gemaakte afspraak annuleren kan tot 2 dagen voor de afspraak. Bij laattijdig verwittigen of het niet nakomen van de afspraak zal deze gefactureerd worden.

3. Stedelijke mantelzorgpremie Dendermonde.

Iedere mantelzorger die zorgt voor een thuiswonende zorgbehoevende kan een stedelijke mantelzorgpremie aanvragen. Een mantelzorger is iemand uit de omgeving van een zorgbehoevende die helpt met allerlei zaken. Een buur die boodschappen doet, een partner die kookt, een dochter die de administratie doet,…

De mantelzorgpremie bedraagt 150 euro per jaar en wordt uitbetaald in het 2de kwartaal. Er wordt slechts één mantelzorgpremie per zorgbehoevende toegekend. In het verleden kon enkel wie recht had op het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden een aanvraag voor de stedelijke mantelzorgpremie indienen. Deze categorie werd nu uitgebreid (zie voorwaarden) waardoor meer mensen in aanmerking komen voor deze premie. De aanvraagperiode loopt van 1 februari tot en met 30 april 2024. Vanaf 1 februari 2024 kan je het aanvraagformulier downloaden op de webite van de stad
(www.dendermonde.be/mantelzorgpremie) of afhalen in De Brug en de LDC van Dendermonde. Het ingevulde en ondertekende aanvraagformulier kan je, samen met het nodige attest, tot 30 april 2024 indienen in het Sociaal Huis of één van de lokale dienstencentra (Zilverpand, ’t Plein of Zonnebloem).

Wat zijn de voorwaarden?

- Zowel mantelzorger als zorgbehoevende zijn minstens 18 jaar oud.
- De zorgbehoevende woont en is gedomicilieerd in Dendermonde.
- De zorgbehoevende verblijft niet permanent in een instelling en ontvangt geen verhoogde kinderbijslag of persoonlijk assistentiebudget.
- De mantelzorger ontvangt geen premie voor het thuis opvoeden van een kind met een beperking.
- Zorgbehoevendheid + nodige attest:
  - ✓ De zorgbehoevende had in 2023 recht op het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden (135 euro per maand).
    - ➢ Attest mutualiteit
  - ✓ De zorgbehoevende heeft een verminderd zelfzorgvermogen van 9 punten
    - ➢ Attest FOD Sociale Zaken
  - ✓ De zorgbehoevende heeft een Belrai score van 11 punten (totaalscore) of 3,5 punten som ADL en IADL.
    - ➢ Belrai attest mutualiteit

STAD DENDERMONDE

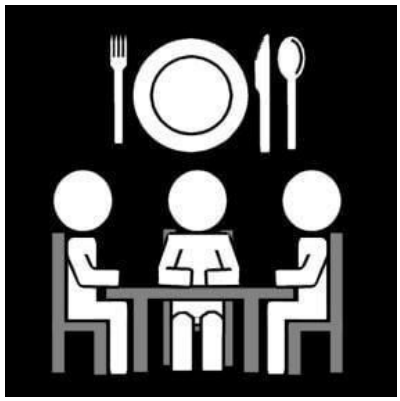
4. Week van de valpreventie.

Van 22/04 t.e.m. 28/04 is er de jaarlijkse week van de valpreventie. Met de slogan “Wandel je mee? Samen in beweging.” wil men ook dit jaar inzetten op voldoende bewegen. Immers fit en actief blijven is de beste manier om valincidenten te voorkomen. Wandelen, fietsen, meedoen aan bewegings-activiteiten in groep zijn uiteraard de ideale manier om dit te doen. Je kan echter ook meer beweging in je dagelijkse leven en in je routines brengen. Het uitvoeren van licht huishoudelijk werk, een dagelijks wandelingetje naar de brievenbus, spelen met de kleinkinderen,… En probeer bijvoorbeeld eens om niet langer dan 30 minuten na elkaar te zitten. Sta tussendoor eens recht, strek de benen of loop even rond de tafel,… Kleine inspanningen kunnen al een groot resultaat opleveren.
Wie graag wat extra beweging wil, kan ook in De Brug deelnemen aan bewegingsactiviteiten. Kom eens langs op een petaquenamiddag, schrijf je in voor de volgende yogareeks of neem deel aan de krolfweken die starten in mei. Het allerbelangrijkste is dat je iets vindt dat je graag doet en dat ook kan volhouden.

5. Overzicht dienstverlening.

Naast onze activiteiten kan je bij ons ook terecht voor:

- het nuttigen van een middagmaal in seniorenrestaurant “De Gestoofde Peer”.
  - 10 euro op weekdagen, 12 euro in het weekend en op feestdagen (soep, hoofdgerecht, 1 drankje naar keuze).
  - Vooraf reserveren is noodzakelijk.
  - Maaltijdbonnetjes en kaarten kunnen aangekocht worden aan het onthaal van het WZC.
- afhalen van soep.
- deponeren briefjes Bond Moyson en Vlaams Neutraal Ziekenfonds.
- informatie en aanvraag thuiszorg, poetsdienst, gezinszorg,…
- advies en aankoop hulpmiddelen (i.s.m. Goed).
- Boodschappendienst: voor wie zelf niet meer naar de winkel kan, sturen we een vrijwilliger op pad om de boodschappen voor jou te doen. Voor meer info over onze dienstverlening kan je terecht bij Nathalie (052/21.09.91).



6. Activiteitenoverzicht.

Maart 2024	
Vrijdag 01/03	Petanque 14u
Maandag 04/03	Spaans 3B 9u
Maandag 04/03	Schilderen 13u30
Dinsdag 05/03	Engels 5A 9u
Dinsdag 05/03	Bingo 14u
Dinsdag 05/03	Petanque 14u
Woensdag 06/03	Spaans 1A 9u
Woensdag 06/03	Spelletjesnamiddag De Nestel 14u
Donderdag 07/03	Hobby 13u30
Vrijdag 08/03	Petanque 14u
Maandag 11/03	Spaans 4A 9u
Maandag 11/03	Schilderen 13u30
Dinsdag 12/03	Engels 7A 9u
Dinsdag 12/03	Petanque 14u
Woensdag 13/03	Italiaans 1B 9u
Woensdag 13/03	**Bloemschikken 14u**
Donderdag 14/03	Hobby 13u30
Vrijdag 15/03	Petanque 14u
Maandag 18/03	Spaans 3B 9u
Maandag 18/03	Schilderen 13u30
Dinsdag 19/03	Engels 5A 9u
Dinsdag 19/03	Poëzie 14u
Dinsdag 19/03	Petanque 14u
Woensdag 20/03	Spaans 1A 9u
Donderdag 21/03	**Zitdag pedicure**
Donderdag 21/03	Hobby 13u30
Vrijdag 22/03	Petanque 14u

Maart 2024	
Maandag 25/03	Spaans 4A 9u
Maandag 25/03	Schilderen 13u30
Dinsdag 26/03	Engels 7A 9u
Dinsdag 26/03	Zonnedekens 13u30
Dinsdag 26/03	Petanque 14u
Woensdag 27/03	Italiaans 1B 9u
Donderdag 28/03	Hobby 13u30
Vrijdag 29/03	Petanque 14u
April 2024	
Maandag 01/04	**Paasmaandag De Brug gesloten**
Dinsdag 02/04	Bingo 14u
Dinsdag 02/04	Petanque 14u
Woensdag 03/04	Spelletjesnamiddag De Nestel 14u
Donderdag 04/04	Hobby 13u30
Vrijdag 05/04	Petanque 14u
Maandag 08/04	Schilderen 13u30
Dinsdag 09/04	Petanque 14u
Donderdag 11/04	Hobby 13u30
Vrijdag 12/04	Petanque 14u
Maandag 15/04	Spaans 3B 9u
Maandag 15/04	Schilderen 13u30
Dinsdag 16/04	Engels 5A 9u
Dinsdag 16/04	Poëzie 14u
Dinsdag 16/04	Petanque 14u
Woensdag 17/04	Spaans 1A 9u
Donderdag 18/04	**Zitdag pedicure**
Donderdag 18/04	Hobby 13u30
Vrijdag 19/04	Petanque 14u
Maandag 22/04	Spaans 4A 9u
Maandag 22/04	Schilderen 13u30

April 2024	
Dinsdag 23/04	Engels 7A 9u
Dinsdag 23/04	Petanque 14u
Woensdag 24/04	Italiaans 1B 9u
Donderdag 25/04	Hobby 13u30
Vrijdag 26/04	**Pannenkoeken 14u tot 16u**
Vrijdag 26/04	Petanque 14u
Maandag 29/04	Spaans 3B 9u
Maandag 29/04	Schilderen 13u30
Dinsdag 30/04	Engels 5A 9u
Dinsdag 30/04	Zonnedekens 13u30
Dinsdag 30/04	Petanque 14u
Mei 2024	
Vrijdag 03/05	**Brillenbus 14u tot 16u**

5. Contact.

Nathalie is aanwezig in De Brug op dinsdag, donderdag en vrijdag in de namiddag en op woensdag een hele dag. Bij afwezigheid kunnen jullie voor inschrijvingen, info en soepbonnetjes terecht aan het onthaal van het Woonzorgcentrum. Wil je niet voor een gesloten deur staan? Maak dan bij voorkeur een afspraak met Nathalie Burssens op het nummer 052/21.09.91 of via debrug@stantonius.zkj.be.

Zorgpunt De Brug
Rootjensweg 77
9200 Grembergen
052/21.09.91

debrug@stantonius.zkj.be
www.wzcsint-antonius.be
V.U. De Clippeleir B.