DIENSTENCENTRA
SCHIERVELDE, TEN ELSBERGE, DE ZILVERBERG

40j
dienstencentra

ACTIVITEITENKALENDER 40JAAR DIENSTENCENTRA VLAANDEREN

ROESELARE VIERT MEE!

De lokale dienstencentra van Vlaanderen vieren hun 40ste verjaardag! Omdat we vanuit onze dienstencentra geen enkele gelegenheid om te vieren voorbij willen laten gaan, hebben we tijdens de week van maandag 4 maart tot en met zondag 10 maart allerlei boeiende activiteiten gepland!

Om je wat van alles te kunnen laten proeven, gaven we elke dag een ander feestelijk tintje:

- Op maandag 4 maart test je jouw conditie uit tijdens een van de sneukelroutes of workshops.
- Dinsdag 5 maart zorgen we voor meer creatieve inspiratie en kan je in de verschillende dienstencentra terecht om jouw creativiteit de vrije loop te laten tijdens een van de workshops.
- Op woensdag 6 maart verrijk je jouw culturele 'ik' aan de hand van de verschillende voordrachten en/of workshops.
- Op donderdag 7 maart kan je meedingen naar de titel van slimste dienstencentrum van Vlaanderen of bijleren tijdens een van de informatieve workshops.
- Vrijdag 8 maart hebben we een speciale dag georganiseerd als dank voor onze talrijke vrijwilligers.
- Zondag 10 maart sluiten we de week in stijl af met een aperitiefconcert van de Big Band van Roeselare o.l.v Stefaan Debevere.

In deze folder vind je meer informatie over alle activiteiten.

Achteraan vind je ook een handige kalender met het activiteitenaanbod

We kijken er alvast naar uit om je te mogen verwelkomen tijdens deze feestelijke week! Vergeet je niet tijdig in te schrijven!

Het team van de dienstencentra
Ten Elsberge, Schiervelde en De Zilverberg

WIE ZIJN WIJ?

In de dienstencentra hebben we een ruim aanbod aan ontspannende en leerrijke activiteiten., maar we doen nog meer dan dat.

We bieden ook een breed spectrum aan diensten die je het leven wat makkelijker kunnen maken: maaltijden in het dienstencentrum en aan huis, vervoer, pedicure, bad en/of douche, buurtproject, administratieve hulp, Minder Mobielen Centrale, poetsdienst, klusjesdienst, zorgcoördinator, personenalarmtoestellen, ...

Omdat we je graag willen informeren over deze diensten en de eventuele voorwaarden om van deze diensten te kunnen genieten, vind je tijdens de week van 4 tot 8 maart in de dienstencentra een informatiepaneel terug.

In onze dienstencentra kan je iedere dag blijven eten. Naar aanleiding van de feestelijkheden krijg je ook een gratis koffie aangeboden na de maaltijd. Voor het dienstencentrum Schiervelde en Ten Elsberge vragen we om de dag zelf voor 9u op te bellen indien je wilt blijven eten, in De Zilverberg liefst de dag vooraf.

Kom dus zeker eens een kijkje nemen om ons dienstverleningsaanbod (nog) beter te leren kennen!

MAANDAG 4 MAART

Dag van de Beweging

BEWEGING - SNEUKELROUTE FIETSCLUB

Klim op je fiets en trek er mee op uit tussen de verschillende dienstencentra! In elk centrum valt iets lekkers te rapen: taart, pannenkoeken en een streekbier! We vertrekken telkens aan het eigen centrum van de club. De drie fietsclubs van de dienstencentra Ten Elsberge, Schiervelde en De Zilverberg vertrekken telkens aan het eigen centrum en sluiten de sneukelroute ook daar af.

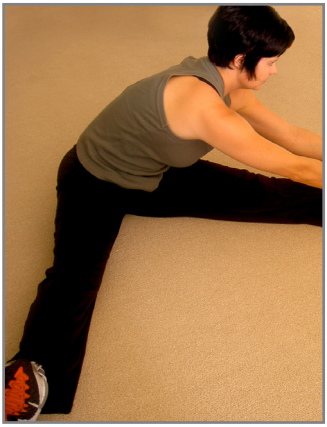
Tijdstip: 13u45
Kostprijs: 5 euro

BEWEGING - SNEUKELROUTE WANDELCLUB

Trek je wandelschoenen aan en ga mee op stap tussen de verschillende dienstencentra! In elk centrum valt iets lekker te rapen: taart, pannenkoeken of streekbier! We vertrekken telkens aan het eigen centrum van de club. De drie wandelclubs van de dienstencentra Ten Elsberge, Schiervelde en De Zilverberg vertrekken telkens aan het eigen centrum en sluiten de sneukelroute ook daar af.

Tijdstip: 13u30
Kostprijs: 3 euro

BEWEGING - STRETCHING



De Engelse term 'stretchen' betekent letterlijk rekken en strekken. Het is een methode om lenigheid te bevorderen of te onderhouden. Door te stretchen maken we de spieren langer. Doordat je de spieren rekt, zijn ze minder gespannen (de basistonus vermindert). Gevolg: een betere doorbloeding en meer zuurstof. De spieren worden soepeler, waardoor de beweging soepeler, meer gecoördineerd verloopt.

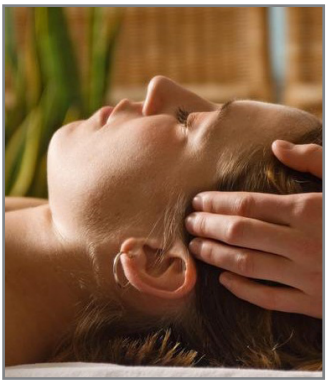
Tijdstip: 10u
Locatie: Ten Elsberge
Kostprijs: gratis

BEWEGING - 5 RITMES DANS

Iedereen kan deelnemen, jong en oud, sportief of stijf! Je ontdekt het oerritme van jouw eigen dans. Er zijn geen danspassen aan te leren. Laat je door de muziek leiden naar de uithoeken van je lichaam en emoties. De 5 ritmes zijn vloeiend, staccato, chaos, lyrisch en stilte. Laat jezelf uitnodigen om jouw dans te ontdekken!

Tijdstip: 14u
Locatie: De Zilverberg
Kostprijs: gratis

BEWEGING - REIKI EN ENERGETISCH BEWUSTZIJN



Reiki is een Japanse methode om meer harmonie en geluk in het leven te ervaren. Deze vitaliserende energie helpt je op te ruimen wat deze harmonie en geluk in de weg staat.

Reiki wordt via de handen doorgegeven. Het heelt de oorzaken van een probleem.

Tijdstip:	14u
Locatie:	Schiervelde
Kostprijs:	gratis

DINSDAG 5 MAART

Dag van de
Creativiteit

CREATIVITEIT - POWERTEX

Werk je graag met powertex? Op onze creatieve dag bieden we je de mogelijkheid om een dag lang je hier in uit te leven. Je maakt drie hennen van groot naar klein in powertex, ideaal als mooi decoratief element in huis.

Tijdstip: 8u30 - 16u
Locatie: Schiervelde
Kostprijs: 50 euro (voor 3 kippen)

CREATIVTEIT - SCHUBBEN OORRINGEN

Een collectie oorringen kan nooit uitgebreid genoeg zijn. Maak je graag eens oorringen die niet al te veel werk vragen? Dan zijn deze 'schubben' exemplaren zeker iets voor jou. Deze oorringen maken vraagt niet zoveel tijd en kan je In combinatie met blikken pimpen doen.

Tijdstip: 9u
Locatie: De Zilverberg
Kostprijs: 8 euro per paar

CREATIVITEIT - DECOPATCH KETTING OF THEELICHT HOUDER

We willen je graag laten kennis maken en werken met decopatch papier. Je kan kiezen uit het maken van een ketting of een theelicht houder met deze fleurige papiertechniek.

Tijdstip: 9u
Locatie: De Zilverberg
Kostprijs: 6 euro voor 1 ketting of 3 theelichtjes

CREATIVTEIT - PERLEFINES KNOPEN

In alle modemagazines zie je ze terugkomen: mooie kettingen met perlefines. Wil je graag een dergelijke juweel toevoegen aan je juwelenkistje, schrijf je dan in voor deze namiddag.

Tijdstip: 13u30
Locatie: De Zilverberg
Kostprijs: 10 euro materiaal

CREATIVITEIT - BLIKKEN PIMPEN

Ervaring leert dat een vrouw nooit genoeg bergruimte heeft. Met pimpen bedoelen we versieren van blikken met allerlei leuke stofjes. Je kan kiezen uit een XL blik of een koekendoos. Heb je zelf nog leuke stofjes liggen dan kan je ze gerust meebrengen, maar ze zijn al inbegrepen in het pakket. Omdat het pimpen van blikken geen ganse voormiddag duurt, bieden we je ook de mogelijkheid om dit combineren met maken van schubben oorringen

Tijdstip: 9u
Locatie: De Zilverberg
Kostprijs: 10 euro voor XL blik, 15 euro voor koekendoos

CREATIVTEIT - BIEDERMEIER IN ORIGAMI

Het plooien van kleurrijk papier met als een resultaat een mooie Biedermeier. Met wat geduld en precisie krijg je een mooi resultaat.

Tijdstip: 14u
Locatie: Schiervelde
Kostprijs: 3,95 euro per pakket

CREATIVITEIT - TAFELDECORATIE

Een mooi versierde tafel doet eten. Of dat zeggen ze toch. Wil je graag iets nieuws aanleren om je tafel mee te versieren dan is deze namiddag iets voor jou. Je kan kiezen uit het maken van verschillendedecoratieve elementen. Indien je dit wenst, leren we je eveneens een mooie techniek aan om servietten te plooien.

Tijdstip: 14u
Locatie: Schiervelde
Kostprijs: 7,5 euro voor drie vaasjes met ammarylis
5 euro voor drie appeltjes
5 euro voor een decoratieve snoeptaart

CREATIVTEIT - KAARTEN

Op een creatieve namiddag mag het maken van kaarten niet ontbreken. Onze keuze is gevallen op geborduurde kaarten met pareltjes. Heb je zelf nog restjes pareltjes liggen dan kan je zeker gebruiken.

Tijdstip: 14u
Locatie: Ten Elsberge
Kostprijs: 2 euro per kaart / 4 keuzes

CREATIVITEIT - HOOKED ZPAGETTI

De nieuwste rage van het moment is haken of breien met speciaal garen dat ze Hooked Zpagetti noemen. Tijdens deze namiddag leer je een gehaakte handtas maken. Het materiaal wordt voorzien door de lesgeefster. Enige haakervaring is wel vereist en de finishing touches zal je thuis moeten aanbrengen.

Tijdstip:	14u - 17u
Locatie:	Ten Elsberge
Kostprijs:	35 euro voor gehaakte handtas en houten handvat

WOENSDAG 6 MAART

Dag van de
Cultuur

CULTUUR - VOORDRACHT: EEN KLEURRIJKE KIJK OP CULTUUR IN ROESELARE

Tijdens deze voordracht neemt Johan Vermeulen, onze huisgids tijdens de uitstappen van 'Eigenwijs op Stap', je mee in de rijke cultuur van Roeselare. Een aanrader voor iedereen die Roeselare eens door een culturele bril wil bekijken

Tijdstip: 9u - 11u
Locatie: Ten Elsberge
Kostprijs: 3 euro

CULTUUR - VOORDRACHT: DE KUNST OM GELUKKIG TE ZIJN

Is het niet zo dat iedereen hunkert naar geluk? Maar wat is geluk en hoe verkrijg je het? Waarom worden sommigen gelukkiger met het ouder worden en raken anderen steed meer in de knoei met zichzelf en de medemens, Hoe kun je gelukkig zijn als je veel problemen hebt? Je komt het te weten op de voordracht van Joris Vandromme (°1923!) auteur van oa "Bouwstenen voor je geluk" en "Geluk ligt in jezelf"

Tijdstip: 14u - 16u
Locatie: Schiervelde
Kostprijs: 3 euro

CULTUUR - VOORDRACHT ELIM

De vzw Elim, het Steunpunt Vluchtelingen Roeselare, heeft reeds 15 jaar als doel vluchtelingen, asielzoekers en mensen met en zonder papieren op diverse vlakken te ondersteunen. Bij deze voordracht krijg je uitleg over de doelstellingen en de werking van deze organisatie, een korte uitleg over de asielprocedure, en meer uitleg over migranten, allochtonen, mensen zonder papieren,...

Tijdstip: 14u - 16u
Locatie: De Zilverberg
Kostprijs: 3 euro

CULTUUR - POËZIEWANDELING

Samen met Paul Van Ostaijen wegdromen op de Korenlei. Van een terrasje genieten onder het goedkeurend oog van Hugo Claus. De Genste poëzieroute laat je de stad op een andere manier zien. Deze begeleide wandeling onderbreken we even voor een gezellige stop.

Tijdstip: 14u
Locatie: poëziecentrum Vrijdagmarkt Gent
(vertrek station Roeselare rond de middag)
Kostprijs: 5 euro + kostprijs treinticket

CULTUUR - BIER PROEVEN

Met een algemene toelichting rond basis kennis over bierproeven, biersoorten, de trappisten, bier serveren, anekdotes rond de te proeven biertjes... Tijdens deze sessie proeven we 5 of 6 totaal verschillende soorten –minder bekende- biertjes.

Tijdstip: 19u
Locatie: Schiervelde
Kostprijs: 8 euro

CULTUUR - WIJN PROEVEN

Je kan proeven van 8 verschillende wijnen. Je krijgt het verhaal bij elke wijn (wijnberg, druivenras, wijnmaker, jaargang). Je kan ook antwoorden krijgen over je vragen ivm wijn: over bewaring van wijn, hoe je kan weten dat de wijn kurk smaak heeft, hoe je wijn proeft,...

Tijdstip: 14u - 17u
Locatie: Ten Elsberge
Kostprijs: 15 euro

DONDERDAG 7 MAART

KENNIS - FACEBOOK

Facebook kent een niet te stuiten groei en telt momenteel zo'n 800 miljoen gebruikers wereldwijd, waaronder een ruime helft van alle Belgen. Met behulp van Facebook kan je contact houden met je vrienden. In je gebruikersprofiel geef je aan wie je bent en wat jou boeit. Via de 'statusbalk' kan je aangeven waar je op dit eigenste moment mee bezig bent. Je kan daarnaast ook foto's en video's delen, interessante links doorspelen, evenementen ruchtbaarheid geven, enzoverder. Maar... 1 op 2 de Belgen zit níet op Facebook. Sommigen twijfelen en vragen zich af of Facebook wel iets voor hen is. Blijft het niet erg oppervlakkig? Heb ik wel een boodschap aan die onophoudelijke stroom van berichtjes? Bart Vandenbroucke demonstreert je een aantal mogelijkheden en vertelt over zijn persoonlijke ervaringen met Facebook. Niet om jou te overtuigen, maar om een beter inzicht te verschaffen in de werking van Facebook. Na deze lezing kan je een bewuste keuze maken: doe ik het of doe ik het niet? Bart Vandenbroucke is algemeen directeur bij CVO Roeselare.

Tijdstip:	9u30
Locatie:	Ten Elsberge
Kostprijs:	3 euro

KENNIS - WOII IN KLEUR

Erfgoedorganisatie TERF is op zoek naar getuigenissen van de laatste getuigen van WOII. In dit licht organiseren wij een filmvoorstelling van de tweede wereldoorlog in kleur, waarna TERF nog even toelichting geeft bij hun werking.

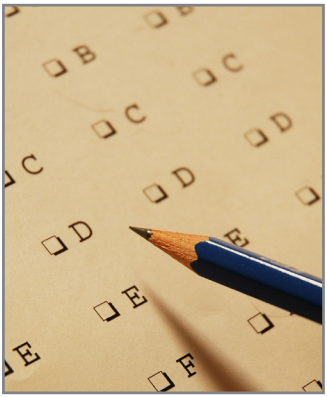
Tijdstip: 14u
Locatie: De Zilverberg
Kostprijs: 3 euro

KENNIS - LEVENSEINDE

Stefaan Desmet is coördinator van het palliatief support team bij het Heilig-Hartziekenhuis te Roeselare. Hij komt ons meer vertellen over de mogelijkheden en regelgeving omtrent een menswaardig levenseinde. Daaraan gekoppeld vertelt hij ons ook wat meer over orgaandonatie.

Tijdstip: 10u
Locatie: Schiervelde
Kostprijs: 3 euro

KENNIS - QUIZ



Quiz mee voor de titel 'slimste dienstencentrum van Vlaanderen'! Stel je eigen quizteam samen (max. 6 teamleden) en kies een originele teamnaam. Er zijn verschillende vragenrondes. De winnaars van de Roeselaarse dienstencentra spelen om 16u30 mee met de grote finale van Vlaanderen door te antwoorden op een vraag die via mail gesteld wordt. Schrijf je snel in!

Tijdstip: 13u30
Locatie: Ten Elsberge
Kostprijs: gratis

ZONDAG 10 MAART

AFSLUITMOMENT

Deze feestweek sluiten we graag af met een knaller. Dankzij de Bigband Roeselare bieden we op zondag 10 maart een aperitief-concert aan in het Dienstencentrum Schiervelde.

Bigband Roeselare is het grootste ensemble van de richting Pop & Jazz aan de Stedelijke Academie voor Muziek, Woord en Dans te Roeselare. Het is een standaard bigbandbezetting met trompetten, trombones, saxofoons, piano, gitaar, bas en drums. Dit ensemble biedt de leerlingen enerzijds de kans om zich te bekwamen in het sectiespel, en anderzijds om als solist op de voorgrond te treden. Het repertoire bestaat uit een mix van jazzstandards en moderner werk.

Kom luisteren onder het genot van een lekker aperitiefje en sluit mee met ons deze feestweek af.

De deuren gaan open vanaf 10u, het concert start om 10u30.

Iedereen van harte welkom

Tijdstip: 10u30
Locatie: Schiervelde
Kostprijs: gratis

OVERZICHT PROGRAMMA

Maandag 04/03: dag van de beweging

13u45:	Sneukelroute fietsclub
13u30:	Sneukelroute wandelclub
10u:	Stretching (Ten Elsberge)
14u:	5 ritmes dans (De Zilverberg)
14u:	Reiki en energetisch bewustzijn (Schiervelde)

Dinsdag 05/03: dag van de creativiteit

8u30:	Powertex (Schiervelde)
9u:	Schubben oorringen (De Zilverberg)
9u:	Decopatch ketting of theehouder (De Zilverberg)
13u30:	Perlefines knopen (De Zilverberg)
9u:	Blikken pimpen (De Zilverberg)
14u:	Biedermeier in origami (Schiervelde)
14u:	Tafeldecoratie (Schiervelde)
14u:	Kaarten (Ten Elsberge)
14u:	Hooked Zpagetti (Ten Elsberge)

Woensdag 06/03: dag van de cultuur

9u:	Een kleurrijke kijk op cultuur in Roeselare (Ten Elsberge)
14u:	De kunst om gelukkig te zijn (Schiervelde)
14u:	Voordracht Elim (De Zilverberg)
10u:	Poëziewandeling
19u:	Bier proeven (Schiervelde)
14u:	Wijn proeven (Ten Elsberge

Donderdag 07/03: dag van de kennis

9u30:	Facebook (Ten Elsberge)
14u::	WOII in kleur (De Zilverberg)
10u:	Levenseinde (Schiervelde)
13u30:	Quiz (Ten Elsberge)

INSCHRIJVEN

Inschrijven voor 1 maart is aangewezen om deel te kunnen nemen aan de activiteiten en kan via telefoon of e-mail bij een van onze dienstencentra.

TENELSBERGE
DIENSTENCENTRUM

Mandellaan 101
8800 Roeselare
t. 051 24 60 50
dctenelsberge@ocmw-roeselare.be

SCHIERVELDE
DIENSTENCENTRUM

Schierveldestraat 55+
8800 Roeselare
t. 051 26 38 00
dcschiervelde@ocmw-roeselare.be

DEZILVERBERG
DIENSTENCENTRUM

Knokuilstraat 35
8800 Roeselare
t. 051 26 26 80
dczilverberg@ocmw-roeselare.be