



TWEEMAANDELIJKS
KRANTJE VAN
VZW DE WELVAARTKAPOEN

BEUKENOOTJE

BELANGRIJKE MEDEDELINGEN

NIEUW: Informatica-helpdesk

Vzw Brusselleer en LDC Het Begin staan weer voor jullie paraat! Heb je een **smartphone of tablet** gekocht? Heb je hulp nodig bij het opstarten? Heb je vragen over **WhatsApp, e-mail of applicaties**? Wil je ook een **Facebook-account** maken? ... Kom dan naar onze ICT-helpdesk. We zoeken samen met Kristof (vzw Brusselleer) naar een oplossing. **Belangrijk: data en uur vind je terug op de volgende pagina.**



Centrum Basiseducatie Brussel vzw

Jaarlijks reductietarief in het sociaal restaurant

Wist je dat je in ons sociaal restaurant kan genieten van een reductietarief? Zie hieronder of jij ook in aanmerking komt.

- > Woon je in Molenbeek?
- > Geniet je van een verhoogde tegemoetkoming (VIPO-attest van de mutualiteit)?
- > Ben je minstens 65 jaar?

Val je binnen al deze 3 criteria, dan heb jij ook recht op een reductiekaart voor ons sociaal restaurant.

Herinnering: deze reductiekaart wordt jaarlijks vernieuwd! Op het einde van elk jaar, vragen we telkens opnieuw om een nieuw document van de mutualiteit binnen te brengen + 1 foto. Dit geldt ook voor de huidige klanten. Wie zijn/haar attest nog niet binnengebracht heeft, moet dit zo snel mogelijk in orde brengen. Zolang we geen attest ontvangen hebben, kunnen we het verlaagde tarief niet toepassen. Waar? Aan het onthaal van LDC Het Begin: Begijnenstraat 65, 1080 Molenbeek. **Belangrijk:** Wie een drie-maandelijks attest krijgt, moet na verval van het huidige attest steeds een nieuw attest binnenbrengen. De reductiekaart wordt dan niet jaarlijks aangepast, maar om de drie maanden – op basis van de attesten.

BELANGRIJKE DATA

IBO speelweken

06/04/2020 t.e.m. 10/04/2020
14/04/2020 t.e.m. 17/04/2020
Informatie en inschrijvingen:
iboadmin@dewelvaartkapoen.be

Ophalen en terugbrengen van was, strijk en retouches bij LDC Het Begin.

04/03, 18/03, 01/04, 15/04, 29/04

Ophalen, terugbrengen en betalen gebeurt in LDC Het Begin. Niet bij de klanten thuis. De kleren worden niet door onze vervoersdienst naar het LDC gebracht/teruggenomen. De klanten zorgen hier zelf voor. Prijs is dienst + vervoer.

Sluitingsdagen

Op maandag 13/04 en vrijdag 01/05 is de hele vzw gesloten.

Boodschappendienst

Hieronder vinden jullie de lijst van waar we gaan boodschappen doen tijdens de maanden januari en februari.

05/03 Lidl	02/04 Lidl
12/03 Delhaize	09/04 Delhaize
19/03 Colruyt	16/04 Colruyt
26/03 Aldi	23/04 Aldi
	30/04 Carrefour

Elke donderdag

Stoelgymnastiek

"Rust roest" zegt een oud spreekwoord. Maar er zit veel waarheid in! Blijven bewegen is op elke leeftijd heel belangrijk. En hiermee kan het ook op elke leeftijd! Op leuke muziek, doen we een reeks eenvoudige bewegingsoefeningen op en/ of rond een stoel. Deelnemers hebben geen specifieke conditie nodig, iedereen werkt mee naar eigen kunnen. De ideale sport om de soepelheid van spieren en gewrichten te onderhouden. **Volg je 5 lessen, dan krijg je 1 les GRATIS!**

Afspraak?

LDC Het Begin van 10u30 tot 11u30

Bijdrage?

€3,50 per les (5 + 1 gratis)

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor elke activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).



Elke vrijdag

Aquagym

Aquagym is de ideale manier om fysiek en mentaal gezond te blijven. Schrijf je vlug in, want de plaatsen zijn beperkt. Les van 15u tot 16u.

Afspraak?

Olympisch zwembad Louis Nameche. Adres: Van Kalckstraat 93, Molenbeek.

Bijdrage?

€7,50 (ingang + les).

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor elke activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).

Bij elke inschrijving, datum les/naam/voornaam/telefoon of GSM-nummer doorgeven. Dit geldt voor elke les.



Donderdag 5 maart

Spelletjesnamiddag: Tafelgolf

Tafelgolf is een kruising tussen Midget-Golf en Biljarten. Kom en speel mee. Hoe meer zielen hoe meer vreugde.

Afspraak?

LDC Het Begin om 14u

Bijdrage?

Gratis

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor de activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).



Dinsdag 10 maart, 24 maart & 21 april

Informatica-helpdesk

Heb je een **smartphone of tablet** gekocht? Heb je hulp nodig bij het opstarten? Heb je vragen over **WhatsApp, e-mail of applicaties**? Wil je ook een **Facebook-account** maken? ... Kom dan naar onze ICT-helpdesk. We zoeken samen met Kristof (vzw Brusselleer) naar een oplossing. Je komt wanneer en hoe laat je wil, tussen 14u en 16u.

Afspraak?

LDC Het Begin, van 14u t.e.m. 16u

Bijdrage?

Gratis

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor de activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).



Brusselleer
Centrum Basiseducatie Brussel vzw

Dinsdag 17 maart en 14 april

Hand- of gezichtsverzorging

Verwen je gezicht of je handen bij LDC Het Begin. Schrijf je vlug in want de plaatsen zijn beperkt (max. 6 per dag).

Afspraak?

LDC Het Begin vanaf 10u.

Bijdrage?

Gezicht: €5 (per beurt) | Handen €4 (per beurt)

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor elke activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).



Woensdag 18 maart en 22 april

Samen ontbijten!

Je dag goed beginnen, dat doe je het best met een gezond ontbijt. Maar ontbijten is zoveel meer dan je lichaam van energie voorzien. Het is ook een manier om mensen samen te brengen. Op woensdag 18 maart en 22 april organiseert Het Begin een Gezonde Buurt-ontbijt. Hiermee willen we al onze bezoekers op een hippe, smakelijke en gezellige manier samenbrengen. Met z'n allen trappen we op een leuke manier de dag op gang.

Afspraak?

LDC Het Begin van 8u30 tot 10u.

Bijdrage?

€5

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor elke activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).



Donderdag 19 maart

Sippelberg shownamiddag: Marco Rossi

Marco Rossi is een muzikale duizendpoot. Hij speelt gitaar, piano en zingt in meer dan 5 talen. Een leuke dansgelegenheid en een mooie show. Kom dat zien! De activiteit start om 14u30.

Afspraak?

LDC Het Begin om 13u30 of ter plaatse, ten laatste om 14u.

Sippelberg: Sippelberglaan 1, 1080 Sint-Jans-Molenbeek.

Bijdrage?

Ingang: €2

Vervoer (niet verplicht) €7 (heen en terug), maximum 6 plaatsen

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste donderdag 12 maart aan het onthaal (ter plaatse of via telefoon).



Vrijdag 20 maart en 10 april

Kamermuziekconcert: Concertini

Even tijd maken voor uzelf? Een zachte aanloop nemen naar het weekend? Op vrijdag 20/03 en 10/04 kunt u in de Munt terecht voor een mooi concertje. In een gezellige, informele setting krijgt u een uur lang het beste van de kamermuziek, live en van dichtbij uitgevoerd door Muntensembles in gevarieerde bezettingen. De activiteit start om 12u30.

Afspraak?

Ter plaatse, ten laatste om 12u10. De Munt: Leopoldstraat 23, 1000 Brussel.

Bijdrage?

Gratis, maximum 10 plaatsen.

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor elke activiteit aan het onthaal (ter plaatse of via telefoon).



Woensdag 25 maart

Exploratie: samen de wereld rond. 'Soedan, van Noord naar Zuid'

Vereniging Zomaar organiseert elk jaar een reeks van bijzondere reisrepresentaties. Deze mooie presentaties zijn gebaseerd op eigen ervaring en worden vol enthousiasme verteld. Je komt alles te weten over het verblijf en de mogelijke bestemmingen. Daarnaast kun je alvast wegdrömen bij het eigen fotomateriaal dat wordt getoond. Op 25/03 geven ze de eer aan 'Soedan' die tot 9 juli 2011, het grootste land van Afrika was. De activiteit start om 14u30.

Afspraak?

LDC Het Begin om 13u40 of ter plaatse, ten laatste om 14u15.

Feestzaal Sint-Agatha-Berchem: Koning Albertlaan 33, 1082 Brussel.

Bijdrage?

€4.

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste vrijdag 20 maart aan het onthaal (ter plaatse of via telefoon).



Vrijdag 27 maart

Verjaardagsfeest

Verjaar jij ook in de maand maart? Schrijf je nu in op onze verjaardagslijst, dan word jij ook in de bloemetjes gezet! Gegarandeerd heerlijk dessert en dansmuziek!

Afspraak?

LDC Het Begin om 14u

Bijdrage?

€3,50 (koffie en thee inbegrepen – gratis dessert voor de jarigen)

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor de activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).



Donderdag 2 april

Wedstrijd Triominos

Triominos, een variant op het dominospel is een tactisch spel met driehoekige, genummerde stenen. Zoek je kansen, leg ze snel aan en scoor zo veel mogelijk punten. Speciaal vandaag maken we er een wedstrijd van! De winnaar krijgt een prijs.

Afspraak?

LDC Het Begin om 14u

Bijdrage?

Gratis

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor de activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).



Dinsdag 7 april

Kookworkshop: 'Le Merveilleux'

Een merveilleux is een echte patisserieklassieker. Het zijn de ronde gebakjes met meringue en veel slagroom vanbinnen en een buitenkant van chocoladeschilfers. Ze zijn minder moeilijk om te maken dan je denkt. Kom en probeer het samen met ons op 7 april.

Afspraak?

LDC Het Begin om 14u15

Bijdrage?

Gratis, maximum 5 personen.

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor de activiteit aan het onthaal (ter plaatse of via telefoon).



Woensdag 15 april

Paasmenu en filmnamiddag

Nodig je familie en vrienden uit voor een heerlijk paasmenu! Na het lekkere diner, gaan we richting het leslokaal voor een toffe filmnamiddag. Rustig verteren zit er ook in! **Belangrijk: het menu en de filmtitel volgen nog.**

Afspraak?

LDC Het Begin vanaf 11u30

Bijdrage?

Menu: €17 / €14 (omnio)

Film: €1.

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste woensdag 8 april voor de activiteit aan het onthaal (ter plaatse of via telefoon).



Donderdag 23 april

Spelletjesnamiddag: BINGO

Gezellig bingo spelen in je favoriete dienstencentrum, dat kan. We nodigen je uit om een kijkje te komen nemen en te spelen met vrienden en bekenden. Haal vast adem om 'BINGO' te roepen! Iedereen kan winnen, misschien heb jij ook geluk.

Afspraak?

LDC Het Begin om 14u

Bijdrage?

€0,50 per kaart

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor de activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).



Vrijdag 24 april

Verjaardagsfeest

Verjaar jij ook in de maand april? Schrijf je nu in op onze verjaardagslijst, dan word jij ook in de bloemetjes gezet! Gegarandeerd heerlijk dessert en dansmuziek!

Afspraak?

LDC Het Begin om 14u

Bijdrage?

€3,50 (koffie en thee inbegrepen – gratis dessert voor de jarigen)

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 3 werkdagen voor de activiteit (aan het LDC-onthaal of via telefoon).



Luchtvaartsalon van Brussel | 1950



maart
april

Alle betalende activiteiten moeten altijd op voorhand betaald worden. Dit kan in cash (aan het onthaal) of via overschrijving ten laatste 5 dagen voor de activiteit (rekeningnummer: BE55 7340 0961 6244. Communicatie: naam + activiteit).

Wie zijn wij?

vzw De Welvaartkapoen

Ingrid Verhoeven

Directeur

LDC Het Begin

Ingrid Verhoeven
Patricia Vanwetteren
Hafsa Saddik
Tahra Van Cauwenberghe
Tiffany Van Esch

Dienstencentrumleidster
Zorgregisseur
Onthaalmedewerkster
Animator
Vorming- en trajectcoördinatrice

Horeca

Greta Vanderlinden

Coördinatie horecaproject met een ploeg van kok en medewerkers

Vervoersdienst

Sumaya Lekraichi

Coördinatie met een ploeg van chauffeurs

De Ateliers

Gwen De Jaeger
Chantal Ngimbi Foko
Latifa Bouzey

Coördinatie
Styliste
Omkadering retouchedienst met een ploeg van retoucheuses/eurs

IBO De Verliefde Wolk

Anne-Mieke De Clercq

Coördinatie IBO Havenwijk met een ploeg van begeleiders
Coördinatie IBO Vierwinden met een ploeg van begeleiders
Coördinatie IBO Sluis met een ploeg van begeleiders.
Administratie

Kelly Coucke

Gisele Van Dessel

Kadriye Yildirim

Wat doen wij?

Beukenootje

Gratis infoblad van vzw De Welvaartkapoen. Indien u het wenst te ontvangen, gelieve uw gegevens door te geven aan ons onthaal (ter plaatse, telefonisch of via e-mail): onthaal@dewelvaartkapoen.be 02/880.51.57

Hulp aan huis

Van maandag tot vrijdag op afspraak.

Administratieve hulp

Van maandag tot vrijdag op afspraak.

Pedicuredienst

Om de 2 weken op maandag vanaf 8u30 (enkel op afspraak). Contact via 02/880.51.57.

Kapster

Momenteel is deze dienst stilgelegd. We zijn op zoek naar een nieuwe vrijwilliger. Wie hier gediplomeerd voor is en ervaring heeft, gelieve ons zo snel mogelijk te contacteren via e-mail: dienstencentrum@dewelvaartkapoen.be

Verzamelen kleding

Enkel afhaling bij klanten na afspraak bij de vervoersdienst.

Activiteiten

LDC Het Begin biedt wekelijks uitstapen en informatieve namiddagen. Zie kalender.
Elke namiddag kan je in het LDC Het Begin terecht voor een tas koffie, spel-namiddagen, een babbeltje, ...

Het kostuumatelier

Het kostuumatelier ontwerpt en produceert kostuums voor theatergezelschappen. Ook als particulier kan je terecht voor maatwerk, patronen en eigen collecties.

Wasserette en strijk

Wassen en drogen: 3,50€/machine – 6,00€ incl. vervoer
Strijken: prijs tussen 0,25€ en 4,40€/kledingstuk.
Leveren & ophalen was/strijk: 2,50€
Ophalen ook voorzien in LDC Het Begin (zie belangrijke mededelingen). Noteer duidelijk (voor)naam, telefoon en adres, alsook de inhoud en of het moet gewassen en/of gestreken worden.

Retouchedienst

Open op maandag, dinsdag en donderdag van 9u30 tot 12u en van 13u tot 16u30.
Ophalen ook voorzien in LDC Het Begin (zie belangrijke mededelingen). Noteer duidelijk (voor)naam, telefoon en adres, alsook de inhoud en omschrijving van de retouche.

Vervoersdienst

Voor extra info (i.v.m. prijzen, afspraken, enz.) contacteer ons via telefoon 02/880 51 57 of via e-mail: welvaartvervoer@dewelvaartkapoen.be

Begeleiding naar ziekenhuis of andere afspraken

Van maandag tot vrijdag op afspraak.
prijs : 2,50€ + vervoer + wachttijd (zie ook bij vervoersdienst voor de prijzen).

Boodschappendienst

Elke donderdag tussen 9u en 11u30 samen met het busje naar de supermarkt.
Vertrekplaats : LDC Het Begin, Begijnenstraat 65 – 1080 Molenbeek.
De prijzen zijn veranderd. Voor de klanten uit de omliggende gemeenten van Molenbeek: €3,50 per rit.
Buiten de straal van 5km, rekenen we €0,50 per km. Voor de klanten uit andere Brusselse gemeenten: €0,50 per km. Voor de winkelkalender : zie het artikel over de boodschappendienst..

Klusjesdienst

Ism BONIFIXI, de technische dienst van Buurthuis Bonnevie (u dient in aanmerking te komen voor sociale tarieven).
Contact: 02/410 76 31
www.bonnevie40.be

Restaurant

Lekker en gezond eten voor 5,50€. Steak of vis voor 7,50€
Senior tarieven: Wie ouder dan 65jaar is en ons een attest van verhoogde tegemoetkoming van de mutualiteit (+ pasfoto) kan voorleggen, betaalt 4,00€ of 5,50€. Invaliden tarieven: Wie jonger dan 65jaar is en ons een attest van verhoogde tegemoetkoming van de mutualiteit en een invaliditeitsattest (+ pasfoto) kan voorleggen, betaalt 4,00€ of 5,50€. Deze voordelige prijzen gelden alleen voor inwoners van Molenbeek. Gelieve de nodige documenten aan het onthaal af te geven.
Warm eten mogelijk tussen 11u30 en 14u.

Maaltijden aan huis

Levering aan huis van dezelfde maaltijden voor 1 € extra.
We vragen een waarborg van 50 € voor het materiaal.
Neem contact met ons op voor een eerste bestelling.

IBO De Verliefde Wolk

IBO De Verliefde Wolk organiseert buitenschoolse opvang voor kinderen uit het Nederlandstalig basisonderwijs. Dit omvat opvang na schooltijd, op woensdagnamiddag, tijdens schoolvrije dagen en schoolvakanties. De Verliefde Wolk heeft drie vestigingsplaatsen: Vierwinden, Havenwijk en Sluis.

Lokaal dienstencentrum Het Begin

Een lokaal dienstencentrum (LDC) heeft als opdracht hulpbehoevenden te helpen in het zo lang mogelijk zelfstandig blijven leven en wonen. We bieden diensten (zowel in Het Begin als aan huis) en activiteiten aan om dit te realiseren.

**Begijnenstraat 65
1080 Sint-Jans-Molenbeek
02 880 51 57
dienstencentrum@dewelvaartkapoen.be**

Elke werkdag open van 9u30 tot 16u30

IBO De Verliefde Wolk

Elke werkdag opvang van 15u30 tot 18u15 en op woensdag van 12u00 tot 18u15. Speelweken tijdens elke schoolvakantie (5 weken tijdens de zomervakantie) van 8u00 tot 18u15.

Voor administratieve/facturatievragen i.v.m. het IBO: mail naar iboadmin@dewelvaartkapoen.be of bel naar 02/412.39.27, 02/412.39.28.

Vierwinden

**Vierwindenstraat 58, 1080 Sint-Jans-Molenbeek
02/410.87.12
ibovierwinden@dewelvaartkapoen.be**

Havenwijk

**Vandenboogaerdestraat 93, 1080 Sint-Jans-Molenbeek
02/428.71.98
ibohavenwijk@dewelvaartkapoen.be**

Sluis

**Nijverheidskaai 97-99, 1080 Sint-Jans-Molenbeek
02/412.39.26
ibosluis@dewelvaartkapoen.be**

Welvaartvervoer

**02/880 51 57
welvaartvervoer@dewelvaartkapoen.be**

Elke werkdag bereikbaar van 9u00 tot 17u00

De Ateliers

**Sint-Mariastraat 41
1080 Sint-Jans-Molenbeek
02 412 39 30
deateliers@dewelvaartkapoen.be**

Elke werkdag telefonisch bereikbaar van 9u00 tot 17u00

U kan dit Beukenootje ook online consulteren op www.dewelvaartkapoen.be

Klachten of suggesties?

Neem contact op met ingrid.verhoeven@dewelvaartkapoen.be of met ons personeel ter plaatse. Wij behandelen je klacht zo snel mogelijk.



brussel



Kind & Gezin



Vlaanderen
verbeelding werkt

Vormgeving : stevenvanbossche@gmail.com