



BEUKENOOTJE

BELANGRIJKE DATA

Save the date

Op 28 januari nodigen we u graag uit voor een nieuwjaarsreceptie in LDC "Het Begin". Meer info binnenin!

Sluitingsdagen

Op maandag 3 januari is de hele vzw gesloten.

BASISREGELS VOOR AL ONZE DIENSTEN

Een aantal Corona- regels blijven dezelfde voor ons hele aanbod. Lees ze aandachtig en vooral: volg ze goed op. Zonder Coronapas krijg je helaas geen toegang tot het gebouw. Voor onze buitenactiviteiten hoef je geen Coronapas te tonen.

Vooraf

Altijd verplichte reservatie voor de diensten en activiteiten. Reservatie is niet nodig voor het restaurant.

- > Reserveer je plaats telefonisch of per mail, minstens 2 dagen op voorhand
- > Geef naam & voornaam + telefoonnummer + keuze dag(en) + gevraagde dienst

De dag zelf

- > Kom op tijd: maximum 15 min. vooraf
- > Corona pas en mondkapen verplicht
- > Ontsmet je handen of was ze met water en zeep

BELANGRIJKE MEDEDELINGEN

Beste gebruikers, beste klanten,

Het zijn nog steeds vreemde tijden door Corona, maar we zijn enorm blij dat we al zoveel van jullie terug mogen zien in Het Begin. Eindelijk zijn we nu ook terug met het Beukenootje! Elke 2 maanden kan je ons krantje weer verwachten met het laatste nieuws over de vzw, onze uitgebreide waaier aan diensten en de geplande activiteiten voor de komende 2 maanden. Hopelijk hebben jullie er even veel zin in als wij.

Via deze weg stellen we ook graag onze nieuwe hulpcoördinator voor. Sinds november is Stefanie Boeckmans deel van ons personeel en zal zij instaan voor alle activiteiten en vormingen die we organiseren binnen De Welvaartkapoen. Stefanie is 32 jaar en woont in Koekelberg. Ze is altijd goed gezind en heeft er enorm veel goesting in om jullie allemaal beter te leren kennen. Voor zij die haar nog niet hebben ontmoet, aarzel zeker niet om haar aan te spreken of te contacteren voor vragen of suggesties i.v.m. de activiteiten.

Over activiteiten gesproken: graag willen we op lange termijn ons dienstencentrum gebruiken om kunstwerken tentoon te stellen. Ben (of ken) je een kunstenaar? Maak je tekeningen, schilderijen, foto's, of andere werken? Laat het ons alvast weten. We zijn enorm benieuwd.

Als laatste willen we jullie ook allemaal graag uitnodigen voor onze nieuwjaarsreceptie (onder voorbehoud van de corona regels) op vrijdag 28 januari. Schrijf je tijdig in bij het onthaal of via telefoon. We vieren graag samen met jullie de start van een nieuw jaar! Meer info binnenin.

Raadpleeg zeker ook regelmatig onze website, onze facebook pagina, mail ons of bel ons om het laatste nieuws over onze activiteiten en diensten te krijgen. Of kom aan onze voordeur kijken, want we zullen ook affiches ophangen. Of kom gewoon eens binnen, maar altijd met een mondkapen. Zelfs indien jullie al gevaccineerd zijn.

Hopelijk tot binnenkort! We wachten op jullie..

Elke donderdag

Stoelengym

Stoelengym is één van de vele bewegingsvormen om het lichaam soepel en lenig te houden, én de spieren te verstevigen. Op leuke muziek doen we een reeks eenvoudige bewegingsoefeningen op en/of rond de stoel. Je hoeft niet in topvorm te zijn, iedereen werkt mee naar eigen kunnen.

Afspraak?

LDC Het Begin, van 10u30 tot 11u30

Bijdrage?

€3,50 per les / een 5-beurtenkaart is te koop aan het onthaal van LDC Het Begin.

Verplichte inschrijving

Ten laatste 2 dagen voor de activiteit, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Elke donderdag

Dans

Smijt je graag de benen en de heupen los? Kom dan elke donderdag mee dansen met Gail in De Korenbeeksite. Proef van verschillende dansstijlen, zoals o.a. de Tango. De eerste les is gratis en nadien kan je een 5-beurtenkaart aankopen bij het onthaal.

Afspraak?

Korenbeekstraat 133, 1080 Molenbeek. Les van 15u tot 16u

Bijdrage?

€3,50 per les / een 5-beurtenkaart is te koop aan het onthaal van LDC Het Begin

Verplichte inschrijving

Ten laatste 2 dagen voor de activiteit, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Woensdag 5 januari

Spelletjesnamiddag

Rummikub? Monopoly? Mens erger je niet? Winnen of verliezen, dat maakt niet uit! We spelen de hele namiddag samen spelletjes en maken vooral veel plezier.

Afspraak?

14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

Gratis

Verplichte inschrijving

Ten laatste 4 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Vrijdag 7 januari

Filmnamiddag | avonturenfilm

Ben je fan van Indiana Jones? Of James Bond? Hou je gewoon van avonturenfilms? Kom dan zeker mee kijken met ons. Suggesties voor de film zijn altijd welkom! Lekkerere snacks om tijdens de film van te smullen zullen te koop zijn in LDC Het Begin op de dag zelf.

Afspraak?

14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

Gratis | Lekkerere snacks voor tijdens de film zijn ter plaatse te koop

Verplichte inschrijving

Ten laatste 6 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Maandag 10 januari

Verloren maandag samen worstenbroodjes maken & eten

Kom samen met ons worstenbroodjes maken! Een traditie op verloren maandag, maar vooral ook heel lekker. We rollen samen de worstenbroodjes, stoppen ze in de oven en smullen er dan samen van. Schrijf je in voor 5 januari.

Afspraak?

14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

Gratis

Verplichte inschrijving

Ten laatste 5 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Dinsdag 11 januari & 8 februari

Bingo namiddag

Test je geluk en kom mee met ons BINGO spelen in het dienstencentrum. De 3 beste deelnemers of deelnemsters kunnen leuke prijzen winnen, dus waag zeker je kans en schrijf je nu in.

Afspraak?

14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

€0,50 per kaart

Verplichte inschrijving

Ten laatste 2 dagen voor de activiteit, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Woensdag 26 januari & 23 februari

HOGER, LAGER!

We verdelen ons in 2 teams en spelen het bekende spelletje, "Hoger, Lager"! Dat de beste mogen winnen.

Afspraak?

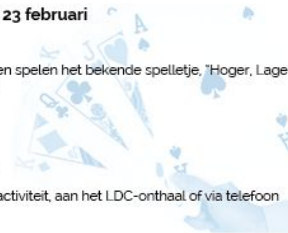
14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

€0,50 per persoon, per spel

Verplichte inschrijving

Ten laatste 2 dagen voor de activiteit, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Vrijdag 14 januari

Bezoek expo Louis De Funès

Ga met ons mee naar de tentoonstelling van Louis de Funès, waar we zijn genialiteit in al zijn facetten samen (her)ontdekken aan de hand van een collectie van bijna 150 werken. Zoals de auto uit Le Corniaud en de kostuums uit Les Aventures de Rabbi Jacob en La Soupe aux choux. Maar er zijn ook foto's, documenten, beeldhouwwerken, tekeningen, schilderijen... en filmfragmenten die je zin geven om al deze grote klassiekers (opnieuw) te kijken!

Afspraak?

Ter plaatse: om 14u45 aan Palace (Anspachlaan 85 -1000 Brussel)

Vertrek vanuit Het Begin met het busje: om 14u15 (reserveer tijdig het busje indien nodig)

Bijdrage?

Toegangsticket: €8

Indien nodig: vervoer met het busje is €3,50 per persoon per rit

Verplichte inschrijving

Ten laatste 10 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Dinsdag 18 januari & 15 februari

GSM uurtje

Hulp nodig met je GSM? Wil je foto's doorsturen via WhatsApp of een applicatie installeren? We helpen je graag verder. Boek je individuele tijdslot van 15 min en stel al je vragen.

Afspraak?

Tussen 14u en 15u. Boek jouw individuele 15min bij het onthaal

Bijdrage?

Gratis

Verplichte inschrijving

Ten laatste 2 dagen voor de activiteit, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Woensdag 19 januari

Bezoek MoMuse (Molenbeek Museum)

MoMuse toont de boeiende geschiedenis van Molenbeek en de Molenbeekenaars. We krijgen een gratis rondleiding in het museum, waarbij we honderden jaren terug in de tijd duiken tot aan de oorsprong van de gemeente.

Afspraak?

Ter plaatse: om 13u45 aan het MoMuse Museum, Mommaertstraat 2A,

1080 Sint-Jan-Molenbeek

Vertrek vanuit Het Begin met het busje: om 13u30

(reserveer tijdig het busje indien nodig)

Bijdrage?

Gratis

Indien nodig: vervoer met het busje is €3,50 per persoon per rit

Verplichte inschrijving

Ten laatste 12 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Donderdag 20 januari

Verjaardagsfeest januari

Ben of was je jarig in januari? Of vier je graag mee met de jarigen, kom dan samen vieren. De jarigen krijgen op vertoon van hun identiteitskaart een gratis glaasje cava. Ambiance gegarandeerd met muziek door Guy Dalan en dansinitiatie met Gail!

Afspraak?

Vanaf 14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

3,50 per persoon voor koffie/thee met een stukje taart

Gratis glaasje cava voor de jarigen van januari

Verplichte inschrijving

Ten laatste 14 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Vrijdag 28 januari

Nieuwjaarsreceptie

Een nieuw jaar, het is tijd voor een feestje! We starten het nieuwe jaar graag met een glaasje en een hapje, een streepje goeie muziek en goed gezelschap. Schrijf je dus zeker in en kom mee met ons feesten!

Afspraak?

Vanaf 15u in LDC Het Begin

Bijdrage?

Inkom gratis | Maaltijd: €5

Verplichte inschrijving

Toegang receptie zonder maaltijd: inschrijven voor 24 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon

Toegang receptie met maaltijd: inschrijven voor 14 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Woensdag 2 februari

Lichtmis | pannenkoeken eten

Het is veertig dagen na kerstmis, dus we vieren Maria-Lichtmis. Hierbij horen natuurlijk lekkerere pannenkoeken. Liefst met suiker of met siroop? Het maakt niet uit, we hebben het allemaal. Schrijf je tijdig in zodat we voldoende pannenkoeken kunnen voorzien voor iedereen.

Afspraak?

Vanaf 14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

€3,50 per persoon voor 2 pannenkoeken (inclusief suiker en siroop) met een tasje koffie of thee.

Verplichte inschrijving

Ten laatste 24 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Maandag 7 februari

Help mee het LDC te versieren voor Valentijn

Het is bijna Valentijn! Kom je ons mee helpen om LDC Het Begin te versieren in de kleur van de liefde? We hangen ballonnen, hartjes en slingers op, en we knutselen samen iets leuks.

Afspraak?

Vanaf 14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

Gratis

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 4 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Maandag 14 februari

Valentijn filmnamiddag | Romantische komedie

Wie "Valentijn" zegt, zegt automatisch ook "Romantische Komedie". We kijken samen naar een leuke film, met lekkere snacks. Deze snacks zijn te koop in LDC Het begin op de dag zelf. Dresscode: kom in het rood!

Afspraak?

14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

Gratis

lekkere snacks voor tijdens de film zijn ter plaatse te koop

Verplichte inschrijving

Ten laatste 11 februari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Woensdag 16 februari

La fonderie museum | Tentoonstelling "Water loopt niet van een leien dakje"

De tentoonstelling "Water loopt niet van een leien dakje" focust op het huishoudelijke waterverbruik in Brussel. Ze tracht zichtbaar te maken wat achter eenvoudige, alledaagse handelingen schuilt, zoals een glas water vullen, een douche nemen of het toilet doorspoelen. De expo toont hoe de stad en onze manier van leven onlosmakelijk verbonden zijn met deze onmisbare grondstof.

Afspraak?

Ter plaatse: om 13u45 aan La Fonderie, Ransfortstraat 27,

1080 Sint-Jans-Molenbeek

Vertrek vanuit Het Begin met het busje: om 13u30

(reserveer tijdig het busje indien nodig)

Bijdrage?

Toegang: €3

Indien nodig: vervoer met het busje is €3,50 per persoon per rit

Verplichte inschrijving

Ten laatste 1 februari, aan het LDC-onthaal of via telefoon



Donderdag 24 februari

Verjaardagsfeest februari

Ben of was je jarig in februari? Of vier je graag mee met de jarigen, kom dan samen vieren. De jarigen krijgen op vertoon van hun identiteitskaart een gratis glaasje cava. Ambiance gegarandeerd met muziek door Guy Dalan en dansinitiatie met Gail!

Afspraak?

Vanaf 14u in LDC Het Begin

Bijdrage?

€3,50 per persoon voor koffie/thee met een stukje taart

Gratis glaasje cava voor de jarigen van februari

Verplichte inschrijving en betaling:

Ten laatste 17 januari, aan het LDC-onthaal of via telefoon.



januari februari

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
Stefanie Boeckmans
Johan Swerts

Dienstencentrumleidster
Zorgregisseuse
Hulpcoördinator (animatie & vorming)
Onthaalmedewerker

Horeca

Greta Vanderlinden

Coördinatie horecaproject met een ploeg van kok en medewerkers

Vervoersdienst

Greta Vanderlinden

Coördinatie met een ploeg van chauffeurs

De Ateliers

Gwen De Jaeger
Chantal Ngimbi Foko
Latifa Bouzeyya

Coördinatie
Styliste
Omkadering retouchediens met een ploeg van retoucheuses/eurs

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

Elke woensdag vanaf 9u (enkel op afspraak en na duidelijke mededeling over gewenste handeling). Informatie en reserveren via 02/880.51.57 Prijs: varieert naargelang handeling.

Manicure

Elke woensdag (enkel op afspraak). Reserveren via 02/880.51.57 Prijs: € 4 per beurt.

Het kostuumatelier

Het kostuumatelier ontwerpt en produceert nieuwe kleding. Ook als particulier kan je er terecht voor maatwerk, patronen en eigen collecties. Bovendien verkopen wij nu ook eigen accessoires. Informatie over deze collectie en de prijzen kan u terplekke krijgen, op telnr. 02/412 39 30 of via deateliers@dewelvaartkapoen.be

Wasserette en strijk

prijs per wasmachine : €4
prijs strijk : afhankelijk van het stuk : € 0,25 tot € 4,50
Leveren of ophalen was en strijk van thuis naar Het Begin : € 3,50.
Noteer duidelijk voornaam, naam, adres en telefoonnummer, alsook de inhoud van de zak en of het moet gewassen en/of gestreken worden, vooraleer u uw zak aan de chauffeur afgeeft. Ook vervoer verplicht reserveren.

Vervoersdienst

Voor klanten uit Molenbeek en omliggende gemeenten : € 3,50 per rit
Voor klanten uit andere gemeenten : € 0,50 per km. Reserveren (ruim vooraf) verplicht. Voor meer info: contacteer ons via telnr. 02/880.51.57 of via mail: welvaartvervoer@dewelvaartkapoen.be

Retouchediens

Elke woensdag kan je je retouches binnen brengen bij Rosie in LDC "Het Begin". Je kan je kledij hier rustig passen en Rosie helpt je graag verder. Informatie via 02/880.51.57. Prijs: varieert naargelang de reparatie.

Begeleiding naar ziekenhuis, vaccinatiecentrum of andere medische afspraken

Enkel op afspraak, van maandag tot vrijdag prijs : € 2,50 + vervoer + wachttijd (zie puntje vervoersdienst voor de prijzen)

Boodschappendienst

Momenteel bieden wij geen collectieve boodschappendienst meer aan. Maar men kan een individuele boodschappendienst aanvragen bij onze dienst Welvaartvervoer. Reserveren verplicht op telnr. 02/880.51.57 of via welvaartvervoer@dewelvaartkapoen.be

Klusjesdienst

prijs per werkuur : € 5 per uur, € 1,25 per begonnen kwartier, plus kosten materiaal, verplaatsingen, vervoer, btw en eventueel parking. Voor sommige werkjes is een voorafgaand bezoek ter plekke misschien noodzakelijk. Reserveren verplicht op telnr. 02/880.51.57. Voor 'grote' werken (schilderen, behangen, ...) : contacteer Bonifix, Tel. 02/410 76 31

Take away maaltijden

Exact dezelfde maaltijden kunnen ter plekke worden afgehaald aan dezelfde prijs, op voorwaarde dat u eigen potjes meebrengt. Wie dat niet doet, betaalt € 1 extra voor ons wegwerpmateriaal. Reserveren is verplicht op telnr 02/880/51.57 of via catering@dewelvaartkapoen.be

Restaurant

Lekker en gezond eten voor € 5,50 of € 7,50 voor steak/vis. Warm eten mogelijk tussen 12u en 14u. Voordelige tarieven enkel voor inwoners van Molenbeek :

1. Wie ouder dan 65 is en ons een attest van verhoogde tegemoetkoming van de mutualiteit (+ pasfoto) kan voorleggen, betaalt € 4,00 of € 5,50
2. Wie jonger dan 65 is en ons een invaliditeitsattest (+ pasfoto) kan voorleggen, betaalt € 4 of € 5,50
3. Wie ons een bewijs van uitkering door het OCMW van Molenbeek (+ pasfoto) kan voorleggen, kan een aantal keren per maand gratis komen eten. Reserveren verplicht op telnr. 02/880.51.57 of via catering@dewelvaartkapoen.be

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. Bestel je occasioneel of wens je de waarborg niet te betalen, zijn wij genoodzaakt €1 extra aan te rekenen per maaltijd (voor het wegwerpmateriaal).

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

Welvaartvervoer

02/880 51 57
welvaartvervoer@dewelvaartkapoen.be
Elke werkdag bereikbaar van 9u00 tot 17u00

Welvaartklus

02/880 51 57
dienstencentrum@dewelvaartkapoen.be

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.



Vormgeving : stevanvanbossche@gmail.com