



TWEEMAANDELIJKS
KRANTJE VAN
VZW DE WELVAARTKAPOEN

BEUKENOOTJE

BELANGRIJKE MEDEDELINGEN

Beste gebruikers, beste klanten,

Het jaar loopt op z'n eind en we hebben samen weer heel wat beleefd! Zo deden we leuke uitstappen, onder andere naar de zee, Brugge, Scherpenheuvel, Ferme Nos Pilifs, rozentuin Coloma en recentelijk nog de jaarmarkt in Dilbeek. Daarnaast gingen we bowlen en petanquen, hebben we verschillende kookworkshops gehad en knutselden we dingen voor Pasen en Halloween. Maar het jaar is nog niet om en we hebben nog enkele toffe activiteiten op het programma. Kijk snel binnenin het krantje voor meer informatie en vergeet je zeker niet in te schrijven!

Kerstmenu

Het einde van het jaar betekent natuurlijk dat Kermis bijna voor de deur staat en ook dit jaar plannen we weer een lekker kerstmenu. Dat staat gepland op woensdag 21 december. Meer informatie kan je terugvinden binnenin het krantje.

Pedicure

vanaf nu zal de prijs voor de pedicure €12 bedragen.

Café Korenbeek

Wegens de torenhoge energie- en gasprijzen zullen wij Café Korenbeek sluiten.

Personeel

Greta

al sinds het prille begin van De Welvaartkapoen maakt Greta een belangrijk deel uit van de vzw, maar sinds eind september is ze begonnen aan een welverdiend pensioen. Gelukkig zullen we Greta niet al te hard moeten missen en komt ze nog af en toe langs om te helpen als vrijwilliger. Toch, ook via deze weg, willen we haar nogmaals bedanken voor alle inzet van de afgelopen jaren. MERCI, GRETA, MERCI!!

Damien

sinds midden september hebben we een nieuwe verantwoordelijke voor de Vervoersdienst: Damien Couturier. We wensen hem allemaal veel succes en van harte welkom in de vzw!

Voor meer informatie en toelichting kan u altijd terecht in ons Dienstencentrum en u vindt uiteraard ook alle informatie terug achteraan in het krantje. Raadpleeg zeker ook regelmatig onze website, onze facebookpagina, mail ons of bel ons om het laatste nieuws over onze activiteiten en diensten te krijgen. Of spring gewoon eens binnen voor een koffie en een leuke babbel.

Tot binnenkort!

BELANGRIJKE DATA

Sluitingsdagen

- > Dinsdag 1 november 2022 (Allerheiligen)
- > Vrijdag 11 november 2022 (Wapenstilstand)
- > Maandag 26 december 2022 (2 e Kerstdag)
- > Het naaiatelier zal gesloten zijn van 31 oktober tot en met 6 november 2022 en van 26 december 2022 tot en met 2 januari 2023

Kerstmenu

- > Woensdag 21 december, €19 (€16 VIPO/Omnio).
Inschrijven verplicht!

ELKE DAG

KAARTNAMIDDAG

Elke woensdag komt er een gezellig groepje mensen kaarten in ons dienstencentrum. Iedereen mag hier altijd bij aansluiten. Maar uiteraard is iedereen elke dag welkom om met te kaarten te komen spelen.

Afspraak?
LDC Het Begin, vanaf 13u30
Bijdrage?
Gratis.
Inschrijven is niet nodig



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 een stoel. Je hoeft niet in topvorm te zijn, iedereen werkt mee naar eigen kunnen.

Er zal geen les zijn op donderdag 22 september

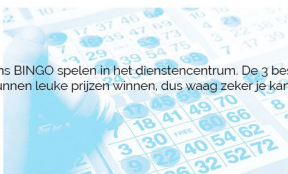
Afspraak?
LDC Het Begin, van 10u30 tot 11u30
Bijdrage?
€3,50 per les / een 5-beurtenkaart is te koop aan het onthaal van LDC Het Begin
Verplichte inschrijving
Ten laatste 2 dagen voor de activiteit, aan het LDC-onthaal of via telefoon



MAANDAG 7 NOVEMBER
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



DINSdag 15 NOVEMBER
KINEPOLIS HEYSEL: SENIORS AT THE MOVIES
(Film: The Last Bus)

We gaan samen naar de film in de Kinepolis aan het Atomium. We kijken naar "The Last Bus". We gaan mee op reis met de 90-jarige weduwnaar Tom Harper, die van zijn woonplaats van de laatste vijftig jaar (een argelegen dorp in het noorden van Schotland) terug naar zijn geboorteplaats (dichtbij het meest zuidelijke punt van Engeland) reist met de bus. In een strijd tegen de tijd, zijn leeftijd en het lot, begint Tom aan deze lange reis met zijn gratis buspas, met als doel een belofte aan zijn vrouw: Mary na te komen.

Afspraak?
12u45 in LDC Het Begin
Bijdrage?
Busje: €2 per persoon
Film: €10,45 per persoon
Verplichte inschrijving
Ten laatste 8 november, aan het LDC-onthaal of via telefoon



MAANDAG 21 NOVEMBER
UITSTAP: FENIKSHOF GRIMBERGEN

Vlak bij de Abdij van Grimbergen, aan de brouwerij van de lekkere trappist met dezelfde naam, gaan we naar het Fenikshof voor een gezellige namiddag met een drankje en voor wie wil een lekkere pannenkoek. We vertrekken vanuit LDC Het Begin met het busje om 13u30 en keren terug rond 16u30.

Afspraak?
Vertrek vanuit LDC Het Begin om 13u30
Bijdrage?
Busje: €3 per persoon als het busje vol zit
Verplichte inschrijving
Ten laatste 14 november, aan het LDC-onthaal of via telefoon



DONDERDAG 24 NOVEMBER
KNUTSEL NAMIDDAG: DIAMOND PAINTING OF COPPERFOIL

Deze namiddag kan je kiezen uit twee verschillende soorten kunstwerkjes: we maken een kleine versie van Diamond Painting (zoals de mooie werkjes die de afgelopen maanden aan de muur hingen in Het Begin) of Copperfoil, waarbij je met een speciale pen een mooie tekening krast. Deze werkjes mag je natuurlijk mee naar huis nemen, of we hangen ze tentoon in ons dienstencentrum zodat iedereen ze kan bewonderen!

Afspraak?
14u in LDC Het Begin
Bijdrage?
€4 per persoon
Verplichte inschrijving
Ten laatste 18 november, aan het LDC-onthaal of via telefoon



VRIJDAG 25 NOVEMBER
VERJAARDAGSFEEST NOVEMBER

Ben of was je jarig in november? Of vier je graag mee met de jarigen van deze maand, kom dan samen vieren. De jarigen krijgen op vertoon van hun identiteitskaart een dessertje en een leuk kaartje. Ambiance gegarandeerd met leuke muziek!

Afspraak?
Vanaf 14u in LDC Het Begin
Bijdrage?
€4 per persoon voor koffie/thee met een stukje taart
Gratis voor de jarigen van november
Verplichte inschrijving
Ten laatste 18 november, aan het LDC-onthaal of via telefoon



MAANDAG 28 NOVEMBER
INFOSESSIE ENERGIEVERBRUIK

Maak jij je ook zorgen over die stijgende energieprijzen en alle onzekerheid die het met zich mee brengt? We praten er samen over en delen tips over hoe je je verbruik zo laag mogelijk kunt houden om te besparen.

Afspraak?
14u in LDC Het Begin
Bijdrage?
Gratis
Verplichte inschrijving
Ten laatste 24 november, aan het LDC-onthaal of via telefoon



VRIJDAG 2 DECEMBER
UITSTAP IKEA ANDERLECHT

Wil je graag je interieur wat opsmukken met nieuwe vaasjes of heb je een pan die aan vervanging toe is? We gaan samen naar Ikea en laten ons inspireren door al hun leuke woonideeën. 's Middags eten we samen iets in het restaurant en rond 15u00 plannen we onze terugkeer naar Het Begin. Terugkomst in Molenbeek in voorzien rond 15u30.

Afspraak?
Vertrek om 10u00 vanuit LDC Het Begin
Bijdrage?
Busje: €2 per persoon indien het busje vol zit
Middagmaal en persoonlijke aankopen ter plaatse te betalen
Verplichte inschrijving
Ten laatste 23 november,, aan het LDC-onthaal of via telefoon



MAANDAG 5 DECEMBER
HOGER, LAGER!

We maken 2 groepen en spelen het bekende spelletje. "Hoger, Lager!" Een leuke quiz, gecombineerd met een strategisch kaartspel. Het winnende team krijgt een leuke prijs mee naar huis.

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



DINSdag 6 DECEMBER
DE SINT KOMT LANGS BIJ DE WELVAARTKAPOEN

Sinterklaas komt op bezoek in LDC Het Begin! De brave kindjes krijgen lekker snoep, maar de stoute kindjes... Daar beslist de Sint zelf over.

Afspraak?
Vanaf 13u00 in LDC Het Begin



MAANDAG 12 DECEMBER
KOOKWORKSHOP: KERSTBOOM IN BLADERDEEG

We bereiden ons voor op Kerstmis met een lekker hapje in de oven. We maken een Kerstboom in bladerdeeg, een zoute versie met pesto of een zoete versie met choco! Aan jullie de keuze! En nadien smullen we er samen van.

Afspraak?
14u in LDC Het Begin
Bijdrage?
14u in LDC Het Begin
Verplichte inschrijving
Ten laatste 6 december,, aan het LDC-onthaal of via telefoon



DONDERDAG 15 DECEMBER
KERSTKAARTEN MAKEN EN SCHRIJVEN

Kerstmis staat voor de deur. Tijd om kerstkaartjes op te sturen! We versieren samen leuke kaartjes en schrijven er ons beste wensen in. Wil je geen kerstkaarten maken maar heb je hulp nodig bij het schrijven? Breng dan je eigen kaarten mee en wij helpen je met het schrijven van je wensen.

Afspraak?
14u in LDC Het Begin
Bijdrage?
€0,50 per zelf-geknutselde kaart
Verplichte inschrijving
Ten laatste 7 december, aan het LDC-onthaal of via telefoon



MAANDAG 19 DECEMBER
UITSTAP: KERSTMARKT GENT

Wie "december" zegt, zegt ook "gezellige Kerstmarkten"! We brengen een bezoekje aan de Kerstmarkt van Gent en slenteren langs de verschillende leuke kraampjes. We vertrekken vanuit LDC Het Begin om 9u30 met het busje. 's Middags eten we samen in Restaurant Parnassus (dagmenu aan €11) en we voorzien de terugkeer naar Brussel omstreeks 16u30 (aankomst in Brussel om 17u30).

Afspraak?
Vertrek vanuit LDC Het Begin om 9u30 met het busje
Terugkomst in Brussel voorzien rond 17u30
Bijdrage?
Busje: €10 per persoon indien het busje vol zit
Middagmaal, persoonlijke aankopen en consumpties zijn ter plaatse te betalen
Verplichte inschrijving
Ten laatste 12 december, aan het LDC-onthaal of via telefoon



WOENSdag 21 DECEMBER
KERSTMENU

Zoals ieder jaar maken we weer een lekker Kerstmenu voor jullie klaar, met een aperitief, een voorgerecht, hoofdgerecht en dessert. De plaatsen zijn beperkt, dus laat ons zo snel mogelijk weten of je graag komt mee smullen. Het menu wordt binnenkort bekend gemaakt. We houden die dag ook een tombola met leuke prijzen voor iedereen!

Afspraak?
11u30 in LDC Het Begin
Bijdrage?
€19 / €16 VIPO - omni
Verplichte inschrijving
!! Plaatsen zijn beperkt !! Inschrijven verplicht !!
Ten laatste 9 december, aan het LDC-onthaal of via telefoon



VRIJDAG 23 DECEMBER
VERJAARDAGSFEEST DECEMBER

Ben of was je jarig in december? Of vier je graag mee met de jarigen, kom dan samen vieren. De jarigen krijgen op vertoon van hun identiteitskaart een dessertje, een leuk kaartje en hun foto afgeprint op papier. Ambiance gegarandeerd met leuke muziek!

Afspraak?
Vanaf 14u in LDC Het Begin
Bijdrage?
€4 per persoon voor koffie/thee met een stukje taart
Gratis voor de jarigen van december
Verplichte inschrijving
Ten laatste 20 december, aan het LDC-onthaal of via telefoon



BRUSSEL NAAMSEPOORT

november
december

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
Stefanie Boeckmans
Johan Swerts
Dominique Callewaert

Dienstencentrumleidster
Hulpcoördinator (animatie & vorming)
Onthaalmedewerker
Onthaalmedewerker & Zorgcoach

Sociale Horeca Het Begin

Greta Vanderlinden

Coördinatie horecaproject met een ploeg van kok en medewerkers

Welvaartvervoer

Damien Couturier
Latifa Bouzey

Coördinatie met een ploeg van chauffeurs
Administratie en facturatie

De Ateliers

Gwen De Jaeger
Chantal Ngimbi Foko
Latifa Bouzey

Coördinatie
Stylistie
Omkadering retouchediens met een ploeg van retoucheuses/eurs

Welvaartklus

Herni Jacobs

Coördinatie met een ploeg van klusjesmannen

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: € 5 perbeurt.

Retouchediens

Elke woensdag van 11u tot 16u kan je je retouches binnen brengen in LDC "Het Begin". Je kan je kledij hier rustig passen en de retoucheur of de retoucheuse helpt je graag verder. Informatie via 02/880.51.57. Prijs: varieert naargelang de reparatie.

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 tel.nr. 02/412 39 30 of via deateliers@dewelvaartkapoen.be

Wasserette en strijk

prijs per wasmachine, inclusief drogen: € 5,00
prijs strijk : afhankelijk van het stuk: € 0,25 tot € 4,50
Leveren of ophalen was en strijk van thuis naar Het Begin : € 4.
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 : € 4 per rit voor de eerste 5 km en € 0,50 voor elke bijkomende kilometer.. Voor klanten uit andere gemeenten : € 0,50 per km. Wachtijd van de chauffeur: € 6 per uur of € 1,50 per begonnen kwartier. Reserveren (ruim vooraf) verplicht. Voor meer info: contacteer ons via tel.nr: 02/880.51.57 of via mail: welvaartvervoer@dewelvaartkapoen.be

Begeleiding naar ziekenhuis, vaccinatiecentrum of andere medische afspraken

Enkel op afspraak, van maandag tot vrijdag prijs : € 4 + vervoer + wachtijd chauffeur (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 tel.nr. 02/880.51.57 of via welvaartvervoer@dewelvaartkapoen.be

Klusjesdienst

prijs per werkuur : € 6 per uur, € 1,50 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 tel.nr. 02/880.51.57. Voor 'grote' werken (schilderen, behangen, ...) : contacteer Bonfix, 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 tel.nr 02/880/51.57 of via catering@dewelvaartkapoen.be

Restaurant

Lekker en gezond eten voor €6,00 of €8,00 voor steak/vis. Warm eten mogelijk tussen 11u30 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 €4,50 of €6,00
2. Wie jonger dan 65 is en ons een invaliditeitsattest (+ pasfoto) kan voorleggen, betaalt €4,50 of €6,00
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 tel.nr. 02/880.51.57 of via catering@dewelvaartkapoen.be

Maaltijden aan huis

Levering aan huis van dezelfde maaltijden voor € 1,25 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 genooddacht €1 extra aan te rekenen per maaltijd (voor het wegwerpmateriaal).

Stoelengym

Elke donderdag van 10u30 tot 11u30 in LDC Het Begin. De eerste les is gratis, nadien betaal je €3,50 per les. Een 5-beurentenkaart is te koop aan het onthaal bij LDC Het Begin. Inschrijven verplicht op tel.nr. 02/880.51.57

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

Sociale Horeca Het Begin

Begijnenstraat 65
1080 Sint-Jans-Molenbeek
02/880 51 57
catering@dewelvaartkapoen.be

Elke werkdag kan je komen eten in ons restaurant van 11u30 tot 14u00

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.

sport  brussel

