

Je goed voelen in je vel

en psychische kwetsbaarheid bespreekbaar maken is belangrijk. Daarom bieden we een aantal mooie activiteiten hierrond. Voor meer informatie en deelname, contacteer ons.



01/10 Gelukswandeling
14:00 tot 16:00
gratis
Het parcours is héél gemakkelijk. Wandel mee en voel je happy.



07/10 Een luisterend oor
13:30 tot 16:30
1 €
Knaagt er iets aan je, loop je vast in je gedachten? Weet dat dit deel uitmaakt van het leven, maar een goed gesprek kan enorm veel deugd doen en opluchting bieden. Bel voor een afspraak met Julie



10/10 Tir-A-Mi-Su workshop
10:00 tot 11:30
gratis
We onderzoeken samen laagjes van eenzaamheid en genieten van ... een tiramisu.



10/10 FoodTruck
11:30 tot 14:30
gratis
Voor onze inkom delen we heerlijke babbelseop uit om Ganshorenaren te ontmoeten. Kom uit je kot.



10-daagse van de Geestelijke Gezondheid

Samen eten, dat smaakt naar meer!

Altijd gezellig en lekker
Kom langs voor meer informatie of een reservering.
Allergenenlijst is beschikbaar aan het onthaal.
Reserveren en betalen doe je steeds tegen donderdag van de week voordien.

MENU

10/09 Dinsdag om 11:30
Vispannetje mét brood
Prijs: 17 euro
traiteur Slagerij Vermeire

25/09 Woensdag om 11:30
Wokkip met gele curry en kokosmelk met rijst
Prijs: 16 euro
traiteur La Petite Fourchette

09/10 Woensdag om 11:30
Restaurant The Spoon
Mosselen met frietjes
Je betaalt ter plaatse

30/10 Woensdag om 11:30
Herfstmaaltijd
nog een verrassing ..
Prijs: 17 euro



PRAKTISCHE INFO

Van **maandag tot en met vrijdag** van 10 tot 16u30 zijn wij telefonisch bereikbaar voor allerhande vragen. (hulpvragen, afspraken, reservaties, etc.).

Op **maandag, dinsdag en woensdag** van 10-16u30 zijn jullie steeds van harte welkom in onze aangename ontmoetingsruimte. Wij zijn daar voor jou! Kom langs, voor een babbeltje, een inschrijving, betaling of voor een drankje.

Donderdag en vrijdag van 10 -16u30 steeds welkom op afspraak.

Graag **alle inschrijvingen en betalingen** op voorhand regelen zodat wij op tijd alles kunnen organiseren. Kom hiervoor langs **op maandag, dinsdag en woensdag**. Betalen via bankoverschrijving is mogelijk.

Vergeet dan zeker niet om!

1. ons te contacteren om je in te laten schrijven, zodat je op onze lijst staat.
2. bij de overschrijving te vermelden voor welke activiteit en voor wie.

MARIA NICOLAS : CENTRUMVERANTWOORDELIJKE
ANAHIT AVEDIS : ONTHAAL & ADMINISTRATIE
ELLEN SPLINTER : STAFMEDEWERKER

DIENTENCENTRUM DE ROTONDE VZW

ZEYPPSTRAAT 47 1083 GANSHOREN
EMAIL: INFO@LDC-DE-ROTONDE.BE
WWW.LDC-DE-ROTONDE.BE
BANKNR: BE95 7340 2274 1758

TELEFOON 02 422 00 50



VOOR SUGGESTIES, OF EVENTUELE OP- OF AANMERKINGEN, VIND JE EEN DOOS IN ONZE ONTMOETINGSRUIMTE. UITERAARD KAN JE OOK ALTIJD PERSOONLIJK AANSPREKEN. WIJ DENKEN GRAAG SAMEN MET JULLIE NA OVER DE MOGELIJKHEDEN!



ALLEEN ZIJN
IS SOMS
OK
EN SOMS
NIET

STOELGYMNASTIEK

Uithouding, kracht, lenigheid en coördinatie die de fysieke fitheid bepalen, komen in diverse gymnastiek oefeningen aan bod. Samen sporten werkt motiverend én je leert ook andere mensen uit je buurt kennen.

DINSDAG 10:00 - 11:00
Meer informatie nodig?

Neem contact met ons op.

Nieuwe reeks van 10 lessen start op 03/09



QI GONG

Qi Gong, een onderdeel van een Chinese bewegingsleer, heeft als doel de lichamelijke en geestelijke gezondheid te bevorderen.

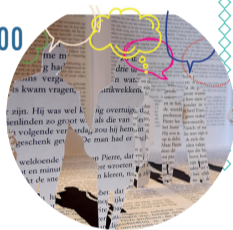
MAANDAG 10:30 - 11:30

SAMENLEZEN

Hou je van verhalen? Vind je het fijn om gedachten en gevoelens te delen rond een tekst of gedicht? Dan is SamenLezen voor jou de 'uitgelezen' activiteit! Kennis over literatuur, boeken of schrijvers is niet nodig. Het draait allemaal rond het boekfragment of gedicht op het leesmoment zelf. We lezen voor en gaan in gesprek met elkaar over wat de tekst met ons doet. Uiteraard mag je ook gewoon luisteren en mee genieten.

ism de bibliotheek

MAANDAG 15:00 - 16:00
16 SEPTEMBER
14 OKTOBER
GRATIS



SPELLETJES NAMIDDAG

Samen spelen is niet alleen gezellig, maar bovendien nuttig en aangenaam. Het bevordert je hersenactiviteit en je sociale contacten! We hebben meerdere spelen in huis, maar vooral spelen we rummikub, en er worden ook initiatie schaaklessen georganiseerd. Of heb je een hobby, neem je werkje mee en hobby gezellig samen. Kom maar af! Neem je goede buur mee. Hoe meer zielen hoe meer vreugd! Onze bar is open.

ELKE MAANDAG EN WOENSDAG
14:00 - 16:30
GRATIS



WORD JIJ EEN DIGIHELPER?

Heb je interesse in digitale toestellen en software? Help je graag mensen en heb je zin om als vrijwilliger aan de slag te gaan? Word digihelper op de Brusselse Digtrein! Schrijf je in via *

We bieden jou gratis:

- Een training van 6 dagen.
- Stap voor stap word je opgeleid.
- Na de training krijg je de mogelijkheid om 6 maanden op het terrein te gaan onder begeleiding van een professionele digicoach

PROGRAMMA in Muntpunt 1000 Brussel

MA. 23/09 10:00-11:00 Infosessie
van 09:00-12:00 & 13:00-16:00
WO. 02/10 **WO. 09/10**
DO. 03/10 **DO. 10/10**
VRI. 04/10 **VR. 11/10**

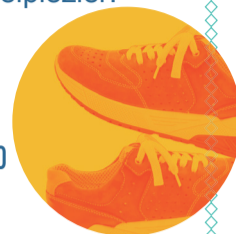


* Digihelper : info & inschrijven www.digitrein.be of info@digitrein.be of lise.demeulemeester@bop.brussels

WANDELLEN

Bewegen stimuleert lichaam én geest. Je beweegt, krijgt een frisse neus, kan een babbeltje slaan en ziet de prachtige ontluikende natuur rond je. Op stap met De Rotonde is veilig, gezellig en vertrouwd. **Note!** We houden rekening met alle deelnemers, iedereen kan mee op pad! Kom mee naar buiten waar de vogeltjes fluiten. Trek je stoute schoenen aan. Veel wandelplezier!

DINSDAG 14:00 - 15:30
29 OKTOBER
GRATIS



DIGI - WORKSHOP AFSPRAKEN MAKEN/VIDEO BELLEN

De wereld ligt aan je voeten met de computer, tablet en smartphone. Mogelijkheden te over. Deze keer gaan we graag dieper in op hoe je afspraken online kan maken met je dokter, of voor een ID-aanvraag bij de gemeente. In les 2 willen we videobellen samen, elkaar ontmoeten online. Kom luisteren en leer bij tijdens de workshops gegeven door Mary Ann Borgers.

ism Okra

DONDERDAG 14:00 - 16:00
03 SEPTEMBER AFSPRAKEN ONLINE
17 SEPTEMBER VIDEO BELLEN
MAX 12 DEELNEMERS
PRIJS: 2,00 EURO/WORKSHOP

BINGO

Een echte klassieker BINGO! Zin om je geluk eens te testen? Kom dan eens langs op onze gezellige bingonamiddagen en wie weet ga je naar huis met een leuke prijs!

Er is een pauze voorzien voor koffie en een lekker zoetje. Ambiance verzekerd!



DONDERDAG 14:00 - 16:00
12 SEPTEMBER
17 OKTOBER
PRIJS : 2,00 EURO

INFOSESSIE PERSONENALARME

Dankzij het personenalarm hoef je niet meer bang te zijn dat niemand je komt helpen als je in nood verkeert. Eén simpele druk op de knop verbindt je met de zorgcentrale en dan komt de nodige hulp heel snel op gang. Maar hoe werkt dat nu precies en welke systemen bestaan er? Heb ik enkel een alarm nodig voor binnen of ook voor buiten? Een halsketting, een horloge of een sleutelhanger?

ism Solidaris

DINSDAG 14:00 - 16:00
24 SEPTEMBER
GRATIS

REISREPORTAGE ALBANIE

Gelegen aan de Adriatische en Ionische Zee in Zuidoost-Europa, een land met een rijke geschiedenis en een divers landschap. Tirana, de hoofdstad, is levendig met kleurrijke gebouwen en een bruisend stadsleven. Het land heeft prachtige stranden langs de Albanese Rivièra en historische bezienswaardigheden. De keuken kenmerkt zich door verse producten en mediterrane invloeden.

ism CULTUURSMAKERS en
GC De Zeyp

DONDERDAG 14:00 - 16:30
03 OKTOBER
GRATIS, SCHRIJF JE IN

OMSTAANDERSVORMING

Samen voor Brussel: hoe ingrijpen bij grensoverschrijdend gedrag? Volg een omstaanderstraining! Iedereen krijgt wel eens te maken met grensoverschrijdend gedrag, met discriminerende of racistische uitspraken: bij familie of vrienden, op de werkvloer, in de sportclub of op de tram .. vaak reageren we niet uit angst voor de gevolgen. Aangepast reageren kan je leren! Schrijf je in via de link online bij de VGC **

WOENSDAG 09:30 - 12:30
25 SEPTEMBER EN VERVOLGSESSIE OP
02 OKTOBER LOCATIE:GC DE ZEYP
MAX 18 DEELNEMERS
GRATIS

** <https://www.vgc.be/samen-voor-brussel-hoe-ingrijpen-bij-grensoverschrijdend-gedrag-volg-een-omstaanderstraining>

TRY-OUT MUZIKALE VOORSTELLING "MIJN BEST"

Wordt gebracht door Nele Needs A Holiday. Nele doet té veel haar best. Al heel haar leven is ze een braaf kindje. Nele doet wat hoort. Ze is wat overspannen. En zo moe, doodmoe. Nele wil eens iets anders. Ze wordt binnenkort veertig. Het is tijd om eindelijk een stout kindje te worden. Een eerste solovoorstelling waarin ze troost biedt met liedjes vol zelfrelativering. Bitterzoet smaakte nooit eerder zo goed.

ism GC en partners

WOENSDAG 20:00 - 21:00
18 SEPTEMBER
PRIJS : 2 EURO DANKZIJ DE INZET
VAN ONZE VGC GROEPSPARTOE
LOCATIE : DE ZEYP

VERTELTHEATER "DE MADONNA VAN HET MOERAS"

Vertelster Jessa Wildemeersch verweeft persoonlijke verhalen, kunstgeschiedenis en historische gebeurtenissen tot een meeslepend epos en een meedogenloze ontdekkingsreis. In een geraffineerde en heldere stijl zet ze een overtuigend hoofdpersonage, Lumi, neer dat je gaandeweg steeds meer aangrijpt.

ism GC en partners

DINSDAG 20:00 - 21:00
08 OKTOBER
PRIJS : 2 EURO DANKZIJ DE INZET
VAN ONZE VGC GROEPSPARTOE
LOCATIE : DE ZEYP

HEB JE ZORGEN? DEEL ZE MET JULIE

Iedereen heeft al eens een mindere dag maar soms sleept het aan. Blijf niet te lang bij de pakken neerzitten en geef jezelf de kans om een goed gesprek te hebben met Julie van de organisatie Elder. Samen onderzoek naar oplossingen. U wordt in alle discretie warm ontvangen.



ism Elder

MAANDAG TUSSEN 13:30 - 16:30
02 SEPTEMBER EN 07 OKTOBER
PRIJS 1 EURO
BEL ONS VOOR EEN AFSpraak

INFORMATIEMOMENT WAARDIG LEVENSEINDE

Een waardig levenseinde, het houdt veel mensen bezig. HuisvandeMens geeft informatie over de huidige wetgeving rond levenseinde. Tijdens dit moment krijg je alle ruimte voor je vragen.

+ 2 momenten van bijstand bij het invullen van de nodige formulieren. Op afspraak
di. 12/11 13:30 - 16:00
ma. 09/12 13:30 - 16:00

ism Huis van de Mens

DINSDAG 14:00 - 16:00
15 OKTOBER
GRATIS

MUSETTE MET PETITE FLEUR

Ambiance en nostalgie verzekerd. Het duo Petite Fleur bestaat uit violist Hans van Tilborg en pianist Patrick Verstiggel, beiden professionele musici met een berg ervaring. Hun programma Alarieu bestaat uit Weense walsen, opzweepende tango's, Franse meesterwerkjes afgewisseld met tijdloze evergreens, bekende operettes en gouden klassiekers.

organisatie GC De Zeyp

DONDERDAG 13:30 - 16:30
24 OKTOBER
PRIJS : 2 EURO DANKZIJ DE INZET
VAN ONZE VGC GROEPSPARTOE
LOCATIE : DE ZEYP

DIENTSTERLENING

Dienstencentrum De Rotonde onze naam zegt het al, u kunt bij ons terecht voor tal van diensten, zowel sociale vragen als praktische problemen. Elke vraag krijgt een antwoord, soms binnen het eigen aanbod, soms via doorverwijzing naar een meer gepaste dienst. We zoeken samen met jou naar de meest geschikte oplossing.

Wens je meer info?

CONTACTEER ONS

Ook bieden wij organisatie rond warme maaltijden aan huis, boodschappendienst, en hygiënische verzorging.

Pedicure 23 euro. Manicure 14 euro.
Gelaatsverzorging 60 euro. Epilatie gelaat 10 euro.