

## Onze locaties

### Centrum

Ontmoetingscentrum d'Iefte  
Elke 4<sup>de</sup> donderdag van de maand  
Hoogstraat 122

### Sint-Lodewijk

Buurthuis Sint-Lodewijk  
Elke 2<sup>de</sup> woensdag van de maand  
Pladijsstraat 278

### Molenhoek

Buurthuis de Wieke  
Elke 4<sup>de</sup> dinsdag van de maand  
Wiekeplein 1

### Statiewijk

Buurthuis de Statie  
Elke 3<sup>de</sup> donderdag van de maand  
Sint-Jozefsweg 15

### België

Vrije basisschool België  
Elke 1<sup>ste</sup> woensdag van de maand  
Breestraat 65

## Contact



Delphine Derammelaere



Vercruysse de Solartstraat 22



056 73 63 61 of 0479 79 50 15



delphine.derammelaere@deerlijk.be



## MOBIEL LOKAAL DIENSTENCENTRUM

Het mobiel lokaal dienstencentrum is een plaats waar we jong en oud van harte verwelkomen om er gezellig samen te zijn. Genieten van een kopje koffie terwijl je de wekelijkse krant leest. Heerlijk toch?



## Praktisch

We openen de deuren al vanaf 10.30 uur. Om 11.00 uur is er een sessie zitturnen. Dat is een ideale activiteit voor wie in beweging wil blijven, maar de klassieke bewegingsactiviteiten te intensief vindt. Zo blijven we soepel op een veilige manier. Al zittend en op het tempo van de muziek doen we enkele eenvoudige, ritmische oefeningen onder begeleiding van een sportieve medewerker.

Na inspanning volgt ontspanning. Om 11.45 uur kan iedereen de voetjes onder tafel schuiven voor een overheerlijke maaltijd. De maaltijd bestaat uit soep, hoofdgerecht en dessert.

Om 14.00 uur maken we tijd voor een activiteit. We proberen die zoveel mogelijk af te wisselen om zo voor elk wat wils aan te bieden. Wat dacht je van een voordracht over gezonde voeding? Of liever een namiddag creatief aan de slag? We organiseren ook spelletjes en een quiz, bakken samen pannenkoeken of een cake of maken de heupen los tijdens een dansnamiddag. Eén ding is zeker: plezier hebben we sowieso!

## Inschrijven

Inschrijven is verplicht en moet een week op voorhand gebeuren. Dat kan telefonisch of per mail gebeuren.

## Vervoer

Ben je er graag bij, maar heb je geen vervoer? Meld dit bij je inschrijving of neem contact op met Delphine. Een vrijwilliger van de Minder Mobielen Centrale komt je graag ophalen en brengt je veilig thuis.

## Kostprijs

Er gelden verschillende tarieven voor de maaltijden. We werken hiervoor met codes die je terugvindt op de klever van de mutualiteit. Weet je niet zeker onder welk tarief je valt? Neem contact op met Delphine. Zij helpt je graag verder.

- € 7,70 euro (code 0\*)
- € 7,20 euro (code 1\*)
- € 6,70 euro (inkomensgarantie voor ouderen en leefloon)

In het centrum kan je iets drinken voor maar 1,50 euro. De bieren 'Duvel' en 'Omer' kosten 2 euro. Wil je deelnemen aan onze activiteiten? Dan kan dat voor 1,50 euro.

Tweemaandelijks ontvang je van ons een factuur met daarop de aangerekende activiteiten en maaltijden.

