

NIEUWSBRIEF

April - Mei - Juni 2024

Lokaal Dienstencentrum
ADO Icarus

PE 3388

Maandag tot vrijdag: 10u tot 17u

Woensdag: 13u tot 17u

Gesloten van 1 t.e.m. 7 april 2024
1, 9 en 20 mei 2024
12 juni 2024

Onthaal LDC : 0471 200 131

onthaal.ldc@ado-icarus.be

Peter Benoitplein 22,
1120 Neder Over Heembeek



Vlaanderen
is zorg

www.ado-icarus.be

[Facebook](#)



INHOUD :

Editoriaal	2
Hondtherapie / Zomerfeest / Elder	3
Oproep postkaarten / Avondresto	4
De Kapstok / Zonnebloem	4
Dag van de burens / Erfgoedbrunch Buda	5
Dienstverlening	6
Agenda met alle activiteiten	7
Shopping Docks - Malinas - Mechelen - Jette	8
Open Centrum Raad	9
Vooruitblik 11/7 Vlaamse dag	9
Dagje naar zee 12 juni 2024	10
Vrijwilligers in de kijker	10
Info Wilsverklaring	11
Info Persoonlijk Alarm / ZomerJardin	11

Beste lezers, vrienden, familie, mantelzorgers, vrijwilligers en burens,

Na een lange winter vol koude dagen en donkere avonden, staat de lente eindelijk voor de deur. De kale bomen worden weer groen, bloemen komen tot bloei en de vogels laten hun vrolijk gezang horen.

Het is een tijd van vernieuwing en verandering, zowel in de natuur als in ons eigen leven.

Misschien is het tijd voor nieuwe plannen, nieuwe doelen of nieuwe avonturen. Net zoals de bloemen die zich openen voor de zon, staan ook wij open voor de mogelijkheden die de lente met zich meebrengt.

Maar naast persoonlijke veranderingen hebben we ook enkele spannende verrassingen in petto. Net zoals de lentebloemen die uit de grond schieten, onthullen wij enkele nieuwe projecten en initiatieven die ons enthousiast maken.

Tevens zijn we verheugd om te melden dat het Frit Fret Festijn een overweldigend succes was. Vanuit het diepst van ons hart, willen we alle vrijwilligers en symphatisanten bedanken voor hun toewijding en steun.

Laten we samen genieten van de opkomende lente en alles wat deze mooie tijd van het jaar te bieden heeft.
Met warme groeten,

Conny en Kris



LDC ADO Icarus is een deelwerking van:
ADO Icarus vzw

Kempische Steenweg 293/8, 3500 Hasselt

Ondernemingsnummer 0443.468.459
RPR Antwerpen afdeling Hasselt

info@ado-icarus.be
www.ado-icarus.be

ELDER Themanamiddagen

Over gelukkig ouder worden, blijven nog 6 sessies over in dit tweede trimester van het jaar.

Dinsdag 9, 16 en 30 April 2024

Dinsdag 14 en 28 Mei 2024

Dinsdag 18 Juni 2024

Telkens van 14u tot 16u
In samenwerking met



Hondentherapie

We gaan weer van start met ons groepje met de honden. Ben je geïnteresseerd hoe de groep verloopt? Je kan een keertje deelnemen of contact opnemen voor meer informatie met Steven.

Plaats: LDC ADO Icarus

Data: Steeds vrijdag van 14u tot 16u op 19/4, 3/5, 17/5, 14/6 en 28/6.

Meer info: **0486/51.92.45** of steven.vda@hermesplus.be

Inschrijven aan het onthaal van ADO Icarus.

Kostprijs: € 2,50 per sessie.



Zomerfeest met Elsocht's BBQ

Het is weer zover, we brengen opnieuw ons zomerfeest met Elsocht's BBQ!

LDC ADO Icarus Zondag 23/06

van 11u30 tot 15u

BBQ buffet open tot 14u



3 stukken vlees, of veggie, groentenbuffet, taart en koffie.

Prijs € 22,00 Kinderen tot 14 jaar € 15,00

Betalen bij inschrijving vóór 14/06



ELSOCHT



DE ZONNEBLOEM

12 en 19 april, 10 en 17 mei en 14 en 21 juni
telkens van 11u tot 16u.



*Inschrijven is niet nodig!
Onze deur staat voor je open...*

Ontdek “De Zonnebloem”, de perfecte plek voor mensen met een beperking of RTH-cliënten die graag een andere omgeving verkennen. Geniet van een leeshoek, muziekhoek, filmhoek, gezelschapsspellen en een gastvrije sfeer. Volledig rolstoeltoegankelijk met aangepast sanitair, en je mag je eigen assistent of vrijwilliger meebrengen.

Altijd iemand beschikbaar voor een gezellig praatje.

AVONDRESTAURANT

AVOND-RESTAURANT (om 17u30)

Vrijdag 26/04 Perzik Tonijn met frietjes

**Vrijdag 31/05 Pasta met Zalm
Pasta Bolognaise**

In juni geen avondrestaurant

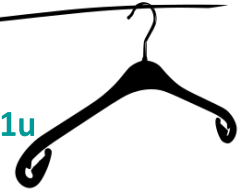
Prijs: € 9,00
(hoofdschotel/dessert en koffie)

Vooraf inschrijven en betalen!



Mantelzorgpraatcafé

De Kapstok



Op dinsdag 23/04 vanaf 19u tot 21u
in LDC ADO-Icarus.

Thema is deze keer “Erfrecht & Zorgvolmacht”.

Opgelet, enkel voor mantelzorgers.
Inschrijven is nodig.

OPROEP



**Wie heeft nog “zéér oude”
postkaarten / prenten te geef?**

Het mag over gelijk
welk onderwerp, thema,
persoon of land gaan.
Misschien zijn er nog
andere thema's waar ik
niet aan denk.



Graag inleveren aan het onthaal van het LDC.



Familiehulp PERMANENTIE

Dinsdag 23/04

Tussen 11u30 en 14u30

Dinsdag 04/06

Tussen 11u30 en 14u30

Dag van de Buren

Op vrijdag 31/05 Dag van de Buren!

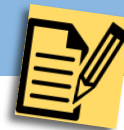
Dit jaar kan je ons tegenkomen in de wijk Versailles. Dankzij een Partnership met 'Solvay' kunnen we heel wat burens daar verrassen.



We leggen de focus op
'Het kleine helpen!'

Vergeet ook uw
burens die dag niet
eens extra te
verwennen hé!

UW ZORG / ONZE ZORG



Weet je dat ons LDC een **klachtenprocedure** heeft?
Deze vind je in ons folderrek.

Uiteraard zijn suggesties, wensen of complimentjes ook welkom.

Grensoverschrijdend gedrag !

Ook hier hebben we een procedure rond. Deze is opvraagbaar aan ons onthaal.

Praat erover met Conny, jouw Centrumverantwoordelijke.



Erfgoedbrunch Buda Project

Erfgoed Brunch Buda & Marly

Zaterdag 27 april 2024
van 11u tot 15u.

Op de verrassende
locatie
Brussels Cruise Terminal

Prijs € 10,00

Inschrijven voor 20/04 verplicht :
ErfgoedHM@gmail.com
of 0475 92 30 72
Max. 50 deelnemers
Gratis parking-bushalte 57
Gratis busvervoer vanaf Lendrik
Om 10u30, 11u en 11u30
Kinderen enkel
onder ouderlijk toezicht



SOCIAAL RESTAURANT

*Prijs: € 9 (soep, hoofdschotel, dessert en koffie)
ledere dinsdag en donderdag.*

Reserveren 1 week vooraf.

VERVOERDIENST

Ben je moeilijk te been en wil je graag deelnemen aan de activiteiten van het dienstencentrum? Eén rittenkaart voor € 10 euro (goed voor 20 opstapbeurten). Info en reserveren doen we aan het onthaal.

EERSTELIJS PSYCHOLOGISCHE HULP

Iedere maandag is psycholoog Steven Van der Auwera aanwezig. Bel 0486/51 92 45 voor een persoonlijke afspraak.

ZORGONDERSTEUNING AAN HUIS

*Kom je uit het ziekenhuis of wordt het alleen zijn thuis moeilijker? Ben je op zoek naar hulp in het huishouden of bij je dagelijkse verzorging? Of overweeg je wat kleine aanpassingen (armleuning, bed/zetel verhogen, bed naar gelijkvloers brengen...) om meer comfort / veiligheid te creëren? **Conny** komt dan langs om samen te kijken wat je precies nodig hebt. Samen met andere partners zoeken we oplossingen op maat.*

KLEINE HULPVVRAGEN = ACCOLAGE = WARME BUURTZORG

Kleine ondersteuningsvragen zoals een lamp vervangen, brievenbus ledigen, korte babbel op de stoep of boodschappen doen.

Een begeleiding naar de apotheek, kiné of één of ander onderzoek?

We gaan op zoek naar de juiste buurt-vrijwilliger voor je!

Misschien heb je geen vragen maar wil je net zoals vele anderen, gewoon helpen. Dan ben je eveneens welkom. Een zorgzame buurt begint immers bij een zorgzame houding. Bedankt om je op te geven als zorgzame buur. Contacteer ons via 0471/200 131 we helpen je graag verder.

RECHTSTREEKS TOEGANKELIJKE HULP (RTH)

Kris Laenens is er speciaal voor personen met of een vermoeden van een beperking. Vragen over wonen, vrije tijd, ondersteuning allerlei? Neem gerust contact met haar.
0470/ 85 07 73



AGENDA van alle activiteiten



APRIL

- 1 Gesloten
- 2 Gesloten
- 3 Gesloten
- 4 Gesloten
- 5 Gesloten
- 6 Weekend
- 7 Weekend
- 8 Geen activiteiten
- 9 Soc. Resto/Crea-dag/**Elder**
- 10 Digi-Cafe
- 11 Soc. Resto
- 12 Spellekesdag/**Zonnebloem**
- 13 Weekend
- 14 Weekend
- 15 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 16 Soc. Resto/Crea-dag/Country/**Shopping Docks/ Elder**
- 17 Digi-Cafe
- 18 Soc. Resto
- 19 Spellekesdag/**Zonnebloem/Hondentherapie**
- 20 Weekend
- 21 Weekend
- 22 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 23 Soc. Resto/Crea-dag/Country/**Familiehulp/Kapstok**
- 24 Digi-Cafe
- 25 Soc. Resto
- 26 Spellekesdag/**Avondresto**
- 27 Weekend / **Erfgoedbrunch Buda Project**
- 28 Weekend / **Markt in Jette**
- 29 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 30 Soc. Resto/Crea-dag/Country/**Shopping Docks/ Elder**

We hebben "Breicafe" onder "Crea - dag" geplaatst.

MEI

- 1 Gesloten
- 2 Soc. Resto
- 3 Spellekesdag/**Hondentherapie**
- 4 Weekend
- 5 Weekend
- 6 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 7 Soc. Resto/Crea-dag/Country
- 8 Digi-Cafe
- 9 Gesloten
- 10 Spellekesdag/**Zonnebloem**
- 11 Weekend
- 12 Weekend
- 13 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 14 Soc. Resto/Crea-dag/Country/**Elder**
- 15 Digi-Cafe
- 16 Soc. Resto
- 17 Spellekesdag/**Zonnebloem/Hondentherapie**
- 18 Weekend
- 19 Weekend
- 20 Gesloten
- 21 Soc. Resto/Crea-dag/Country/**Info Wilsverklaring**
- 22 Digi-Cafe
- 23 Soc. Resto
- 24 Spellekesdag
- 25 Weekend
- 26 Weekend / **Markt in Jette**
- 27 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 28 Soc. Resto/Crea-dag/Country/**Elder**
- 29 Digi-Cafe
- 30 Soc. Resto/**Shopping Malinas**
- 31 Spellekesdag/**Dag van de burens/Avondresto**

JUNI

- 1 Weekend
- 2 Weekend
- 3 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 4 Soc. Resto/Crea-dag/Country/**Familiehulp/ Info Persoonlijk Alarmsysteem**
- 5 Digi-Cafe/
- 6 Soc. Resto
- 7 Spellekesdag/**ZomerJardin**
- 8 Weekend / **Markt in Mechelen**
- 9 Weekend
- 10 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 11 Soc. Resto/Crea-dag/Country/
- 12 Gesloten / **Dag naar zee**
- 13 Soc. Resto
- 14 Spellekesdag/**Zonnebloem/ZomerJardin/ Hondentherapie**
- 15 Weekend
- 16 Weekend
- 17 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 18 Soc. Resto/Crea-dag/Country/**Elder**
- 19 Digi-Cafe
- 20 Soc. Resto
- 21 Spellekesdag/**Zonnebloem/ZomerJardin**
- 22 Weekend
- 23 Weekend / **Zomerfeest Elsocht's BBQ**
- 24 Samen lezen/Qi-Gong/Bougeer mee
- 25 Soc. Resto/Crea-dag/Country/**Open Centrum Raad**
- 26 Digi-Cafe
- 27 Soc. Resto
- 28 Spellekesdag/**ZomerJardin/ Hondentherapie**
- 29 Weekend / **Markt in Mechelen**
- 30 Weekend



SHOPPING...



Het busje rijdt naar Shopping Docks Brussel
Op dinsdag 16/04 - dinsdag 30/04

Vertrek aan LDC om 13u terugrit voorzien om 16u
Prijs € 2,00 per persoon

Graag tijdig inschrijven



Het busje rijdt naar Shopping Malinas
Op donderdag 30/05

Vertrek aan LDC om 13u terugrit voorzien om 16u

Prijs € 4,00 per persoon **Graag tijdig inschrijven**

Het busje rijdt naar de Markt
Mechelen

Op zaterdag 8/06 en 29/06

Vertrek aan LDC om 9u en
terug instappen om 15u

Prijs € 4,00 per persoon

Graag tijdig inschrijven



Het busje rijdt naar de
Markt Jette

Op zondag 28/04, 26/05 en 7/07

Vertrek aan LDC om 9u
en terug instappen om 12u

Prijs € 2,00 per persoon

Graag tijdig inschrijven



Op 25 juni 2024 houden we een Open Centrum Raad

Iedereen is van harte welkom!

DENK MET ONS MEE en durf je ideeën te verwoorden.

Jouw mening telt en is belangrijk om onze werking te evalueren.

De bijeenkomst gaat door in het Lokaal Diensten Centrum van 14u tot 16u.

Een bedankingsdrank wordt aangeboden na afloop!

GRATIS

**Inschrijven
voor 21 juni**

Vooruitblik 1 1/7 Vlaamse dag



VOORUITBLIK !!

"Vlaamse dag" 11 JULI

(max 75 personen)

Om 12u Vla...peritief

12u30 Vlaams stoofpotje, frit en Vlaamse vlaai

14u00 Vlaamse kaskrakers...

Live gezongen door Kris Baert

Met eten : € 13,00 Feestmaaltijd + optreden

Enkel optreden : € 3,00 (ingang vanaf 13u45)

Inschrijven vanaf 3 juni



**Woensdag
12 juni**

**Vertrek bus aan LDC
8 u**

**Vertrek terug aan zee
17 u**

DAGJE NAAR ZEE

Prijs € 28 per persoon

Max aantal deelnemers, 50 personen

Inbegrepen in de prijs :

Koffie, thee en cake bij aankomst

Middagmaal (keuze uit 2 menu's)

Soep - Hoofdschotel - Dessert

**Tijdig
inschrijven**

De busreis wordt ons aangeboden door de Vriendenkring ADO Icarus NOH

Vrijwilligers in de kijker

Vandaag zetten we de schijnwerpers op de "keukenhelden".

De vrijwilligers die de pannen laten zingen en de afwas laten dansen!

Met een spatel in de ene hand en een vaatdoek in de andere, brengen ze niet alleen smaakvolle gerechten op tafel, maar ook een flinke dosis humor.

Dus laten we een toast uitbrengen op deze culinaire clowns en hun 'afwas-tastische' bijdrage binnen onze werking!

Foto vlnr : Annick, Nadia, Marc en Lorre.



Infosessie "Wilsverklaring"

Op 21 mei om 14u komt er een uiteenzetting over de "Wilsverklaring".

Kan ik euthanasie aanvragen bij dementie? Hoe kan ik waardig sterven?
Wat is palliatieve sedatie? Wanneer is psychisch lijden 'ondraaglijk'?
Wat kan ik regelen voor mijn omgeving en nabestaanden?

Dit zijn normale vragen die ons allemaal af en toe bezighouden.
Tijdens dit infomoment overlopen we samen met jou wat er in België wettelijk geregeld is, en waar patiënten recht op hebben.

Gratis

Inschrijven verplicht

In samenwerking met



Infosessie "Persoonlijk Alarm System"

Op 4 juni om 14u komt men meer vertellen over het "Persoonlijk Alarm System".

Het personenalarm zorgt voor directe hulp met één druk op de knop, via de zorgcentrale. Sofie De Dobbeleer van Medishop geeft in een infomoment uitleg over de werking en verschillende systemen, zoals halskettingen, horloges of sleutelhangers, voor zowel binnen als buiten. Ze staat klaar om alle vragen te beantwoorden.

Gratis - **Inschrijven verplicht**

In samenwerking met



Zomer Jardin

Tuin-ontmoetingen
met elke vrijdag een
andere kennismaking!

Laat je verrassen.

Telkens tussen 17u en 22u

Inschrijven is niet nodig!

In samenwerking met



Vrijdag 7 juni: - Bingo-avond (LDC ADO Icarus)

Vrijdag 14 juni: - Maak kennis met 5-ritmedans (Katya)

- Proef van (Femina Nissaa)

- Kijk en geniet mee van de Hoofdstedelijke Kunst Academie

Vrijdag 21 juni: - Volksspelen-parcours (OKRA)

Vrijdag 28 juni: - Cook en eat - Lekker genieten! Breng wat lekkers mee en deel het met anderen.



Houd ook 5 en 12 juli, 23 en 30 augustus
en 6 september vrij! Meer info volgt.



dankt zijn sponsors en sympathisanten !!!



Catering en Events

koffietafels - bbq - pastabuffet - paëlla - feestjes
tsjops@hotmail.com

christiane.crampe@hotmail.com

0479 74 95 87

okra
trefpunt ss+

APOTHEEK | PHARMACIE
MATTON



ELSOCHT

**UIT
SYMPATHIE**

Dank aan iedereen
die ons uit
'eigen' naam
een extraatje gaven!



SOLVAY

Tele-Sound 02/268 54 54
TV - VIDEO - HIFI - ELECTRO
Rue de Heembeeksestraat 248 - 1120 Neder-over-Heembeek
info@tele-sound.be - https://tele-sound.be



Nabijheid en zorg, om uw geliefde te eren en te herinneren in alle waardigheid.
Sereni dehertogh@sereni.be
02 262 07 60



PC St-Niklaas

DVV
verzekeringen
DVV Zennevallei