

# WELKOM IN DE DIENSTENCENTRA

JANUARI - FEBRUARI - MAART 2023



dienstencentro **Lier**

**Ontmoeten**

**Ontspannen**

**Informatie**

*Louis (84): De sociale contacten vind ik het fijnste aan petanque. Samen plezier maken. Daar geniet ik van.*

**3**

**SENIORENBEURS**

**8**

**POËZIEWEEK**

**18**

**BEWEEG OVERDAG**

# WELKOM IN DE DIENSTENCENTRA

## INSCHRIJVEN?

Voor betalende activiteiten: vervoer met de bus, warme maaltijden, lessen en infomomenten moet je altijd inschrijven. Als je twijfelt, bevrage dit even in een dienstencentrum.

Voor januari, februari en maart kan je vanaf vrijdag 16 december inschrijven.

- ter plaatse
- telefonisch
- per mail

Weet wel:

Als je inschrijft via mail, is je inschrijving pas definitief als je een bevestiging gekregen hebt.

## MEER INFO

tel. 03 283 48 88 - Het Schoppeke

tel. 03 481 61 05 - De Waaier

[dienstencentra@lier.be](mailto:dienstencentra@lier.be)

[www.lier.be/dienstencentra](http://www.lier.be/dienstencentra)

## BETALEN?

Bij elke activiteit staat een prijs.

Staat er geen prijs bij de activiteit, dan is ze gratis.

Je betaalt ter plaatse voor de start van de activiteit.

- cash
- zesbeurtenkaart/keuzekaartje
- bancontact

## BLIJF OP DE HOOGTE

WIL JIJ DIT PROGRAMMA ONTVANGEN?

Digitaal? Schrijf je in voor de nieuwsbrief via

[www.lier.be/dienstencentra](http://www.lier.be/dienstencentra).

Liever op papier? Geef ons een seintje.

VOLG ONS OP FACEBOOK

 [www.facebook.com/dienstencentraLier](https://www.facebook.com/dienstencentraLier)



## UITPAS

Wist je dat ...

**.... je in de dienstencentra elke week 1 UiTPAS-punt kan sparen met je UiTPAS?**

Ook tijdens alle infomomenten, taallessen, computerlessen, mooimakers en beweeg-overdag-activiteiten kan je punten sparen.

**... je de gespaarde punten bij ons kan omruilen?**

- Heb je 25 UiTPAS-punten gespaard dan kan je van een gratis warme maaltijd genieten in een van de dienstencentra (één keer per week).
- In ruil voor 5 UiTPAS-punten krijg je een gratis drankje.
- Met 30-UiTPAS-punten kan je één keer per maand een keuzekaartje aankopen.
- Ontdek in deze kalender wat je nog allemaal kan met je gespaarde UiTPAS-punten.

## Programmaboekje in nieuw kleedje

Regelmatig je woonkamer, keuken of kleerkast herschikken. Dat houdt je scherp. Dit programmaboekje werd opgefrist.

De inhoud blijft hetzelfde: heel veel activiteiten en interessante info vanuit de dienstencentra en de sportdienst.

Alleen wat overzichtelijker: per locatie een duidelijke activiteitenkalender aangevuld met interessante weetjes, enkele rubrieken die we uitlichten, ...

Hieronder een overzicht.

Veel leesplezier.

## INHOUD

<i>Seniorenbeurs</i> .....	2
<i>Valentijn</i> .....	6
<i>Poëzieweek</i> .....	7
<i>Infomomenten</i> .....	8
<i>Jarigen van de maand</i> .....	15
<i>Komma Kafé</i> .....	15
<i>Meet &amp; Greet</i> .....	15
<i>Muzikale noot</i> .....	13
<i>Tournée Minérale</i> .....	17
<i>Beweeg Overdag</i> .....	18-19
<i>Film in CC Vredeberg</i> .....	20
<i>Film in de dienstencentra</i> .....	20
<i>Matinee</i> .....	21
<i>Dienstverlening</i> .....	23-24
<i>Activiteitenkalender Het Schoppeke</i> .....	4-6
<i>Activiteitenkalender De Waaier</i> .....	9-11
<i>Activiteitenkalender De Komeet</i> .....	12
<i>Activiteitenkalender De Kroon</i> .....	14
<i>Activiteitenkalender De Rosmolen</i> .....	16

## NIEUW(S)

### Dienstverlening gemeentehuis Koningshooikt verhuist naar De Waaier

De energiecrisis raakt ons allemaal. Niet enkel thuis, maar ook binnen onze organisatie stijgen de kosten. Als stad moeten we niet enkel het goede voorbeeld geven, maar ook efficiënt omgaan met de middelen van onze inwoners.

Slimmer verwarmen zorgt voor de grootste energiebesparing. Concreet bekeken we per gebouw welke specifieke aanpassingen mogelijk zijn. In dat kader werd beslist om het gemeentehuis van Koningshooikt te sluiten en de dienstverlening t.e.m. 28 februari te verhuizen naar dienstencentrum De Waaier. De openingsuren blijven dezelfde.

[www.lier.be/gemeentehuis-koningshooikt](http://www.lier.be/gemeentehuis-koningshooikt)

### Seniorenbeurs

Breng een bezoek aan de senioren-infobeurs:

- Maak kennis met de Lierse seniorenraad en de seniorenverenigingen.
- Ontdek verschillende informatiestanden over het vrijetijdsaanbod, dienstverlening, ... voor 60-plussers in Lier en Koningshooikt.
- Neem een kijkje in het gevulde programma-aanbod van de Lierse dienstencentra.
- Grijp je kans en denk mee na over het seniorenbeleid van stad en OCMW Lier.
- Guido Cuyvers, auteur van het boek "Het beste moet nog komen", geeft een lezing rond het ouder worden.

Ouder worden kan de mooiste periode van ons leven betekenen, ook al kan dat gepaard gaan met kleine ongemakjes. Het is ook een uitnodiging om ons te bezinnen over de grote levensvragen.

wo 15 maart tijdens de namiddag in CC De Mol

Meer informatie vind je op [www.lier.be/seniorenbeurs](http://www.lier.be/seniorenbeurs) en in de Peperbus van maart/april.





Kanunnik Davidlaan 25, Lier  
tel. 03 283 48 88  
dienstencentra@lier.be



ma, di, do en vr  
van 9.30 tot 16.30 uur  
en wo van 9.30 tot 14 uur



Vrijdag 13 januari sluiten  
de dienstencentra om 14 uur

Tijdens de schoolvakanties zijn er  
geen taal- of computerlessen.

Ook geen Okido yoga!



Geen prijs? Dan is het gratis.  
Meerdere prijzen?  
prijs | UiTPAS met kansentarief



Staat er een potlood?  
Dan is inschrijven verplicht  
of werken we op afspraak.



Beweeg-overdag-activiteit



## ELKE WEEK IN HET SCHOPPEKE

<b>maandag</b>	10.30-11.30 uur	♦ Smovey: train je armspieren  3 euro   0,6 euro   10 UiTPAS-punten
	10-12 uur	Frans conversatie  1,5 euro
	10-12 uur	CURSUS: Hallo Computer  1,5 euro, start vanaf 9 januari t.e.m. 6 maart
	12 uur	Warme maaltijd  7 euro   6 euro   25 UiTPAS-punten
<b>dinsdag</b>	13.30-15.30 uur	Seniorenkoor 'T En Zal
	14-16 uur	Biljart niet tussen 12 en 13 uur en vooraf te bevragen bij activiteiten in de cafetaria
	10-12 uur	Italiaans conversatie  1,5 euro
	12 uur	Warme maaltijd  7 euro   6 euro   25 UiTPAS-punten
<b>woensdag</b>	14-16 uur	Vrij handwerk en crea
	13.30-15.30 uur	♦ Ping pong
	9.30-10.30 uur	♦ Okido yoga voor beginners  3 euro   0,6 euro   10 UiTPAS-punten Je kan je maximum 1x / week inschrijven voor Okido yoga
<b>donderdag</b>	12 uur	Warme maaltijd  7 euro   6 euro   25 UiTPAS-punten
	9.30-10.30 uur	♦ Okido yoga gevorderden  3 euro   0,6 euro   10 UiTPAS-punten Je kan je maximum 1x / week inschrijven voor Okido yoga
	10-12 uur	Dagelijks Italiaans  1,5 euro
	10-11.30 uur	Duits conversatie  1,5 euro
	10-12 uur	Bloeddrukmeting
	10-12 uur	Cursus: Word  1,5 euro, van 19 januari t.e.m. 16 maart
	10-12 uur	Smartphone & PC Tips & Tricks  1,5 euro
<b>vrijdag</b>	12 uur	Warme maaltijd  7 euro   6 euro   25 UiTPAS-punten
	14-15 uur	♦ Drums fit  3 euro   10 UiTPAS-punten, van 19 januari t.e.m. 16 maart
	14-16 uur	Vrij handwerk en crea
	10-11 uur	♦ Qi Gong  3 euro   0,6 euro   10 UiTPAS-punten, start 20 januari
	12 uur	Warme maaltijd  7 euro   6 euro   25 UiTPAS-punten
	13.30-15.30 uur	♦ Volksdans  3 euro   0,6 euro   10 UiTPAS-punten
	14-16 uur	Biljart niet tussen 12 en 13 uur en vooraf te bevragen bij activiteiten in de cafetaria

## JANUARI

ma 2 jan		<b>gesloten</b>
di 3 jan	14-15.30 uur 14-16 uur	U vraagt wij draaien Biljart
wo 4 jan	10.30-11.30 uur	Hoger of lager
do 5 jan	14-16 uur	Nieuwjaarsreceptie
vr 6 jan	14-15.30 uur	Driekoningentaart met tasje koffie 3 euro   10 UiTPAS-punten
ma 9 jan	15-15.30 uur	Verloren maandag: Appelbol of Worstenbrood 4,5 euro   15 UiTPAS-punten Betalen bij inschrijving.
di 10 jan	10.30-11.30 uur 14-15 uur	♣ Bewegen op je stoel 1,5 euro   5 UiTPAS-punten Meet & greet de dienstencentra
do 12 jan	14-15 uur 14-16 uur	Infomoment UiTPAS: Wat is het? Hoe werkt het? Wat kan je ermee doen? Biljart
vr 13 jan	10.30-11.30 uur	Darts toernooi <b>dienstencentra sluiten om 14 uur</b>
ma 16 jan	14 uur	♣ Boccia: net zoals petanque, maar dan zittend en binnen
di 17 jan	10.30-11.30 uur 14 uur	♣ Boogbal Matinee CC De Mol: De moppentappers 13 euro   2,6 euro
wo 18 jan	12 uur	Jarigen van de maand
do 19 jan	14-16 uur	Muzikale namiddag met Shirley
vr 20 jan	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
ma 23 jan	14-16 uur	Kom'ma Kafé
di 24 jan	10.30-11.30 uur 14-16 uur	♣ Bewegen op je stoel 1,5 euro   5 UiTPAS-punten Muzikale namiddag: Keyboard door Kristine
wo 25 jan	10.30-11.30 uur	♣ Stoeldansen 1,5 euro   5 UiTPAS-punten
do 26 jan	10.30-11.30 uur 14 uur	♣ Frisbee werpen Film in CC Vredeberg: a man called Ove 6 euro   1,2 euro Te betalen aan kassa CC Vredeberg.
vr 27 jan	10.30-11.30 uur 14-15.30 uur	Sjoelbaktornooi Schrijf je eigen gedicht
ma 30 jan	13.30-14.30 uur	Schrijf ze vrij van Amnesty International: schrijf mee voor mensenrechten
di 31 jan	10.30-11.30 uur 13.30 uur	Spreekwoordenspel ♣ Gedichtenwandeling We maken een toer van +/- 4 km en blijven binnen de stadsvesten.

## FEBRUARI

wo 1 feb	10.30-11.30 uur	Sudoku: hoe begin je eraan?
do 2 feb	14-16 uur	Infomoment: Senioren en seksualiteit met Maggie Doumen
vr 3 feb	14-15.30 uur	Wafelenbak 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (1,50 euro voor 2 wafels)
ma 6 feb	13.30 uur	Kaartspel pappen kan je leren
di 7 feb	10.30-11.30 uur 14-15.30 uur	♣ Bewegen op je stoel 1,5 euro   5 UiTPAS-punten Lichtmis: pannenkoekenslag 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (1,50 euro voor 2 stuks)
wo 8 feb	10.30-11.30 uur	♣ Boogbal
do 9 feb	14-15 uur	Parcours met alcoholbril Wat is het effect van een glaasje te veel als je verplaatst? Zet de alcoholbril op en leg een parcours af "onder invloed".
vr 10 feb	14-15.30 uur	Proeverij 0,0% drankjes 3 euro   10 UiTPAS-punten
ma 13 feb	13.30 uur 14-16 uur	Koffieklets over oude vlammen, verloren liefdes en mensen die we missen Biljart
di 14 feb	12 uur 14 uur 14-15 uur	Blind mate 7 euro   6 euro   25 UiTPAS-punten Vandaag wordt je plaats bepaald door het lot. Trek een nummertje en geniet van je maaltijd op een "blind" getrokken plaats aan tafel. Matinee CC De Mol: Een ode aan de liefde 13 euro   2,6 euro Meet & greet de dienstencentra
wo 15 feb	12 uur	Jarigen van de maand
do 16 feb	13.30 uur	Film: Magic Mike 1,5 euro   5 UiTPAS-punten
vr 17 feb	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
wo 22 feb	10.30 uur	Spel en plezier: kaarten Naar aanleiding van de Dag van het Kaartspel.
do 23 feb	14 uur 14-15.30 uur	Centrumklap Tournéé minerale: Mocktails 1,5 euro   5 UiTPAS-punten
ma 27 feb	14-16 uur	Kom'ma Kafé
di 28 feb	13.30-16.30 uur 14-15.30 uur	Praatcafé i.s.m. Kom Op Tegen Kanker: Infosessie omtrent werkhervatting Schrijf je eigen gedicht

## MAART

wo 1 mrt	10.30-11.30 uur	Darts toernooi
do 2 mrt	10.30-11.30 uur	Spel & Plezier: Wijsneus
	13.30- uur	Lier in verhaal: onze burgemeester vertelt ✎
vr 3 mrt	10.30-11.30 uur	Krantenuurtje
	14-16 uur	Infosessie: verhoogde tegemoetkoming i.s.m. VNZ ✎
ma 6 mrt	14 uur	Optreden Line Dance ✎
	15-15.30 uur	Vlaaienslag (koffie en taart) ✎ 3 euro   10 UitPAS-punten
di 7 mrt	10.30-11.30 uur	♥ Bewegen op je stoel ✎ 1,5 euro   5 UitPAS-punten
	14-15 uur	Meet & greet de dienstcentra
wo 8 mrt	10.30 uur	We vertellen op deze internationale vrouwendag verhalen over belangrijke vrouwen in de wereld
do 9 mrt	14-16 uur	Foute party met DJ Marc
vr 10 mrt	14-15.30 uur	Rad van fortuin
ma 13 mrt	14 uur	Live stream: Old time Favourites De Bonanzas ✎ 1,5 euro   5 UitPAS-punten
di 14 mrt	14 uur	Matinee CC De Mol: Evergreen machine ✎ 13 euro   2,6 euro
wo 15 mrt	12 uur	Jarigen van de maand ✎
do 16 mrt	14-16 uur	Karaoke namiddag Zing je graag een specifiek nummer? Laat het ons tijdig weten
vr 17 mrt	14-15.30 uur	Muziekbingo 1,5 euro   5 UitPAS-punten (per kaart)
ma 20 mrt	14-16 uur	Kom'ma Kafé
di 21 mrt	10.30-11.30 uur	♥ Bewegen op je stoel ✎ 1,5 euro   5 UitPAS-punten
	14-15.30 uur	Hoger of lager
wo 22 mrt	10-12 uur	Infomoment Energiebesparing in eigen woning ✎ Eindfactuur meebrengen.
do 23 mrt	14-16 uur	Free podium ✎ Laat je graag jouw talent zien, schrijf je dan in voor 9 maart.
vr 24 mrt	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UitPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
ma 27 mrt	14 uur	Muzikale namiddag met de kinderen van het tweede leerjaar van juf Lut
di 28 mrt	10.30-11.30 uur	Spel & Plezier: Hop naar de 6
	14-15.30 uur	Infomoment: Nieuwe kalender
wo 29 mrt	10.30 uur	BEEGO projectie Webinar Alles wat je moet weten over sociale netwerken. ✎
do 30 mrt	10-12 uur	Mooimakers
	14 uur	Film in CC Vredeberg: Hit the road ✎ 6 euro   1,2 euro Betalen aan kassa CC Vredeberg.
vr 31 mrt	10-12 uur	Zwemmen ✎ Eigen inkom betalen.



## VALENTIJN



### ♥ Koffieklets

We praten over liefdes van vroeger en ook die nog tot vandaag blijven duren. We hebben het over de mensen die ons hart veroverd hebben maar ook over de praktische kant van het 'verliefd-verloofd-getrouwd'-verhaal: wat waren de verplichtingen en de regels? Waar moest je zeker op letten en wat mocht je absoluut niet doen of zeggen? Kom het samen met ons ontdekken op deze koffieklets!

ma 13 februari om 13.30 uur in Het Schoppeke

di 14 februari van 14.30 tot 15 uur in De Waaier

### ♥ Blind mate

Vandaag wordt je plaats bepaald door het lot. Trek een nummertje en geniet van je maaltijd op een "blind" getrokken plaats aan tafel.

di 14 februari om 14 uur in Het Schoppeke

di 14 februari om 14 uur in De Kroon



## POËZIEWEEK

### van 26 januari tot 1 februari

Sinds 2000 wordt elk jaar eind januari poëzie extra in de kijker gezet. Op initiatief van Poetry International werd de laatste donderdag van januari uitgeroepen tot Gedichtendag. Een breed samenwerkingsverband van dichters, literaire organisaties, scholen, bibliotheken en andere verenigingen zorgde ervoor dat de donkere januaridagen in Vlaanderen en Nederland een poëtische invulling kregen.

De campagne van de eerste Gedichtendag in 2000 werd afgetrapt met de verkiezing van het mooiste gedicht. Na een breedgedragen stemcampagne haalde 'Denkend aan Holland' van Hendrik Marsman het van onder meer 'De moeder de vrouw' van Martinus Nijhoff.

Bij elke editie werd aan een dichter gevraagd om 10 gedichten te schrijven die aansloten bij het thema van Gedichtendag. De eerste Gedichtendagbundel werd geschreven door Toon Tellegen. Later volgden onder meer nog Hugo Claus, Tom Lanoye, Remco Campert, Judith Herzberg, Antjie Krog, ...

Door het grote succes van de Gedichtendag werd in 2013 beslist om Gedichtendag uit te werken tot een volledige Poëzieweek. Hierbij aansluitend werd de Gedichtendagbundel omgedoopt tot het Poëziegeschenk.

Met een bundeling van grote en kleine poëzie-activiteiten willen de organisatoren een groter bereik creëren voor poëzie.

[www.poezieweek.com](http://www.poezieweek.com)

## In de dienstencentra

Op 26 januari trappen we met de Gedichtendag de Poëzieweek af.

Luister mee naar een selectie van de mooiste verzen of breng zelf je favoriete gedicht mee om voor te dragen.

Op vrijdag schrijven we samen aan een heel eigen gedicht en dinsdag sluiten we de week af met een wandeling langs gedichten in het Lierse straatbeeld en de meest poëtische plekjes in de stad.

### Schrijf je eigen gedicht

We maken samen de allermooiste gedichten over de dienstencentra, vriendschap,...

Heb jij er zelf ook al eentje gemaakt in het verleden? Neem het dan zeker mee om voor te dragen aan ons allemaal.

vrijdag 27 januari van 14 tot 15.30 uur in Het Schoppeke

### Gedichtenwandeling

We maken een rondje van +/- 4 km en blijven binnen de stadsvesten.

dinsdag 31 januari vertrek om 13.30 uur in Het Schoppeke

### Vertelmoment Gedichten

We warmen ons op voor de Gedichtendag en luisteren naar enkele klassieke en meer originele verzen. Je mag ook zelf je favoriete gedicht meebrengen om voor te dragen of te laten voorlezen.

dinsdag 24 januari van 14 tot 15 uur in De Waaier



## INFOMOMENTEN

### **Mijn UITPAS wat kan ik ermee?**

Met een UITPAS kan je extra plezier halen uit je vrijetijdsactiviteiten.

Maar hoe werkt dat nu precies? Punten sparen en omruilen, spaarzuilen vinden, je saldo raadplegen, .... We overlopen het samen. Collega Eva beantwoordt al onze vragen.

di 10 januari van 13.30 tot 14.30 uur in De Kroon

do 12 januari van 14 tot 15 uur in Het Schoppeke

---

### **Senioren en seksualiteit**

#### **met Maggy Doumen**

Maggy Doumen is een activiste van het eerste uur, sinds ze als 17-jarige studente in mei'68 betrokken was in de studentenbeweging.

Vandaag is ze 72 jaar en is ze actief als regenboog-ambassadeur. Waarbij ze voor de rechten van LGBTI+ ouderen opkomt.

do 2 februari van 14 tot 16 uur in Het Schoppeke

---

### **Praatcafé i.s.m. Kom op Tegen Kanker** **Infosessie omtrent werkhervatting**

In samenwerking met Kom op tegen Kanker en het Heilig Hart Ziekenhuis.

Weer aan het werk gaan na kanker is geen evidentie. Heel wat mensen ervaren drempels en zitten met vragen, twijfels en onzekerheden:

- Ik wil weer aan het werk gaan. Hoe pak ik dit aan?'
- Wie moet toestemming geven voor werkhervatting?'
- Ik heb nog last van nevenwerkingen, hoe zullen mijn collega's en werkgever hier op reageren?'
- Ik kreeg mijn ontslag tijdens mijn ziekteperiode. Hoe start ik met de zoektocht naar een nieuwe job?'

Rentree ondersteunt mensen in alle aspecten van de werkhervatting met of na kanker. Graag geven ze info over dit thema en vertellen ze meer over hoe rentree u kan ondersteunen bij jouw ' Rentree'.

di 28 februari van 13.30 tot 16.30 uur in Het Schoppeke

### **Verhoogde tegemoetkoming**

#### **i.s.m. VNZ**

Wanneer heb je recht op een verhoogde tegemoetkoming? Wat moet je allemaal juist regelen om de juiste papieren te krijgen?

En waar heb je juist allemaal recht op als je een verhoogde tegemoetkoming hebt?

Het Vlaams en Neutraal Ziekenfonds komt dit met veel plezier aan jullie uitleggen.

do 2 maart van 14 tot 16 uur in De Waaier

vr 3 maart van 14 tot 16 uur in Het Schoppeke

---

### **Energiebesparing in eigen woning**

Collega Izdin komt uitleg geven over de tussenkomsten die je kan aanvragen in zowel je eindfactuur als in je voorschotten.

Vergeet je eindfactuur niet mee te nemen

wo 22 maart van 10 tot 12 uur in Het Schoppeke

ma 27 maart van 10 tot 12 uur in De Waaier

---

### **BEEGO Webinar**

#### **Alles wat je moet weten over sociale netwerken**

Deze Webinar gaat over alles wat je moet weten over sociale netwerken. Digitale sociale platformen spelen tegenwoordig een enorm grote rol, maar wat is er eigenlijk allemaal, hoe gebruik je deze best en hoe zit dat met je privacy? We bespreken onder andere Facebook en Hoplr.

do 23 maart van 14 tot 15.30 uur in De Waaier

wo 29 maart van 10.30 tot 12 uur in Het Schoppeke





Dorpsstraat 111, Koningshooikt  
tel. 03 481 61 05  
dienstencentra@lier.be



ma, di, do en vr  
van 9.30 tot 16.30 uur  
en wo van 9.30 tot 14 uur



Vrijdag 13 januari sluiten  
de dienstencentra om 14 uur

Tijdens de schoolvakanties zijn er  
geen taal- of computerlessen.

Ook geen Taj Ji!



Geen prijs? Dan is het gratis  
prijs | UiTPAS met kansentarif



Staat er een potlood?  
Dan is inschrijven verplicht  
of werken we op afspraak.



Beweeg-overdag-activiteit



©Lier Belicht

## ELKE WEEK IN DE WAAIER

<b>maandag</b>	10-12 uur 12-13 uur	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ <b>Korte wandeling</b> Maximum 5 km</li> <li>♦ <b>Hometrainer</b> 1,5   5 UiTPAS-punten</li> </ul>
<b>dinsdag</b>	10-11.30 uur 10-11.30 uur 10-11.30 uur 13-16.15 uur 13.30-16 uur	<ul style="list-style-type: none"> <li>PC tips &amp; trics, help desk en info 1,5 euro</li> <li>Wegwijs in het gebruik van je smartphone 1,5 euro</li> <li>Frans Conversatie 1,5 euro</li> <li>Kaarten en Rummikub</li> <li>Vrij Handwerk en Crea</li> </ul>
<b>woensdag</b>	9-10.30 uur 10.30-12 uur	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ <b>Taj ji groep 1</b> 3 euro   0,6 euro   10 UiTPAS-punten</li> <li>♦ <b>Taj ji groep 2</b> 3 euro   0,6 euro   10 UiTPAS-punten</li> </ul>
<b>donderdag</b>	11.30-12 uur 12 uur	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bloeddrukmeting</li> <li>Warme maaltijd 7 euro   6 euro   25 UiTPAS-punten</li> </ul>
<b>vrijdag</b>	9.30-11 uur 11-12.30 uur 13-16.15 uur	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dagelijks Engels 1,5 euro</li> <li>Engels conversatie 1,5 euro</li> <li>Kaarten &amp; Rummikub</li> </ul>

## JANUARI

ma 2 jan		<b>gesloten</b>
di 3 jan	10-14 uur	Zitdag MS-Liga Vlaanderen
	13.30-16 uur	Praatgroep lotgenoten Fibromyalgie
	14-15 uur	Nieuwjaarsreceptie
vr 6 jan	13.30-15 uur	Tabletcafé Eigen tablet meebrengen
	14-15 uur	Driekoningentaart met tasje koffie 3 euro   10 UitPAS-punten
ma 9 jan	12 uur	Verloren maandag: Appelbol of Worstenbrood 4,5 euro   15 UitPAS-punten betalen bij inschrijving
di 10 jan	14-15 uur	🔥 Bewegverhaal 1,5 euro   5 UitPAS-punten Betalen bij inschrijving.
wo 11 jan	12 uur	Soep op de stoep Vrije bijdrage Een kommetje heerlijke tomatensoep met balletjes, in ons soeprestaurant, op de stoep of om mee te nemen. Actie ten voordele van Welzijnzorg.
do 12 jan	9.30-12 uur	Naaiatelier 1,5 euro   5 UitPAS-punten
	13.30 uur	Rad van fortuin
vr 13 jan		<b>dienstencentra sluiten om 14 uur</b>
ma 16 jan	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UitPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
di 17 jan	14-15 uur	FOD Personen met een handicap
	14 uur	Matinee CC De Mol: De moppentappers 13 euro   2,6 euro
do 19 jan	11-12 uur	🔥 Stoeldansen 1,5 euro   5 UitPAS-punten
	12 uur	Jarigen van de maand
	13-16 uur	Crea met Femma Info en inschrijven bij Els op het nummer 03 482 49 66
vr 20 jan	13.30 uur	Sudoku: hoe begin je eraan
ma 23 jan	13.30-14.30 uur	De UitPAS: wat is het? Hoe werkt het? Wat kan je ermee doen?
di 24 jan	14-15 uur	Vertelmoment: poëzie
wo 25 jan	10.30-12 uur	Spel en plezier
do 26 jan	9.30-12 uur	Naaiatelier 1,5 euro   5 UitPAS-punten
	13.30 uur	Centrumklap
	14 uur	Film in CC Vredeberg: a man called Ove 6 euro   1,2 euro Betalen aan kassa CC Vredeberg.
vr 27 jan	12 uur	Brood met beleg 3 euro   10 UitPAS-punten
	13.30 uur	Bloemschikken 1,5 euro   5 UitPAS-punten Eigen materiaal en bloemen meebrengen.
ma 30 jan	12 uur	Croque-monsieur-middag (slaatje inbegrepen) 3 euro   10 UitPAS-punten

## FEBRUARI

wo 1 feb	12 uur	Lichtmis: Pannenkoeken 1,5 euro   5 UitPAS-punten (voor 2 pannenkoeken)
vr 3 feb	13.30-15 uur	(R)app geïnstalleerd, digitaal themacafé: QR code info en gebruik Eigen tablet of smartphone meebrengen
ma 6 feb	14 uur	Bingo 1,5 euro   5 UitPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
di 7 feb	10-14 uur	Zitdag MS-Liga Vlaanderen
	13.30-16 uur	Praatgroep lotgenoten Fibromyalgie
wo 8 feb	10.30 uur	Parcours met alcoholbril Wat is het effect van een glaasje te veel als je je verplaatst? Zet de alcoholbril op en leg een parcours af "onder invloed".
do 9 feb	9.30-12 uur	Naaiatelier 1,5 euro   5 UitPAS-punten
ma 10 feb	14-15 uur	Proeverij 0,0% drankjes 3 euro   10 UitPAS-punten
di 14 feb	14 uur	Matinee CC De Mol: Een ode aan de liefde 13 euro   2,6 euro
	14.30-15 uur	Koffieklats: Liefde vroeger
wo 15 feb	10.30-12 uur	Spel en plezier
do 16 feb	12 uur	Jarigen van de maand
	13-16 uur	Crea met Femma Info en inschrijven bij Els op het nummer 03 482 49 66.
	13.30 uur	🔥 Sneeuwklodjeswandeling Stevig schoeisel aantrekken, niet geschikt voor rollators of rolstoelen, +/- 8 km.
vr 17 feb	14-15 uur	Portie gemengd: warme gefrituurde hapjes (6 stukjes) 1,5 euro   5 UitPAS-punten
ma 20 feb	14 uur	Bingo 1,5 euro   5 UitPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen,
di 21 feb	14-15 uur	FOD Personen met een handicap
wo 22 feb	10.30-12 uur	Spel en plezier: kaartspel naar aanleiding van de Dag van het Kaartspel
	12 uur	Hot Dogs 1,5 euro   5 UitPAS-punten
do 23 feb	9.30-12 uur	Naaiatelier 1,5 euro   5 UitPAS-punten
vr 24 feb	12 uur	Brood met beleg 3 euro   10 UitPAS-punten
	13.30 uur	Bloemschikken 1,5 euro   5 UitPAS-punten Eigen materiaal en bloemen meebrengen.
ma 27 feb	12-uur	Verloren brood (2 stuks) 1,5 euro   5 UitPAS-punten

## MAART

do 2 mrt	14-16 uur	Infosessie: verhoogde tegemoetkoming i.s.m. VNZ 
vr 3 mrt	13.30-15 uur	Tabletcafé  Eigen tablet meebrengen
ma 6 mrt	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
di 7 mrt	10-14 uur	Zitdag MS-Liga Vlaanderen 
	13.30-16 uur	Praatgroep lotgenoten Fibromyalgie 
wo 8 mrt	12 uur	Croque-monsieur-middag  (met slaatje) 3 euro   10 UiTPAS-punten
do 9 mrt	9.30-12 uur	Naaiatelier  1,5 euro   5 UiTPAS-punten
	11-12 uur	Stoeldansen  1,5 euro   5 UiTPAS-punten
ma 13 mrt	13-16 uur	Crea met Samana  Inschrijven bij Greta Verheyen op het nummer 0494 29 95 95.
	14-15 uur	Muzikale Namiddag
di 14 mrt	14 uur	Matinee CC De Mol: Evergreen machine  13 euro   2,6 euro
do 16 mrt	12 uur	Jarigen van de maand 
	13-16 uur	Crea met Femma  Info en inschrijven bij Els op het nummer 03 482 49 66.
	13.30 uur	Wandeling Jutse Plassen  Stevig schoeisel aantrekken.
ma 20 mrt	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
di 21 mrt	14-15 uur	FOD Personen met een handicap
do 23 mrt	9.30-12 uur	Naaiatelier  1,5 euro   5 UiTPAS-punten
	14 uur	BEEGO projectie Webinar Alles wat je moet weten over sociale netwerken. 
ma 27 mrt	10-12 uur	Infomoment Energiebesparing in eigen woning  Eindfactuur meebrengen
	12 uur	Frituur Het Waaiertje  1,5 euro   5 UiTPAS-punten: Slaatje inbegrepen, keuze uit portie frietjes, curryworst, curryworst spéciale of kaaskrokot , 1,5 euro per stuk of per portie frietjes
di 28 mrt	14-15 uur	Info nieuwe kalender
wo 29 mrt	10.30-12 uur	Spel en plezier: kaartspel
do 30 mrt	14 uur	Film in CC Vredeberg: Hit the road  6 euro   1,2 euro Betalen aan kassa CC Vredeberg
vr 31 mrt	12 uur	Brood met beleg  3 euro   10 UiTPAS-punten
	13.30 uur	Bloemschikken  1,5 euro   5 UiTPAS-punten Eigen materiaal en bloemen meebrengen.



Cafeteria sporthal  
Eeuwfeestlaan 183  
tel. 03 283 48 88  
dienstencentra@lier.be



maandag  
van 11 tot 16 uur



Geen prijs? Dan is het gratis  
prijs | UitPAS met kansentarif | UitPAS-punten



Staat er een potlood?  
Dan is inschrijven verplicht  
of werken we op afspraak.



## ELKE MAANDAG IN DE KOMEEET

maandag 11-12 uur Bloeddrukmeting  
12 uur Warme maaltijd 7 euro | 6 euro | 25 UitPAS-punten  
14-16 uur Vrij handwerk en crea

### FEBRUARI

ma 6 feb	13.30-14.30 uur	Parcours met alcoholbril  Wat is het effect van een glaasje te veel als je verplaatst? Zet de alcoholbril op en leg een parcours af "onder invloed".
	13.30-16 uur	Pergamano
ma 13 feb	12 uur	Jarigen van de maand
	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UitPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
ma 20 feb	13.30 uur	Liedjes met de accordeon
	14 uur	BEEGO projectie Webinar Alles wat je moet weten over sociale netwerken.
	13.30-16 uur	Pergamano
ma 27 feb	14 uur	Centrumklap
	14-15.30 uur	Wafelslag  1,5 euro   5 UitPAS-punten (voor 2 wafels)

### MAART

ma 6 mrt	13.30-16 uur	Pergamano
	14-16 uur	Muzikale namiddag: Keyboard door Kristine
ma 13 mrt	12 uur	Jarigen van de maand
	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UitPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
ma 20 mrt	13.30-16 uur	Pergamano
	14-15.30 uur	Rummicub je mee?
ma 27 mrt	14-15 uur	Info nieuwe kalender

### JANUARI

ma 2 jan		gesloten
ma 9 jan	14.30-15 uur	Verloren maandag: appelbol of worstenbrood 4,5 euro   15 UitPAS-punten. Betalen bij inschrijving.
	13.30-16 uur	Pergamano
ma 16 jan	12 uur	Jarigen van de maand
	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UitPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.
ma 23 jan	13.30-16 uur	Pergamano
	14-15.30 uur	Nieuwjaarsreceptie
ma 30 jan	11-12 uur	Schrijf ze vrij van Amnesty International: schrijf mee voor mensenrechten
	14-15.30 uur	Pannenkoekenslag voor lichtmis 1,5 euro   5 UitPAS-punten (voor 2 pannenkoeken)



## DE MUZIKALE NOOT

### Muzikale namiddag met Shirly

Shirly draait graag plaatjes en komt haar DJ-kunsten tonen in Het Schoppeke op deze muzikale namiddag!

do 19 januari van 14 tot 16 uur in Het Schoppeke

---

### Muzikale namiddag: Keyboard met Kristine

Kristine bezorgt met haar Keyboard een muzikale namiddag voor ons allen.  
Dansen mag, dus breng je dansschoenen maar mee.

di 24 januari van 14 tot 16 uur in Het Schoppeke

ma 6 maart van 14 tot 16 uur in De Komeet

---

### Liedjes met Accordeon

We zingen en dansen mee op de geweldige tonen die uit de accordeon worden getoverd.

ma 20 februari van 13.30 uur in De Komeet

---

### Foute Party met DJ Marc

Haal je verkleedkleden maar uit de koffer want DJ Marc komt weer langs met de Foutste dans hits!

do 9 maart van 14 tot 16 uur in Het Schoppeke

---

### Live Stream: Old time Favourites De Bonanzas

We kijken samen naar een dynamische, nostalgische show met uiteenlopende all-time classics uit de sixties.

ma 13 maart om 14 uur in Het Schoppeke

1,5 euro | 5 UiTPAS-punten

---

### Karaoke namiddag

Laat je zangtalent maar horen tijdens onze Karaoke.

do 16 maart van 14 tot 16 uur in Het Schoppeke

---

### Free Podium

Kan jij goed dansen, goochelen, moppen tappen,...  
Het Free Podium is de kans om te laten zien wat je kan.

do 23 maart van 14 tot 16 uur in Het Schoppeke

Laat jij graag je talent zien? Schrijf je dan in voor do 9 maart.



Cafeteria WZC Paradijs  
Transvaalstraat 44  
tel. 03 283 48 88  
dienstencentra@lier.be



dinsdag  
van 11 tot 16 uur



Geen prijs? Dan is het gratis  
prijs | UitPAS met kansentarif | UitPAS-punten



Staat er een potlood?  
Dan is inschrijven verplicht  
of werken we op afspraak.



Beweeg-overdag-activiteit



## ELKE DINSDAG IN DE KROON

dinsdag	11 uur	Krant - gezelschapsspellen
	11-12 uur	♦ <b>Boccia:</b> net zoals petanque, maar dan zittend en binnen.
	12 uur	Warme maaltijd 7 euro   6 euro   25 UitPAS-punten
	13.30-16 uur	Vrij handwerk en crea

## JANUARI

di 3 jan	14 uur	Nieuwjaarsreceptie met foto's van het voorbije jaar
di 10 jan	13.30-14.30 uur	Infomoment UitPAS: Wat is het? Hoe werkt het? Wat kan je ermee doen?
	14.30-15 uur	Verloren maandag: Appelbol of Worstenbrood 4,5 euro   15 UitPAS-punten Betalen bij inschrijving
di 17 jan	12 uur	Jarigen van de maand
	14 uur	Ruben's leven en werk in Antwerpse kerken Een gids vertelt over Rubens aan de hand van de schilderijen in de Sint Andrieskerk, de Sint-Pauluskerk en de O.L.V. Kathedraal
	14 uur	Matinee CC De Mol: De moppentappers 13 euro   2,6 euro
di 24 jan	13.30 uur	Muziekgalerij met Jan: Zoek mee naar ons favoriete liedje.
di 31 jan	13.30-14.30 uur	Schrijf ze vrij van Amnesty International: Schrijf mee voor mensenrechten.

## FEBRUARI

di 7 feb	13.30 uur	Parcours met alcoholbril Wat is het effect van een glaasje te veel als je verplaatst? Zet de alcoholbril op en leg een parcours af "onder invloed".
	14.30-15 uur	Lichtmis: Pannenkoeken 1,5euro   5 UitPAS-punten (per 2 stuks)
di 14 feb	12 uur	Blind mate 7 euro   6 euro   25 UitPAS-punten Vandaag wordt je plaats bepaald door het lot. Trek een nummertje en geniet van je maaltijd op een "blind" getrokken plaats aan tafel.
	12 uur	Jarigen van de maand
	14 uur	Matinee CC De Mol: Een ode aan de liefde 13 euro   2,6 euro
di 21 feb	13.15 uur	Centrumklap
di 28 feb	13.30 uur	Lier in verhaal: onze burgemeester vertelt



## Jarigen van de maand

Elke maand vieren we de jarigen van de maand. Jarigen kunnen genieten van één gratis maaltijd op één vaste datum in één dienstencentrum naar keuze. Reserveer tijdig je gratis maaltijd!

In alle dienstencentra. De data vind je in de kalender.



## Kom'ma Kafé

Heb je zin in nieuwe ontmoetingen? Een nieuw gezicht, een toffe babbel over de mooie en de minder mooie dingen in het leven?

Dan ben je van harte welkom op ons Kom'ma Kafé. En zo ontmoeten we elkaar... .

Kom'ma Kafé staat voor:

- kom maar eens af als je goesting hebt,
- een komma: omdat het leven verder gaat, ook na moeilijke momenten

Voor wie?

Jong, oud en alles daartussen

ma 23 januari, 27 februari en 20 maart van 14 tot 16 uur in Het Schoppeke

## MAART

di 7 mrt	14 uur	Optreden line dance
	15 uur	Vlaaienslag  1,5 euro   5 UitPAS-punten
di 14 mrt	12 uur	Jarigen van de maand
	13.30 uur	Paasversiering knutselen met José 1,5 euro   5 UitPAS-punten
	14 uur	Matinee CC De Mol: Evergreen machine 13 euro   2,6 euro
di 21 mrt	13.15-13.45 uur	Info nieuwe kalender
	13.45-15.15 uur	Sportstapelen  Stapel zo snel mogelijk plastic bekers.
di 28 mrt	13.30 uur	Muziek galerij met Jan: z Zoek mee naar ons favoriete liedje.



## Meet & Greet

Is het dienstencentrum nog nieuw voor jou en ben je op zoek naar wat extra informatie hierover? Kom dan langs op onze kennismakingsmomenten.

We doen een rondleiding in het dienstencentrum en leggen met veel plezier het reilen en zeilen van het dienstencentrum uit bij een gratis drankje en een stukje cake.

Dit is ineens het perfecte moment om nieuwe mensen te leren kennen.

Helemaal gratis. Inschrijven is niet nodig. Je mag je gewoon melden aan het onthaal.

di 10 januari, di 14 februari en ma 6 maart van 14 tot 15 uur  
in Het Schoppeke



Pettendonk 37/1  
tel. 03 283 48 88  
dienstencentra@lier.be



vrijdag  
van 11 tot 16 uur



Geen prijs? Dan is het gratis  
prijs | UiTPAS met kansentarieef | UiTPAS-punten



Staat er een potlood?  
Dan is inschrijven verplicht  
of werken we op afspraak.



## ELKE VRIJDAG IN DE ROSMOLEN

vrijdag 12 uur Warme maaltijd 7 euro | 6 euro | 25 UiTPAS-punten  
13.30-16 uur Vrij handwerk en crea  
13.30-16 uur Kaarten, rummikub en Triominos

### FEBRUARI

vr 3 feb	13.30 uur	Schrijf ze vrij van Amnesty International: schrijf mee voor mensenrechten
	14.30 uur	Lichtmis: Pannenkoeken 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (voor 2 pannenkoeken)
vr 10 feb	13.30-14.30 uur	Parcours met alcoholbril  Wat is het effect van een glaasje te veel als je verplaatst? Zet de alcoholbril op en leg een parcours af "onder invloed".
vr 17 feb	12 uur	Jarigen van de maand
	14.30-15 uur	Tournée minerale: mocktails 1,5 euro   5 UiTPAS-punten
vr 24 feb	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.

### MAART

vr 3 mrt	13.30 uur	Centrumklap
	14-15 uur	Portie gemengd: warme gefrituurde hapjes 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (voor 6 stukjes)
vr 10 mrt	14-15 uur	Vertelmoment: lachen is gezond
vr 17 mrt	12 uur	Jarigen van de maand
vr 24 mrt	13.30-14 uur	Info nieuwe kalender
vr 31 mrt	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.

### JANUARI

vr 6 jan	15-16 uur	Driekoningentaart met tasje koffie 3 euro   10 UiTPAS-punten
vr 13 jan		<b>dienstencentra sluiten om 14 uur</b>
vr 20 jan	12 uur	Jarigen van de maand
	14-15 uur	Nieuwjaarsreceptie
vr 27 jan	14-15.30 uur	Bingo 1,5 euro   5 UiTPAS-punten (per kaart) Eigen afzetdopjes meebrengen.



## Geniet ook in 2023 van bubbels, z nder hoofdpijn achteraf.

Tournée Minérale blaast in februari zeven kaarsjes uit. De campagne van De Druglijn roept iedereen op om in februari 2023, voor het eerst of opnieuw, een maand geen alcohol te drinken.

De focus van de campagne ligt dit jaar op je vrij voelen met Tournée Minérale: vrij van een kater met een verloren dag tot gevolg, vrij van sociale druk om te drinken en vrij om tijdens de rest van het jaar op een doordachte manier zelf te bepalen wanneer je wel of niet een glas drinkt.

Ook de keuzevrijheid tijdens de maand zonder alcohol is verzekerd, dankzij het grote aanbod aan alcoholvrije dranken in de supermarkten  n in de horeca.

## TOURN E MINÉRALE

### Ook in de dienstencentra ...

Buiten de dranken in ons vaste aanbod organiseren we deze maand een **proeverij van verschillende '0%-dranken'** en **mocktailnamiddagen** op verschillende locaties om alcoholvrije alternatieven voor je aperitief te ontdekken.

Verder kan je met de **alcoholbril** een parcours afleggen om te ontdekken wat alcohol allemaal met je doet. Schrijf je dus zeker in voor onze Tournée Minerale-activiteiten!

TOURN E  MINÉRALE

## GENIET VAN BUBBELS Z NDER HOOFDPIJN ACHTERAF



Doe mee en voel je (alcohol)vrij

### Mocktailnamiddag

Proeverij 0,0% drankjes

Kom mee proeven van enkele lekkere 0,0% drankjes.

vr 10 februari van 14 tot 15.30 uur in Het Schoppeke 

ma 13 februari van 14 tot 15.30 uur in De Waaier 

vr 17 februari van 14 tot 15 uur in De Rosmolen 

do 23 februari van 14 tot 15 uur in Het Schoppeke 

3 euro per persoon

### Parcours met een 'alcoholbril'

Wat is het effect van een glaasje te veel als je je verplaatst? Zet de alcoholbril op en leg een parcours af "onder invloed".

ma 6 februari van 13.30 tot 14.30 uur in De Komeet 

di 7 februari van 13.30 tot 14.30 uur in De Kroon 

wo 8 februari van 10.30 tot 11.30 uur in De Waaier 

do 9 februari van 14 tot 15 uur in Het Schoppeke 

vr 10 februari van 13.30 tot 14.30 uur in De Rosmolen 



# BEWEEG OVERDAG

## Petanque

PC Lier biedt iedereen de kans om kennis te maken met de petanquesport. Er kan vrij gespeeld worden, maar ook beginners worden wegwijs gemaakt in de sport.

elke donderdag van 14 tot 17 uur bij PC Lier, Kazernedreef 99

2 euro per les | gratis met Beweeg-Overdag-abonnement

## Onderhoudsgym

Iedereen die graag fit en in beweging wil blijven kan deelnemen aan de lessen onderhoudsgym. Samen doe je oefeningen om evenwicht, kracht en lenigheid op peil te houden en dit op een gezellig muziekje. Iedereen oefent op eigen tempo en naar zijn eigen mogelijkheden.

elke woensdag van 9 tot 10 uur in Turnzaal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183

3 euro per les | gratis met Beweeg-Overdag-abonnement

## Badminton

Elke donderdag kan je een uurtje vrij komen spelen in de sporthal. Je vindt er vast en zeker een mede- en of tegenspeler voor een partijtje badminton.

elke donderdag van 16 tot 17 uur in Sporthal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183

2 euro per les | gratis met Beweeg-Overdag-abonnement

## Drums Fit

Na het succes van de sportdag willen we jullie nu wat langer laten proeven van Drums Fit. Het is een leuke activiteit waarbij je ritmisch op grote fitnessballen drumt en terwijl werkt aan je conditie en coördinatie.

van 19 januari t.e.m. 16 februari op donderdag van 14 tot 15 uur in Het Schoppeke

van 28 februari t.e.m. 28 maart op dinsdag van 14 tot 15 uur in sporthal De Komeet, Eeuwfeestlaan 183

3 euro per les | gratis met Beweeg-Overdag-abonnement



## Wandelen

Onze ervaren begeleider stippelt elke week een andere wandeling uit.

Zo ontdek je de mooiste plekjes van Lier en omgeving. We vertrekken telkens op een andere plaats en leggen 5 à 8 kilometer af aan een tempo van +- 4 km/uur.

Bij de meeste wandelingen is er een tragere groep die een kleinere wandeling maakt. Jammer genoeg kunnen we niet meer beschikken over een busje, voor de verste verplaatsingen wordt er wel nog een auto voorzien, maar die plaatsen zijn erg beperkt en alleen voor mensen die er anders echt niet geraken. Hiervoor kan je bellen naar Sporthal de Komeet, 03 480 52 51. De verplaatsingen met de fiets kunnen in groep afgelegd worden, hiervoor wordt er telkens afgesproken om 13 uur aan de Molbrug.

De sportdienst en de dienstencentra bundelen de krachten en schotelen je een gezamenlijk beweeg- en sportaanbod voor tijdens weekdagen en overdag.

### Iedereen is welkom!

Jong of oud, mobiel of minder mobiel.  
Voor elk wat wils.



© Luc Follon

### 💧 = beweeg-overdag-activiteit

Alle beweeg-overdag-activiteiten van de dienstencentra worden in de kalender met een druppel 💧 gemarkeerd.

De activiteiten van de sportdienst vind je op deze pagina.

### Beweeg-overdag-abonnement

Met een beweeg-overdag-abonnement op je UiTPAS kan je een jaar gratis deelnemen aan alle beweegactiviteiten.

Je betaalt slechts

- 45 euro (30 euro vanaf 1 juli 2023)
- 9 euro met UiTPAS kansentarief

Haal je abonnement bij de dienstencentra of bij de sportdienst.

op vrijdag vanaf 13.30 uur op volgende startplaatsen:

13 jan	<b>Lier</b> , sporthal De Komeet	
20 jan	<b>Lier</b> , station	
27 jan	<b>Zandhoven</b> , Kerk (De Linden 4)	🚗
3 feb	<b>Duffel</b> , Fort (Mechelsebaan 249)	🚗
10 feb	<b>Koningshooikt</b> , Parking De Laag (Eikenboslaan)	🚲
17 feb	<b>Lier</b> , Moevement	
3 mrt	<b>Berlaar-Heikant</b> , Zaal fanfare (Heidestraat 83)	🚲
10 mrt	<b>Lier</b> , TC 't Sas	🚲
17 mrt	<b>Lint</b> , Kerk (Koning Albertstraat 6)	🚲
24 mrt	<b>Koningshooikt</b> , 't Lammeke (Liersebaan 156)	🚲
24 mrt	<b>Lier</b> , Leuvensepoort	

2 euro per sessie | gratis met Beweeg-Overdag-abonnement



Opgelet:  
uitgezonderd schoolvakanties,  
feestdagen en sluitingsdagen

🚗 Heb je geen vervoer naar de startplaats? Contacteer dan tijdens de week voor de wandeling sporthal De Komeet (03 480 52 51). We hebben enkele plaatsjes te verdelen. Vervoer wordt voorzien vanaf sporthal de Komeet (Eeuwfeestlaan 183), samenkomst om 13 uur.

🚲 Voor deze wandelingen is er de mogelijkheid om gezamenlijk met de fiets naar het startpunt te rijden. We spreken af om 13 uur aan jeugdcentrum Moevement. Ander vervoer is dan niet voorzien.



## FILM IN CC VREDEBERG

### A man called "Ove"

regisseur: Hannes Holm



De film gaat over "Ove", een man van 59 jaar, die zijn illusies in het leven kwijt is en die zich na de dood van zijn vrouw eenzaam voelt.

Hij werkt zijn frustraties uit door op iedereen en alles te zagen en te zeuren en weet zich omringd door idioten. Totdat zijn bleke leven weer wat kleur krijgt dankzij nieuwe en chaotische burens. Deze leuke en ontroerende film heeft heel wat prijzen gekregen. Er is ook een Amerikaanse remake gemaakt, maar wij tonen hem in de originele Zweeds versie.

do 26 januari om 14 uur

6 euro | 5 euro met UiTPAS | 1,2 euro met kansentariaf | 15 UiTPAS punten

Te betalen aan de kassa in CC Vredeberg



## Hit the road

regisseur: Hannes Holm



De film gaat over een Iraanse familie die op reis gaat met de auto.

Vier mensen zitten in deze roadmovie in een geleende wagen: een moeder die lacht als ze huilt, een vader met één been in het gips, een jong kind dat als een stuiterbal door de wagen beweegt en een zwijgende volwassen zoon die vooral door het raam tuurt.

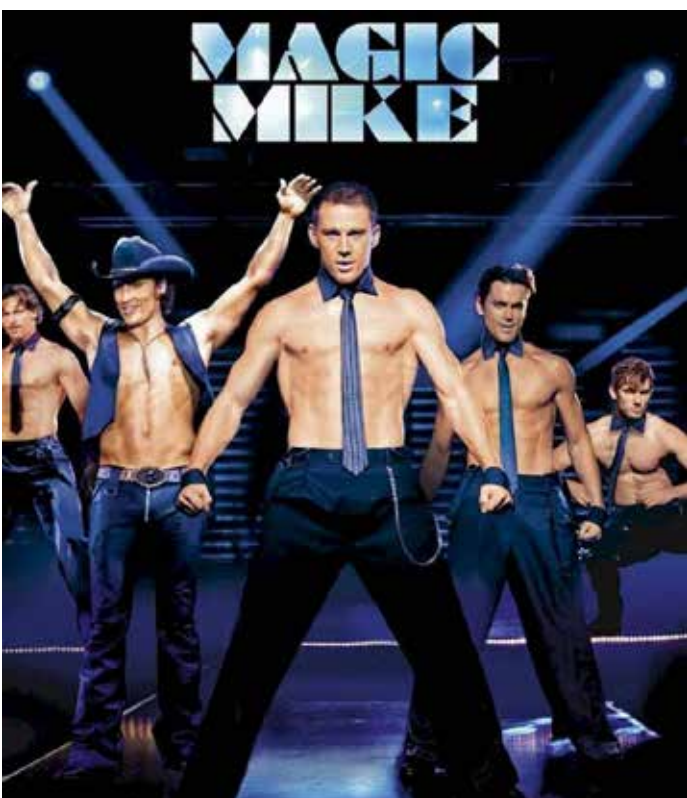
We volgen hen door het prachtige landschap en genieten mee van hun avonturen en humor. Een heerlijke, warme en goedlachse familie... Maar waar gaan ze naartoe?

De film is met prijzen overladen en was één van de toppers van het voorbije Mooov filmfestival.

do 30 maart om 14 uur

6 euro | 5 euro met UiTPAS | 1,2 euro met kansentariaf | 15 UiTPAS punten

Te betalen aan de kassa in CC Vredeberg



## FILM IN DE DIENSTENCENTRA

### Magic Mike

Regisseur: Steven Soderbergh

Mike werkt overdag in de bouw, maar klust al jaren bij als stripper in een nachtclub.

Zo hoopt hij genoeg geld bijeen te krijgen om zijn eigen zaak te openen. Op een dag neemt hij zijn collega Adam mee naar de club.

Adam wilt ook beginnen strippen, maar hij verliest zich al snel in een spiraal van feestjes, drugs en vrouwen.

Ondertussen wordt Mike verliefd op Adam zijn zus Brooke.

do 16 februari om 13.30 uur in Het Schoppeke

1,5 euro | 5 UiTPAS punten



## MATINEE

In samenwerking met CC De Mol reserveren wij voor de dienstencentra enkele tickets voor de volgende voorstellingen.

### De Moppentappers

**SVEN DE RIDDER, BRIK VAN DYCK  
EN FOKKE VAN DER MEULEN**



Sven De Ridder en Brik van Dyck zijn de moppentappers van dienst. Ondersteund door barman/moderator Fokke van der Meulen nemen ze je met fragmenten, verhalen en uiteraard veel moppen mee door de geschiedenis van de grap. Eerder maakte dit drietal al de succesvolle voorstelling 'Moppen Aan Den Toog', een eerbetoon aan ras-entertainer Tony Bell. Wat weinig mensen weten is dat Sven De Ridder hem nog persoonlijk heeft gekend en al zijn moppen heeft onthouden. Brik Van Dyck is naast acteur ook scenarist van talrijke humorprogramma's. Hij is een levende moppenencyclopedie en een absolute kenner van het genre. Fokke van der Meulen is uitbater van het Antwerpse comedycafé The Joker, coacht verschillende comedians en heeft een enorme verzameling comedyplaten.

di 17 januari om 14 uur in CC De Mol 

13 euro | 12 euro met UiTPAS | 2,6 euro met kansentarief

### Een ode aan de liefde

**RIET & ROY**



Tegenover een engelenstem staat in een goed duet een karakterstem. Als een Vlaamse Dolly Parton & Kenny Rogers, een Nancy Sinatra & Lee Hazlewood, een June & Johnny. Riet & Roy zingen de mooiste duetten. Nederlandstalige, bekend en in een ander jasje, maar evengoed vertalingen van Engelstalige en Franse klassiekers. Geflankeerd door twee prachtmuzikanten, ontdekken ze samen met het publiek een aantal pareltjes. De magie van een duet. Een ode aan de liefde, in al zijn vormen. De melancholie van hun stemmen.

di 14 februari om 14 uur in CC De Mol 

13 euro | 12 euro met UiTPAS | 2,6 euro met kansentarief

## **LIVESTREAM CONCERT: 'OLD TIME FAVOURITES'**

### De Bonanzas 'golden oldies'



De ziel van de sixties heeft de decenniumwissel vlotjes overleefd. De vernieuwende en frisse wind die in de jaren '60 door de popmuziek waaide, horen we nu nog steeds als een zachte bries in onze hedendaagse muziek.

De Bonanzas zijn voor het samenstellen van het repertoire voor hun nieuwe show Old Time Favourites echt op zoek gegaan naar de geest van de sixties.

Je krijgt een dynamische, nostalgische en sfeervolle show met uiteenlopende all-time classics waaronder een vleugje country, de Elvis uit Las Vegas, Roy Orbison, Bob Dylan, The Rolling Stones en zelfs een ode aan een van de beste songschrijvers aller tijden Albert - I'm a train - Hammond. De Bonanzas vertolken al deze evergreens met de juiste passie en energie!

ma 13 maart om 14 uur in Het Schoppeke 

1,5 euro | 5 UiTPAS-punten

## **Evergreen Machine**

### Evergreens voor de eeuwige jeugd



Laat je katapulteren naar een ver verleden. Toen een plaat nog echt een plaat was, liedjes werden gemaakt om op te dansen en refreinen werden geschreven om uit volle borst mee te zingen. Vijf muzikanten die hun strepen verdienden bij onder andere K's Choice, Meuris en Venus in Flames, grasduinen in de platenkast van hun ouders en grootouders en brengen je nu klassiekers uit de periode 1930 tot 1970. Popmuziek die gebeiteld staat in ons collectief geheugen.

Hits van Bobbejaan Schoepen, The Beatles, Chuck Berry, Tom Jones, The Shadows en Willy Sommers of van Elvis, Neil Diamond, Jo Leemans, Fats Domino en Will Tura hebben op het eerste gezicht misschien weinig gemeen, behalve dit:

Ze zijn zo mooi, na al die jaren.

Stuk voor stuk tijdloze liedjes.

Evergreens voor de eeuwige jeugd.

di 14 maart om 14 uur in CC De Mol 

13 euro | 12 euro met UiTPAS | 2,6 euro met kansentarif



## Vrijwilligerswerk

Heb je zin in zinvol en tof vrijwilligerswerk?

Ook hiervoor ben je meer dan welkom in de dienstencentra. Spring even binnen of contacteer ons via [dienstencentra@lier.be](mailto:dienstencentra@lier.be).

## DIENSTVERLENING

### Pedicure

Pedicure Greet of een van haar collega's komen naar Het Schoppeke en De Waaier.

- Voor een afspraak bel je hen op nummer 0477 83 44 71.
- 22 euro

### Rap op stap

In het Rap op Stap kantoor zoeken we voor iedereen met een kleine portemonnee de perfecte vakantie of daguitstap.

Opgelet: Hou er voor een daguitstap rekening mee dat je minstens een week op voorhand je aanvraag doet. Voor een vakantie moet je hier zelfs een maand voor rekenen.

Maak altijd een afspraak om langs te komen zodat we samen je uitstap of vakantie kunnen boeken!

### Busje dienstencentra

Je beschikt niet over eigen vervoer? Je bent moeilijk te been? Het lukt je niet (meer) om het openbaar vervoer te nemen? Maar je wil toch graag langskomen in het dienstencentrum?

Een busje toert dagelijks, zowel in de voormiddag als in de namiddag, door Lier.

Geef een seintje weke dag je opgehaald wil worden en we spreken onderling af.

1,5 euro per rit

Opgelet: 24 uur vooraf reserveren tijdens de werkuren in Het Schoppeke.

Als je niet tijdig reserveert, kunnen we geen vervoer voor je voorzien.

### Pensioendienst

Wil je meer info over je pensioendossier?

In Het Schoppeke is er maandelijks, in samenwerking met de federale pensioendiensten en het rijksinstituut voor de sociale verzekeringen der zelfstandigen, een spreekuur.

do 19 januari, 16 februari en 16 maart in Het Schoppeke

!! Vergeet geen afspraak te maken via het nummer 1765:

Je kan best de volgende keuze maken in het keuzemenu: 1 - 1 - 8550.

### Minibib/zwervbibliotheek

Uit de boekenkasten van Het Schoppeke en De Waaier mag je een boek meenemen om thuis te lezen. Als je het uit hebt, zet je het opnieuw in de boekenkast of geef je het door aan iemand anders.

### Verkooppunt

In Het Schoppeke en De Waaier:

- Taxicheques: 15 euro voor 6 cheques (t.w.v. 30 euro)
- Rittenkaart De Lijn voor personen met UiTPAS met kansentarief: 8 euro
- UiTPAS: 5 euro of gratis als je recht hebt op kansentarief (enkel in De Waaier)
- Beweeg-overdag-abonnement: 45 euro of 9 euro met UiTPAS met kansentarief



## Warme maaltijden

Heb je zin om samen met anderen van een warme maaltijd te genieten? Omdat je het alleen zijn beu bent? In de dienstencentra kan je lekker, voedzaam en goedkoop eten.

Zij serveren 's middags tussen 12 en 13 uur een driegangenmenu met soep, hoofdgerecht en dessert. Het menu is elke maand beschikbaar in de dienstencentra.

Je vindt het ook op [www.lier.be/dienstencentra](http://www.lier.be/dienstencentra).

### Waar en wanneer?

Maandag in Het Schoppeke en De Komeet

Dinsdag in Het Schoppeke en De Kroon

Woensdag in Het Schoppeke

Donderdag in Het Schoppeke en De Waaier

Vrijdag in Het Schoppeke en De Rosmolen

**Kostprijs?** 7 euro (of 6 euro met UiTPAS met kansentarief).

Betalen doe je de dag zelf. In ruil voor 25 UiTPAS-punten geniet je van een gratis maaltijd in één van de dienstencentra. In ruil voor 5 UiTPAS-punten krijg je een gratis drankje.

**Hoe reserveren?** Reserveer uiterlijk 24 uur vooraf tijdens de openingsuren van het dienstencentrum.

Hou rekening met weekends en feestdagen.

Bestellen kan tot 12 uur.

Enkel telefonisch:

- Het Schoppeke tel. 03 283 48 88
- De Waaier tel. 03 481 61 05



## Waar kan je ons vinden?

### Dienstencentrum Het Schoppeke

Kanunnik Davidlaan 25 - Lier

ma, di, do en vr van 9.30 tot 16.30 uur en wo van 9.30 tot 14 uur

elke dag

### Dienstencentrum De Waaier

Dorpsstraat 111 - Koningshooikt

ma, di, do en vr van 9.30 tot 16.30 uur en wo van 9.30 tot 14 uur

elke donderdag

### Dienstencentrum De Komeet

Eeuwfeestlaan 183 - Lier (cafeteria van sporthal De Komeet)

maandag van 11 tot 16 uur

elke maandag

### Dienstencentrum De Kroon

Transvaalstraat 44 - Lier (in de cafeteria van WZC Paradijs)

dinsdag van 11 tot 16 uur

elke dinsdag

### Dienstencentrum De Rosmolen

Pettendonk 37/1 - Lier (buurthuis De Rosmolen)

vrijdag van 11 tot 16 uur

elke vrijdag



## Contacteer ons

[dienstencentra@lier.be](mailto:dienstencentra@lier.be)

tel. 03 283 48 88

of tel. 03 481 61 05 (De Waaier)

[www.lier.be/dienstencentra](http://www.lier.be/dienstencentra)

