

# Activiteitenkalender Wijkcentrum De Kring oktober 2024

*Kom eens langs!*



- 📍 Zuidmoerstraat 136 Bus8 9900 Eeklo
- ☎ T: 09/378.61.69
- ✉ info@wijkcentrumdekring.be
- 🌐 www.wijkcentrumdekring.be
- 📘 www.facebook.com/wijkcentrumdekring
- 📷 www.instagram.com/wijkcentrumdekring/

# WEEK

# 1

# OKTOBER

## MAANDAG 30/09

9u: Starten met je computer (deel 3)  
11u: Fitness  
13u30: Starten met je smartphone (deel 2)  
13u45: Aan de slag met je talent  
15u: Bewegen op muziek

## DINSDAG 01/10

9u30: Buiten de Kunst - Tekenkunst  
9u30: VLOT (Actief met Taal)  
10u15: De Proeverij  
13u30: HerstelAcademie Meetjesland - Boezjeer je er uit  
14u: De Verademing

## WOENSDAG 02/10

9u: Sociale kruidenier  
9u: VIP-Coach  
10u: Digispreekuur  
13u30: Sociale kruidenier  
15u30: Rap op Stap (Buurthuis Crielkens)

## DONDERDAG 03/10

10u: Boetseren  
13u30: Rekenen voor elke dag  
14u30: Bewegingsuurtje  
15u30: Badminton  
19u: Bowling

## VRIJDAG 04/10

9u: Sociale kruidenier  
10u: VLOT (Actief met Taal)  
10u30: Open forum  
10u30: Digicafé - Mailen op het web (Buurthuis 't Roze Blommeke)  
13u30: Jouw stem telt  
14u: Fitness  
14u: Super(s)tof!  
14u: Café Sport - Cornhole  
19u30: Samana café

• **Wijkcentrum De Kring is steeds open van maandag tot en met vrijdag telkens van 9u - 16u30** •



# WEEK

# 2

# OKTOBER

## MAANDAG 07/10

9u: Starten met je computer (deel 3)  
11u: Fitness  
13u30: Starten met je smartphone (deel 2)  
13u45: Aan de slag met je talent  
14u: MCPM - Vrijetijdsbabbel  
14u: Tafeltennis + initiatie  
14u: Minivoetbal  
17u: Kies je hotdog

## DINSDAG 08/10

9u30: Buiten de Kunst - Tekenkunst  
9u30: VLOT (Actief met Taal)  
10u15: De Proeverij  
10u30: Yoga voor beginners  
13u30: HerstelAcademie Meetjesland - Boezjeer je er uit  
14u: De Verademing  
14u30: Café Sport - Hondenwandeling

## WOENSDAG 09/10

9u: Sociale kruidenier  
10u: Digispreekuur  
10u: Computer start  
13u: Rap op Stap  
13u30: Sociale kruidenier  
13u30: Ontmoeten 2.0

## DONDERDAG 10/10

10u: Boetseren  
13u30: Rekenen voor elke dag  
15u30: Badminton

## VRIJDAG 11/10

9u: Sociale kruidenier  
9u30: De Garde  
10u: VLOT (Actief met Taal)  
10u: Digicafé - Internetbankieren (AZ Alma)  
13u30: HerstelAcademie Meetjesland - Samen op zoek naar verbinding  
14u: Fitness  
14u: HerstelAcademie Meetjesland - Mindful wandelen  
14u: Café Sport - Cornhole  
15u: Zwemmen

**Het wijkcentrum sluit  
vandaag om 15u**

• **Wijkcentrum De Kring is steeds open van maandag tot en met vrijdag telkens van 9u - 16u30** •



# WEEK

# 3

# OKTOBER

## MAANDAG 14/10

**Het onthaal is vandaag  
open vanaf 13u**

9u: Starten met je computer  
(deel 3)  
10u: Klankschaalrelaxatie  
11u: Fitness  
11u30: MCPM - Dorpsrestaurant  
Zilvertorens Boekhoute  
13u30: Starten met je  
smartphone (deel 2)  
13u45: Aan de slag met je talent  
14u: Tafeltennis  
14u: Minivoetbal

## DINSDAG 15/10

9u30: Buiten de Kunst -  
Tekenkunst  
9u30: VLOT (Actief met Taal)  
10u15: De Proeverij  
14u: Bloemschikken  
14u: Omnisportuurtje  
14u: De Verademing  
14u30: Digicafé -  
Internetbankieren (Bib  
Eeklo)

## WOENSDAG 16/10

9u: Sociale kruidenier  
10u: Digispreekuur  
10u: Computer start  
13u: Rap op Stap  
13u30: Sociale kruidenier  
13u30: HerstelAcademie  
Meetjesland - Je hoeft niet perfect  
te zijn  
14u: Gratis juridisch advies  
14u: Ontmoeting met een verhaal  
14u: Elke held telt - Uiteenzetting  
omtrent krachten  
14u30: Digicafé - Internetbankieren  
(LDC Zonneheem)

## DONDERDAG 17/10

10u: Boetseren  
13u30: Rekenen voor elke  
dag  
14u30: Bewegingsuurtje  
15u30: Badminton  
18u: HerstelAcademie  
Meetjesland - Emotie in  
beeld

## VRIJDAG 18/10

9u: Sociale kruidenier  
9u30: De Garde  
10u: VLOT (Actief met Taal)  
10u30: Open forum  
13u30: HerstelAcademie  
Meetjesland - Samen op zoek  
naar verbinding  
14u: Super(s)tof!  
14u: Fitness  
14u: Café Sport - Cornhole  
14u30: Café Sport - Dans voor  
iedereen

## ZATERDAG 19/10

9u: Repair Café

# WEEK

# 4

# OKTOBER

## MAANDAG 21/10

9u: Starten met je computer (deel 3)

11u: Fitness

13u30: Starten met je smartphone (deel 2)

14u: Tafeltennis

14u: Minivoetbal

## DINSDAG 22/10

9u30: Buiten de Kunst - Tekenkunst

9u30: VLOT (Actief met Taal)

10u15: De Proeverij

14u: MCPM -

Ontmoetingsmoment LDC Zonneheem

14u: De Verademing

14u: Digicafé - Mailen op het web (M-accent)

14u30: Yoga voor beginners

## WOENSDAG 23/10

9u: Sociale kruidenier

10u: Digispreekuur

10u: Computer start

13u: Rap op Stap

13u30: Sociale kruidenier

13u30: HerstelAcademie

Meetjesland - je hoeft niet perfect te zijn

## DONDERDAG 24/10

9u: Spelen met Taal

10u: Boetseren

13u30: Rekenen voor elke dag

14u: MCPM - Ontmoeting Cliëntenbureau

15u30: Badminton

18u: HerstelAcademie Meetjesland - Emotie in beeld

## VRIJDAG 25/10

9u: Sociale kruidenier

9u30: De Garde

10u: VLOT (Actief met Taal)

10u: Move it! Meetjesland

13u30: HerstelAcademie

Meetjesland - Samen op zoek naar verbinding

14u: Digicafé - Volg je energieverbruik met mijn Fluvius.be

## ZATERDAG 26/10

10u: Digikadee

10u: Hubsakee - Fietsen & kampeermateriaal ontlennen

# WEEK

# 5

# OKTOBER

## MAANDAG 28/10

14u: Bingo

## DINSDAG 29/10

9u15: Gezinsuitstap -  
Schoolhoeve De Campagne  
13u15:  
Verrassingswandeling  
14u30: Café Sport -  
Hondenwandeling

## WOENSDAG 30/10

9u: Sociale kruidenier  
10u: Digispreekuur  
13u: Rap op Stap  
13u30: Sociale kruidenier  
13u30: Ontmoeten 2.0

## DONDERDAG 31/10

18u: HerstelAcademie  
Meetjesland - Emotie in  
beeld

## VRIJDAG 01/11

**Wijkcentrum De Kring  
is vandaag gesloten**

• Wijkcentrum De  
Kring is steeds open  
van maandag tot en  
met vrijdag telkens  
van 9u - 16u30



# DIENSTEN

## ONTHAAL

In het onthaal ben je welkom voor allerhande info, vragen of een babbeltje.

Van maandag tot vrijdag van 9u tot 16u30.

Je kan ons bellen op het nummer op 09 378 61 69.

## CAFETARIA

In de cafetaria ben je elke weekdag welkom van 9u tot 16u.

Je kan er de krant lezen, gratis gebruik maken van Wi-Fi of een computer.

Er is een gezellige leeshoek en kinderspeelruimte.

## DOUCHEN

In De Kring kan je gratis gebruik maken van een douche.

Het douchegerief (shampoo, douchegel en een handdoek + waslapje) kan je in het onthaal vragen.

## WASSALON

Tijdens de openingsuren kan je in het wassalon terecht om te wassen en te drogen.

Een wasjeton met waspoeder kost €3, voor drogen betaal je €3.

Jetons kan je kopen in het onthaal.

## TELEFONEREN

In het onthaal kan je gratis telefoneren naar diensten zoals het OCMW, een advocaat, een energieleverancier,...

## VRIJWILLIGERSWERK

Het wijkcentrum biedt heel wat kansen en mogelijkheden aan vrijwilligers.

Heb je ook zin om een zinvolle taak op te nemen als vrijwilliger?

Loop dan even langs het onthaal voor meer info.



# AANBOD VOOR GEZINNEN



## HUBSAKEE WORDT DE PLAATS VOOR ONTMOETING, SPEL EN INFO!

Hubsakee is een gezellige ontmoetingsruimte voor (zwangere) gezinnen met baby's en kinderen tot 12 jaar. Je kan er iets drinken en er zijn verschillende leuke speelplekken.

Je komt er in contact met andere gezinnen. Je kan er even tot rust komen of net een babbel doen als je daar nood aan hebt. Je vindt er informatie over opvoeding of activiteiten voor gezinnen.

Hubsakee organiseert regelmatig interessante workshops, cursussen en activiteiten. Je kan er gratis computers met internet gebruiken. Je vindt er een uitgebreide taal- en leeshoek, zelfs voor baby's!

Er is altijd iemand aanwezig die luistert en je mee op weg kan helpen als dat nodig is.

Waar: Kaaistraat 32, 9900 Eeklo

Contacteer Melisa: [hubsakee@wijkcentrumdekring.be](mailto:hubsakee@wijkcentrumdekring.be) /

0467 07 74 63

## HUBSAKEE WORDT DE PLAATS OM MATERIAAL TE RUILEN OF LENEN IN PLAATS VAN KOPEN!

### *Ruilen van Baby- en kinderkledij tot maat 116*

- Je brengt baby-en kinderkledij in goede staat binnen
- je krijgt daarvoor in ruil jetons
- je ruilt de jetons opnieuw voor kwalitatieve kledij



### *Lenen van speelgoed*

- Je kiest per kind maximum 3 stukken speelgoed uit
- Je neemt het mee naar huis voor maximum 4 weken
- Je brengt het speelgoed terug
- Je kan opnieuw speelgoed lenen
- Gratis





# AANBOD VOOR GEZINNEN

## HUBSAKEE IS NU AL DE PLAATS OM FIETSEN OF KAMP(EER)MATERIAAL TE LENEN IN PLAATS VAN KOPEN!

### Lenen van een kinderfiets

- Je kiest per kind een fiets uit
- Je neemt de fiets mee naar huis voor 1 jaar
- Je kan in dat jaar de fiets ruilen indien nodig
- Je betaalt leengeld per fiets per jaar: €50 / €12,50 met UITPAS Meetjesland aan kansentarief



Wanneer: zaterdag 26/10 van 10u tot 12u

Meer info: Melisa (Hubsakee) 0467 07 74 63 /

Emma (Rap op Stap = daguitstappen en vakanties)  
0465 00 60 92

### Fietsen gezocht

Heb je nog een kinderfiets staan die niet meer gebruikt wordt? Wij zijn ook steeds op zoek naar kinderfietsen. Zo kunnen we een groter aanbod verlenen aan de gezinnen die nog op zoek zijn naar een fiets.



### Lenen van kamp(eer)materiaal

- Je kiest materiaal uit waarmee je kan kamperen of op kamp kan gaan
- Je neemt het materiaal mee voor maximum 4 weken
- Je betaalt leengeld per stuk per week
- Met UITPAS Meetjesland aan kansentarief betaal je 1/4 van de normale prijs



Wanneer: zaterdag 26/10 van 10u tot 12u

Meer info: Melisa (Hubsakee) 0467 07 74 63 /

Emma (Rap op Stap = daguitstappen en vakanties)  
0465 00 60 92



Europees Landbouwfonds  
voor Plattelandsontwikkeling:  
Europa investeert  
in zijn platteland

provincie  
Oost-Vlaanderen

#REGIOKRACHT  
STREEKFONDS OOST-VLAANDEREN



Triodos Bank



# AANBOD VOOR GEZINNEN

## Uitstap Schoolhoeve De Campagne!



### Wat?

Daguitstap naar een leuke kinderboerderij vol dieren en speelruimte in Drogen! Doe je speelkieren aan en ga mee op ontdekking in en rond de boerderij.

### Wanneer?

Herfstvakantie, dinsdag 29 oktober 2024

### Vertrek?

Om 9u15 aan de kerk wijk Sint Jozef. Om 9u30 op de markt van Eeklo. Terug rond 15u30.

### Prijs?

	Gewone Prijs	UiTPAS aan kantsentarief of gelijkgesteld	UiTPASpunten
Volwassen en kinderen	€20	€5	100 punten

Betalen met UiTPASpunten kan enkel op de gewone prijs: €1 = 5 punten.  
Betalen met UiTPASpunten kan enkel het volledige bedrag, en per persoon.

Inbegrepen in de prijs zit het vervoer en de verzekering.

Neem zelf je lunchpakket mee! Melisa en Kirsten begeleiden.

Inschrijven vanaf **DINSDAG 01/10/24 om 9 uur** via het onthaal van Wijkcentrum De Kring!



Zuidmoerstraat 136/8 | 9900 Eeklo  
T 09 378 61 69 | F 09 327 04 69  
info@wijkcentrumdekring.be  
www.wijkcentrumdekring.be

# AANBOD VOOR KINDEREN



## NIEUW: DOE MEE MET DIGIKADEE!

**WIE** → VOOR KINDEREN VAN 8 TOT EN MET 12 JAAR

IEDEREEN VAN 8 TOT EN MET 12 JAAR DIE ZIN HEEFT KAN MEE DOEN

**WAT** → REEKS VAN 3 OPEENVOLGENDE WORKSHOPS LEREN CODEREN MET PROGRAMMA'S ALS SCRATCH & MICROBIT

GEBUIK EEN LAPTOP VAN DIGIKADEE OF BRENG JOUW LAPTOP MEE

KLEINE GROEP

GRATIS

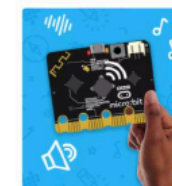
**WAAR** → WIJKCENTRUM DE KRING – ZUIDMOERSTRAAT 136/8 – EEKLO

**WANNEER** → ZATERDAG 28/09/24 + 26/10/24 + 30/11/24

TELKENS VAN 10U TOT 12U

**INFO & INSCHRIJVEN** ↓

**HUBSAKEE 0467 077 463 OF [HUBSAKEE@WIJKCENTRUMDEKRING.BE](mailto:HUBSAKEE@WIJKCENTRUMDEKRING.BE)**



# ALLEMAAL DIGI.TAAL!

## DIGISPREEKUUR

Wil je hulp bij het gebruik van het e-loket, het invullen van digitale formulieren, het downloaden van een document, het zoeken van informatie, ...? Of wil je hulp bij je problemen met de computer, tablet of smartphone?

Kom dan zeker langs tijdens het digispreekuur. Iedereen met een digitale vraag is welkom.

Een afspraak maken is niet nodig.

## DIGICAFÉ

Op verschillende digipunten in Eeklo kan je bijleren rond digitale thema's. In het digicafé maak je in kleine groep kennis met een digitaal onderwerp. Het digicafé begint met een korte inleiding. Nadien oefen je samen en heb je tijd om vragen te stellen. Je leert ook van elkaar.

De lessen zijn gratis en voor digitale beginners.

Inschrijven is aangewezen, zo ben je zeker van een plekje. Je kan dit doen via Jana.

## MEER INFO

Iedereen is welkom op elke plek.

Passen de ingeplande momenten niet voor jou? Bel of mail naar Jana.

Samen kijken we hoe we jou het beste kunnen helpen.

jana@wijkcentrumdekring.be / 0489 04 51 72

Algemene info over het project Allemaal Digi.Taal kan je vinden op de website van Stad Eeklo: [www.eeklo.be/spreektdigitaal](http://www.eeklo.be/spreektdigitaal)



# ALLEMAAL DIGI.TAAL!

WOE	2 okt. 10u – 11u30	Wijkcentrum De Kring	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	2 okt. 14u – 15u30	LDC Zonneheem	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	2 okt. 14u – 16u	AZ Alma	digispreekuur	zonder afspraak
VRIJ	4 okt. 9u – 11u	AZ Alma	digispreekuur	zonder afspraak
VRIJ	4 okt. 10u30 – 12u30	Buurthuis 't Roze Blommeke	digicafé: mailen op het web	met inschrijving
ZA	5 okt. 10u – 11u30	Bibliotheek Eeklo	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	9 okt. 10u – 11u30	Wijkcentrum De Kring	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	9 okt. 14u – 15u30	LDC Zonneheem	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	9 okt. 14u – 16u	AZ Alma	digispreekuur	zonder afspraak
VRIJ	11 okt. 9u – 11u	AZ Alma	digispreekuur	zonder afspraak
VRIJ	11 okt. 10u – 12u	AZ Alma	digicafé: internetbankieren	met inschrijving
ZA	12 okt. 10u – 11u30	Bibliotheek Eeklo	digispreekuur	zonder afspraak
DI	15 okt. 14u30 – 16u30	Bibliotheek Eeklo	digicafé: internetbankieren	met inschrijving
WOE	16 okt. 10u – 11u30	Wijkcentrum De Kring	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	16 okt. 14u – 15u30	LDC Zonneheem	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	16 okt. 14u – 16u	AZ Alma	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	16 okt. 14u30 – 16u30	Bibliotheek Eeklo	digicafé: internetbankieren	met inschrijving
VRIJ	18 okt. 9u – 11u	AZ Alma	digispreekuur	zonder afspraak
ZA	19 okt. 10u – 11u30	Bibliotheek Eeklo	digispreekuur	zonder afspraak
DI	2 okt. 14u – 16u	M-accent vzw, Kringloopwinkel Eeklo	digicafé: mailen op het web	met inschrijving
WOE	23 okt. 10u – 11u30	Wijkcentrum De Kring	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	23 okt. 14u – 15u30	LDC Zonneheem	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	23 okt. 14u – 16u	AZ Alma	digispreekuur	zonder afspraak
DO	24 okt. 14u30 – 16u	Dagcentrum HANNAH vzw De Vierklaver	digispreekuur	zonder afspraak
VRIJ	25 okt. 9u – 11u	AZ Alma	digispreekuur	zonder afspraak
VRIJ	25 okt. 14u – 16u	Wijkcentrum De Kring	digicafé: volg je energie- verbruik met mijn Fluvius.be	met inschrijving
ZA	26 okt. 10u – 11u30	Bibliotheek Eeklo	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	30 okt. 10u – 11u30	Wijkcentrum De Kring	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	30 okt. 14u – 15u30	LDC Zonneheem	digispreekuur	zonder afspraak
WOE	30 okt. 14u – 16u	AZ Alma	digispreekuur	zonder afspraak



**Flanders**  
State of the Art



# HERSTELACADEMIE MEETJESLAND

Een HerstelAcademie geeft korte en gerichte vormingen rond verschillende thema's.

Dit kunnen vormingen zijn die te maken hebben met (psychische) kwetsbaarheid en herstel, maar ook algemene vormingen rond gezonde slaap of veerkrachtig ouderschap...

Sommige vormingen zullen ook op een creatieve manier gegeven worden.

De cursussen staan open voor iedereen en zullen doorgaan op diverse locaties in Eeklo / Meetjesland.

De cursussen worden allemaal in duo gegeven, dit wil zeggen: iemand met professionele kennis samen met iemand met ervaringskennis.

Als je graag wil aansluiten bij ons trainersteam bel of mail gerust en dan kijken we om een gesprek in te plannen.

Het volledige cursusaanbod van HerstelAcademie Meetjesland vind je op <http://www.herstelacademiemeetjesland.be>

Meer info bij Camille: 0485 21 21 28 / [ovl-eeklo@herstelacademie.be](mailto:ovl-eeklo@herstelacademie.be)

HERSTELACADEMIE  
Meetjesland



## BOEZJEER JE ER UIT

Uit de duisternis gewandeld? Voel je je minder goed in je vel? Probeer je er dan uit te bewegen! We staan stil bij het belang van bewegen en hoe dit invloed heeft op je lichaam en geest.

*Trainers:* Nancy & Johan

*Wanneer:* Dinsdag 01/10 & 08/10 van 13u30 - 16u

*Waar:* Lokaal Dienstencentrum Oud Vrederecht - Dekenijstraat 39, 9930 Lievegem

*Kostprijs:* €10 / €2,5 met UITPAS kansentariaf / 50 UITPASpunten

## EMOTIE IN BEELD

Zoek je een weg om je emoties te uiten, meer dan alleen met woorden? Wij gaan samen op zoek naar de creatieve geest in jou. Je hoeft zeker geen picasso te zijn, het proces van creatief bezig te zijn is belangrijker dan het resultaat.

*Trainers:* Kathleen & Saskia

*Wanneer:* Donderdag 17/10, 24/10, 31/10 & 07/11 van 18u - 20u30

*Waar:* vzw Huyse Nestelt - Roze 150, 9900 Eeklo

*Kostprijs:* €20 / €5 met UITPAS kansentariaf / 100 UITPASpunten

# HERSTELACADEMIE MEETJESLAND

## MINDFUL WANDELEN (HERFSTEDITIE)

Wandelen is een mooie manier om ons hoofd leeg te maken. We geven aandacht aan onze ademhaling en aan de beweging van ons lichaam. Soms wandelen we in stilte. Af en toe houden we halt en delen we met elkaar wat we ervaren hebben.

*Trainers:* Jan & Lief

*Wanneer:* Vrijdag 11/10 van 14u - 16u30

*Waar:* Speelterrein Kwaddebossen - Bellebargie 59, 9950

Waarschoot

*Kostprijs:* €5 / €1,25 met UITPAS kansentariaef / 25 UITPASpunten

## SAMEN OP ZOEK NAAR VERBINDING

Echt met elkaar in verbinding gaan, vraagt niet dat we veranderen wie we zijn. Het vraagt juist van ons dat we zijn wie we zijn. In deze cursus willen we op een interactieve manier op zoek gaan naar wat ons verbindt. Je eigen ervaringen/gevoelens kunnen een vertrekpunt zijn. We gaan er doorheen de sessies mee aan de slag. Daarbij kies je zelf wat je met ons wenst te delen.

*Trainers:* Jörg & Chantal

*Wanneer:* Vrijdag 11/10, 18/10 & 25/10 van 13u30 - 16u

*Waar:* Bibliotheek Evergem - Bibliotheekstraat 12, 9940 Evergem

*Kostprijs:* €15 / €7,5 met UITPAS kansentariaef / 75 UITPASpunten

## JE HOEFT NIET PERFECT TE ZIJN, OM GEWELDIG TE ZIJN

Ben jij een perfectionist? Wil je altijd alles tot in de puntjes uitwerken, controleren en verbeteren? En voel je hoeveel energie en stress dit jou kost ten koste van echte levenskwaliteit?

Dan is deze cursus iets voor jou.

“Zo goed mogelijk is goed genoeg... is beter dan perfect.”

*Trainers:* Koenraad & Jan

*Wanneer:* Woensdag 16/10 & 23/10 van 13u30 - 16u

*Waar:* vzw Huyse Nestelt - Roze 150, 9900 Eeklo

*Kostprijs:* €10 / €2,5 met UITPAS kansentariaef / 50 UITPASpunten

**HERSTELACADEMIE**  
Meetjesland



**Vlaanderen**  
is zorgzaam en  
gezond samenleven

# SPORTCLUB BOEZJEERN

Sportclub Boezjeern is een omnisportclub met laagdrempelig beweeg- en sportaanbod. Iedereen is welkom in de sportclub maar er is aandacht voor mensen met een psychische, lichamelijk, sociale,... kwetsbaarheid.

De sportclub heeft een divers aanbod waarbij deelnemers gevraagd worden lid te worden van de sportclub om deel te nemen aan het vaste aanbod.

Daarnaast is er een open aanbod, waarbij nieuwe sporten uitgeprobeerd worden. Hier is iedereen welkom, ook wie geen lid is van de sportclub.

## AANBOD OKTOBER

03/10 14u30 Bewegingsuurtje	14/10 10u Klankschaalrelaxatie
03/10 15u30 Badminton	14/10 11u Fitness
03/10 19u Bowling	14/10 14u Tafeltennis
04/10 14u Fitness	14/10 14u Minivoetbal
04/10 14u Café Sport - Cornhole	15/10 14u Omnisportuurtje
07/10 11u Fitness	17/10 14u30 Bewegingsuurtje
07/10 14u Tafeltennis + initiatie	17/10 15u30 Badminton
07/10 14u Minivoetbal	18/10 14u Fitness
08/10 10u30 Yoga voor beginners	18/10 14u Café Sport - Cornhole
08/10 14u30 Café Sport - Hondenwandeling	18/10 15u Café sport - Dans voor iedereen
10/10 15u30 Badminton	21/10 11u Fitness
11/10 14u Fitness	21/10 14u Tafeltennis
11/10 Café Sport - Cornhole	21/10 14u Minivoetbal
11/10 15uZwemmen	22/10 14u30 Yoga voor beginners
	24/10 15u30 Badminton

25/10 10u Move it! Meetjesland  
29/10 13u15 Verrassingswandeling  
29/10 14u30 Café Sport - Hondenwandeling

Wil je graag meer info over deze activiteiten vraag dan zeker onze folder in het onthaal!

## INTERESSE IN EEN OF MEERDERE SPORTEN?

Lid worden voor 3 maanden kan voor €10 of €2,5 met UiTPAS met kansentarieef of gelijkgesteld.

Hierbij is de verzekering inbegrepen.

Bij deelname aan een activiteit kan je een UiTPASpunt sparen.

Woon je niet in Eeklo en heb je een verhoogde tegemoetkoming, zit je in schuldbeheer of collectieve schuldenregeling of heb je een bewijs van laag inkomen van het OCMW, dan kan je ook van het verminderd tarief genieten. Je betaalt dan de prijzen voor wie gelijkgesteld is. Mutualiteiten betalen tot €15 terug per jaar voor het aansluiten bij een sportclub.

Je kan gratis aan twee proeflessen deelnemen.

Bij interesse, vragen of voor inschrijving kan je naar een wekelijkse sportactiviteit komen of neem contact op met Nancy of Lien via 0468 16 62 73.

Inschrijven kan ook in het onthaal van Wijkcentrum De Kring.



# AANBOD VOOR VOLWASSENEN

## **SOCIALE KRUIDENIER 'T WIJKSKE**

In de sociale kruidenier kan je terecht na doorverwijzing. Inkopen doen kan op woensdagvoormiddag van 9u tot 11u30 , op woensdagnamiddag van 13u30 tot 16u30 en op vrijdagvoormiddag van 9u tot 11u30.

Vraag na in het OCMW of het CAW of je in aanmerking komt om te winkelen in 't Wijkse.

Meer info bij Stijn: 0465 07 16 03.

## **GRATIS JURIDISCH ADVIES**

Heb je juridische vragen met betrekking tot huurproblemen, aanmaningen, onderhoudsplicht, echtscheiding, nalatenschap, enz., dan kan je in Wijkcentrum De Kring terecht voor een eerste gratis advies door een advocaat.

Je krijgt informatie over jouw rechten en plichten en je wordt, indien nodig, doorverwezen naar de meest passende instanties (rechtbank, pro-Deadvocaat, ...).

Dit advies is steeds gratis.

Voor wie: Iedereen, ongeacht het inkomen, die een concrete, juridische vraag heeft, komt hiervoor in aanmerking.

Wanneer: De zitdag gaat door elke 3de woensdag van de maand, van 14u tot 16u. Je hoeft geen afspraak te maken. Kom gewoon langs vanaf 14u.

Meer info: 09 378 61 69 of [secretariaat@wijkcentrumdekring.be](mailto:secretariaat@wijkcentrumdekring.be)

## **ONT-MOETEN 2.0**

Samen met lotgenoten delen we ervaringen om bij te leren, te groeien en onze veerkracht en weerbaarheid te vergroten. Dit in een veilige (leer)omgeving waar ruimte, respect voor elkaar en zonder oordeel luisteren centraal staan.

Meer info bij Nathalie: 0499/75.36.34 of [Nathalie.Kuppens@clientsbureau.be](mailto:Nathalie.Kuppens@clientsbureau.be)

## **OPEN FORUM**

2 maal per maand zitten we samen met mensen die het taboe rond psychische kwetsbaarheid wensen te doorbreken. Naast een plek om elkaar te ontmoeten kan het ook een plaats zijn om elkaar te inspireren en plannen te smeden.

Meer info bij Jörg: 0487 49 65 32

## **GESPREKSNAMIDDAG**

In Wijkcentrum De Kring is het reeds enkele jaren traditie om op geregelde tijdstippen gespreksnamiddagen te organiseren rond thema's die mensen beroeren.

Meer info bij Jörg: 0465 07 65 63

## **ONTMOETINGEN MET EEN VERHAAL**

Wil je graag anderen ontmoeten? Luister je graag naar verhalen? Dan is Ontmoeting met een verhaal iets voor jou.

Meer info bij Jörg: 0465 07 65 63



# AANBOD VOOR VOLWASSENEN

## MOBIEL CONTACTPUNT MEETJESLAND

Verveel je je soms? Weet je niet goed waar je terecht kan voor vrijetijdsactiviteiten of dagbesteding?

Ben je soms eenzaam en wil je graag nieuwe mensen ontmoeten?

Dan is het Mobiel Contactpunt Meetjesland iets voor jou! Samen ontdekken we nieuwe organisaties en activiteiten in groep.

Graag op voorhand inschrijven aan onthaal Wijkcentrum De Kring. Maar gewoon langskomen kan ook!

Geraak je er moeilijk? Weet je het niet goed zijn? Laat het ons weten en we zoeken naar een oplossing.

Meer info bij Emma: emma@wijkcentrumdekring.be / 0465 00 60 92 of bij Jörg: jorg@wijkcentrumdekring.be / 0465 07 65 63

### ***Welkom om met ons mee te gaan***

#### 07/10 Vrijtijdsbabbel

14u Terugblik op de bezoeken en een groepsgesprek over gastvrijheid, vrije tijd en dagbesteding. We spreken af in Wijkcentrum De kring.

#### 14/10 Dorpsrestaurant Zilvertorens Boekhoute

11u30 We nuttigen er samen een maaltijd. We spreken af aan de ingang, Noordstraat 3 Boekhoute of om 11u in Wijkcentrum de Kring.

Kostprijs: €7,5 / €2 met UITPAS kansentarif

#### 22/10 Ontmoetingsmoment LDC Zonneheem

14u Ontmoeting met de bezoekers van het Zonneheem en rondleiding. We spreken af aan de ingang, Schietpoelstraat 9 Eeklo of om 13u45 in Wijkcentrum de Kring.

#### 24/10 Ontmoeting Cliëntenbureau

14u Ontmoeting met koffie. Deze werking focust zich op herstelverhalen en ervaringsdeskundigheid. We spreken af in Wijkcentrum De Kring.



PZ SINT-JAN



Europees Landbouwfonds  
voor Plattelandsontwikkeling:  
Europa investeert  
in zijn platteland



provincie  
Oost-Vlaanderen

# AANBOD VOOR VOLWASSENEN

## RAP OP STAP

Met een beperkt budget er een dagje op uit of op reis? Het kan! Er is een groot aanbod aan goedkope vakanties, kampen, daguitstappen, voorstellingen en vrijetijdsactiviteiten. Kom langs tijdens de openingsuren en hoor wat er allemaal bestaat. We helpen je ook met de praktische planning.

Open op woensdag van 13u tot 16u30 in het Wijkcentrum of maak een afspraak op een ander moment bij Emma: 0465 00 60 92 / emma@wijkcentrumdekring.be of in het onthaal.

## UITSTAP VOOR VOLWASSENEN

Elke maand maken we een uitstap in kleine groep. Cultuur, natuur, muziek, sport,... elke maand ontdekken we iets nieuws.

Deze maand: We bezoeken een asiel waar verwaarloosde en mishandelde paarden, ezels en pony's verblijven en een warme thuis krijgen. We nemen onze picknick mee en krijgen nadien een rondleiding.

Meer info bij Emma: 0465 00 60 92 / emma@wijkcentrumdekring.be

## KIES JE HOTDOG

Gratis hotdogavond en babbels over de zin en onzin van de verkiezingen. Het is niet verplicht om op 13 oktober te gaan stemmen voor de gemeenteraadsverkiezingen. Waarom zou je wel of niet gaan stemmen? Kom meer te weten van mekaar en kom vooral smullen van lekkere hotdogs! (Ook een veggie en halal optie.)  
Inschrijven aan het onthaal of bij Emma – 0465 00 60 92

## JOUW STEM TELT

Gratis workshops lokale verkiezingen, met thema's zoals:

- Partijen in Eeklo en hun standpunten
- Jouw verwachtingen naar de gemeente
- Bevoegdheden van een gemeente
- Stemtest

## AAN DE SLAG MET JE TALENT

Leer je talenten en kwaliteiten kennen en inzetten.

Je leert:

- Je kwaliteiten en talenten tonen en gebruiken
- complimenten geven en ontvangen

Meer info & inschrijven bij Emma: 0465 00 60 92 / emma@wijkcentrumdekring.be

## REKENEN VOOR ELKE DAG

Voor wie beter wil rekenen in het dagelijks leven: in de winkel, in de keuken, bij klusjes, ...

Je leert: hoofdrekenen, rekenen met je gsm of rekenmachine, solden of btw berekenen, je wisselgeld controleren, alle maten uit recepten begrijpen, je huis opmeten met een rolmeter,...

Elke donderdagnamiddag van 13u30 - 16u30 i.s.m. Ligo GML.

Meer info & inschrijven bij Emma: 0465 00 60 92 / emma@wijkcentrumdekring.be

## STARTEN MET COMPUTER

In deze cursus van 10 lessen leer je: de computer aan- en uitzetten; werken met het toetsenbord en de muis; een tekst typen, verbeteren en opmaken ; iets opzoeken op internet ; een e-mail lezen en versturen. I.s.m. Ligo GML

Meer info bij Jana: 0489 04 51 72

# AANBOD VOOR VOLWASSENEN

## COMPUTER START

Wil je leren werken met een computer, maar vind je dit moeilijk in het Nederlands? Volg de cursus Computer start i.s.m. CVO Groeipunt Je leert de basis in 5 lessen.

Kostprijs? 15 euro (vrijstellingen mogelijk)

Meer info bij Jana: 0489 04 51 72

## STARTEN MET JE SMARTPHONE

Je hebt een smartphone maar je weet niet goed of je die goed gebruikt? Staan alle instellingen van je telefoon goed? Surf je best via wifi of 4G? En hoe vermijd je dat je te veel kosten maakt?

Je leert het in deze cursus van 10 lessen. I.s.m. Ligo GML

Meer info bij Jana: 0489 04 51 72

## SAMEN TUINIEREN

Heb je zin om je eigen groenten te telen? Te werken in je eigen moestuin? dat kan in de volkstuin van het Wijkcentrum!

Een perceeltje kost voor een jaar €40 of €10 met UITPAS kansentariaef.

Alle info bij Nancy: 0468 16 62 73

## DE GARDE

Is koken je ding? Of wil je graag leren koken, samen met anderen? Dan is De Garde iets voor jou! We koken samen in groepjes en maken telkens twee gerechten klaar.

Op vrijdag van 9u30 tot 13u, in de leskeuken van Wijkcentrum De Kring. Kostprijs €20 of €5 UITPAS kansentariaef.

Info en inschrijven bij Nancy: 0468 16 62 73

## BOETSEREN

Zin om te kleien en mooie kunstwerken te maken? Iedereen kan boetseren: hier leer je het stap voor stap!

Elke donderdag van 10u tot 16u.

Prijs: €4 / €1 UITPAS kansentariaef

Je kan in het wijkcentrum klei aankopen: €9,60 of €2,40 UITPAS kansentariaef.

Meer info bij Nancy: 0468 16 62 73

## SUPER(S)TOF!

Creatief aan de slag gaan met naald en draad, wol, haak- of breipen.

Je kiest zelf wat je maakt. Je kan ook meewerken aan onze actie wildbreien of meewerken aan het project Vinnie de visknuffel.

Iedereen is welkom.

Iedere vrijdag tussen 14u en 16u, in de grote zaal.

Gratis.

Meer info bij Nancy: 0468 16 62 73

## DE VERADEMING

Goesting om samen in groep toneel te spelen?

Je eigen fantasie inzetten, je uitleven en met anderen iets moois maken?

Samen werken we een jaar lang, maken we een toonmoment en nodigen we publiek uit. Nieuwsgierig? Welkom!

We komen elke dinsdagnamiddag om 14u samen in de Kunstacademie van Eeklo, Pastoor de Nevestraat 26.

Niet tijdens de vakanties.

Meer info bij Nancy: 0468 16 62 73

# AANBOD VOOR VOLWASSENEN

## **BUITEN DE KUNST**

Voor iedereen die zin heeft om creatief aan de slag te gaan. Een lerares van de Kunstacademie, begeleidt ons. We leren verschillende materialen en technieken kennen door de verschillende ateliers te gebruiken.

Buiten De Kunst is een initiatieatelier in de Kunstacademie van Eeklo i.s.m. VZW De Kring.

Dit gaat door op dinsdag van 9u30 tot 12u.

Meer info & inschrijven bij Nancy: 0468 16 62 73

## **DE PROEVERIJ**

Per module proeven we van de verschillende thema's binnen toneel en zoeken we de mogelijkheden van expressie via verbeelding, lichaam en stem.

Een initiatief van de Kunstacademie Eeklo en i.s.m. VZW St Jan.

Dit gaat door op dinsdag van 10u tot 12u.

Kostprijs: Gratis

Meer info bij Nancy: 0468 16 62 73

## **VIP-COACH**

Vragen over werk?

De VIP-Coach is er om jou te informeren!

Wanneer: 1 keer per maand op woensdag, van 9u tot 11u30.

Meer info: 09 378 61 69 of [secretariaat@wijkcentrumdekring.be](mailto:secretariaat@wijkcentrumdekring.be)

## **REPAIR CAFÉ**

Een Repair Café is geen echte hersteldienst, maar een plaats waar vrijwilligers samenkomen om allerlei materiaal na te kijken en (indien mogelijk) te herstellen.

Het Repair Café gaat 1 keer per maand door. In juni gaat deze door op zaterdag de 22ste van 9u30 tot 12u. Je kan het team vinden in Wijkcentrum De Kring.

Meer info via <https://www.deverstelling.com/repair-cafe-eeklo/>  
[deverstelling@gmail.com](mailto:deverstelling@gmail.com) / 0486 22 00 82

## **VLOT (VEEL LANDEN AAN ONZE TAFEL)**

Wil je Nederlands oefenen? Kan je een gesprek voeren? Wil je mensen leren kennen of wil je leuke dingen doen? Dan is VLOT iets voor jou! We oefenen samen Nederlands op een actieve manier. Dinsdag van 9u30 tot 11u45 en vrijdag van 10u tot 12u.

Meer info bij Marjolijn: 0472 74 09 22 of [marjolijn@wijkcentrumdekring.be](mailto:marjolijn@wijkcentrumdekring.be)

## **SAMANA CAFÉ**

Het Samana Café staat open voor iedereen, maar richt zich in de eerste plaats naar mensen met een chronische ziekte of beperking. Uiteraard zijn ook mantelzorgers, partners, begeleiders, chauffeurs en andere geïnteresseerden van harte welkom.

De bedoeling is om mensen op regelmatige tijdstippen samen te brengen, en hen zo de kans te geven om sociale contacten op te bouwen en te onderhouden.

Meer info: [meetjesland@samanacafe.be](mailto:meetjesland@samanacafe.be)