



April, de speelse lentebrug

April danst lichtvoetig door het land,
Met zonneschijn en regen hand in hand.

Knoppen bloeien, het groen ontwaakt,
Terwijl de wind zacht verhalen raakt.

Een lach, een traan, een onverwacht spel,
April kent haar grillen, dat weet je wel.

Maar in haar buien schuilt een lied,
Van nieuw begin, van hoop, van niet-vergetend verdriet.

Dus wandel rustig door haar tijd,
Vol kleurenpracht en levendigheid.

April, een dromer, een tedere kracht,
Die lente brengt en harten zachter maakt



Dienstencentrum 't Vijverhof

ONTHAAL

Elke werkdag van 8.30 tot 12.00 uur. In de namiddag op afspraak.

DIENSTVERLENING

Cafetaria

Elke werkdag van 9.30 tot 12.00 uur en van 13.30 tot 18.00 uur (zomeruur)

Wist je dat je vanaf april elke woensdag en vrijdag kunt genieten van overheerlijke wafels en pannenkoeken? Smullen maar!

Bier van de maand: Poperings Hommelbier - 7,5%

Poperings Hommelbier werd in 1981 gebrouwen als eerbetoon aan de Poperingse hop, en bevat 100% lokale hop. Het bier wordt wereldwijd geroemd om zijn unieke stijl en rijke smaak. Deze 'Golden Ale' combineert kruidige, citrusachtige tonen met een honingzachte afdronk en een stevige hopsmaak.

Restaurant

Elke werkdag van 11.45 tot 13.30 uur

**Goed nieuws! Vanaf april serveren we weer wekelijks heerlijke frietjes!
Kijk snel op onze website of haal een menu op in het dienstencentrum.**

LEIF (LevensEinde InformatieForum)

1 keer per maand (op afspraak)

Pedicure

1 keer per week (op afspraak)

Telefoonster

Op aanvraag

Digihulp

1 keer per maand (op afspraak)

Dienst Thuiszorg

Elke werkdag van 8.30 tot 12.00 uur. In de namiddag op afspraak.

DIENSTVERLENING

Maaltijden aan huis

Klusjesdienst

Mobitwin (Minder Mobielen Centrale)

Boodschappendienst

Dienstencentrum onder de Torens Aarsele en Kanegem

Onthaal

Telefonisch elke werkdag van 8.30 tot 12.00 uur en van 13.00 tot 16.30 uur

Dienstverlening

AARSELE

Buurtrestaurant

Elke dinsdag- en woensdagmiddag van 11.00 tot 14.00 uur

Buurtcafé

Elke dinsdag- en woensdagnamiddag van 14.00 tot 16.30 uur

- Hobbynamiddag
Elke dinsdag- en woensdagnamiddag van 14.00 tot 16.00 uur
- Kaart- en spelnamiddag
Elke dinsdag- en woensdagnamiddag van 14.00 tot 16.00 uur

Vanaf nu elke dinsdag en woensdag heerlijke pannenkoeken te verkrijgen!

KANEGEM

Buurtrestaurant

Elke donderdagmiddag van 11.00 tot 14.00 uur

Buurtcafé

Elke donderdagnamiddag van 14.00 tot 16.30 uur

- Hobbynamiddag
Elke donderdagnamiddag van 14.00 tot 16.00 uur
- Kaart- en spelnamiddag
Elke donderdagnamiddag van 14.00 tot 16.00 uur





HELP ONS BIJ HET VERBETEREN VAN ONZE DIENSTEN

DOE MEE!

Zorg Tielt wil jouw mening over lokale dienstencentra 't Vijverhof en Onder de Torens en de thuiszorgdiensten.

**KIJK OP WWW.ZTIELT.BE/DIENSTENCENTRA
OF SCAN ONDERSTAANDE QR-CODE***



*OF VRAAG EEN PAPIEREN
VRAGENLIJST BIJ DE
CENTRUMLEIDER OF
THUISZORGCOÖRDINATOR



Gezocht: vrijwilliger met groene vingers ('t Vijverhof)

Heb jij groene vingers en geniet je van het verzorgen van bloemen en planten? Dienstencentrum 't Vijverhof is op zoek naar een enthousiaste vrijwilliger die wil helpen om de planten binnen én buiten te verzorgen.



Taken

- Water geven
- Snoeien en onderhouden
- Zorgen dat de bloemen en planten er stralend uitzien

Lijkt het je leuk om ons te helpen? Contacteer het dienstencentrum via 051 40 26 46 of dienstencentrum@ztielt.be.

Gezocht: vrijwilliger voor het Buurtrestaurant (onder de Torens Aarsele)

Ben jij iemand die geniet van sociaal contact en een gezellige babbel? Heb je zin om de handen uit de mouwen te steken en een waardevolle bijdrage te leveren? Dienstencentrum onder de Torens zoekt een enthousiaste vrijwilliger die telkens op dinsdag van 11.00 tot 14.00 uur wil helpen in het buurtrestaurant en af en toe in de buurtcafetaria. Word jij onze nieuwe aanwinst en help je mee om van elke lunch een warme en gastvrije ervaring te maken?



Taken

- Maaltijden opscheppen
- Afwassen
- Afruimen
- Drank uitdelen

Lijkt het je leuk om ons te helpen? Neem contact op met dienstencentrum onder de Torens via 0470 65 36 13 of onderdetorens@ztielt.be.

activiteit



Samen aan tafel met de Thuiszorgdienst | do 3 april van 13.30 tot 15.00 uur

Heb je vragen over onze thuiszorgdiensten, zoals maaltijden aan huis, de klusjesdienst, boodschappendienst ...? Kom gerust langs voor een ontspannen gesprek!

Die dag is Louise van thuiszorgdienst Zorg Tielt aanwezig bij onder de Torens in Kanegem om op al je vragen te antwoorden.

Locatie: onder de Torens Kanegem, Sint-Bavostraat 6



activiteit



Digi-hulp | ma 7 april | van 14.00 tot 16.00 uur

Heb je hulp nodig bij je smartphone, tablet of computer?

De digihelper staat klaar om je vragen te beantwoorden en je verder te helpen.



Let op! op voorhand inschrijven is nodig.

Locatie: lokaal dienstencentrum 't Vijverhof

Prijs: gratis

Knutselnamiddag voor kind en (groot)ouder

Wo 9 april | van 13.30 tot 16.00 uur

Kom samen met je (klein)kind en beleef een creatieve middag! Schilder schitterende sterren en fascinerende planeten op canvas en creëer je eigen unieke universum. Aan het einde van de sessie breng je je kunstwerk tot leven met twinkelende led-lichtjes die de sterren laten stralen. Geniet ondertussen van een gezellig drankje en heerlijke versnaperingen. Een magische ervaring voor jong en oud—zorg dat je erbij bent!

Prijs: € 15/kind (inbegrepen: alle materiaal + drankje/versnapering)
(groot)ouders hoeven niet te betalen, maar helpen hun (klein)kind.

Inschrijven + betaling: dienstencentrum 't Vijverhof



Paaswandeling | do 10 en wo 16 april | van 14.00 tot 16.30 uur

Op donderdag 10 en woensdag 16 april nodigen we je van harte uit voor een gezellige paaswandeling, geschikt voor jong en oud. Omdat het plaatsvindt in de paasvakantie, is het de perfecte activiteit om samen met (klein)kinderen te beleven!

Onderweg kun je genieten van een leuke zoektocht, wat zorgt voor extra plezier. Sluit de dag af in de cafetaria met een drankje en een heerlijk stukje taart. Deelname is gratis, dus kom langs en maak er een fijne namiddag van!

Kanegem

Datum: donderdag 10 april

Locatie: onder de Torens Kanegem, Sint-Bavostraat 6

Inschrijven: t.e.m 3 april (de dag zelf kan je ook nog inschrijven)

Aarsele

Datum: woensdag 16 april

Locatie: onder de Torens Aarsele, Aarselestraat 4

Inschrijven: t.e.m 9 april (de dag zelf kan je ook nog inschrijven)

**LEUKE
ACTIVITEIT
TIJDENS DE
PAASVAKANTIE !!**

Let's make memories

Paaswandeling

Dienstencentrum onder de Torens nodigt je uit voor een sfeervolle paaswandeling. Je kan vertrekken tussen 14.00 en 14.30 uur. De route is ongeveer 4 kilometer lang, perfect voor een gezellige lentewandeling. Na afloop kan je genieten van een drankje en een stukje taart om de wandeling gezellig af te sluiten.



Doe mee aan onze wandelzoektocht !

Bij de start krijgt iedereen een bundeltje met foto's en vragen. Tijdens de wandeling probeer je de vragen te beantwoorden.



INSCHRIJVEN:  0470 65 36 13  onderdetorens@ztielt.be

Week van de Valpreventie | van 21 tot 27 april

Veel ouderen zijn zich nog onvoldoende bewust dat valincidenten voorkomen kunnen worden. Gedachten zoals 'ik ben te oud', 'er valt toch niets meer aan te doen' of 'vallen overkomt mij niet' zorgen er vaak voor dat zij geen stappen ondernemen om hun valrisico te verminderen.

De jaarlijkse Week van de Valpreventie staat volledig in het teken van bewustwording en actie om vallen bij ouderen te voorkomen. Hoewel vallen een veelvoorkomend probleem is met soms ingrijpende gevolgen, zijn er gelukkig tal van manieren om het risico te beperken.

Door te investeren in voldoende beweging, een veilige leefomgeving en gezonde gewoonten, kunnen we langer zelfstandig en vitaal blijven.

Doe mee en ontdek praktische tips om stevig op de been te blijven!

Wens je meer informatie rond valpreventie, neem dan een kijkje op www.valpreventie.be



Ben je bezorgd om te vallen?

Doe de test!

- Omcirkel per activiteit de score die overeenkomt met je bezorgdheid om te vallen.
- Als je een loophulpmiddel gebruikt, beeld je dan in dat je de activiteit hiermee uitvoert.
- Doe je een activiteit niet (meer)? Duid dan aan hoe bezorgd je zou zijn als je deze activiteit toch zou doen.
- De totaalscore van valangst bekom je door de punten van iedere activiteit op te tellen.

Hoe bezorgd ben je om te vallen bij onderstaande activiteiten?	Niet bezorgd = 1 punt	Een beetje bezorgd = 2 punten	Tamelijk bezorgd = 3 punten	Erg bezorgd = 4 punten
Het aan- of uitkleden	1	2	3	4
Het nemen van een bad	1	2	3	4
Douchen	1	2	3	4
Boodschappen doen	1	2	3	4
De trap aflopen	1	2	3	4
Een wandeling maken in de buurt	1	2	3	4
Naar iets boven je hoofd reiken wanneer je op een stevige trapladder staat	1	2	3	4
Naar iets boven je hoofd reiken wanneer je op een stoel staat	1	2	3	4
Het bezoeken van een sociale gelegenheid (bv. op bezoek bij vrienden of naar de kaartclub)	1	2	3	4
Het schoonmaken van de dakgoot	1	2	3	4

Tel je punten van iedere activiteit op en noteer de totaalscore hier:

Ben je bezorgd om te vallen?

Uitslag van de test:



10–16 punten: Je bent weinig bezorgd om te vallen en kan nog vele activiteiten uitvoeren. Dit is positief! Blijf in beweging en doe zoveel mogelijk activiteiten zelfstandig.

17–20 punten: Je bent een beetje bezorgd om te vallen, maar dit heeft nog geen echte invloed op je gedrag. Doe zoveel mogelijk activiteiten zelf en schakel hulp in van zoon/dochter/buur of vriend indien nodig. Maak eventueel ook gebruik van een (loop)hulpmiddel.

21–25 punten: Je bent tamelijk bezorgd om te vallen waardoor je bepaalde activiteiten niet meer doet. Praat erover (bv. met iemand van je familie of je huisarts). Een specifiek oefenprogramma op maat of een begeleid gesprek met lotgenoten kunnen je helpen om je valangst te verminderen.

26–40 punten: Je bent erg bezorgd om te vallen en wordt belemmerd in je activiteiten waardoor je levenskwaliteit daalt. Praat erover (bv. met iemand van je familie of je huisarts). Kleine aanpassingen in je gedrag en omgeving kunnen al een groot verschil geven. Daarnaast kan een specifiek oefenprogramma op maat of een begeleid gesprek met lotgenoten je helpen om je valangst te verminderen. Werk stap voor stap.

Valpreventiequiz | di 22 en do 24 april | van 14.00 tot 16.00 uur

Van 21 tot 25 april is het de Week van de Valpreventie. Tijdens deze week delen we op een plezierige en leerzame manier handige tips en tricks om vallen te voorkomen.

In dienstencentrum onder de Torens organiseren we daarom een interactieve valpreventiequiz. Deelname is gratis, maar vooraf inschrijven is verplicht.

Kom langs en ontdek hoe je op een veilige en actieve manier in beweging kunt blijven!



Aarsele

Datum: dinsdag 22 april

Locatie: onder de Torens Aarsele, Aarselestraat 4

Inschrijven: t.e.m. 21 april via 0470 65 36 13

Kanegem

Datum: donderdag 24 april

Locatie: onder de Torens Kanegem, Sint-Bavostraat 6

Inschrijven: t.e.m. 23 april via 0470 65 36 13

**Bezoek onze valpreventiekamer
en vind alle risicofactoren !!!!**

**IK NEEM
JOUW/MIJN
VALRISICO
ONDER DE
LOEP !!!!**

inschrijven

Plaats:
Residentie Ampe

Datum:
van 7 tem 30 april

Organisatie door:
zorg tielt

Voor meer info:
contacteer het beweegteam
WZC Deken Darras
wzckine@ztielt.be of 051 42 79 70



BEVEEG
ZORG
TIELT Valpreventie.be

Infonamiddag: vroegtijdige zorgplanning (i.s.m. Okra Tielt)

ma 28 april | van 14.00 tot 15.30 uur

Iedereen kan ernstig ziek worden, ongeneeslijk ziek zelfs. Een ongeval kan ook jou overkomen. Weten jouw naasten wat jij belangrijk vindt als zoiets zou gebeuren? Welke keuzes zou je maken in bepaalde situaties? Daarover het gesprek aangaan, is vroegtijdige zorgplanning.

Tijdens deze infosessie krijg je meer informatie over hoe je een gesprek aangaat over vroegtijdige zorgplanning. Je krijgt antwoorden op vragen zoals:

- hoe zit de wetgeving in elkaar?
- wie kan mij bijstaan als ik mezelf niet meer voldoende kan uitdrukken?

Ook het praktische luik van formulieren en documenten komt aan bod.

Spreker: maatschappelijk werker CM

Info en inschrijven:

Hubert Van Daele (Okra Tielt) - 0493 51 61 39 - hubertvandaele@telenet.be



Digicafé: veilig inloggen en wachtwoordbeheer

Di 29 april | van 14.00 tot 16.00 uur



Op veel websites en apps is een account vereist, waarvoor je een gebruikersnaam en wachtwoord moet aanmaken en onthouden. Dit kan al snel verwarrend en ingewikkeld worden. Gelukkig zijn er manieren om dit eenvoudiger en veiliger te maken. Wil je hier meer over weten? Kom dan naar de infosessie 'Veilig inloggen en wachtwoordbeheer'!

In samenwerking met buurtwerker digitale inclusie Merel Theuninck.

Tijdens deze infosessie kom je te weten hoe je veilig inlogt en hoe je wachtwoorden kan bewaren.

Lesgever: Brigit

Prijs: gratis, maar inschrijven is noodzakelijk via 051 40 26 46 of dienstencentrum@ztielt.be

Frans wegvignet aanvragen | wo 21 mei | van 14.00 tot 16.00 uur



Ga je binnenkort op reis met de auto en heb je een wegvignet nodig? Zorg dat je goed voorbereid bent en kom naar deze gratis infosessie! Tijdens deze sessie vragen we samen het wegvignet aan.

Wat breng je mee?

- Tablet/smartphone of laptop
- Inschrijvingsbewijs van de wagen
- Foto van het inschrijvingsbewijs van de wagen

Of je nu door Europa reist of een korte trip plant: met de juiste informatie rijd je zorgeloos de grens over. Schrijf je nu in en reis zonder stress!

Interactieve infosessie mondzorg | do 8 mei | van 9.30 tot 11.30 uur



**INTERACTIEVE INFOSESSIE
MONDZORG**

Voor 65-plussers en
mantelzorgers van 65-plussers

📅 Donderdag 8 mei 2025

🕒 9u30 tot 11u30

🏠 LDC 't Vijverhof
Kortrijkstraat 68
8700 Tielt

Inschrijven?



of via info@elzrits.be




Zorg je voor een 65-plusser of ben je zelf 65+ en wil je meer te weten komen over het belang van een goede mondgezondheid en hoe je die kunt ondersteunen?

Tijdens deze boeiende infosessie ontvang je waardevolle tips en inzichten om een optimale mondverzorging te garanderen.

Je bent van harte welkom, eventueel samen met je partner, zoon, dochter of een andere naaste. Als extraatje ontvang je als deelnemer een gratis pakket met hulpmiddelen om je mondgezondheid te verbeteren.

Inschrijven: via de QR-code of via dienstencentrum 't Vijverhof - 051 40 26 46 of dienstencentrum@ztielt.be

Workshop: sjaals knopen | do 15 mei | van 14.00 tot 16.00 uur



Tijdens de workshop 'sjaals knopen' ga je samen met Gaëlle Ouvrein van Fashion Emergency op een interactieve ontdekkingstocht.

Eerst bepalen we jouw gelaatsvorm, zodat je weet of losse of aansluitende knopen beter bij jouw gezicht passen. Daarna leer je stap voor stap verschillende knooptechnieken, van eenvoudige tot meer gevorderde stijlen.

Als extra krijg je een handig bundeltje mee met alle knopen die je hebt geleerd, zodat je thuis meteen aan de slag kunt!

Breng mee: enkele rechthoekige sjaals

Prijs: € 10 per persoon

Inschrijven: vóór maandag 12 mei via dienstencentrum 't Vijverhof - 051 40 26 46 of dienstencentrum@ztielt.be

Seniorenmiddag | do 15 mei | van 14.00 tot 16.00 uur

Een gevarieerd programma aan sport- en beweegactiviteiten, zoals wandelen, new-age curling, petanque, zwemmen, koppeldans, darts... Er is voor elk wat wils. We sluiten de dag af met een gezellige maaltijd en een feestelijke dansavond.

Locatie: sporthal De Krekel, H. Hartstraat 15

Prijs: € 8 (koffie en gebak inbegrepen).

Prijs avondfeest: € 20 (maaltijd, drankje en dansavond met dj)
Iedereen is verzekerd bij inschrijving en ontvangt een sportief geschenkje.

Inschrijven: t.e.m 6 mei via www.izegem.be/seniorensportdag

West-Vlaamse
**SENIOREN
SPORTDAG**

Donderdag 15 mei 2025
Sporthal de Krekel
H.Hartstraat 15, Izegem

izegem.be/seniorensportdag

Voor
55-plussers



V.V. Luc, Verrekenruimte, Sportestad IJZ, BBOO, Beeldere



HOE INSCHRIJVEN?

ONLINE INSCHRIJVEN

- Ga naar www.izegem.be/seniorensportdag
- Ga naar de hoofdpagina en kies onderaan bij 'plan je bezoek' een activiteit. Klik op 'tickets'.
- Kies of je wilt blijven eten en selecteer het aantal personen. Klik op 'kies datum en tijd'.
- Selecteer **15 mei** in de kalender en kies een tijdstip (aantal beschikbare plaatsen zichtbaar).
- Klik op 'verder', vul de gegevens in en voeg toe aan je winkelmandje.
- Kies je voor 'keuzeactiviteit', klik dan op 'verder winkelen' en herhaal de stappen tot je 2 of 3 activiteiten gekozen hebt. Het inschrijfformulier berekent automatisch de juiste prijs. Wil je voor meerdere personen inschrijven, dan moet de keuze identiek zijn.
- Bekijk het overzicht, klik op 'plaats bestelling', en voltooi de betaling. Je ontvangt een bevestiging per e-mail.

HULP NODIG?

- Voor ondersteuning bij je inschrijving kun je terecht bij jouw **sportdienst, vrijetijdsdienst** of contacteer een **digihelper** via www.digibanken.be. Vergeet niet je **gsm en bankkaart** mee te brengen.
- Je bent ook welkom in Izegem op het Vrijetijdspunt, St. Jorisstraat 60.

PRAKTISCHE INFORMATIE

- **Inschrijven** kan enkel vooraf vanaf maandag 24 maart 2025 tot en met dinsdag 6 mei 2025.
- De **kostprijs is € 8** (koffie en gebak inbegrepen). Blijf je voor het **avondfeest** (maaltijd, drankje, dansavond met DJ), dan betaal je **€ 20**.
- Iedereen ontvangt een **sportief geschenkje** bij deelname.
- **Annulatie** enkel mogelijk op vertoon van **doktersattest**.
- Iedere deelnemer is **verzekerd**.
- Om te parkeren bekijk het **parkeerplan** op www.izegem.be/seniorensportdag



#sportersbelevenmeer
#izegeminbeweging

PROGRAMMA

13 uur

Ontvangst met koffie in sportcentrum de Krekel (H.Hartstraat 15, Izegem)

13.30 uur

Verwelkoming

14 tot 17.30 uur

Sport- en beweegactiviteiten

17.45 tot 21.30 uur

Eet- en dansfestijn (warme beenham, frietjes en groentjes)

1. WANDELEN (KEUZE UIT 3 TOCHTEN)

- **Belle époque wandeling** met stadgids (4 km, niet rolstoeltoegankelijk) - max. 80 deelnemers -
- **Fotozoektocht** (6 km, rolstoeltoegankelijk) - max. 50 deelnemers
- **Wandeling** (10 km, rolstoeltoegankelijk)

Tijdens alle wandelingen voorzien we onderweg een stop.

2. FIETSEN (KEUZE UIT 3 TOCHTEN)

- **Beeldenfietstocht** met gids die vertelt over de oorsprong, de kunstenaar en het belang van de beelden in Izegem. (15 km) - max. 20 deelnemers
- **25 km op eigen tempo** fietsen met fietsknooppunten
- **45 km onder begeleiding** - max. 150 deelnemers

Tijdens alle fietstochten voorzien we onderweg een stop.

3. PETANQUE (TRIPLETTEN)

Het petanquetuernooi gaat door op het domein zelf. Bij de aanvang ontvangt u een speelnummer. Eigen materiaal mee te brengen voor deze activiteit. - max. 120 spelers.

4. KEUZEACTIVITEITEN

Je kiest 1 tot max. 3 activiteiten die je al dan niet combineert met de sport- en beweegcarrousel, ledere keuzeactiviteit duurt max. 45 minuten

- **Ljndans** (verschillende ljndansen worden aangeleerd)
- **Koppeldans** (Discoswing leren op muziek van de jaren '70 tot nu)
- **Pound** (oefeningen uitvoeren op aangepaste muziek met speciaal ontworpen lichtgewicht drumsticks)
- **Tennis** (vrij spel - eigen materiaal is toegelaten. Een instructeur is aanwezig en kan helpen waar nodig)

5. DARTSTOERNOOI

Deze activiteit gaat door in de cafetaria op de sportsite. Eigen materiaal is toegelaten. Max. 18 deelnemers

6. SPORT- EN BEWEEGCARROUSEL

Vrije rondgang en mogelijkheid om te **proeven van verschillende sporten**. Er is keuze uit volksspelen, new-age curling, kubb, moly, beweegbank, fitnesscirkel, gezelschapsspelen en zwemmen (mogelijkheid tot aansluiten op het uurtje seniorenzwemmen van 16u30-17u30).



RICHTLIJNEN EN VEILIGHEID

- Draag **sportieve kledij** en sportieve schoenen.
- Maak jouw **sportkeuze** op basis van jouw sportieve en fysieke mogelijkheden.
- **Helm en fluorescerend hesje** aanbevolen bij fietstochten.

Thé Dansant | wo 28 mei | van 14.00 tot 17.00 uur

Na het grote succes van de eerste editie is Thé Dansant weer helemaal terug! Laat je meeslepen door een gezellige middag vol prachtige muziek, dansplezier en een warme, feestelijke sfeer. Dit is dé kans om nieuwe mensen te ontmoeten, oude bekenden te begroeten en samen te genieten van de ambiance. Trek je dansschoenen aan en kom langs voor een onvergetelijke middag vol vreugde en beweging. Iedereen is van harte welkom!

Inschrijven: via dienstencentrum 't Vijverhof - 051 40 26 46 of dienstencentrum@ztielt.be

Tickets zijn vanaf maandag 21 april te verkrijgen in de cafetaria voor slechts € 7.

Bij de prijs is één consumptie naar keuze inbegrepen. Mis het niet!



Paasversiering: 5 mooie combinaties



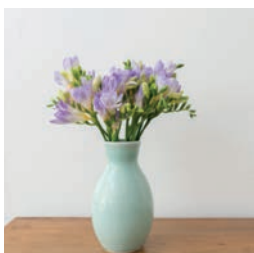
Paasbloemen blijven een klassieker

Meer dan een simpel schaalpje hebben deze kleurrijke toppers niet nodig. Het frisse geel past perfect bij wit. Wie het graag wat strakker ziet, zit goed met een combinatie van zwart en wit. Of ga *all the way* en maak een boeket met enkel paasbloemen.



Eitjes kunnen niet ontbreken

Eitjes horen bij Pasen! Gebruik eierschalen als vaasjes met ranonkels, gipskruid, freesia of andere lentebloemen. Ook leuk: papieren cupcake-vormpjes of een leeg eierdoosje met bloembolletjes. Simpel én sfeervol!



Met freesia's scoor je altijd

Rond Pasen zijn freesia's volop verkrijgbaar in prachtige pastelkleuren. Laat je bloemist een boeket samenstellen met wat snijgroen en plaats het in een unieke vaas, zoals een waterkan. Voor een kleurrijke touch combineren freesia's prachtig met tulpen of irissen.



Maak een verzameling van kleine vaasjes

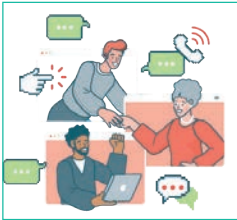
Gerbera's en ranonkels zijn perfect om een strak beeld te creëren. Kies verschillende tinten en zet ze in kleine vaasjes op je paastafel. Zorg voor een speels hoogteverschil.



Alles kan een vaas worden

Heb je geen vazen? Gebruik gerust confituurpotten en flessen in verschillende vormen en formaten. Ook een oude waterkan kan perfect dienst doen als vaas. Heerlijk vintage! Ga je voor tulpen? Zorg dan dat je vaas hoog genoeg is. Tulpen groeien namelijk nog een beetje door.

App van de maand | Lees Simpel



Versimpel brieven met AI. 'Lees Simpel' maakt het begrijpen van ingewikkelde brieven eenvoudig. Maak een foto van je brief en ontvang direct een duidelijke samenvatting in begrijpelijke taal, dankzij AI-technologie. Ook brieven met meerdere pagina's worden moeiteloos samengevat.

scan de code



Heb je nog digivragen?

Voor eerste hulp bij kleine computer-, tablet- of smartphoneproblemen kan je langskomen bij de Digihulp één-op-één. Deze dienstverlening is gratis.

De Digihulp is te vinden op volgende locaties:

LOCATIE	DATA	UUR
't Vijverhof	07/04, 05/05, 02/06, 06/10, 03/11 1 keer per maand, op maandag Gratis dienstverlening. Inschrijven is verplicht en kan via 051 40 26 46 of via dienstencentrum@ztielt.be	14.00-16.00 uur
Onder de Torens	08/04, 13/05, 10/06, 09/09, 14/10, 18/11, 09/12 1 keer per maand Gratis dienstverlening, inschrijven niet nodig	14.00-16.00 uur
Kringwinkel	18/04, 16/05, 20/06, 19/09, 17/10, 21/11, 19/12 1 keer per maand Gratis dienstverlening, inschrijven niet nodig	15.00-17.00 uur
Bibliotheek	03/04, 26/04, 08/05, 17/05, 05/06, 21/06, 04/09, 02/10, 06/11, 04/12 2 keer per maand, op donderdag of zaterdag Gratis dienstverlening Inschrijven via bibliotheek@tielt.be of via 051 82 68 20	donderdag 10.00-12.00 uur zaterdag 9.00-12.00 uur

Meer info: welzijntielt.be/e-inclusie

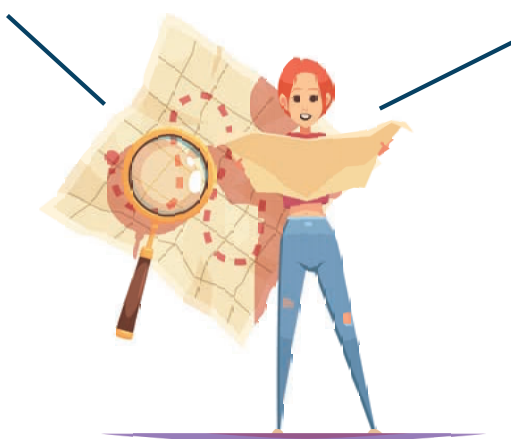
Fotozoektocht

Ga op fotozoektocht en beleef avontuur en plezier!

Ontdek elke maand de mooiste plekjes van Tiel door verborgen locaties op te sporen aan de hand van enkele foto's. Een leuke en actieve manier om de stad op een nieuwe manier te ervaren.

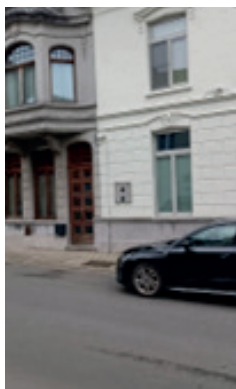
Trek je wandelschoenen aan en ga mee op pad. Is stappen moeilijk of ben je minder mobiel? Geen zorgen: met de app Google Lens beleef je het avontuur gewoon vanuit je eigen woonkamer.

Volgende maand onthullen we de locaties, dus mis het niet! Doe mee en maak er elke maand een spannend avontuur van.



Oplossing fotozoektocht maart

1. Felix d'Hoopstraat



2. Gross Geraulaan



3. Hallentoren





Wandelingen april

2 april: start om 10.30 uur voor een korte wandeling in Tielt, gevolgd door een afsluitfeest in dienstencentrum 't Vijverhof

*mogelijkheid om enkel het eerste deel van de wandeling te wandelen.

Bij ongeveer de helft van de wandelingen is de auto geparkeerd bij of in de buurt van de pauzeplaats. Dit biedt een oplossing voor wie de volledige wandeling niet aankan. Je kunt ervoor kiezen om enkel het eerste deel van de wandeling mee te doen en tijdens de pauze op de pauzeplaats te blijven. Daar kun je wachten tot de groep terugkeert, zodat je samen naar Tielt kan terugrijden.

Meer info: Geert Vandekerkhove - 0492 61 50 35

Door onvoorziene omstandigheden kan het programma gewijzigd worden.

We rijden telkens op woensdag en vertrekken om 14.00 uur aan dienstencentrum 't Vijverhof. We leggen 25 à 30 kilometer af aan een gemiddelde snelheid van 16 km/uur. Onderweg voorzien we steeds een fijne stopplaats om even op adem te komen en te genieten van een drankje.

Heb je nog vragen? Je kan steeds terecht aan het onthaal van dienstencentrum 't Vijverhof of bij de bestuursleden Bernadette, Daniel, Geert, Jean & Johan.

Meer info

Johan Desplenter

051 40 49 09 of 0496 23 65 50 - desplentergalle@gmail.com

Fietskalender april

9 april	dienstencentrum onder de Torens	Aarsele
16 april	Avondvreugde	Wakken
23 april	De Landsman	Wingene
30 april	Gasthof Wildenburg	Wingene

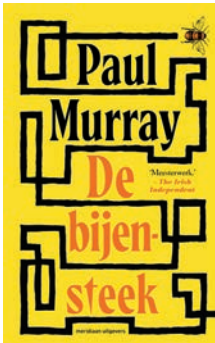
Fietskalender mei

7 mei	d' Oude Pekkerij	Meulebeke
14 mei	Taverne St. Martinus	Aarsele
21 mei	't Een-en-'t Ander	Schuiferskapelle
28 mei	Mandelmeersen	Oostrozebeke





Paul Murray | De Bijensteek



De familie Barnes verkeert in crisis: het autobedrijf van vader Dickie stort in terwijl hij een bunker bouwt, moeder Imelda toont interesse in een rijke veeboer, dochter Cass verdrinkt haar problemen in alcohol en zoon PJ wil weglopen. Wat veroorzaakte deze neergang?

Murray schetst een emotionele achtbaan vol tragiek en humor. Door The Guardian geroemd als de droevigste en grappigste roman van het jaar.

Koen Schoors | Alles wordt anders: om de zeventig jaar staat de wereld op een kantelpunt



Econoom Koen Schoors schetst in dit boek een hoopvolle toekomstvisie. Hij voorspelt een wereld met een lokale, duurzame economie, 100% circulaire industrie en minder globalisering. Arbeid zal schaarser, maar waardevoller worden, en we krijgen meer vrije tijd. Grote uitdagingen zoals klimaatopwarming en vergrijzing worden aangepakt met technologie en gedragsverandering. Het boek biedt een realistisch en optimistisch overzicht van de snelle veranderingen die de wereld doormaakt.

Lees altijd en overal de e-boeken van je bib!

Met jouw bibliotheeklidmaatschap heb je nu ook toegang tot het CloudLibrary-platform. Hiermee kun je gratis e-boeken lenen en lezen op een apparaat naar keuze, zoals een e-reader, smartphone, tablet of computer. Registreer je lidmaatschap via Mijn Bibliotheek en ontdek meer dan 10.000 titels. Alle info en handige instructiefilmpjes kan je terugvinden via tielt.bibliotheek.be/e-boeken-cloudlibrary.

Info

Bib Tielt - 051 82 68 20 - bibliotheek@tielt.be

Openingsuren Bib Tielt

Ma, di en vr van 15.00 tot 19.30 uur | wo van 13.30 tot 19.30 uur | do van 9.00 tot 12.00 uur en van 15.00 tot 19.30 uur | za van 9.00 tot 12.00 uur | zo gesloten

Openingsuren Bib Aarsele

ma, di, do, vr en zo gesloten | wo van 16.00 tot 18.30 uur | za van 10.00 tot 12.00 uur

Bib aan huis

Wie (tijdelijk) niet in staat is om naar de bibliotheek te komen, kan gebruik maken van de 'Bib aan huis'-dienst. Een medewerker brengt dan de gewenste materialen tot bij je thuis.

Ciné-Noen | do 24 apr | om 15.00 uur

L'Attachement



Wat is een gezin? Vandaag de dag zijn de antwoorden diverser dan ooit.

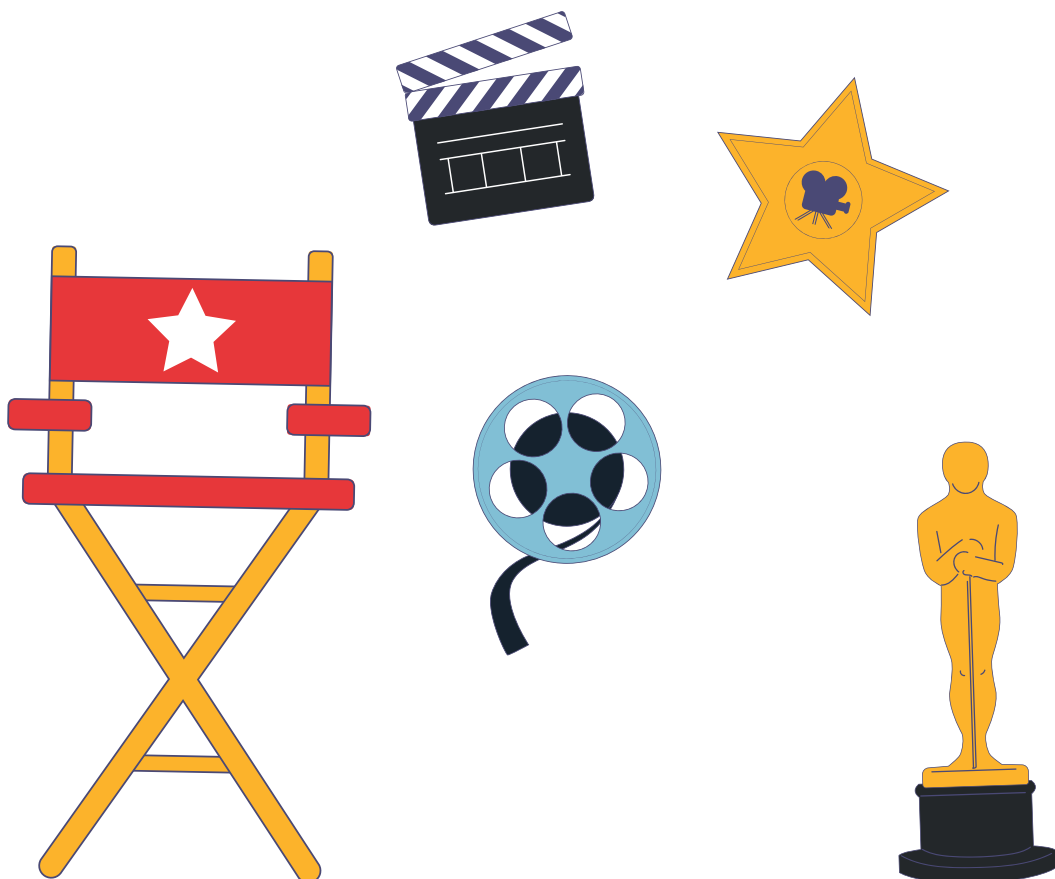
Sandra, een vijftiger met een passie voor boeken, leeft bewust alleen. Haar burens, een jong samengesteld gezin, brengen leven in haar wereld. Maar wanneer een klein drama hen treft, groeit Sandra onverwacht uit tot hun steun en toeverlaat.

Wat betekenen zij voor elkaar?
Een verhaal over liefde in al haar vormen.

Van Carine Tardieu

Met: Valeria Bruni Tedeschi, Pio Marmaï, Vimala Pons

F/2024/106 min.



Zalm met asperges en mousselinesaus

Benodigheden (2 p)

2 zalmmoten van 200 g
1 bundel witte asperges
1 eidooier
50 g ijskoude boter
1 el citroensap
3 el water
8 blaadjes verse basilicum
verse peterselie of kervel



Bereiding

Schil de asperges en snijd de harde uiteinden af. Vul een brede pan met water, voeg een snufje zout toe en breng aan de kook. Kook de asperges in 8 à 10 minuten gaar.

Plaats de basilicumblaadjes in een stoommandje en leg de zalmmoten erbovenop. Stoom de vis gedurende 10 tot 15 minuten tot hij mooi gaar is.

Voor de saus klop je in een pannetje de eidooier, het citroensap, het water en een snufje zout door elkaar. Verwarm dit au bain-marie en blijf kloppen tot de saus begint te binden. Haal het pannetje direct van het vuur en voeg de koude boter beetje bij beetje toe. Verwarm de saus nog kort in het warmwaterbad, maar zorg ervoor dat ze niet kookt.

Breng de vis op smaak met peper en zout. Verdeel de vis en asperges over voorverwarmde borden, lepel de saus eroverheen en werk af met gehakte peterselie of kervel.

Smakelijk!



Valentijnsbingo (11 en 13/02)



Hobbynamiddag: aardbeien haken (19/02)



Tinah verjaardagsfeest (4/03)



Wafelbak (12/03)



DATUM	STARTUUR	EINDUUR	OMSCHRIJVING	LOKAAL
di 01/04/25	9.00 uur	10.15 uur	Tai Chi	Bewegingslokaal 0.1
	9.15 uur	10.45 uur	Zangkoor	Grote zaal kant scherm 0.2
	13.30 uur	17.00 uur	Biljartclub	Grote zaal kant bar 0.2
wo 02/04/25	11.00 uur	17.00 uur	Afsluitfeest wandelseizoen	Grote zaal kant scherm 0.2
	9.00 uur	10.00 uur	Pilates	Bewegingslokaal 0.1
	10.00 uur	11.00 uur	Pilates	Bewegingslokaal 0.1
	13.30 uur	17.00 uur	Wandelclub	Inkomhal 't Vijverhof
	13.30 uur	16.30 uur	Handwerkclub	Grote zaal kant scherm 0.2
do 03/04/25	13.30 uur	17.00 uur	Biljartclub	Grote zaal kant bar 0.2
vr 04/04/25	8.30 uur	11.45 uur	Pedicure	Pedicurelokaal
	9.00 uur	12.00 uur	Hobbybox	Appartement 1.3
	9.00 uur	10.00 uur	Yoga	Bewegingslokaal 0.1
	14.00 uur	16.00 uur	Dansclub	Grote zaal kant scherm 0.2
ma 07/04/25	14.00 uur	16.30 uur	Scrabblekring	Crealokaal 0.3
	14.00 uur	16.15 uur	Digihulp LUK in 't Vijverhof	Cafetaria
	15.30 uur	16.45 uur	Badmintonclub	Sporthal voor werking LDC
di 08/04/25	9.15 uur	10.45 uur	Zangkoor	Grote zaal kant scherm 0.2
	13.30 uur	17.00 uur	Biljartclub	Grote zaal kant bar 0.2
wo 09/04/25	13.30 uur	16.30 uur	Creacub wenskaarten	Bewegingslokaal 0.1
	14.00 uur	17.00 uur	Fietsclub	Inkomhal 't Vijverhof

wo 09/04/25	13.30 uur	16.00 uur	Knutselnamiddag voor kind en (groot) ouder	Appartement 1.3
do 10/04/25	10.00 uur	12.00 uur	TOAR vergadering Tielt-Meulebeke	Grote zaal kant scherm 0.2
	13.30 uur	17.00 uur	Biljartclub	Grote zaal kant bar 0.2
vr 11/04/25	8.30 uur	16.45 uur	Pedicure	Pedicurelokaal
	9.00 uur	12.00 uur	Hobbybox	Appartement 1.3
	14.00 uur	16.00 uur	Dansclub	Grote zaal kant scherm 0.2
ma 14/04/25	14.00 uur	16.30 uur	Scrabblekring	Crealokaal 0.3
	15.30 uur	16.45 uur	Badmintonclub	Sporthal voor werking LDC
di 15/04/25	9.00 uur	12.00 uur	LEIF 't Vijverhof	Vergaderlokaal
	9.15 uur	10.45 uur	Zangkoor	Grote zaal kant scherm 0.2
	13.30 uur	17.00 uur	Biljartclub	Grote zaal kant bar 0.2
wo 16/04/25	13.30 uur	16.30 uur	Handwerkclub	Grote zaal kant scherm 0.2
	14.00 uur	17.00 uur	Fietsclub	Inkomhal 't Vijverhof
do 17/04/25	13.30 uur	17.00 uur	Biljartclub	Grote zaal kant bar 0.2
vr 18/04/25	8.30 uur	11.45 uur	Pedicure	Pedicurelokaal
	9.00 uur	12.00 uur	Hobbybox	Appartement 1.3
	14.00 uur	16.00 uur	Dansclub	Grote zaal kant scherm 0.2
di 22/04/25	9.00 uur	10.15 uur	Tai Chi	Bewegingslokaal 0.1
	9.00 uur	12.00 uur	Schilderen en knutselen	Appartement 1.3
	9.15 uur	10.45 uur	Zangkoor	Grote zaal kant scherm 0.2

di 22/04/25	13.30 uur	17.00 uur	Biljartclub	Grote zaal kant bar 0.2
	14.00 uur	17.00 uur	Textiel en zijde	Bewegingslokaal 0.1
wo 23/04/25	9.00 uur	10.00 uur	Pilates	Bewegingslokaal 0.1
	10.00 uur	11.00 uur	Pilates	Bewegingslokaal 0.1
	14.00 uur	17.00 uur	Fietsclub	Inkomhal 't Vijverhof
	14.00 uur	16.30 uur	Bloemschikken	Grote zaal kant scherm 0.2
	14.45 uur	16.45 uur	Engelse conversatie	Dubbele klas 1.4
do 24/04/25	13.30 uur	17.00 uur	Biljartclub	Grote zaal kant bar 0.2
	13.30 uur	15.00 uur	Engels gevorderden	Crealokaal 0.3
	14.00 uur	16.30 uur	Centrumraad	Bewegingslokaal 0.1
	15.15 uur	16.45 uur	Engels starters	Crealokaal 0.3
vr 25/04/25	8.30 uur	16.45 uur	Pedicure	Pedicurelokaal
	9.00 uur	12.00 uur	Hobbybox	Appartement 1.3
	9.00 uur	10.00 uur	Yoga	Bewegingslokaal 0.1
	13.30 uur	16.30 uur	Schilderen en knutselen	Appartement 1.3
	14.00 uur	16.00 uur	Dansclub	Grote zaal kant scherm 0.2
ma 28/04/25	8.30 uur	11.45 uur	Pedicure	Pedicurelokaal
	9.00 uur	10.00 uur	Ochtendgym	Bewegingslokaal 0.1
	9.00 uur	12.00 uur	Kalligrafie	Appartement 1.3
	10.00 uur	11.00 uur	Ochtendgym	Bewegingslokaal 0.1
	14.00 uur	16.30 uur	Scrabblekring	Crealokaal 0.3

ma 28/04/25	14.00 uur	16.30 uur	Vroegtijdige zorg-planning OKRA ism CM	Grote zaal kant scherm 0.2
	15.30 uur	16.45 uur	Badmintonclub	Sporthal voor werking LDC
di 29/04/25	9.00 uur	10.15 uur	Tai Chi	Bewegingslokaal 0.1
	9.15 uur	10.45 uur	Zangkoor	Grote zaal kant scherm 0.2
	13.30 uur	17.00 uur	Biljartclub	Grote zaal kant bar 0.2
	14.00 uur	16.00 uur	Digicafé: veilig inloggen en wachtwoordbeheer	Crealokaal 0.3
wo 30/04/25	9.00 uur	10.00 uur	Pilates	Bewegingslokaal 0.1
	10.00 uur	11.00 uur	Pilates	Bewegingslokaal 0.1
	14.00 uur	17.00 uur	Fietsclub	Inkomhal 't Vijverhof
	14.45 uur	16.45 uur	Engelse conversatie	Dubbele klas 1.4



CENTRUMRAAD

LDC 'T VIJVERHOF

Voor bezoekers die graag hun ideeën en suggesties delen over de werking van het lokaal dienstencentrum.

24/04/2025
14.00 uur
Bewegingslokaal

Schrijf je via:
051 40 26 46
dienstencentrum@ztielt.be



zorg tielt 

Dinsdag 8 april | Digihulp (pagina 20)

Voor eerste hulp bij kleine computer-, tablet- of smartphoneproblemen

14.00 tot 16.00 uur - Oud Gemeentehuis Aarsele

Woensdag 16 april | paaswandeling (pagina 9)

Een wandeling voor alle leeftijden, gecombineerd met een boeiende zoektocht.

14.00 tot 16.00 uur - Oud Gemeentehuis Aarsele

Dinsdag 22 april | valpreventiequiz (pagina 13)

Doe mee aan onze interactieve valpreventiequiz tijdens de Week van de Valpreventie, van 21 tot 25 april, en ontdek hoe je actief en veilig in beweging blijft!

14.00 tot 16.00 uur - Oud Gemeentehuis Aarsele

Donderdag 3 april | samen aan tafel met de thuiszorgdienst (pagina 7)

Kom meer te weten over onze thuiszorgdiensten, zoals maaltijden aan huis, de klusjesdienst, boodschappendienst ...

13.30 tot 15.00 uur - ontmoetingscentrum Caeneghem

Donderdag 10 april | paaswandeling (pagina 9)

Een wandeling voor alle leeftijden, gecombineerd met een boeiende zoektocht.

14.00 tot 16.00 uur - ontmoetingscentrum Caeneghem

Donderdag 24 april | valpreventiequiz (pagina 13)

Doe mee aan onze interactieve valpreventiequiz tijdens de Week van de Valpreventie, van 21 tot 25 april, en ontdek hoe je actief en veilig in beweging blijft!

14.00 tot 16.00 uur - ontmoetingscentrum Caeneghem

Woordzoeker

X	U	V	C	P	A	S	E	N	Q	R	C	B	X	H	B	F	Q
S	U	G	G	J	Y	G	Q	X	P	Z	U	B	K	T	M	T	W
P	K	P	L	U	T	N	G	O	G	I	T	A	D	I	Q	P	J
S	F	U	B	I	S	I	L	S	E	H	M	P	H	Y	V	R	R
B	L	Q	X	T	U	L	R	N	M	J	B	F	O	F	G	W	D
K	H	E	W	J	E	I	R	L	N	E	R	E	I	E	N	N	V
E	T	T	B	N	P	A	N	T	K	R	O	K	U	S	A	V	N
C	O	N	D	E	D	A	V	O	O	R	J	A	A	R	Z	S	J
W	G	R	D	A	I	Z	M	E	S	E	O	L	B	A	E	E	I
R	E	H	R	I	W	R	Y	N	R	D	E	D	L	P	G	J	H
E	W	P	W	H	E	V	K	I	E	K	S	G	Y	R	L	T	C
M	G	U	J	V	C	H	K	E	B	K	R	V	V	I	E	E	S
R	I	X	Y	K	R	B	J	D	T	U	L	R	M	L	G	M	E
A	E	J	L	Y	O	E	U	I	E	N	O	O	Z	G	O	M	N
W	T	N	S	Y	E	L	K	I	R	R	E	P	W	R	V	A	N
S	E	M	Z	G	R	H	T	K	K	V	S	L	T	A	Y	L	O
V	R	N	I	Y	H	P	U	W	A	W	Q	T	U	P	O	J	Z
S	G	F	T	R	G	T	W	F	X	W	F	O	U	L	F	E	U

- APRILGRAP
- BUIENRADAR
- KROKUS
- PASEN
- VOGELGEZANG
- WAKKER
- ZAAILING
- BLOESEM
- EIEREN
- LAMMETJES
- POLLEN
- VOORJAAR
- WARMER
- ZONNESCHIJN
- BUI
- GIETER
- LENTEKRIEBELS
- TULP
- VRIJHEID
- WOLKEN

K	X	I	O	J	V	A	K	A	N	T	I	E	H	U	I
Z	B	S	U	Y	Q	R	I	V	I	E	R	O	E	V	E
E	E	H	T	O	I	L	B	I	B	G	T	I	L	T	H
U	E	S	U	M	T	S	N	U	K	N	G	E	X	R	R
A	S	R	Y	Q	S	C	E	P	A	L	S	W	L	A	T
V	U	W	O	U	E	U	R	K	Z	L	R	T	O	A	U
O	O	I	L	L	V	U	I	N	E	D	D	D	O	T	I
N	S	D	T	D	H	Z	E	T	H	R	R	M	K	E	N
T	M	E	E	V	U	O	S	U	T	P	O	O	M	D	M
U	L	O	N	M	I	E	N	X	O	S	M	D	E	A	E
R	H	N	B	R	N	N	V	M	W	J	E	E	O	L	U
I	F	D	Z	N	W	D	D	P	W	A	N	T	L	O	B
E	P	T	O	X	O	T	J	I	O	E	L	R	B	C	E
R	K	Z	I	I	L	W	F	U	N	P	A	E	A	O	L
N	N	T	V	N	K	L	E	Z	A	G	N	N	B	H	E
I	R	E	D	L	I	H	C	S	C	Y	D	D	S	C	N
C	I	N	O	R	T	K	E	L	E	G	H	S	C	M	A
V	I	S	I	E	R	S	G	N	I	K	K	E	D	T	N

AVONTURIER

CHOCOLADETAART

HOED

MUZIKANT

SCHILDERIJ

VAKANTIEHUIS

ZONNESTELSEL

• BIBLIOTHEEK

• DROMENLAND

• KUNSTMUSEUM

• ONTDEKKINGSREIS

• TUINMEUBELEN

• WATERMOLEN

• BLOEMKOOL

• ELEKTRONIC

• MODETREND

• RIVIEROEVE

• UITVINDING

• WOLK

Sudoku

1

				6				
9	1		7			5	3	
4	3						7	2
8	5		1	7		2		
		2	4	5	3	1	8	7
3		1			6	4		9
		5	6	2	4			1
		3		9			2	8
		9		3				

2

	9			4			6	
		4	1		2		8	
7		5			9	1		
	4		9	5			1	3
3	7	9					5	4
5		6		3			9	8
				1	3		2	6
	6	1		2	8	9		5
	2	3	5				7	

Doolhof



Oplossing infoblad maart Sudoku

1

2	6	7	5	8	3	9	1	4
3	4	1	2	7	9	8	5	6
9	5	8	6	4	1	3	7	2
4	9	2	3	1	6	5	8	7
8	3	6	7	5	4	2	9	1
1	7	5	8	9	2	6	4	3
5	2	4	1	6	8	7	3	9
7	1	3	9	2	5	4	6	8
6	8	9	4	3	7	1	2	5

2

5	4	2	6	3	9	8	1	7
6	8	7	5	2	1	3	9	4
3	9	1	8	4	7	5	2	6
9	5	6	4	1	2	7	8	3
8	1	3	7	5	6	9	4	2
2	7	4	3	9	8	1	6	5
4	6	8	9	7	5	2	3	1
1	3	5	2	8	4	6	7	9
7	2	9	1	6	3	4	5	8



Dienstencentrum 't Vijverhof

Kortrijkstraat 68, Tielt - 051 40 26 46

dienstencentrum@ztielt.be - www.ztielt.be

Thuiszorgdiensten Zorg Tielt

Kortrijkstraat 68, Tielt - 051 40 26 46

thuiszorgdienst@ztielt.be

Dienstencentrum onder de Torens

Aarselestraat 4, Aarsele | Sint-Bavostraat 6, Kanegem

0470 65 36 13 - onderdetorens@ztielt.be

zorg tielt 