



Nieuwsbrief nr 2 : April—mei—juni 2025

Ons Eetcafé in een nieuw jasje!

We zijn trots om jou te verwelkomen in ons eetcafé, waar je nu niet alleen kunt genieten van heerlijke gerechten, maar ook van onze **verse taarten!** Na een frisse schilderbeurt hebben ons restaurant en bar een nieuwe uitstraling gekregen, maar onze passie voor lekker eten is gebleven.

Wat kun je verwachten?

- **Heerlijke verse taarten:** Van smeuïge appeltaart tot verrassende seizoensgebakjes – we hebben voor elke zoetekauw wat wils. Onze taarten worden met liefde en zorg bereid, en dat proef je!
- **Een nieuwe look:** Na een opfrisbeurt is onze ruimte helemaal klaar voor gezellige momenten. Kom langs en ontdek de sfeervolle inrichting die het perfecte decor biedt voor een heerlijke maaltijd of een ontspannen borrel.
- **Heerlijke gerechten en drankjes:** Blijf ook zeker genieten van ons menu met smakelijke gerechten, een uitgebreide drankenkaart en natuurlijk de gezelligheid die je van ons gewend bent!

Onze nieuwe naam is slechts het begin! Met trots presenteren we onze nieuwe naam: **Eetcafé de Vesting.**

Dit is meer dan een naamsverandering. Het is een frisse start die de vernieuwde sfeer en onze ambities weerspiegelt. Kom snel langs en beleef onze nieuwe look en smaken zelf!

We kunnen niet wachten om je te verwelkomen!

**Eetcafé de Vesting -
Waar smaak en sfeer samenkomen.**

De Vesting is volgende dagen gesloten ...

Maandag 21 april, donderdag 01 mei, donderdag 29 mei, vrijdag 30 mei en maandag 09 juni zijn het restaurant en de bar gesloten.

Ook de activiteiten gaan op die dagen niet door.

Op vrijdagmiddag 13 juni sluiten we om 13u. Onze bar is dicht en zijn er geen activiteiten in de namiddag.





LDC De Vesting
Oudenaarde

Algemene info:

01/03/2025 – 15/04/2025

OPROEP – Aanvraag Leefstraten

Speelstraten kennen we al een tijdje. Dat zijn straten die tijdens de schoolvakanties overdag afgesloten worden voor het verkeer en waar kinderen baas zijn. Een straat kan tijdelijk dienst doen als racebaan, voetbalterrein of sprookjesland. Alles waar de kinderen die dag zin in hebben.

Een leefstraat gaat nog een stapje verder. Die straten worden voor een bepaalde periode dag en nacht omgetoverd tot leefstraat. Hierbij ligt de focus niet alleen op kinderen, maar ook op senioren, jonge gezinnen, mensen van middelbare leeftijd, ... kortom iedereen die in de straat woont. Vandaar ook de samenwerking tussen de jeugddienst en het lokaal dienstencentrum De Vesting.

Een uitgewerkt plan voor een leefstraat bestaat niet. De bedoeling is dat de buurt de handen in elkaar slaat en alles inricht volgens eigen behoeftes.

Houden jullie van een hapje en een drankje? Dan kan een lange tafel voor alle buurtbewoners de centrale plek van je leefstraat worden.

Voor de kinderen kan een tijdelijk speeltoestel worden voorzien of kan zelf gemaakt worden met behulp van restmaterialen.



Het volledige reglement, met daarin ook de voorwaarden waaraan een straat moet voldoen, kunnen jullie nalezen op de website van de Vesting.

Buurtten die interesse hebben, krijgen de kans om zich kandidaat te stellen, via het aanvraagformulier (www.oudenaarde.be/leefstraat) dit binnen een periode van 1 maart tot en met 15 april.

Wist je al dat ons Beego-punt weer is opgestart!

Er komt opnieuw een IT-student bij ons langs voor al jouw smartphone- en computerproblemen.

Wanneer je een probleem of vraag hebt over je computer, smartphone, tablet, digitale televisie, printer, ... kan je BEEGO inschakelen voor een betrouwbare oplossing.

BEEGO schakelt informaticastudenten in die je bij ons in de Vesting met geduld helpen.

Onze IT-student staat je graag te woord op woensdagmiddag (om de 14 dagen) van 13u tot 17u.

Maak dus zeker een afspraak op 055 460 680 of bij een medewerker van de Vesting.



Kennen jullie onze kapster al?

We willen van de gelegenheid gebruik maken om jullie onze **kapster** voor te stellen: **Daniëlla**. Ze komt met heel wat ervaring en een passie voor haar vak, en ze kan niet wachten om jullie een frisse look te geven of gewoon die haartips te geven waar je al zo lang op wacht.

Of je nu gaat voor een trendy coupe, een klassieke snit, of gewoon een oprissing van je huidige stijl, **Daniëlla** zorgt ervoor dat je haar er altijd op z'n best uitziet!

We zijn ervan overtuigd dat je in de watten wordt gelegd!

Maak snel je afspraak: 0469/16.22.35.

Haar prijzen:

Wassen en knippen: 16 euro
 Wassen en brushing: 16 euro
 Wassen, knippen en brushing: 32 euro
 Wassen en watergolf: 16 euro
 Wassen, knippen en watergolf: 32 euro
 Wassen en permanent: 36 euro
 Wassen, knippen en permanent: 52 euro
 Wassen en kleuren: 32 euro
 Wassen, knippen en kleuren: 48 euro
 Trimmen van baard: 6,5 euro



Wij zijn op zoek naar een nieuwe pedicure en/of schoonheidsspecialiste?

Wij zoeken een nieuwe schoonheidsspecialiste/ pedicure!

Ben jij een gemotiveerde en klantgerichte **schoonheidsspecialiste/pedicure** die graag werkt in een warme, zorgzame omgeving?

Dan hebben wij de perfecte uitdaging voor jou! Ons **Lokaal Dienstencentrum** is op zoek naar een nieuwe schoonheidsspecialiste die onze bezoekers wil verwennen met professionele schoonheidsbehandelingen en/of pedicurebehandelingen.

Wat verwachten we van jou?

- **Professionele ervaring** in schoonheidsbehandelingen en/of pedicure.
- Een klantgerichte, vriendelijke en zorgzame houding.
- Een passie voor het creëren van een fijne en ontspannen sfeer voor onze bezoekers.
- Flexibiliteit en samenwerking binnen ons team.
- Voldoet aan wettelijke vereisten om op zelfstandige basis te werken

Wat bieden wij?

- Een **prettige werkomgeving**
- De kans om een waardevolle bijdrage te leveren aan het welzijn van onze bezoekers
- **Flexibele werktijden**

Ben jij die gepassioneerde professional die we zoeken?

Stuur een maitje naar **devesting@oudenaarde.be** om eens langs te komen.





April 2025

Maandag 31/03/2025 om 9u en 13u30

Bakworkshop i.s.m. S-plus

We gaan opnieuw onze bakschort aanbinden samen met S-plus.

Het wordt een goed gevulde workshop die zowel doorgaat in de voor- als in de namiddag. Boordevol lekkers.



Willen jullie dit alles samen komen klaar maken en proeven? Dan zitten jullie bij ons goed!

Inschrijven en vooraf betalen verplicht!

Kostprijs van deze workshop is €12.

Dit bedrag betaal je op de rekening van S-plus:
BE36 9731 7604 0381 met vermelding van je naam.

Vooraleer je overschrijft, is het belangrijk om eerst na te gaan of er nog plaats is. Dit kan door te bellen of te mailen naar Wallez Christine:

0486 21 89 83

of christine.wallez@telenet.be

Dinsdag 01/04/2025 – 9u tot 13u

Koken i.s.m. S-plus

Op dinsdag 01/04/25 gaat vrijwilligster Christine Wallez nogmaals aan het koken, van 9u tot 13u.

Het belooft opnieuw een goed gevulde workshop te zijn met allerlei lekkers.

Willen jullie dit alles komen proeven? Dan zitten jullie bij ons goed!

Inschrijven en vooraf betalen verplicht!

Kostprijs van deze workshop is €18. Dit bedrag betaal je op de rekening van S-plus: BE36 9731 7604 0381 met vermelding van je naam.

Vooraleer je overschrijft, is het belangrijk om eerst na te gaan of er nog plaats is. Dit kan door te bellen of te mailen naar Wallez Christine:

0486 21 89 83

of christine.wallez@telenet.be





Donderdag 03/04/2025 om 19u30

Praatcafé dementie – Dilemma's in het dagelijks leven

In de zorg voor mensen met dementie kun je wel eens voor een dilemma komen te staan.

Hoe ga je om met iemand die agressief wordt tijdens het wassen? Of iemand die graag alleen naar buiten wil, maar gemakkelijk de weg kwijtraakt? Bij dit soort dilemma's kunnen zaken als veiligheid en vrijheid recht tegenover elkaar komen te staan. Hoe maak je bij zo'n dilemma een keuze?

Even stilstaan en nadenken bij wat je doet of juist niet doet. Af en toe even stil staan bij een situatie. Bekijk die eens beter en stel vragen met misschien vanzelfsprekend lijkende oplossingen.

Wat is goed handelen in dit geval? Wat wijs je af en waarom? Kan het ook anders en beter? Nadenken over ons doen en laten en de 'waarom'-vraag stellen. Hoe maak je een afgewogen keuze?

We zoeken naar de balans tussen alle betrokkenen met het oog op goede zorg.

19u30 - Gratis toegang - eetcafé de vesting

Op dinsdagen van 14u - 16u (om de 3 weken)

Huis van L.O.E.S

Het huis staat open voor iedereen met een psychische kwetsbaarheid. Ook hun naasten en hulpverleners kunnen hier terecht.

Een fijne groep vrijwilligers en procesbegeleiders zorgen voor een warm onthaal, een veilige plek en lekkere koffie.

Iedereen kan vrij binnen en buiten lopen zonder afspraak. Voel je vrij om jezelf te zijn.

Je bent van harte welkom en kan hier terecht voor:

- Een babbel met lotgenoten
- Leren omgaan met je psychische kwetsbaarheid en jouw herstel
- Jezelf verder te ontplooiën in de maatschappij

- Beantwoorden van naasten en hulpverleners die met vragen zitten rond herstel

Het huis van Loes gaat door op de eerste verdieping van het Sociaal Huis (LDC de Vesting)

Initiatief van het
cliënten
bureau
Oost-Vlaanderen



— HET HUIS VAN LOES —





Agenda buurtwerking

Vanaf dinsdag 22/04/2024

Start buurtbabbels in de stationsbuurt

De buurtbabbels komen naar de stationsbuurt!

Op **regelmatige basis** zullen we aanwezig zijn in de **stationsbuurt** met onze **bank, buurtkar en een warme babbel**. Iedereen is welkom om even te pauzeren, een **kop koffie of soep** te drinken, een **spelletje te spelen** of **ideeën te delen** voor activiteiten in de buurt.

We willen samen met jullie ontdekken wat er leeft en welke initiatieven we verder nog kunnen uitwerken.

Wanneer en waar? Kijk op onze **Facebookpagina** voor de data en locaties! Of bel 055 460 680

Tot binnenkort?



Vanaf donderdag 24/04/2025

Starten met wandelen

**SAMEN
vleerkrachtig**

We gaan opnieuw wandelen, dit om de veertien dagen. We starten met de eerste wandeling op donderdag 24/04/2025.

In april starten we aan de Vesting. Bij de volgende wandelingen vermelden we bij inschrijving de startplaats.

Inschrijven?

Inschrijven op voorhand is belangrijk. Als jullie niet inschrijven op voorhand, weten we ook niet op wie we wel of niet moeten wachten. We vragen ook om je telefoonnummer door te geven. Mocht er iets veranderen bv. slecht weer, dan kunnen we jullie allen vlot bereiken.



Kostprijs om deel te nemen: 3 euro, te betalen met de sportkaart.



NIEUW maandelijks vanaf 28/04/2025 !!

Spel in de kijker

Iedereen is welkom, of je nu een ervaren speler bent, maar ook als het spel voor jou volledig nieuws is. Kom gezellig meedoen, daag jezelf uit, en maak nieuwe vrienden!

Mastermind - 28/04

Klaar voor een uitdaging? Kom naar de Vesting en test je logica en strategie!

Wat is Mastermind? Mastermind is een bordspel waarin je een geheime code moet kraken. Elke zet brengt je dichterbij de oplossing, maar je moet slim en oplettend zijn om de juiste combinatie te vinden.

Wanneer? Maandag 28/04/2025 om 14u00 in eetcafé de Vesting



Hoger - Lager - 12/05

Ben jij klaar voor een leuke en spannende uitdaging? Speel mee met *Hoger Lager*! Dit spel is voor iedereen en zorgt gegarandeerd voor plezier en vrolijke gezichten.

Hoe werkt het?

We trekken een kaart en jij raadt of de volgende kaart hoger of lager is. Als je het goed hebt, mag je doorgaan, maar een foutje betekent dat je ronde voorbij is. Bij een goede gok ga je door, maar een foutje beëindigt je ronde. Het lijkt makkelijk, maar elke kaart brengt nieuwe spanning! Gebruik je intuïtie en gevoel voor risico. Speel je veilig of durf je een gokje aan?

Wanneer? Maandag 12/05/2025 om 14u00 in eetcafé de Vesting

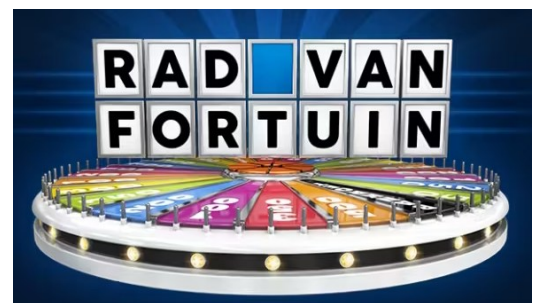
Rad van Fortuin - 16/06

Klaar voor wat spanning en plezier? Kom dan naar *Rad van Fortuin*! Het rad draait, de spanning stijgt en jij kunt zomaar de grote winnaar zijn!

Hoe werkt het?

Bij het Rad van Fortuin draaien deelnemers aan een rad om te winnen en raden letters om een puzzel op te lossen. Het doel is om de volledige zin of het woord te raden en de overwinning binnen te halen.

Wanneer? Maandag 16/06/2025 om 14u00 in eetcafé de Vesting



Spelnamiddag - elke maandag

Hou je van spelletjes en een gezellige middag met vrienden? Kom dan naar onze spelletjesnamiddag en geniet van een fijne tijd!

Onze vrijwilligster Monique helpt je graag op weg en zorgt ervoor dat je je meteen thuis voelt. Het wordt een middag vol plezier, lachen en nieuwe ontmoetingen.

Of je nu van bordspellen, kaartspellen of andere spelletjes houdt, er is voor elk wat wils. Kom gezellig meedoen!

Wanneer? Elke maandag om 14u00 in eetcafé de Vesting



mei 2025

Dinsdag 06/05/2025 - 9u00 tot 13u00

Kleur en stijl



In de voorbije jaren gaf Vera Himpe al verschillende workshops "kleur en stijladvies" in de Vesting. Met de zomer voor de deur is het een mooi moment om weer even bewust met je kleding en stijl bezig te zijn en jullie lente- en zomergarderobe nader te bekijken.

Is je figuurtype veranderd, enkele kilootjes bij of af?

Heb je een andere haarkleur? Is je kleurenpallet hetzelfde gebleven? Heb je binnenkort een zomerfeest? Ga je op vakantie? En stel je je de vraag of een short kan?

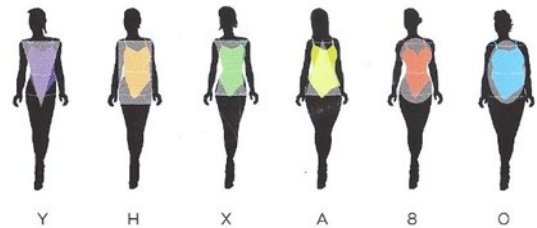
Welke modekleuren uit de zomercollectie staan me goed?

Op al die vragen zal Vera samen met jou antwoord geven tijdens de inspirerende workshop over kleur en stijl.

Iedereen is van harte welkom, ook de dames die de vorige workshops niet hebben gevolgd.

Kostprijs: €10

Inschrijven kan t.e.m. vrijdag 02/05/2025.



Dinsdag 06/05/2025 - 13u30 tot 16u00

Anti-dieetdag - Taartenslag

Anti-Dieetdag = Taartdag!

Zeg *dag* tegen diëten en *hallo* tegen heerlijke verleidingen! Op **Anti-Dieetdag** vieren we het lekkerste wat het leven te bieden heeft: verse, verrukkelijke taarten!

Waarom kiezen voor beperkingen als je kunt genieten van de ultieme lekkernijen?

Dit is je kans om onze gloednieuwe taarten te proeven in ons vernieuwd eetcafé.

Onze kaastaart steelt de show, romig, fris en onweerstaanbaar. Maar ook de andere smaakvolle creaties staan voor je klaar om je smaakpapillen te verwennen!

Kom langs, trakteer jezelf, en maak van Anti-Dieetdag een dag om nooit te vergeten.

Waar wacht je nog op?

Kom genieten van een stukje geluk op je bord!



Dinsdag 13/05/2025 vanaf 13u30

Ijssalon

Kom genieten in ons ijssalon!

Op zoek naar een heerlijke traktatie? Wij verwelkomen je graag in ons **ijssalon**, waar je kunt genieten van **verschillende ijscoupes** in de gezelligste sfeer! Of je nu gaat voor een klassieke **bananasplit**, een verrukkelijke **dame blanche**, of een andere heerlijke coupe – we hebben voor ieder wat wils!

Al onze coupes zijn **slechts 4,50 euro** en worden met liefde bereid. Kom langs en trakteer jezelf deze verwennerij. Perfect voor een zonnige dag of een gezellig uitje met vrienden of familie.

Tot dan ?



Maandag 19/05/2025 – ganse dag

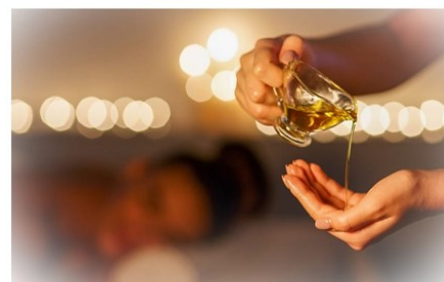
Massagedag in LDC de Vesting

Reserveer jouw relaxmomentje op maandag 19 mei in LDC de Vesting. Je kan genieten van 45 minuten massage. Twee ervaren massage therapeuten, Ellen en Hilde, komen naar de Vesting om jou in de watten te leggen.

Geniet van jouw momentje zelfzorg.

Denk aan warme oliën, ritmische aanrakingen en lekkere geuren.

Kom alleen of samen met een vriend of vriendin of met jouw partner. Of geef iemand een massage cadeau.



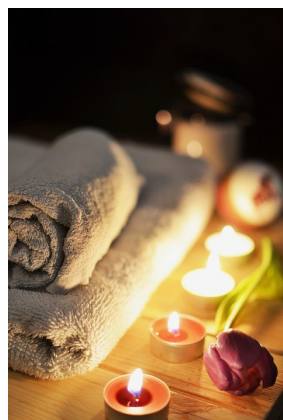
Inschrijven kan enkel telefonisch op het nummer 055/460.680.

Kostprijs is 45 euro per persoon. Dit betalen jullie vooraf op het rekeningnummer van LDC de Vesting.

Extra info:

- Draag best makkelijke kledij
- Breng 2 grote badhanddoeken mee
- Heb je momenteel medische problemen, raadpleeg dan zeker eerst je arts als een massage kan/mag.

SAMEN
vlekkkrachtig





Woensdag 14/05 en 21/05 - 15u tot 17u

Herstelacademie – Hoe kan ik mijn slaap verbeteren?

Hoe werkt slaap? Hoe kan je beter slapen?

We bespreken wetenschappelijke inzichten over slaap:

- Hoe regelt je lichaam slapen en waken?
- Welke fasen heeft slaap?
- Welke functies heeft slaap?
- Hoe verandert slaap doorheen de levensloop?
- Wat zijn mythes en weetjes over slaap?
- Hoe houden slaapproblemen verband met andere problemen?

We bespreken slaapadviezen en hoe je ze kan toepassen, onder andere:

- Slaaphygiëne
- Slaaprituelen
- Slaapmedicatie
- Slaaptherapie

We delen ook ervaringen met elkaar!

Zo krijg je tips om je nachtrust te verbeteren.

Trainer: Bob Crombez

Kostprijs: 10 euro voor beiden namiddagen

Inschrijven kan tot en met vrijdag 09/05/2025.

Dinsdag 20/05/2025 - 13u30 tot 16u

Snoepjes – Kaarting

Snoepjeskaarting: Zoet, gezellig & spannend!

Heb jij ook zin in een zoet avontuur? Kom dan naar onze **Snoepjeskaarting** en win heerlijke lekkernijen! Dus kom gezellig langs, leg een kaartje en laat de snoepjes achteraf smaken.

Tot dan en veel succes!



Maandag 26/05/2025 - 14u tot 17u

Leonard Cohen – Peter Vereecke

Sinds de jaren vijftig was hij 60 jaar lang onafgebroken en eigenzinnig artistiek en maatschappelijk bezig als schrijver, dichter, zanger, songwriter, vrouwenliefhebber, filosoof en 'levenskunstenaar', ... Zijn populariteit nam met de jaren almaar toe.

Maar wie was hij? Hoe is zijn leven en carrière verlopen? Waarnaar zocht hij? Waarover gaan zijn songs? Waarom gaat er zo'n magische uitstraling uit van deze man? Voor velen vragen die antwoorden verlangen ...

Peter Vereecke neemt je graag mee op een muzische verkenningskuier en een boeiende, intieme, inspirerende en filosofische beleving aan de hand van uitvoerig klank- en beeldmateriaal over leven en werk van een bijzonder man, die heel zijn leven door zijn eigen weg gegaan op zoek naar schoonheid, waarheid en de diepere zin van ons bestaan als mens.

Deze namiddag richt zich tot iedereen: zowel wie Leonard al (lang) waardeert als wie deze veelzijdige artiest nog niet (echt) kent. Kennis van het Engels is echt niet vereist want van de songs waar dieper op ingezoomd wordt, krijg je er behalve de diepere betekenis ook de vertaling bij.

Kostprijs: 7 euro (koffie inbegrepen)

Inschrijven kan tot vrijdag 23/05/2025



Dinsdag 27/05/2025: 14u – 16u

Muziekquiz

Ben jij een echte muzikkenner? Dit is je kans om te laten zien hoeveel je weet van hits van vroeger en nu, klassiekers en alles daartussenin!

Kom samen met je vrienden, breng je kennis en een flinke dosis enthousiasme mee en strijd tegen andere muziekliefhebbers in onze Muziekquiz!

Verwacht verrassende rondes, leuke weetjes en natuurlijk: geweldige muziek!
Onze quizmaster Rudi Mertens leidt alles in goede banen.

Te winnen? Roem, eer én misschien een prijs!

Inleg? Jullie betalen elk 1,50 euro om mee te spelen.

Mis het niet – de perfecte gelegenheid om je muziekhart te laten spreken!

Schrijf je snel in! (Want vol = vol)





Juni 2025



Dinsdag 03/06/2025

‘Jij bent de kers op mijn taart’-actie

LDC de Vesting deelt kersentaartjes uit! Iedereen die dit wil kan een gebakje kopen en schenken aan iemand bijzonder.

Iedereen die dit wil, kan via de Vesting een kersentaartje kopen om te schenken aan een goede kennis, vriend of geliefde. Hun ‘kers op de taart’, zeg maar. Op de bijhorende kaartjes kunnen de meest uiteenlopende boodschappen genoteerd worden. Van gewoon ‘merci’ tot ‘we missen jullie’. Of hoe een gebakje soms oude, vervlogen vriendschappen terug kan aanhalen.

Alle taartjes worden op dinsdag 3 juni 2025 rondgebracht door de medewerkers en vrijwilligers van LDC de Vesting.

Je kan bij ons een stuk taart bestellen tot en met 26 mei. Je boodschap kan je bij één van de medewerkers van het LDC persoonlijk op het kaartje komen schrijven of je kan ons bellen: 055/460.680 of mailen: devesting@oudenaarde.be Dan zorgen wij dat de boodschap mooi terecht komt.

Ook het adres van de persoon waar we het moeten leveren kan je via deze kanalen aan ons bezorgen.

Let op! Wij rijden enkel uit in Oudenaarde en deelgemeenten.

Je betaalt hiervoor €5. Betalen kan via bancontact aan de balie van het Sociaal Huis of via overschrijving BE75 0910 2162 3551.



♥ Je bent de kers op
♥ mijn taart!

EEN KLEIN GEBAAAR, SPECIAAL VOOR JOU:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Bedankt!





Dinsdag 03/06 en Vrijdag 13/06/2025 - 9u00 tot 13u

Koken i.s.m. S-plus

Zet het in je agenda: **vrijdag 13 juni!** Onze vrijwilligster **Christine Wallez** gaat opnieuw met jullie koken. Van **9u tot 13u** duiken we samen de keuken in voor een smakelijke **workshop**.

Wat kun je verwachten?

Een goed gevulde ochtend vol heerlijke gerechten die je helemaal in de juiste sfeer brengen. En uiteraard komt alles wat we maken ook op tafel om van te genieten!



Inschrijven en betalen:

De kostprijs voor deze workshop bedraagt **€18**. Dit bedrag kan je overmaken op de rekening van S-plus: **BE36 9731 7604 0381**, met vermelding van je naam.

Belangrijk!

Inschrijven en vooraf betalen is verplicht. Controleer eerst of er nog plaatsen beschikbaar zijn door te bellen of te mailen naar:

Wallez Christine: 0486 21 89 83

E-mail: christine.wallez@telenet.be

Kom gezellig meekoken en genieten van een heerlijke ochtend vol . We hopen je daar te zien!

Tot dan!

Donderdag 12/06/2025

Praatcafé dementie –

De kracht van herinneringen: muziek, levensverhaal, ...

Belangrijke momenten in ons leven zijn vaak gekoppeld aan muziekherinneringen. Momenten van geluk, verdriet en vreugde. Bij mensen met dementie kan muziek een vergeten herinnering of het gevoel hierbij naar boven halen. Er komt steeds meer bewijs voor de positieve effecten van het luisteren naar favoriete muziek bij mensen met dementie.

Muziek is één van de laatste dingen in het brein dat vervaagt. Het beïnvloedt de stemming zeer positief en het is een manier om contact te maken. Ook voor mensen met dementie in een vergevorderd stadium. Vaak komen naar aanleiding van de muziek allerlei herinneringen, verhalen en emoties los.

Het levensverhaal is heel belangrijk in welzijn en zorg.

Als we meer weten over iemands ervaringen, achtergrond en wat belangrijk voor hen is, kunnen ze betere en meer persoonlijke zorg geven. Het kennen van het levensverhaal helpt om een goede band op te bouwen en te begrijpen waarom iemand zich op een bepaalde manier gedraagt of wat hij of zij nodig heeft. Dit is extra belangrijk bij mensen met dementie, omdat zij vaak beter dingen van vroeger herinneren dan wat er nu gebeurt. Aandacht voor het levensverhaal maakt de zorg dus beter en helpt mensen zich prettiger te voelen.

19u30 - Gratis toegang - eetcafé de vesting



Dinsdag 17/06/2025 om 9u00 en 13u30

Bakken i.s.m. S-plus

Bakschorten aan en aan de slag met S-plus!

We gaan we opnieuw de handen uit de mouwen steken!

Wat kun je verwachten?

Een dag vol bakken, leren en natuurlijk... proeven!
Het wordt een gezellige en smaakvolle ervaring waarbij we samen de lekkerste taarten en gebak maken. En misschien ontdek jij wel je nieuwe favoriete bakrecept!



Wanneer?

De workshop vindt zowel in de voor- als in de namiddag plaats. Zorg dat je erbij bent!

Hoe inschrijven?

De kostprijs voor de workshop is €12, te betalen op de rekening van S-plus:

BE36 9731 7604 0381, met vermelding van je naam.

Let op!

Inschrijven en vooraf betalen is verplicht. Voor dat je overschrijft, neem even contact op om te checken of er nog plaats is! Dit kan via:

Wallez Christine: 0486 21 89 83

E-mail: christine.wallez@telenet.be

Dus, wil jij samen met ons bakken, lachen en smullen? Kom dan gezellig mee! Wij zorgen voor de ingrediënten, jij voor de gezelligheid.

Tot snel in onze keuken!

Maandag 30/06/2025

Bierfeestennamiddag Oudenaardse 55+ers

We houden ook dit jaar weer een heuse bierfeestennamiddag voor alle Oudenaardse 55-plussers. Deze gaat door in de **QUBUS**. We starten om 14u en het einde is voorzien rond 17u30.

Tickets kunnen verkregen worden aan €8. In deze prijs is er koffie en heerlijke taart inbegrepen.

Na de koffie kunnen we de beentjes losmaken op de beats van DJ Wim.

Inschrijven kan je doen t.e.m. 24/06/2024 door het bedrag over te schrijven op de rekening van de Seniorenraad: BE05 7370 0328 1875 (vermelding van naam) of via betaling met bancontact aan het onthaal van het Sociaal Huis Oudenaarde of via je seniorenbond.

Meer info kan je verkrijgen bij LDC de Vesting.

Let's Dance!!





Agenda

speciale dagen in ons eetcafé april – mei – juni

LET OP!

Op speciale dagen is er maar **1 menu!**

En dient er **vooraf ingeschreven** en **betaald** te worden.

Jullie ontvangen dan een **bonnetje**

die jullie de dag zelf moeten afgeven aan de kassa.

Woensdag 23/04/2025 – 11u30 tot 13u15

Frietkotdag

Frietkotdag met een Twist!

Beste frietliefhebbers,

Dit jaar pakken we **onze Frietkotdag** nét even anders aan! In plaats van de traditionele snacks, verwennen we jullie met een **heerlijke hamburger met frietjes!**

Kom langs en geniet van een smakelijke, versbereide hamburger met knapperige frietjes. Perfect voor een gezellige middag met vrienden of familie. Of je nu een burgerfan bent of gewoon dol bent op onze frietjes, wij zorgen ervoor dat je smaakpapillen in de wolken zijn!

Voor de kinderen voorzien wij een heerlijke frikandel en kippenuggets.

We hopen jullie te zien en samen een heerlijke tijd te beleven!

Kostprijs? Jullie betalen hiervoor hetzelfde tarief zoals gewoonlijk.

Inschrijven ten laatste tegen 15/04/2025





12/05/2025 – 18/05/2025

Spaans Portugese week

In de week van 12 mei is het tijd voor een culinair avontuur!

Dinsdag 13 mei

11u30 tot 13u15

Frango com piri piri

Een Pittige Portugese Verwennerij

Op **13 mei** bieden wij in ons eetcafé een bijzonder gerecht aan: **Frango com Piri Piri** – een heerlijke Portugese klassieker die liefhebbers van pittige smaken absoluut niet mogen missen!

Deze smakelijke kip wordt gemarineerd in een pittige mix van piri-piri pepers, knoflook, olijfolie en kruiden. Het resultaat is een kip die vol van smaak is, met de juiste hoeveelheid pit die elke hap tot een smaakvolle ervaring maakt.

Frango com Piri Piri wordt geserveerd met knapperige frietjes en een frisse salade.

Kostprijs? Jullie betalen hiervoor hetzelfde tarief zoals gewoonlijk.

Inschrijven en betalen ten laatste tegen 05/05/2025



We nodigen jullie uit om te genieten van een **heerlijke, huisgemaakte paëlla** – het perfecte gerecht voor een gezellige en smaakvolle beleving.

Onze chef bereidt deze klassieker met veel liefde, met verse zeevruchten, malse kip, en een rijke mix van specerijen.

Donderdag 15 mei

11u30 tot 13u15

Paëlla

Het resultaat? Een kleurrijke, geurige paëlla die je recht naar de zonovergoten kusten van Spanje transporteert!

Kom samen met vrienden, familie of collega's en laat je verwennen door dit iconische gerecht. Eén hap en je begrijpt meteen waarom paëlla altijd zo geliefd is!

Kostprijs? Jullie betalen hiervoor €16 per persoon of €13 indien je inwoner van Oudenaarde bent én 65+ of €8.50 indien je een OK-pas hebt.

Inschrijven en betalen ten laatste tegen 05/05/2025.

Woensdag 11/06/2025 – 11u30 tot 13u15

Aspergemenù

Het is weer die tijd van het jaar – **de asperges zijn er!**
En wat is er nu beter dan het voorjaar te vieren met een speciaal **aspergemenù** vol heerlijke, verse smaken?

We hebben een bijzonder menu samengesteld waarin de koning der groenten centraal staat: **de witte asperge**.
Wie houdt er nu niet van **Asperge à la Flamande** (asperges met een gesmolten botersaus en hardgekookte eieren) met puree.

Laat je verleiden door de heerlijke smaak van deze lenteklassieker. Het aspergeseizoen is kort, dus grijp je kans om deze delicatessen in al zijn glorie te proeven!

Kostprijs? Jullie betalen hiervoor €17 per persoon of €14 indien je inwoner van Oudenaarde bent én 65+ of €9.50 indien je een OK-pas hebt.



Inschrijven en betalen ten laatste tegen 03/06/2025.

Dinsdag 01/07/2025 – 11u30 tot 13u15

Koud buffet

Het moment is aangebroken om de **congé** in te zetten en dat doen we dit jaar in stijl: met een **uitgebreid koud buffet!**

Kom genieten van een verfijnde selectie van koude gerechten: van frisse salades en sappige charcuterie tot smakelijke broodjes en verrassende dips. Alles wordt zorgvuldig bereid met de beste ingrediënten en gepresenteerd in een ontspannen, gezellige sfeer – perfect voor een zomerse maaltijd met vrienden, collega's of familie.

En het beste van alles? Je kunt je maaltijd **binnen in ons gezellige eetcafé** nuttigen, of **buiten op ons zonnige terras** – kies de sfeer die jij het fijnst vindt!

Breng de zonnestralen alvast mee en geniet van deze heerlijke lekkernijen terwijl we samen het begin van de welverdiende vakantie inluiden!

Kostprijs? Jullie betalen hiervoor €18 per persoon of €15 indien je inwoner van Oudenaarde bent én 65+ of €10,50 indien je een OK-pas hebt.

Inschrijven en betalen ten laatste tegen 23/06/2025.



KALENDER LDC DE VESTING - APRIL 2025

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIDAG
	1 9u - 13u: Koken i.s.m. S-plus 14u-16u: Huis van Loes	2 9u30-11u: Linedance 10u30-11u30: Duits 14u-16u: Petanque	3 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst) 19u30: Praatcafé dementie	4 9u30-12u: Meerstuin
7	8	9	10	11
Paasvakantie				
14u-16u: Spellefjesnamiddag	13u -17u: Beego - punt 14u-16u: Petanque	16	17	18
14	15	16	17	18
Paasvakantie				
14u-16u: Spellefjesnamiddag			13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	9u30-12u: Samenlezen 9u30-12u: Meerstuin 10u-11u30: Franse conversatie
21	22 9u-12u30: Franse Bistro 14u-16u: Huis van Loes	23 9u30-11u: Linedance 10u30-11u30: Duits 11u30-13u15: Frietkotdag in het eetcafé 13u -17u: Beego - punt 13u30-16u: Teken 14u-16u: Petanque	24 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	25 9u30-13u: Samen koken, samen eten 9u30-12u: Samenlezen 9u30-12u: Meerstuin
PAASMAANDAG				
28 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spel in de kijker / spellefjesnamiddag 15u30-17u: Leesclub	29 9u30-11u: Linedance 14u-16u: Petanque	30		

KALENDER LDC DE VESTING - MEI 2025

Op **zaterdag 17/05/2025** is er een plantenbeurs van Velt in onze bar. Deze gaat door van 9u tot 13u!

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIDAG
			1 Dag van de arbeid	2 9u30-12u: Meerstuin
5 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spelleijesnamiddag	6 9u-13u: Kleur en Stijl 13u30-16u: Antidieetdag in het eetcafé	7 9u30-11u: Linedance 13u - 17u: Beego - punt 13u30-16u: Tekenen 14u-16u: Petanque	8 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	9 9u30-12u: Samenlezen 9u30-12u: Meerstuin 10u-11u30: Franse conversatie
12 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spel in de kijker / spelleijesnamiddag	13 11u30-13u15: Frango com piri piri in het eetcafé 14u-16u: Huis van Loes 13u30 - 16u: Jssalon in het eetcafé	14 9u30-11u: Linedance 10u30-11u30: Duits 14u-16u: Petanque 15u-17u: Herstelacademie-Hoe kan ik mijn slaap verbeteren?	15 11u30-13u15: Paëila in het eetcafé 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	16 9u30-13u: Samen koken, samen eten 9u30-12u: Meerstuin
19 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 9u-17u: Massagedag 14u-16u: Spelleijesnamiddag 15u30-17u: Leesclub	20 9u-12u30: Franse Bistro 13u30-16u: Snoepjes - kaarting	21 9u30-11u: Linedance 13u - 17u: Beego - punt 13u30-16u: Tekenen 14u-16u: Petanque 15u-17u: Herstelacademie-Hoe kan ik mijn slaap verbeteren?	22 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	23 9u30-12u: Samenlezen 9u30-12u: Meerstuin
26 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-17u: voordracht Peter Vereecke - Leonard Cohen 14u-16u: Spelleijesnamiddag	27 14u-16u: Huis van Loes 14u-16u: Muziekquiz	28 9u30-11u: Linedance 10u30-11u30: Duits 14u-16u: Petanque	29 Betaalde feestdag	30 Gesloten - brugdag

KALENDER LDC DE VESTING - JUNI 2025

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
2 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spellefjesnamiddag	3 Kerst op de taart - dag 9u-13u: Koken i.s.m. S-plus 14u-16u: Huis van Loes	4 9u30-11u: Linedance 13u -17u: Beego - punt 13u30-16u: Tekenen 14u-16u: Petanque	5 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	6 9u-12u 13u30-16u: Bloemschikken 9u30-12u: Meerstuin 9u30-12u: Samenlezen
9 PINKSTERMAANDAG	10	11 9u30-11u: Linedance 11u30-13u15: Aspergemenue in ons eetcafé 14u-16u: Petanque	12 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst) 19u30: Praatcafé dementie	13 9u-13u: Koken i.s.m. S-plus 9u30-12u: Meerstuin 10u-11u30: Franse conversatie PAS OP: in de namiddag is de bar dicht en zijn er geen activiteiten!
16 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spel in de kijker / spelletjesnamiddag 15u30-17u: Leesclub	17 9u-12u 13u-16u: Bakken i.s.m. S-plus 9u-12u-30: Franse Bistro 14u-16u: Huis van Loes	18 9u30-11u: Linedance 13u -17u: Beego - punt 13u30-16u: Tekenen 14u-16u: Petanque	19 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	20 9u30-13u: Samen koken, samen eten 9u30-12u: Samenlezen 9u30-12u: Meerstuin
23 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spellefjesnamiddag	24 14u-16u: Huis van Loes	25 9u30-11u: Linedance	26 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	27 9u30-12u: Meerstuin
30 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-17u30: Bierfeestenmiddag in de QUBUS PAS OP! Wegens de bierfeestenmiddag zijn er geen activiteiten in de namiddag	1 JULI 11u30-13u15: Koud buffet in ons eetcafé			