



De Sjamoon

November 2025



Onze teams staan voor jou paraat

Teamverantwoordelijke Wonen & Leven



Els Peetroons

Teamverantwoordelijke Buurtgerichte zorg Dienstencentrumleider De Pasja & Beverberg



Leen Janssens

Teamverantwoordelijke Buurtgerichte zorg Dienstencentrumleider De Lemoon & 't Hoveniertje



Mira Demartin

De medewerkers van onze dienstencentra staan klaar voor jullie!



Locatieverantwoordelijken Dienstencentra



Ursula



Peggy



Gerda



Marijke Gijbels ('t Hoveniertje)
Cindy Malfliet (De Lemoon)
Veerle Tordeur (De Pasja)



Nathalie



Veronica



Febe



Anne



Kelly



Kato

Het mooiste
werk is
team-werk!



Beste Sjamoonlezer,

November brengt de stilte van vallende bladeren, de geur van herfstige wandelingen en het verlangen naar verbondenheid. In deze maand, waarin de dagen korter worden en de avonden langer, zoeken we elkaar op voor warmte, gesprekken en zorgzame momenten. Het is een maand waarin kleine gebaren groot kunnen zijn: een luisterend oor, een kop koffie, een uitnodiging om samen iets te doen.

In het lokaal dienstencentrum zien we elke dag hoe belangrijk die ontmoetingen zijn. Hoe een activiteit, een gesprek of een glimlach het verschil kan maken. Het lokaal dienstencentrum draait om nabijheid, om écht luisteren, om samen kleine dingen groot maken.

Er staan verschillende activiteiten op het programma die ons verbinden - als mensen, als gemeenschap. Samen maken we van elke dag een betekenisvolle ontmoeting.

Laten we in november extra aandacht hebben voor wie misschien wat meer nabijheid nodig heeft.

Warme groeten,

Leen en Mira



In de kijker: Kerstfeest LDC's



We voelen stilaan het einde van het jaar naderen, daarom al een blik vooruit op het kerstfeest.

Het kerstfeest van onze dienstencentra gaat door op **donderdag 18 december 2025** van 11u tot 17u in de cafetaria van Centrum Van Koekenbeek.

Het belooft weer een gezellige namiddag te worden en er staat weer heel wat lekkers op het menu.

Ook komen de Swinging Shoemakers onze namiddag muzikaal opluisteren en zorgen ze voor de nodige ambiance.

Hou deze datum dus zeker al vrij!

Save the date: kerstkriebels in onze LDC's

Ook dit jaar vieren we kerst samen in onze lokale dienstencentra. Zet deze gezellige momenten alvast in je agenda:

3 december: Winterfeest in LDC 't Hoveniertje van 12u tot 17u:

Geniet van een heerlijke pitaschotel met frietjes, huisgemaakte sauzen en gebak. DJ Francis zorgt voor de muzikale sfeer!

13 december: Kerstmarkt Sint Veroon (Lembeek) van 14u tot 20u:

LDC De Lemoon is aanwezig met een leuke workshop: *cadeautjes creatief inpakken!* Kom langs en laat je inspireren of kom kijken naar inzegening van de kerststal en de aankomst van het vredeslicht.

13 & 14 december: Kerstmarkt @ LDC De Pasja en WZC Zonnig Huis van 13u tot 17u30

Gezellige kerstsfeer, kraampjes, winterse gezelligheid en warme ontmoetingen.

18 december: Kerstfeest in LDC De Pasja in de cafetaria van Centrum Van Koekenbeek.

Een feestelijke namiddag vol warmte en gezellig samenzijn. Meer info volgt later!

Natuurweetjes

De komst van de herfst maakt van je tuin een levendige en boeiende plek. De temperaturen zakken, de tuinvogels komen terug, de egel schuurt tussen de bladeren en de paddenstoelen maken de boel mysterieus. Tuinieren in de herfst, da's genieten met een frisse neus.

Hang nestkastjes op

Vogels moeten vaak wennen aan een nieuw nestkastje. Je kan de nestkast het hele jaar laten hangen in je tuin. De vogels hebben dan alle tijd om ze te ontdekken, ook buiten het broedseizoen. Bovendien kunnen de koolmees, de pimpelmees en zelfs de grote bonte specht er in de koude winternachten in slapen.



Plant een haag

Hou rekening met de juiste plantperiode voor hagen. Je kan ze pas aanplanten wanneer de planten in rust zijn: van begin november tot einde maart.



Maak je tuin vogelvriendelijk

Wie in de herfst vogels voedert, is er zeker van dat zijn gevleugelde vrienden in de winter de weg naar de voedertafel vinden.



Laat bladeren liggen

Maar liefst een derde van je afval kan omgetoverd worden in krachtvoer voor je tuin. Door te composteren doe je eigenlijk wat de natuur altijd al gedaan heeft: de natuurlijke kringloop zijn gang laten gaan. Voor vogels en egels is een composthoop een 'al you can eat'-buffet en het best van al, een compostbak geeft geen nare geurtjes.



Laat de paddenstoelen toe in je tuin

De herfst is een piekperiode voor paddenstoelen. Het zijn intrigerende en nuttige verschijningen; ze ruimen je tuin op en zorgen op hun eigen manier voor de natuur.



Zorgcafé

Zorgcafé

november 2025

Thema: 'Het lokaal dienstencentrum is er voor jou!'

Maandag 10 november 2025 om 14u30

LDC 't Hoveniertje

Kopheiweg 14 in Halle | 02 360 15 74

Donderdag 13 november 2025 om 14u30

LDC De Pasja

A. Demaeghtlaan 36 in Halle | 02 359 27 28

Donderdag 20 november 2025 om 14u

LDC De Lemoon

Stationsstraat 2 in Lembeek | 02 356 42 19

Naast een gezellige ontmoetingsplek met leuke activiteiten is het lokaal dienstencentrum ook een plaats waar je terecht kan voor praktische hulp. Zo kan je bij ons genieten van een warme maaltijd voor een kleine prijs, de was doen, een (begeleide) douche nemen en nog zoveel meer. Kom langs op ons zorgcafé in november en ontdek wat we voor jou kunnen betekenen!

www.halle.be/lokale-dienstencentra

Meer info via info@halle.be



Activiteiten De Lemoon NOVEMBER

INSCHRIJVING VOOR ACTIVITEITEN

Wij vragen jullie om voor elke activiteit, minstens 3 dagen op voorhand in te schrijven.
Zonder inschrijving geen deelname. Alvast bedankt!

Datum	Uur	Activiteit	€
Maandag 3	14u30	Haak- en breinamiddag	gratis
Dinsdag 4	14u30	Boodschappendienst	vervoer 2
Woensdag 5	14u30	Sjoelbak	gratis
Donderdag 6	14u - 16u	Digihelper	gratis
Vrijdag 7	14u30	Rummikub	gratis
Maandag 10	14u30	Haak- en breinamiddag	gratis
Dinsdag 11		Wapenstilstand: De Lemoon is gesloten	
Woensdag 12	14u30	Crea: Knutselen voor kerstmarkt	gratis
Donderdag 13	14u30	Koken: Desserten	gratis
Vrijdag 14	14u30	Desserten namiddag	prijzlijst
Maandag 17	14u	 Dansnamiddag met het duo 'Two of Us' @ CC 't Vondel	3 vervoer 2
Maandag 17	14u30	Haak- en breinamiddag	gratis
Dinsdag 18	14u30	Bingo	0.50/kaart
Woensdag 19	9u30	 'Zenne zingt' met nadien taart en koffie @ Don Bosco kerk Buizingen Inschrijven verplicht op 02 365 97 07 zelfstandige activiteit, zonder begeleiding van LDC	gratis
Donderdag 20	14u30	Zorgcafé: Dienstverlening in het LDC	gratis
Donderdag 20	15u10 - 16u10	 Start to aquafit @ Sportoase Hallebad zelfstandige activiteit, zonder begeleiding van LDC	gratis
Vrijdag 21	10u - 17u30	Opendeurdag LDC: Deur'ke open	gratis
Maandag 24	14u30	Haak- en breinamiddag	gratis
Dinsdag 25	14u30	Kaarten: Koejonnen	gratis
Woensdag 26	14u30	Geheugentraining	gratis
Donderdag 27	14u30	Verjaardagsfeest	8 jarige gratis
Vrijdag 28	14u30	Crea: knutselen voor de kerstmarkt	gratis

Activiteiten in de kijker

Koken: desserts + dessertennamiddag

In ons lokaal dienstencentrum bakken we met hart en ziel heerlijke tiramisu en cake met advocaat. We zetten samen onze schouders onder dit zoete initiatief en vullen ons dienstencentrum met de geuren van vers gebak.

De desserts worden verkocht aan een zacht prijsje, toegankelijk voor iedereen. De opbrengst gaat integraal naar de strijd tegen dementie. Zo dragen we op een smakelijke manier bij aan een warmere samenleving. Samen maken we verschil - met elke hap, een beetje hoop.

Dus kom zeker mee desserts maken op **donderdag 13 november**.
Op **vrijdag 14 november** gaat de verkoop zelf door.



Bingo

Op **dinsdag 18 november** klinkt er gelach en spanning in het lokaal dienstencentrum. Dan komen we samen voor een gezellige namiddag bingo. Met een kop koffie en een kaart in de hand zit iedereen klaar. De spanning stijgt bij elk cijfer dat wordt afgeroepen.

Kleine prijsjes zorgen voor grote glimlachen en leuke verrassingen. Onze medewerkers zorgen voor begeleiding en een warme sfeer. Het is meer dan een spel - het brengt mensen samen. Bingo bij ons is telkens een moment van plezier en verbondenheid.



Activiteiten 't Hoveniertje NOVEMBER

INSCHRIJVING VOOR ACTIVITEITEN

Wij vragen jullie om voor elke activiteit, minstens 3 dagen op voorhand in te schrijven.
Zonder inschrijving geen deelname. Alvast bedankt!

Datum	Uur	Activiteit	€
Maandag 3	14u30 - 15u15	Gym je fit	gratis
Woensdag 5	14u30	Geheugentraining	gratis
Donderdag 6	14u30	Koken: Pompoensoep	gratis
Vrijdag 7	14u30	Darts	gratis
Maandag 10	14u30	Zorgcafé: Dienstverlening in het LDC	gratis
Woensdag 12	14u30	Rummikub met Geneviève	gratis
Vrijdag 14	14u30	Bakschieting	gratis
Maandag 17	14u	 Dansnamiddag met het duo 'Two of Us' @ CC 't Vondel	3 vervoer 2
Woensdag 19	9u30	 'Zenne zingt' met nadien taart en koffie @ Don Bosco kerk Buizingen Inschrijven verplicht op 02 365 97 07 zelfstandige activiteit, zonder begeleiding van LDC	gratis
Woensdag 19	14u30	Rummikub met Geneviève	gratis
Donderdag 20	15u10 - 16u10	 Start to aquafit @ Sportoase Hallebad zelfstandige activiteit, zonder begeleiding van LDC	gratis
Vrijdag 21	10u - 17u30	Opendeurdag LDC: Deur'ke open	gratis
Dinsdag 25	14u30	Filmnamiddag: 'Out of Africa'	gratis
Woensdag 26	14u30	Kaartnamiddag met Geneviève	gratis
Donderdag 27	14u30	Verjaardagsfeest: november en december	8 jarige gratis
Vrijdag 28	14u30	Rad van fortuin	gratis

Activiteiten in de kijker

Koken: pompoensoep

Op **donderdag 6 november** maken we heerlijke pompoensoep! We gaan samen schillen, snijden, kruiden en natuurlijk ook proeven.

Iedereen is welkom om mee te helpen of gewoon te komen genieten. De keuken wordt het kloppend hart van deze gezellige activiteit.

We zorgen voor alle ingrediënten en een warme sfeer. Of je nu een keukenprins(es) bent of niet - meedoen is de boodschap!

Schrijf je snel in en laat je verrassen door de smaak van de herfst!



Filmnamiddag

Op **dinsdag 25 november** kan je komen meegenieten van een sfeervolle filmnamiddag. Op het programma staat de klassieker 'Out of Africa', vol passie en prachtige beelden. Maak je klaar voor een reis door tijd en ruimte. Kom zeker mee genieten van dit indrukwekkende verhaal.

Een warme namiddag die harten raakt en mensen samenbrengt.

Graag tot dan!



Activiteiten De Pasja NOVEMBER

INSCHRIJVING VOOR ACTIVITEITEN

Wij vragen jullie om voor elke activiteit, minstens 3 dagen op voorhand in te schrijven.
Zonder inschrijving geen deelname. Alvast bedankt!

Datum	Uur	Activiteit	€
Dinsdag 4	10u - 11u	Turnen @ Pasja leslokaal	gratis
Dinsdag 4	14u - 15u	Winkeltje @ VKB	prijslijst
Woensdag 5	14u30 - 15u30	Geheugentraining @ Pasja leslokaal	gratis
Donderdag 6	14u30	Confituur maken @ VKB	kleine pot: 2 grote pot: 4
Vrijdag 7	10u30	Groepsgym @ VKB	gratis
Vrijdag 7	14u - 15u	Digihelper @ VKB	gratis
Maandag 10	14u30	Adviesraad LDC De Pasja @ VKB	gratis
Woensdag 12	9u	Koken: Pompoensoep met balletjes @ VKB	prijslijst
Donderdag 13	8u - 10u	Ontbijt @ VKB	8
Donderdag 13	14u30	Zorgcafé: Dienstverlening in het LDC @ Pasja leslokaal	gratis
Vrijdag 14	14u30	Winterbar @ LDC De Pasja	prijslijst
Maandag 17	14u	 Dansnamiddag met het duo 'Two of Us' @ CC 't Vondel Afspraak voor vertrek te voet om 13u15	3
Dinsdag 18	10u - 11u	Turnen @ VKB	gratis
Dinsdag 18	14u30	Sjoelbak @VKB	gratis
Woensdag 19	9u30	 'Zenne zingt' met nadien taart en koffie @ Don Bosco kerk Buizingen Inschrijven verplicht op 02 365 97 07 zelfstandige activiteit, zonder begeleiding van LDC	gratis
Woensdag 19	14u30	Culturele namiddag @ Patio Zonnig Huis	prijslijst

TERUGKERENDE ACTIVITEITEN

Breiclub: elke vrijdagmiddag van 14u tot 17u in cafetaria van VKB

Gym je fit: elke maandag van 10u tot 11u in Pasja leslokaal

Hobbynamiddag: elke maandag om 14u in LDC De pasja

Activiteiten in de kijker

Datum	Uur	Activiteit	€
Donderdag 20	15u10 - 16u10	 Start to aquafit @ Sportoase Hallebad zelfstandige activiteit, zonder begeleiding van LDC	gratis
Vrijdag 21	10u - 17u30	Opendeurdag LDC: Deur'ke open	gratis
Maandag 24	14u30	Verjaardagsfeest @ VKB	8 jarige gratis
Dinsdag 25	14u30	Handverzorging @ kapsalon VKB	3
Woensdag 26	14u30	Bingo @ LDC De Pasja	0.50/kaart
Vrijdag 28	14u30	Versieren Sinterklaas @ VKB	gratis

Smaakvolle herfst in De Pasja

De herfst is in het land, en dat voelen we ook in onze keuken! In november zetten we bij ons dienstencentrum drie gezellige activiteiten op het menu, speciaal voor onze senioren.

Op **donderdag 6 november** maken we samen heerlijke **huisgemaakte confituur**. Wij voorzien al het nodige fruit en materiaal - jullie zorgen voor de gezelligheid!

Op **woensdag 12 november** warmen we ons op met een dampende kom **pompoensoep met balletjes**. Kom mee snijden, koken en natuurlijk: proeven!

Op **woensdag 19 november** nemen we je mee op een culinaire wereldreis tijdens onze **culturele namiddag**. Laat je verrassen door verschillende standjes met **hapjes uit verschillende culturen**, met verhalen en smaken die je meenemen naar verre oorden.

Schrijf je tijdig in en beleef samen met ons een smaakvolle november!



De Pasja



De Lemoon



't Hoveniertje



Beverberg



Interview



In gesprek met Hilaire De Crem - een geëngageerde senior met een hart voor Halle

Tijdens de Ouderenweek zetten we graag actieve ouderen in de kijker die zich met hart en ziel inzetten voor hun gemeenschap. Eén van die inspirerende figuren is **Hilaire De Crem**, een vertrouwd gezicht binnen de seniorenraad van Halle. Met zijn jarenlange betrokkenheid en tomeloze inzet voor de belangen van ouderen, is Hilaire een voorbeeld van hoe engagement op latere leeftijd een stad

mee vorm kan geven. We gingen met hem in gesprek over zijn motivatie, zijn visie op ouder worden, en wat hem drijft om zich zo actief in te zetten voor de senioren van Halle.

Kan je je even voorstellen?

Mijn naam is Hilaire De Crem, Hallenaar, altijd al geweest.

Sinds 12 jaar voorzitter van de Stedelijke Seniorenraad van de stad Halle. Op vraag van anderen, ben ik direct na mijn pensioen lid geworden van de seniorenraad en momenteel dus nog steeds voorzitter. Ik was actief in een andere sector, maar deze had niets te maken met ouderen. Op 24 oktober wordt er een nieuwe voorzitter en een nieuw bestuur verkozen.

Wat doet een seniorenraad?

De seniorenraad zijn allemaal gemotiveerde vrijwilligers die zich bezighouden met het reilen en zeilen van de senioren. 25 procent van de Halse bevolking is 65 plus en de verwachting is dat dit percentage gaat toenemen. Binnen de groep van senioren is er een grote verscheidenheid qua leeftijd, mobiliteit, eigen noden en eigen bezorgdheden. Er is een grote groep van alleenstaanden. Als seniorenraad zoeken we samen met het bestuur een oplossing voor deze problematieken. Maar de seniorenraad heeft geen beslissingsrecht, we signaleren en melden dit aan het bestuur. Op 24 oktober wordt er een nieuwe raad gekozen, de stad Halle heeft gekozen om de raad te behouden.

Hoe ziet u de rol van de lokale dienstencentra binnen onze gemeenschap?

De LDC's zijn een schakel waar de bevolking zonder vrees binnen kunnen komen. Senioren kunnen er terecht voor een luisterend oor, waar ze samen problemen kunnen bespreken en samen een oplossing kunnen zoeken. Ze bieden dienstverlening aan zoals maaltijden, mogelijkheid tot hulp bij wassen en drogen van kleding, gezellig samen zijn, ... Het LDC en de seniorenraad zijn een schakel om de noden en wensen van de Halse inwoner te verdedigen. Het LDC is een open huis waar geen onderscheid gemaakt wordt, waar iedereen welkom is. Het is een mooi initiatief, maar te weinig gekend. Iedereen is welkom, ook jonge senioren, en dit is vandaag nog te weinig geweten.

Wat zijn volgens u de grootste uitdagingen waar senioren vandaag mee te maken hebben?

De senior bestaat niet. Elke situatie van senioren is anders, de leeftijdscategorie, de gezondheidsstatus, financiële middelen, problemen rond administratie, medische problemen. Niet iedereen is mee met de digitale wereld, waardoor ouderen informatie missen, hulp moeten vragen, ... Binnen de groep van ouderen zijn er ook vele alleenstaanden.

Interview

Er is ook eenzaamheid binnen de groep van senioren, ze zijn minder mobiel, hebben al vrienden/familie verloren. Het is daarom belangrijk om als jonge senior een vriendenkring op te bouwen. Iedereen wil zo lang mogelijk thuis blijven wonen en vandaag de dag zijn er zeer vele organisaties die het mogelijk maken zoals het LDC en de thuiszorgdiensten.

Zijn er voorbeelden van succesvolle projecten of initiatieven die u zou willen uitlichten?

Van 17 tot en met 21 november gaat de Halse seniorenweek door.

- Op 17 november gaan we van start met een gezellige dansnamiddag in 't Vondel. De dansnamiddag vindt voor de 11e keer plaats, het is steeds een succes. Iedereen is welkom, je hoeft dus geen danser te zijn om een gezellige namiddag te beleven. De inkomprijs bedraagt € 3 en met een Kom!pas-kortingspas is het € 1. Daarnaast kan je er ook iets drinken aan een zeer democratische prijs.
- Op 18 november gaat er ook in 't Vondel een lezing door met als spreker Rik Torfs. De welgekende hoogleraar van de KU Leuven en radio en tv gezicht. Rik Torfs komt speciaal naar Halle om 14u.
- Op 19 november in de voormiddag vindt er in de Don Bosco kerk in Buizingen in samenwerking met Samana, Eerstelijnszone en de Seniorenraad een samenzang plaats. Er wordt ook taart en koffie voorzien.
- Daarnaast gaat er ook voor mobiele en niet-mobiele senioren een petanque-wedstrijd door in De Bres, op de vroegere schietstand. Voor de winnende ploegen hebben we prijzen voorzien. Er staat ook lijndans op het programma. Beginnende dansers kunnen kennismaken met het lijndansen en daarna kunnen ook de gevorderde dansers hun benen strekken.
- Ook de filmfanaten kunnen tijdens deze week terecht voor een film over de zanger Aznavour. De film wordt woensdag 2 maal getoond, een voorstelling om 14u en één om 20u, beide in 't Vondel.
- Op donderdag zijn het de sportievelingen die hun hart kunnen ophalen met een partijtje tennis. Het is een groot succes, want alle plaatsen zijn al volzet. Wandelclub De Krekels hebben een wandeling in Essenbeek uitgestippeld. Elk jaar gaat de wandeling op een andere plaats door.
- Donderdagnamiddag gaat de aquafit door, deze keer kan je gratis aan deze activiteit deelnemen. Je moet je wel vooraf inschrijven, want de plaatsen zijn beperkt.
- Van 1 tot en met 7 december gaat er in Lembeek een fotozoektocht door, het vertrek is aan LDC De Lemoon. Formulieren en een brievenbus kan je onder andere terugvinden in LDC De Lemoon.
- En op vrijdag is het de opendeurdag van de 3 Halse LDC's. Zij openen hun deuren en bieden verschillende activiteiten aan, voor ieder wat wils.

Ik zou zeggen, doe mee!!!

We willen alle vrijwilligers bedanken. Zonder de hulp van de vrijwilligers kunnen we deze week niet aanbieden. Er worden 8000 folders van de Halse seniorenweek verdeeld net als het programma van de opendeurdag van de lokale dienstencentra. Hou dus jullie brievenbus in de gaten.

Hilaire, bedankt voor dit interview!!!

Halse Seniorenweek

Halse Seniorenweek 2025 van 17 november tot 21 november

Een feest voor alle 60-plussers. Van 17 tot en met 23 organiseert de stad Halle samen met de seniorenraad en lokale verenigingen opnieuw een sprankelende **Halse Seniorenweek**. Een hele week lang worden 60-plussers uitgenodigd om deel te nemen aan een gevarieerd aanbod van activiteiten: van dans en sport tot lezingen, film en samenzang. Wat mag je verwachten?

Maandag 17/11:

Dansnamiddag met optreden Johan De Muylder met 'Two of Us' om 14u in CC 't Vondel.

Dinsdag 18/11:

Lezing met Rik Torfs 'tijdsgeest' om 14u in CC 't Vondel.

Woensdag 19/11:

Zenne zingt om 9u30 in Don Boscokerk Buizingen met nadien een zoete klets.

Petanquetornooi om 13u in Sportcomplex De Bres.

Lijndans om 13u en 14u in Sportcomplex De Bres.

Film 'Monsieur Aznavour' in CC 't Vondel om 14u en om 20u30.

Donderdag 20/11:

Tennistornooi om 9u op Sollenbeemd.

Wandelingen (2,5/5/8km) om 13u45, organisatie De Krekels, vertrek aan Sollenbeemd (voetbalvelden).

Aquafit: van 15u10 tot 16u30 - Sportoase Hallebad.

Vrijdag 21/11:

Deur'ke Open Lokale dienstencentra van 10u30 tot 17u in LDC De Pasja - De Lemoon en 't Hoveniertje (zie flyer voor meer info).

Doorlopend:

Fotozoektocht van 1 tot 30 november.

De meeste activiteiten zijn gratis of aan een kleine bijdrage en inschrijven is vaak niet nodig. De folder met het volledige programma en meer informatie zal binnenkort in jouw brievenbus belanden. Hou deze dus goed in de gaten en schrijf je in! Het is dé gelegenheid om nieuwe mensen te ontmoeten, iets nieuws te proberen en vooral: samen te genieten.



Deur'ke Open

Ontdek onze lokale dienstencentra: 1 opendeurdag op 3 locaties!

Op vrijdag 21 november zetten we de deuren open van onze drie lokale dienstencentra:
De Pasja, De Lemoon en 't Hoveniertje.

We nodigen je tijdens Deur'ke Open graag uit voor een dag vol inspirerende momenten, gezellige babbels en verrassingen.

Kom langs, doe mee aan een waaier van activiteiten en leer de mensen kennen die van onze lokale dienstencentra warme ontmoetingsplekken maken.

Op verschillende momenten doorheen de dag nemen locatieverantwoordelijken Cindy, Veerle en Marijke je graag mee voor een rondleiding. Zo ontdek je meteen wat er allemaal leeft in onze dienstencentra.

We kijken ernaar uit om je te verwelkomen!



Praktisch

- Alle activiteiten zijn gratis. Hiervoor hoeft je niet in te schrijven, spring gewoon gezellig binnen.
- Zin in een gezellige maaltijd op de middag? Reserveer een plek aan onze tafel. Bel voor 18 november naar het dienstencentrum:
 - LDC De Pasja: 02 359 27 28
 - LDC 't Hoveniertje: 02 360 15 74
 - LDC De Lemoon: 02 356 42 19
- Meer info via www.halle.be/lokale-dienstencentra of scan de QR-code. Hier vind je ook ons maandblad De Sjamoon!



stad Halle
Oudstrijdersplein 18, 1500 Halle
info@halle.be | www.halle.be



in de lokale
dienstencentra
in Halle

vrijdag 21 november
van 10u30 tot 17u



LDC De Pasja

- 📍 Auguste Demaeghtlaan 36, Halle
- ☎ 02 359 27 28
- 👤 Locatieverantwoordelijke Veerle

Programma

10u30 - Creatief met aperitiefhapjes
Samen koken én proeven? Welkom, met of zonder kookervaring!

11u30 - Rondleiding met Veerle

12u - Samen genieten van een warme maaltijd
Reserveer je plek voor 18 november via Veerle op 02 359 27 28.

13u - Rondleiding met Veerle

13u30 - Lachyoga
Lachen is gezond en verbindt mensen. Doe mee en laat je lach stralen!

15u - Rondleiding met Veerle

15u30 - Zing het uit tijdens onze karaoke!
Ben jij geboren voor het podium? Of geniet je liever vanuit het publiek? Iedereen is welkom!



LDC 't Hoveniertje

- 📍 Kopheiweg 14, Halle
- ☎ 02 360 15 74
- 👤 Locatieverantwoordelijke Marijke

Programma

10u30 - Lachyoga
Lachen is gezond en verbindt mensen. Doe mee en laat je lach stralen!

11u30 - Rondleiding met Marijke

12u - Samen genieten van een warme maaltijd
Reserveer je plek voor 18 november via Marijke op 02 360 15 74.

13u - Rondleiding met Marijke

13u30 - Bakschieten en darts
Mik, schiet en maak plezier tijdens een portie bakschieten en darts.

15u - Rondleiding met Marijke

15u30 - Dansfeest met Francis
Trek je dansschoenen aan en beweeg, beleef en geniet!



LDC De Lemoon

- 📍 Stationsstraat 2, Lembeek
- ☎ 02 356 42 19
- 👤 Locatieverantwoordelijke Cindy

Programma

10u30 - Taarten bakken met Hubert
Zin in een zoete voormiddag vol geur en smaak? Kom mee bakken!

11u30 - Rondleiding met Cindy

12u - Samen genieten van een warme maaltijd
Reserveer je plek voor 18 november via Cindy op 02 356 42 19.

13u - Rondleiding met Cindy

13u30 - Creatief met bloemen
Aan de slag met natuurlijke materialen: laat je creativiteit bloeien!

15u - Rondleiding met Cindy

15u30 - Lachyoga
Lachen is gezond en verbindt mensen. Doe mee en laat je lach stralen!

“Te Gek!?” campagne

Wat Schilt er?

Draag kopzorgen niet alleen.

Praten kan helpen.

Luisteren ook.

Op www.onderdeschil.be vind je tips als je zelf met iets zit én ontdek je hoe je iemand kan helpen.



KIJK
EENS
ONDER
DE
Schil



Vlaanderen
in gesprek met
psychologen

psyche



vroeg
over
kanker



ce
ra



vroeg
over
kanker



Te
Gek!?

KOPZORGEN
BIJ 65-PLUSERS
BESPREKBAAR MAKEN

“Te Gek!?” campagne

De “Te Gek!?” campagne is een initiatief van VLESP en Te Gek!? om psychische kwetsbaarheid bespreekbaar te maken en te verlagen.

Het doel:

Mensen aanmoedigen om voor elkaar te zijn en signalen van psychische problemen sneller te herkennen. Denk aan signalen zoals veranderingen in slaap, concentratie, eetgedrag, of toegenomen prikkelbaarheid.

Door alert te zijn, kunnen we elkaar helpen om sneller de juiste hulp te vinden en ernstigere problemen te voorkomen.

Kijk eens onder de schil - een campagne die raakt!

Ouder worden brengt veel moois met zich mee: levenservaring, zelfkennis en veerkracht. Maar het is ook een periode waarin veranderingen en verlieservaringen kunnen wegen op ons psychisch welzijn. Denk aan het afscheid nemen van dierbaren, het pensioen, of het lichaam dat niet meer alles mee wil. Dat is normaal, maar soms wordt het zwaar. En dan is het belangrijk om daarover te kunnen praten.

Met de campagne “**Kijk eens onder de schil**” wil Te Gek!? samen met o.a. de Vlaamse Ouderenraad en Zorgnet-Icuro psychische klachten bij 65-plussers bespreekbaar maken. Want wist je dat **1 op de 6 Vlaamse ouderen maandelijks gevoelens van angst of somberheid ervaart**? Toch blijven deze gevoelens vaak verborgen - onder de schil.

De **aardappel** staat centraal in deze campagne. Net zoals de schil de binnenkant verbergt, verbergen veel ouderen hun ware gevoelens. Ze lachen, praten mee, maar voelen zich vanbinnen soms verdrietig, leeg of angstig. Dat noemen we **kopzorgen**. En die mogen er zijn.

De campagne roept op om **onder de schil te kijken**: bij jezelf, bij je buur, bij je moeder of vader, bij een vriend. Want praten helpt. Steun vragen is geen teken van zwakte, maar van zorg voor jezelf. En ook als naaste kan je veel betekenen door signalen te herkennen en een luisterend oor te bieden.

Wil je meer weten? Op www.onderdeschil.be vind je tips, getuigenissen en info over waar je terecht kan voor hulp. Want samen zorgen we voor een warme, zorgzame samenleving - waar ook kopzorgen een plek krijgen.

Zeker de moeite om eens een kijkje te nemen!

Geestelijke gezondheid speelt een cruciale rol in hoe we ons voelen, functioneren en genieten van het leven. Het is daarom belangrijk om niet alleen voor je lichaam te zorgen, maar ook voor je geest. Maar wat betekent dat precies?

In de maand december zal **Tom Vermeulen**, Verpleegkundig onderzoeker aan Universiteit Antwerpen en Holistisch therapeut, komen vertellen over de veranderingen die gepaard gaan met het ouder worden en de nieuwe uitdagingen die kunnen ontstaan, zowel fysiek als mentaal.

Kom zeker luisteren:

Maandag 8/12 in LDC 't Hoveniertje van 14u30-15u30

Woensdag 10/12 in LDC De Lemoon van 14u30-15u30

Dinsdag 16/12 in LDC De Pasja (Pasja leslokaal) van 14u30-15u30



Digi-Wijs

Digi-Wijs: Samen digitaal sterker!

De digitale wereld verandert snel. Van online bankieren tot het maken van een doktersafspraak maar ook online naar boeken luisteren of podwaks. Steeds meer zaken verlopen via smartphone, tablet of computer. Nog steeds voor veel mensen niet altijd vanzelfsprekend. Digitale vaardigheden geven niet alleen meer zelfstandigheid, maar ook meer verbondenheid. En iedereen verdient de kans om mee te zijn - op zijn eigen tempo.

Ben jij ook te vinden voor een goede podcast? Of moet je de wondere wereld van podcasts nog ontdekken? Wij verzamelden vijf interessante en toegankelijke podcasts en podcast-afleveringen voor jou. In de tuin, op het strand of onderweg... In dit artikel vind je onze selectie van enkele interessante Belgische en Nederlandse podcasts.

Een podwat?

Een **podcast** is een soort **radioprogramma** dat je online beluistert, wanneer jij dat wil. Het kan gaan over gesprekken, verhalen of interviews. Je luistert podcasts via apps zoals **Spotify** of gewoon via een website. De meeste podcasts zijn ook gewoon **gratis!**



Koen Crucke over LGBTQ+-ouderen en eenzaamheid (BE)

Koen Crucke vertelt in deze aflevering openhartig over zijn ervaringen als oudere LHBTQ+-persoon. Hij kaart aan dat eenzaamheid bij LHBTQ+-senioren vaak nog taboe is en pleit voor meer aandacht en veilige ontmoetingsplekken voor deze vaak vergeten groep.

"Iedereen schrijft de 65-plusser direct af" - Mens Erger Je Niet (BE)

Voelen 65-plussers zich nog gezien? In deze aflevering van 'Mens, erger je niet' gaan presentatoren Xavier Taveirne, Chaima Saysay met Margriet Hermans in gesprek over alledaagse frustraties van ouderen. Gelukkig blijft het niet bij ergernissen alleen, maar worden er ook handige tips gegeven. Een boeiende en herkenbare aflevering vol interessante inzichten.

Ouderen Spreken zich Uit (NL)

Deze podcast is een initiatief van het Nederlandse adviesorgaan Raad van Ouderen. Elke aflevering zoomt in op een thema zoals zingeving, digitalisering of zelfredzaamheid, en laat ouderen zelf aan het woord. Hun persoonlijke verhalen tonen hoe divers en krachtig ouder worden kan zijn.

Vergrijzing is leuker dan je denkt (NL)

Vergrijzing saai of problematisch? Helemaal niet in deze verrassend optimistische aflevering van de podcastreeks 'Zo simpel is het niet'. Aan de hand van cijfers tonen presentatoren Marike Stellinga en Maarten Schinkel aan dat we eigenlijk best goed voorbereid zijn op de vergrijzing. De gemiddelde zeventiger is vandaag vitaler dan ooit, en als meer mensen langer actief blijven, hoeft die 'grijze golf' helemaal geen ramp te zijn - integendeel. Een frisse blik op een vaak somber voorgesteld thema.

Abonnement - herinnering!

Abonnement De Sjamoon

Beste Sjamoonlezers, vanaf heden kan u De Sjamoon ook bekijken op de website van de stad Halle via volgende link: <https://www.halle.be/lokale-dienstencentra>.

Het jaarabonnement van 2025 loopt nog tot en met december 2025.

Vanaf 2026 heeft u 3 keuzes:

1. een jaarabonnement op de papieren versie (tegen betaling)
2. U bekijkt De Sjamoon via het internet (gratis)
3. U ontvangt De Sjamoon via mail (gratis)

Via het onderstaande invulstrookje kan u uw keuze doorgeven aan ons.

Indien je kiest voor een papieren versie, volgen wij dezelfde inschrijvingsprocedure als de voorbije jaren. Met andere woorden: ieder abonnement op De Sjamoon wordt automatisch vernieuwd!

Wil je jouw abonnement in 2026 stopzetten, vragen we je vriendelijk ons daarvan op de hoogte te brengen en dit vóór vrijdag 5 december 2025. Indien we niets van de abonnee in kwestie vernemen, krijgt hij of zij automatisch een factuur in de bus voor een Sjamoon-abonnement in 2026.



Bedankt aan wie dit al gedaan heeft, u hoeft dit niet opnieuw te doen natuurlijk!

Naam:

Adres:

E-mail:

In 2026:

- ☐ wil ik graag de papieren versie ontvangen tegen betaling
- ☐ bekijk ik De Sjamoon via de website (gratis) <https://www.halle.be/lokale-dienstencentra> en wil ik dus geen papieren versie meer ontvangen
- ☐ wil ik De Sjamoon via mail ontvangen (gratis) en wil ik dus geen papieren versie meer ontvangen (vul dan hierboven je e-mailadres in)
- ☐ wil ik mijn abonnement stopzetten

Gelieve dit strookje zo snel mogelijk terug te bezorgen aan:
'LDC De Pasja - A. Demaeghtlaan 36 - 1500 Halle - T.a.v. Nadja Renardy/Evi Arnoes'.

Alvast bedankt voor jullie medewerking!

Menu november



Maandmenu

November 2025

Dienstencentra Halle



Datum	Soep	Dagschotel	Weekschotel	Veggieschotel	Dessert
Za 1 nov	Normandische paté met appel en cranberries	Feestmenu: Orloffgebraad met champignonragout en kroketten	Kibbelingen met verse tartaar, slaatje en gebakken aardappelen	Waterzooi van veggie kip, selder, prei en bloemkool met peterselieaardappelen	Feestelijk gebak
Zo 2 nov	Minestrone	Kippenfilet met stroganoffsaus, knolselderslaatje en gebakken aardappelen	Kibbelingen met verse tartaar, slaatje en gebakken aardappelen	Waterzooi van veggie kip, selder, prei en bloemkool met peterselieaardappelen	Gebak
ma 3 nov	Portugese tomatensoep	Cordon bleu van kip met natuurjus, snijbonen en geplette aardappel met graanmosterd	Chili con carne met zure room, koriander en rijst	Kaaskroket met witloofslaasje	Appeltaartje
Di 4 nov	Erwtensoepp met munt	Spaghetti bolognese met gemalen kaas	Chili con carne met zure room, koriander en rijst	Kaaskroket met witloofslaasje	Griesmeelpap
Wo 5 nov	Soep van waterkers en kruidenkaas	Boerenworst met natuurjus rode kool met appeltjes peterselieaardappelen	Chili con carne met zure room, koriander en rijst	Kaaskroket met witloofslaasje	Vers fruit
Do 6 nov	Venkelsoep met dille	Boeuf Bourguignon met wortel en champignon, witloofslaasje en frieten	Chili con carne met zure room, koriander en rijst	Kaaskroket met witloofslaasje	Vanillepudding met kriecken
Vr 7 nov	Wortelsoep met gember	Koolvis met dillesaus oventomaat broccolipuree	Chili con carne met zure room, koriander en rijst	Kaaskroket met witloofslaasje	Ijs
Za 8 nov	Ajuinsoep met croutons	Kalkoenlapje met pepersaus, boterboontjes en aardappelen	Chili con carne met zure room, koriander en rijst	Kaaskroket met witloofslaasje	Vers fruit
Zo 9 nov	Heldere brunoisesoep	Ardens gebraad met jagersaus, erwten en kroketten	Chili con carne met zure room, koriander en rijst	Kaaskroket met witloofslaasje	Gebak
ma 10 nov	Champignonsoep met bieslook Lemoon: pompoensoep met balletjes	Vogelnestje met tomatensaus, witte selder peterselieaardappelen Lemoon: feestmenu 11/11	Pasta carbonara met spekjes, prei en erwtes	Zuiderse groenten in tomatensaus met fetakaas en aardappelblokjes	Cake Lemoon: javanais
Di 11 nov	Pompoensoep met balletjes	Feestmenu: Civet van hert met champignons bonenbosje met spek dennenappeltjes	Pasta carbonara met spekjes, prei en erwtes	Zuiderse groenten in tomatensaus met fetakaas en aardappelblokjes	Javanais
Wo 12 nov	Spinaziesoep	Kalkoenschnitzel met natuurjus, romige savooikool en Elzasser krieltjes	Pasta carbonara met spekjes, prei en erwtes	Zuiderse groenten in tomatensaus met fetakaas en aardappelblokjes	Vers fruit
Do 13 nov	Witloofsoep met peterselie	Vol-au-vent met bladerdeegkoekje, veldsla en frieten	Pasta carbonara met spekjes, prei en erwtes	Zuiderse groenten in tomatensaus met fetakaas en aardappelblokjes	Crème brûlée

Menu november

Datum	Soep	Dagschotel	Weekschotel	Veggieschotel	Dessert
Vr 14 nov	Courgettesoep	Roodbaars in zachte curryroomsaus met broccoli en basmatirijst	Pasta carbonara met spekjes, prei en erwtes	Zuiderse groenten in tomatensaus met fetakaas en aardappelblokjes	Ijs
Za 15 nov	Seldersoep	Zweedse gehaktballetjes met pepersaus, veenbessen, gebakken knolselder en aardappelen	Pasta carbonara met spekjes, prei en erwtes	Zuiderse groenten in tomatensaus met fetakaas en aardappelblokjes	Fruit
Zo 16 nov	Tomatensoep	Blanquette met champignons, zilveruitjes, fris slaatje en pommes duchesse	Pasta carbonara met spekjes, prei en erwtes	Zuiderse groenten in tomatensaus met fetakaas en aardappelblokjes	Gebak
ma 17 nov	Fijne kervelsoep	Kalfsvink met natuurjus, schorseneren in witte saus aardappelen	Zuurkoolschotel met rookworst, spekjes en aardappelen	Chili sin carne met veggie gehakt, zure room, koriander en basmatirijst	Appelcake
Di 18 nov	Zoete aardappelsoep	Gegratineerde macaroni met ham, prei en gemalen kaas	Zuurkoolschotel met rookworst, spekjes en aardappelen	Chili sin carne met veggie gehakt, zure room, koriander en basmatirijst	Panna cotta met mandarijn
Wo 19 nov	Wortelsoep	Gevulde kip met brie, honing-mosterdsaus, gebakken witloof en natuuraardappelen	Zuurkoolschotel met rookworst, spekjes en aardappelen	Chili sin carne met veggie gehakt, zure room, koriander en basmatirijst	Vers fruit
Do 20 nov	Broccolisoepe	Varkenswangen in saus van Averbodebier, herfstslaatje met knolselder en frieten	Zuurkoolschotel met rookworst, spekjes en aardappelen	Chili sin carne met veggie gehakt, zure room, koriander en basmatirijst	Berlijnse bol
Vr 21 nov	Aardappel-preisoep	Visvidee met bladerdeeg-koekje, champignons, tuinkers en gebakken krieltjes	Zuurkoolschotel met rookworst, spekjes en aardappelen	Chili sin carne met veggie gehakt, zure room, koriander en basmatirijst	Ijs
Za 22 nov	Groene groentesoepe	Kalkoengebraad met dragonsaus, erwten en wortelen en gratineerde puree	Zuurkoolschotel met rookworst, spekjes en aardappelen	Chili sin carne met veggie gehakt, zure room, koriander en basmatirijst	Vers fruit
Zo 23 nov	Minestrone	Stoverij op grootmoeders wijze, boterbonen en aardappelnootjes	Zuurkoolschotel met rookworst, spekjes en aardappelen	Chili sin carne met veggie gehakt, zure room, koriander en basmatirijst	Gebak
ma 24 nov	Champignon-soep	Kipfilet met currysau, ananas en groenterijst	Parmentierschotel met gehakt, savooikool en abdijskaas	Tajine van courgette, wortel, paprika en falafel met couscous	Chocolade-woudvruchten-cake
Di 25 nov	Knolseldersoep	Witte pens met natuurjus, appelmoes gebakken aardappelen	Parmentierschotel met gehakt, savooikool en abdijskaas	Tajine van courgette, wortel, paprika en falafel met couscous	Vanillepap
Wo 26 nov	Pompoensoep	Kalkoenbrochette met jagersaus, spruiten peterseliekrieltjes	Parmentierschotel met gehakt, savooikool en abdijskaas	Tajine van courgette, wortel, paprika en falafel met couscous	Vers fruit
Do 27 nov	Venkelsoep	Hongaarse rundsgoulash met een fris slaatje en frieten	Parmentierschotel met gehakt, savooikool en abdijskaas	Tajine van courgette, wortel, paprika en falafel met couscous	Flan
Vr 28 nov	Pastinaaksoep	Scampi diabolique met julienne-groenten en pasta	Parmentierschotel met gehakt, savooikool en abdijskaas	Tajine van courgette, wortel, paprika en falafel met couscous	Ijs
Za 29 nov	Tomatensoep	Lamsburger met rozemarijn-saus, spekboontjes en aardappelwedges	Parmentierschotel met gehakt, savooikool en abdijskaas	Tajine van courgette, wortel, paprika en falafel met couscous	Vers fruit
Zo 30 nov	Raapjessoep	Orloffgebraad met sjalotten-saus, bloemkool en rösti	Parmentierschotel met gehakt, savooikool en abdijskaas	Tajine van courgette, wortel, paprika en falafel met couscous	Gebak

KERST MARKT

2025

**in WZC ZONNIG HUIS
en LDC DE PASJA**

Zaterdag 13 december &
zondag 14 december 2025
van 13u tot 17u30



STAD
HALLE

WZC Zonnig Huis & LDC De Pasja
Auguste Demaeghtlaan 36, 1500 Halle

Informatie

DIENSTVERLENING (prijzen geldig vanaf 1/3/2025)

VERVOER VAN EN NAAR LDC (minder dan 26km):

Rolstoelgebruikers: € 0.32/km

Niet-rolstoelgebruikers: € 0.48/km

Voor meer informatie kan u contact opnemen met onze thuiszorgdienst: 02 359 27 47

TELEFOONSTER: Ben je eenzaam of minder mobiel? Wens je een praatje te maken, maar je weet niet met wie? Dan is de telefoonster misschien wel iets voor jou.

MAALTIJDEN Geniet van een verse warme maaltijd aan € 8.06

KAPPER: In samenspraak met LDC De Pasja wordt er een afspraak vastgelegd.

WASSEN & DROGEN: Elke werkdag kan je in De Pasja en 't Hoveniertje terecht voor het wassen en/of drogen van uw kledij.

wassen € 4.07

drogen € 2.65

Voor meer informatie over deze diensten, bel naar 02 359 27 28 (Pasja) of 02 360 15 74 ('t Hoveniertje)

ABONNEMENT MAANDBLAD (prijzen geldig vanaf 1/3/2025)

Jaarabonnement € 9.89

Individueel nummer € 0.99

Sjamoen digitaal gratis!

Nieuwe gebruikers krijgen het eerste maandblad gratis!

WELZIJSBALIE

Wens je meer informatie over tegemoetkomingen, woonzorgcentrum, assistentiewoningen, zorgverzekering, huisvesting en nog zoveel meer..., dan kan je terecht bij een maatschappelijk werker.

- in het **Sociaal Huis** te Halle (A. Demaeghtlaan 38) op maandag, dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag tussen 9u en 12u, van 13u30 tot 16u30 op afspraak.
Op donderdagavond van 17u tot 20u.

telefonisch: bel naar het algemeen nummer van de stad Halle (02 365 99 00) en vraag naar de Welzijnsbalie.

REDACTIE

Nadja Renardy & Evi Arnoes



stad Halle
Oudstrijdersplein 18
1500 Halle

02 365 99 00
info@halle.be
www.halle.be

Dienstencentrum De Pasja
Auguste Demaeghtlaan 28 + 36
1500 Halle

02 359 27 28

Dienstencentrum 't Hoveniertje
Kopheiweg 14
1500 Halle

02 360 15 74



Dienstencentrum De Lemoon
Stationsstraat 2
1502 Lembeek

02 356 42 19