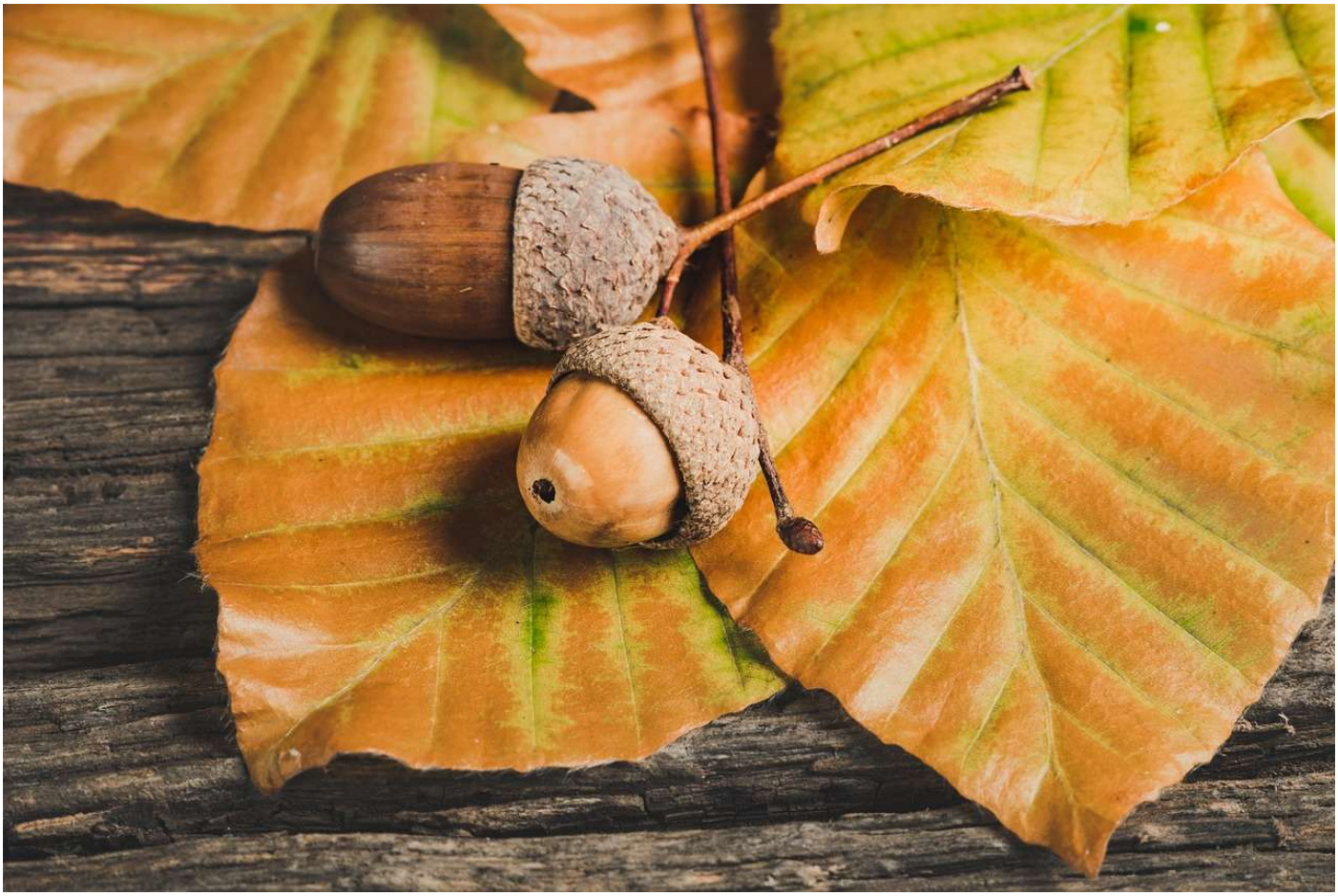
Lokaal dienstencentrum Het Lijsternest

Programmaboekje NOVEMBER 2026



Het lokaal dienstencentrum is een ontmoetingsplaats voor personen – een kruispunt voor mensen met verschillende achtergrond, leeftijd, talenten, interesses en mogelijkheden.

We organiseren diensten en een gevarieerd aanbod van informatieve, recreatieve en vormende activiteiten, waarbij de ontmoeting met de andere centraal staat.

In de kijker

Infomoment: AI in het dagelijks leven

DINSDAG 27 OKTOBER OM 10 UUR

Wat is AI eigenlijk? Hoe werkt het, en wat kan het zoal? Je leert hoe AI onze wereld verandert. In deze cursus krijg je info over heel wat nuttige maar ook over risicovolle toepassingen van AI

Effectieve cursus gaat door op
- 17 november
- 24 november
- 1 december
- 8 december

Dit telkens van 9u30 tot 12u30.



Deze cursus wordt georganiseerd door Ligo in samenwerking met het dienstencentrum.
Deelnametarief is volgens de voorwaarden van Ligo: gratis voor bepaalde doelgroepen, anderen betalen een beperkte bijdrage tot maximaal € 18 voor de volledige reeks. Dit wordt tijdens het voorafgaand infomoment toegelicht.

Ligo
Centrum voor Basiseducatie regio Mechelen

GEMEENTE PUTTE

V.U.: Chris De Veuster, Gemeenteplein 1, 2580 Putte

Lokaal dienstencentrum
Het Lijsternest 26
2580 Putte
015 23 09 95

In de kijker

Foto's maken en bewerken met je smartphone

Dinsdag 3 november - 9 uur

V.U.: Chris De Veuster, Gemeenteplein 1, 2580 Putte

Hoe maak je mooie foto's met je mobiel? Samen verkennen we de mogelijkheden van de camera op je telefoon. Met enkele kleine aanpassingen, til je jouw digitale foto's naar een hoger niveau.

Locatie: Lokaal Dienstencentrum
Het Lijsternest 26
2580 Putte

Gratis



Inschrijven via:
015 23 09 95 of
dienstencentrum@putte.be

GEMEENTE PUTTE

In de kijker

Film: Mrs. Harris goes to Paris



Maandag 9 november

Start 13.15 uur – Duur +/- 1 uur 55 min

Londen, jaren 50. Ada Harris is een vriendelijke en hardwerkende poetsvrouw die op een dag verliefd wordt op een prachtige jurk van modehuis Dior. Hoewel zo'n jurk voor haar onbereikbaar lijkt, besluit ze te sparen en haar droom na te jagen. Haar avontuur brengt haar naar Parijs, waar ze niet alleen de wereld van de haute couture ontdekt, maar ook nieuwe vrienden maakt en het leven van verschillende mensen verandert.

Prijs voorstelling: gratis

Dessert + koffie verkrijgbaar aan 3 euro

Inschrijving (ten laatste woensdag ervoor) en meer informatie:

- **Via het lokaal dienstencentrum elke weekdag van 9 tot 12 uur**

In de kijker



GROEPSLESSEN

VLOT IN BEWEGING

IN GRASHEIDE

"Het Vlaams Otago oefen-programma helpt je vooruit!"

PRAKTISCHE INFO

Wanneer: Elke donderdag van 10 tot 11 uur vanaf 19 november gedurende 12 weken
Waar: Gemeenschapslokaal Grasheide
Pastorijstraat 1A, 2580 Grasheide
Standaardtarief: 126 euro (10,50 euro/les)
Sociaal tarief: 84 euro (7 euro/les)

HOE INSCHRIJVEN?

Via lokaal dienstencentrum Het Lijsternest
Het Lijsternest 26, 2580 Putte
T 015 23 09 95
dienstencentrum@putte.be

WAT KAN IK VERWACHTEN?

Tijdens de groepslessen 'Vlot in beweging' oefen je samen met andere 65+ 'ers op het verbeteren van spierkracht, evenwicht en mobiliteit via allerlei oefeningen van het Vlaams Otago oefenprogramma. Meer energie, zelfstandigheid, zelfvertrouwen en veel plezier verzekerd!

CONTACTGEGEVENS INSTRUCTEUR

Naam: Jacobs An
Telefoonnummer: 0494 13 26 13
E-mailadres: info@thuisinhuis.be

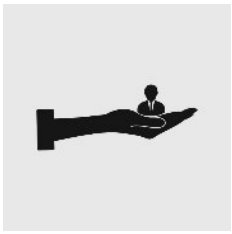
VLOT IN BEWEGING
VL-OTAGO

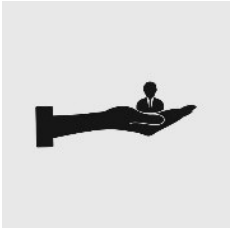
GEMEENTE PUTTE

Valpreventie.be
Expertisepubbliek | In- en -actueventie Viendem

V.U.: Chris De Veuster, Gemeenteplein 1, 2580 Putte

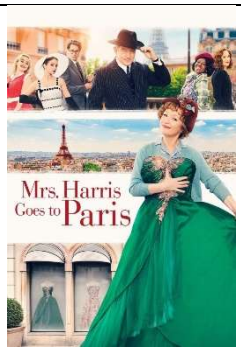
Activiteiten

	**GESLOTEN** **Maandag 2 november** Dienstencentrum gesloten wegens Allerzielen **Dinsdag 3 november zien we jullie graag terug**
	**Foto's maken en bewerken met je smartphone** **Dinsdag 3 november – 9 uur** Meer info: zie in de kijker **Prijs: gratis** **Inschrijven via 015 23 09 95 of dienstencentrum@putte.be**
femma	**Handwerk 'FEMMA'** **Dinsdag 3 en 17 november** **13.30 - 15.30 uur** Wie zelf een handwerkje wil maken, maar toch nog wat hulp kan gebruiken, kan tijdens deze namiddagen komen breien, haken of naaien. Gratis. Meer info: Greta Van Asbroeck
	**Buurtloket Beerzel** **Maandag 9 november** **10.30 - 12.30 uur** Heb je een vraag over zorg, welzijn, ondersteuning of dienstverlening? Of weet je niet goed waar je terechtkan met een bezorgdheid? Dan ben je van harte welkom in het Buurtloket. **Afspraak maken is niet nodig.** **Locatie: Beerzelplein 10, Beerzel**



Buurtrestaurant *samen eten!* in Beerzel

Maandag 9 november
12.00 uur
Warme maaltijd in de kleine parochiezaal, Beerzelplein 10 in Beerzel.
Seniorenportie: 10 euro – 6,50 euro sociaal tarief*
Grote portie: 10,50 euro – 7 euro sociaal tarief*
Inschrijven noodzakelijk op woensdag 4 november tussen 9.00 en 12.00 uur bij Paul Witters (Okra) T 015 75 71 20 of bij het lokaal dienstencentrum.



Film: Mrs. Harris goes to Paris

Maandag 9 november
13.15 uur
Meer info: *in de kijker*
Prijs film: gratis
Prijs koffie + dessert: 3 euro
Inschrijven voor woensdag 4 november



Woonwinkel

Maandag 9 en 23 november
14.00 uur
Een vrijwilliger gaat samen met jou op zoek naar een woning op de private huurmarkt. Zij ondersteunen je ook bij het contact met de huisbaas, verhuis, aansluitingen energie en eventueel om een huurwaarborg aan te vragen.
Meer info: Wouter Maes – T 015 76 78 80
Op afspraak



Naaien voor beginners

Maandagavond 9 en 23 november
19.00 - 21.30 uur
Je leert een eenvoudig kledingstuk maken in een gezellige context. De activiteit vereist geen voorkennis, is laagdrempelig en geeft je een basis in patronen en kleren maken.
Prijs: 1,30 euro - geen vrije inloop, info aan het onthaal



Groepsessie diabetes

Vanaf maandag 9, 16 en 30 november
19.00 - 21.30 uur
Behoor je tot de risicogroep? Dan kan je gratis deelnemen aan een reeks groepsessies onder begeleiding van een diëtiste. Je ontvangt praktische tips rond gezonde voeding, meer beweging en een gezondere levensstijl. De voordelen gaan verder dan diabetespreventie alleen: deelnemers voelen zich vaak fitter en verbeteren hun algemene gezondheid.
Prijs: gratis
Meer info tijdens het infomoment op 19 oktober



Digitaal nalatenschap

Dinsdag 10 november
9.30 - 11.30 uur
Wat gebeurt er met je accounts, foto's en data als je er niet meer bent? Een onderwerp waar niemand aan denkt, maar iedereen bij gebaat is.

Deze infosessie gaat hier dieper op in en leert je waar je op moet letten.

Prijs: 4 euro of 2,60 euro sociaal tarief*
Meer info en inschrijven via 015 23 09 95 of dienstencentrum@putte.be



Creacafé 'Bezige handjes'

Dinsdag 10 en 24 november
13.30 - 15.30 uur
Zit je niet graag alleen en wil je gezelschap? Kom dan zeker een kijkje nemen. Je kan hier komen breien, haken, mandala's inkleuren (kleurboeken en stiften aanwezig).
Prijs: gratis
Meer info bij het onthaal



Babbelbroodje

Dinsdag 10 november
16.30 - 18.30 uur
Samen met lekkere broodjes en een gezellige babbel.
Prijs: 6 euro
Vooraf inschrijven tot donderdag 5 november – 12 uur

Cursus hartcoherentie

I.s.m. CM

Dinsdag 10 en 24 november

19.30 – 21.30 uur

Voel je je de laatste tijd wat gespannen? Heb je het moeilijk om je te focussen? Merk je dat je snel (emotioneel) uit balans bent of dat je veerkracht op een lager pitje staat? Dan kan hartcoherentie je zeker ondersteunen. Hartcoherentie is een eenvoudige ademhalingstechniek die je helpt om meer (innerlijke) rust te ervaren en je lichaam en geest weer in balans te brengen. Je kan het altijd en overal toepassen en het vraagt niet veel tijd.

Deelnameprijs: 100 euro – 50 euro sociaal tarief*

Inschrijven via www.CM.be/agenda



GESLOTEN

Woensdag 11 november

Dienstencentrum gesloten wegens Wapenstilstand

Donderdag 12 november zien we jullie graag weer.



Buurtloket Grasheide

Donderdag 12 november

10.30 - 12.30 uur

Heb je een vraag over zorg, welzijn, ondersteuning of dienstverlening? Of weet je niet goed waar je terechtkan met een bezorgdheid? Dan ben je van harte welkom in het Buurtloket.

Afspraak maken is niet nodig.

Locatie: Kerkhoflei 3, Grasheide



Buurtrestaurant *samen eten!* in Grasheide

Donderdag 12 november

12.00 uur

Warme maaltijd in de grote zaal,
Kerkhoflei 3, Grasheide.
Seniorenportie: 10 euro – 6,50 euro sociaal tarief*
Grote portie: 10,50 euro – 7 euro sociaal tarief*

Inschrijven is noodzakelijk ten laatste op maandag 9 november voor 12 uur via T 015 23 09 95



Cursus liplezen

Vrijdag 13, 20 en 27 november
9.30 - 11 uur
“Onder Ons” vzw biedt liplees cursus aan voor slechthorenden en doofgewordenen.
20-wekelijkse sessies, 90 min/les.
Op afspraak
Meer info aan het onthaal



Infonamiddag Seniorenadviesraad: Cyberpreventieadvies

Maandag 16 november
14.00 uur – deuren openen om 13.30 uur
Lezing door een cyberpreventieadviseur van Boducap, gaat door in GC Klein Boom.
Gratis
Inschrijven verplicht via 015 25 83 66 of senioren@putte.be
Locatie: Klein Boom, Mechelbaan 604, Putte



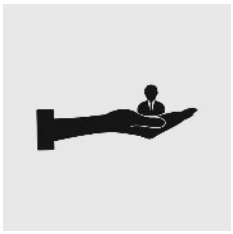
AI in het dagelijks leven

Dinsdag 17 en 24 november
9.30 – 12.30 uur

Wat is AI eigenlijk? Hoe werkt het, en wat kan het zoal? Je leert hoe AI onze wereld verandert. In deze cursus krijg je info over heel wat nuttige maar ook over risicovolle toepassingen van AI. Het is meer een informatieve cursus dan een doe-cursus.

Er is ook een **infomoment** voor geïnteresseerden op **dinsdag 27 oktober om 10 uur** in Het Lijsternest.

Deze cursus wordt georganiseerd door Ligo in samenwerking met het dienstencentrum.
Deelnametarief is volgens de voorwaarden van Ligo: gratis voor bepaalde doelgroepen, anderen betalen een beperkte bijdrage tot maximaal € 18 voor de volledige reeks. Dit wordt tijdens het voorafgaand infomoment toegelicht.
Meer info en inschrijven via: 015 23 09 95 of dienstencentrum@putte.be



Buurtloket Peulis

Woensdag 18 november
10.30 - 12.30 uur
Heb je een vraag over zorg, welzijn, ondersteuning of dienstverlening? Of weet je niet goed waar je terechtkan met een bezorgdheid? Dan ben je van harte welkom in het Buurtloket.
Afspraak maken is niet nodig.
Locatie: Gildenzaal, Teintstraat 2, Peulis



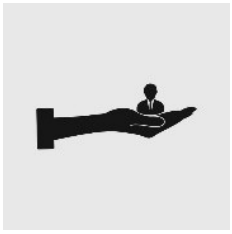
Buurtrestaurant samen eten! in Peulis

Woensdag 18 november
12.00 uur
Warme maaltijd in de Gildenzaal, Teintstraat in Peulis.
Seniorenportie: 10 euro – 6,50 euro sociaal tarief*
Grote portie: 10.50 euro – 7 euro sociaal tarief*
Inschrijven is noodzakelijk op maandag 16 november tussen 9.00 en 12.00 uur bij Martha Van den Broeck (OKRA), T 015 34 80 38, M 0473 97 03 22 of via het lokaal dienstencentrum.



Vermijd vallen, beweeg meer! - Oefenprogramma Otago

Start vanaf 19 november
Elke donderdag – 10 - 11 uur
Meer info: zie in de kijker
Prijs: 10,50 euro per sessie/126 euro voor het volledige programma
Sociaal tarief*: 7 euro per sessie/ 84 euro voor het volledige programma
Inschrijven via het lokaal dienstencentrum, plaatsen zijn beperkt
Locatie lessen: Gemeenschapslokaal Grasheide, Pastorijstraat 1A, Grasheide



Buurtloket Putte

Dinsdag 24 november
10.30 - 12.30 uur
Heb je een vraag over zorg, welzijn, ondersteuning of dienstverlening? Of weet je niet goed waar je terechtkan met een bezorgdheid? Dan ben je van harte welkom in het Buurtloket.
Afspraak maken is niet nodig.
Locatie: Lokaal dienstencentrum Het Lijsternest, Het Lijsternest 26, Putte

Ferm

Ferm: creales haken

Dinsdag 24 november
19.00 uur
We komen samen om gezellig te haken. Dit jaar gaan we voor een mouwloos vestje onder begeleiding van onze lesgeefster Gerda.
Breng wol of katoen naar keuze mee en de gepaste haaknaald. Ook een schaar en stopnaald.
Je kan deelnemen door te betalen op het rekeningnummer van Ferm Putte met vermelding van je naam. BE95 7332 2900 0458
Prijs: Leden 15,00 euro – Niet-leden 20 euro voor 3 lessen. Per les is er een drankje inbegrepen. Inschrijven voor 15 oktober 2026.

Doorlopende activiteiten



Warme maaltijden

Elke weekdag vanaf 12.00 uur in het lokaal dienstencentrum.
Reserveer je maaltijd uiterlijk een dag voordien voor 12.00 uur. Hou rekening met weekends en feestdagen.
Seniorenportie: 10 euro – 6,50 euro sociaal tarief*
Grote portie: 10,50 euro - 7 euro sociaal tarief*

Babbelcafé

Elke weekdag 9.00 - 15.30 uur
Woensdag tot 13.00 uur
Dranken aan democratische prijzen, consumptie niet verplicht.
Krant en puzzelboekjes aanwezig.

Schilderatelier Het Lijsternest

Maandagvoormiddag
10.00 – 12.30 uur
Samen tekenen of schilderen.
Prijs: 4,30 euro – 2,80 euro sociaal tarief*, materiaal inbegrepen, uitgezonderd schilderdoeken.
Geen vrije inloop, meer info bij het onthaal.

Scrabble voor beginners

Dinsdagnamiddag
14.00 - 16.30 uur
Woordspel in gezelschap, houdt het geheugen fit.
Prijs: gratis

Babbelput

Dinsdagavond
19.00 - 20.30 uur
De Babbelput is een plek waar anderstaligen samen met vrijwilligers hun Nederlands kunnen oefenen op een informele manier. Het is geen Nederlandse les. Ieder praat op zijn/haar taalniveau.
Prijs: gratis



Digidokter

2 x per maand dinsdag: 16.00 en 18.30 uur (in de bib)
2 x per maand woensdag: 09.00 – 11.00 uur - Op afspraak
Vragen over het gebruik van je smartphone, tablet of PC? Er worden infomomenten georganiseerd waarbij een vrijwilliger jou individueel helpt met de toepassing die je graag wil gebruiken.
Prijs: gratis (+/-30 minuten)
Inschrijven via het onthaal

Pedicure: medisch, Tatiana Raouch

Woensdagvoormiddag
Op afspraak: M 0489 56 71 77
Prijs: 27 euro
Sociaal tarief*: 18 euro

	**Seniorengym "Blijf fit en gezond"** **Donderdagvoormiddag** **09.00 – 10.00 uur en 10.00 – 11.00 uur** Zitturnen/spierkracht Inschrijven verplicht ten laatste dag ervoor om 12.00 uur. Prijs: 1,30 euro. Materiaal kan ter plaatse aangekocht worden.
	**Kaart- en lottospel** **Donderdagnamiddag** **13.30 - 16.30 uur** Als je graag bingo of met de kaarten speelt, is deze namiddag een ideaal moment om in gezelschap een spelletje te komen spelen. Prijs: gratis
	**Scrabble voor gevorderden** **Vrijdagnamiddag** **14.00 - 16.30 uur** Meer info aan het onthaal van het lokaal dienstencentrum. Prijs: gratis
	**Douche** Thuis geen aangepaste badgelegenheid? Je kan gebruik maken van de douche in het lokaal dienstencentrum. Enkel op afspraak! Prijs: 2,30 euro
	**Info en advies** Heb je een vraag maar weet je niet goed waar je ermee terecht kan? Je bent steeds welkom aan het onthaal van het lokaal dienstencentrum. Onze medewerkers staan klaar om je te helpen of met de juiste instantie in contact te brengen. Prijs: gratis

Icoon	*Verklaring*
	*Recreatie*
	*Diensten*
	*Informatie*
	*Vorming*
	*Bewegen*

Inschrijven

Je kan je inschrijven voor een activiteit:

- aan de balie van het lokaal dienstencentrum, Het Lijsternest 26 in Putte,
- via T 015 23 09 95,
- via mail dienstencentrum@putte.be. Je bent pas ingeschreven als je van ons een bevestiging hebt gekregen.
- Openingsuren balie:

Ma	09.00 tot 15.30 uur
Di	09.00 tot 15.30 uur
Woe	09.00 tot 12.00 uur
Do	09.00 tot 15.30 uur
Vrij	09.00 tot 13.00 uur

Openingsuren lokaal dienstencentrum:

Ma	09.00 tot 16.00 uur
Di	09.00 tot 16.00 uur
Woe	09.00 tot 13.00 uur
Do	09.00 tot 16.00 uur
Vrij	09.00 tot 16.00 uur

Hou rekening met de inschrijvingsperiode van activiteiten en diensten. De einddatum staat er telkens bij vermeld. Staat er geen einddatum, dan geldt de regel zoals bij de maaltijden. Deze moeten één werkdag en vóór 12.00 uur op voorhand besteld worden.
Graag ook op voorhand betalen.

Annuleren

Als je niet kan deelnemen aan een activiteit waarvoor je bent ingeschreven, laat je het ons zo snel mogelijk weten. Zo kunnen wij mensen van de wachtlijst de kans geven om deel te nemen.
Annuleer je:

- binnen de inschrijvingsperiode? Dan krijg je het inschrijvingsgeld volledig terugbetaald.
- niet binnen de inschrijvingsperiode? Dan krijg je geen terugbetaling.

Informatie

Meer inlichtingen nodig over deze activiteiten?
Stuur een mailtje naar dienstencentrum@putte.be of bel naar T 015 23 09 95.
Zin om mee te werken aan de verdere uitbouw van het lokaal dienstencentrum als een vrijwilliger? Stuur een mailtje naar dienstencentrum@putte.be.

*Sociaal tarief

Meer info: Reglement sociaal tarief voor activiteiten en dienstverlening in dienstencentrum



GEMEENTE PUTTE

T 015 23 09 95
dienstencentrum@putte.be
www.putte.be

V.U.: Chris De Veuster, schepen van sociale zaken en armoedebeleid, Gemeenteplein 1, 2580 Putte