



LDC De Vesting
Oudenaarde

Nieuwsbrief nr 3 : juli—augustus—september 2025

Ter herinnering...

Zaterdag 21/06/2025 – 12u tot 18u

Zomerbraderie—Weggeefplaza

Op zaterdag 21 juni is het de feestelijke afsluiter van de braderie. Tussen 12.00 uur en 18.00 uur scoor je toffe gadgets op de Weggeefplaza op de Markt.

Hier ontdek je gratis proevertjes, demonstraties en leuke verrassingen van handelaars uit het centrum, maar ook uit de deelgemeenten van Oudenaarde.

Van planten tot handgemaakt aardewerk, deze standhouders brengen het beste van hun streek mee naar het hart van de stad. Ook wij zijn erbij!!

Kom dus zeker eens een kijkje nemen.





LDC De Vesting
Oudenaarde

Maandag 30/06/2025

Bierfeestennamiddag Oudenaardse 55+ers

Op maandag 30/06 leggen wij de activiteiten in de namiddag in de Vesting stil, zodat iedereen meekan naar BIERFEESTENnamiddag.

Dit jaar gaat dit NIET door in Salons Mantovani maar in de QUBUS.

We starten om 14u en het einde is voorzien rond 17u30.



Tickets kosten €8,00, koffie en heerlijke taart inbegrepen.

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

Inschrijven doe je t.e.m. 24/06/2025 door €8,00 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 bij LDC de Vesting.

Let's dance!!

Wist je dat...

...LDC de Vesting de volgende dagen gesloten is?

Op 11 en 21 juli, 15 augustus, 12 en 25 september. Ook het eetcafé is op deze dagen dicht.

Alle andere dagen (behalve op zaterdag) zijn wij en onze vrijwilligers er voor jou!

Kom je graag eens langs, geef eerst een berichtje dan maken we graag wat meer tijd voor jou.

Wij wensen jullie alvast een fijne vakantie toe!



...er een prijsaanpassing is vanaf 1 juli 2025

Prijswijziging in ons eetcafé – mét aandacht voor jong én oud!

Vanaf **1 juli 2025** voeren we een **lichte prijsverhoging** door in ons eetcafé.

Na 3 jaar zijn we genoodzaakt om onze prijzen aan te passen.

Onze nieuwe prijzen:

- 13 euro (gewoon tarief)
- 10 euro (alle 65+ers van Oudenaarde)
- 5 euro (OK-pastarief)



Maar er is ook goed nieuws!

We zetten extra in op gezinnen en jongeren:

Kindermenu t.e.m. 12 jaar: vanaf 1 juli wordt er ook een menu voorzien voor onze jonge eters. Ze kunnen kiezen tussen een kleine dagschotel, kinderspaghetti of een kinder vol-au-vent. Smakelijk én budgetvriendelijk! Zij betalen hiervoor 6 euro, OK-pastarief is 3 euro.

Studentenprijs: ben je student?

Toon je studentenkaart aan de kassa en geniet van een speciale studentenprijs, nl. 10 euro.

Zo blijft ons eetcafé een warme plek voor iedereen.

...wij voor trakteren zijn? Maar wel met een kleine kanttekening

We vinden het superfijn als er getrakteerd wordt voor een verjaardag, pensioen of gewoon... omdat het kan! Een traktatie zorgt altijd voor extra sfeer en blijde gezichten in huis.

Toch willen we even meegeven dat we het minder fijn vinden als er taart of gebak van thuis wordt meegebracht. Niet omdat we geen zoetebekken zijn (integendeel!), maar omdat we in ons eetcafé ook heerlijke taarten verkopen.

Omwille van de **voedselveiligheid** is het **niet toegelaten om zelf voeding mee te brengen**.

Alle maaltijden en snacks moeten afkomstig zijn uit ons eetcafé. Dit is belangrijk om te voldoen aan de regels van de **voedselinspectie**.

Wil je dus graag trakteren? Bespreek het gerust even met ons – we helpen je met plezier aan een smakelijke én betaalbare traktatie uit eigen huis. Zo blijft het feest voor iedereen!

Bedankt voor jullie begrip en... leve de traktaties!





15/05/2025 t.e.m. 30/09/2025

Hitteplan

Tijdens de zomer krijgen we wel eens te maken met een flinke hittegolf. Eén van de belangrijkste actiepunten?
Voldoende en regelmatig drinken!

Maar wat is nu eigenlijk "voldoende"?

Het verschilt van persoon tot persoon. Een dame van 55 kg heeft natuurlijk niet evenveel vocht nodig als een man van 90 kg. Hoeveel je moet drinken hangt af van factoren zoals:

- je **gewicht, geslacht en leeftijd**
- hoeveel je **beweegt**
- of je **ziek** bent of medicatie neemt
- je **omgevingstemperatuur**
- en zelfs wat je **eet**

Omdat al die factoren moeilijk in één regel te vatten zijn, wordt er vaak een gemiddeld advies gegeven:
1,5 tot 2 liter water per dag

Wil je het iets persoonlijker berekenen?

Gebruik dan deze handige formule:

Jouw lichaamsgewicht ÷ 33 = het aantal liter water per dag

Bijvoorbeeld: iemand die 60 kg weegt, heeft ongeveer 1,8 liter per dag nodig.

"Water is even belangrijk als zuurstof om te ademen en liefde om te leven."

We weten het ondertussen allemaal: water is gezond. Maar wist je dat ook **het moment waarop je drinkt** belangrijk is?

Waarom een glaasje water voor het slapengaan een goed idee is:

Overdag verlies je veel vocht door te zweten en naar het toilet te gaan. 's Nachts drink je niets, maar je lichaam blijft wel werken. Een glaasje water helpt je om **gehydrateerd te blijven tijdens je slaap**.

Het ondersteunt je **stofwisseling** – je lichaam moet het water opwarmen, en dat verbrandt zelfs calorieën. Het helpt bij het op peil houden van **vitamines, mineralen en energie**. Je spieren, gewrichten en hormonen blijven beter in balans. En je slaapt er zelfs rustiger door!

Kortom: een klein glaasje water voor het slapengaan is een eenvoudige, gezonde gewoonte.

Tijdens warme dagen zetten we in de Vesting graag ons beste beentje voor om iedereen koel en gezond te houden.
En daar hoort natuurlijk ook **genoeg drinken** bij!

Daarom stellen we voor:

De Waterbar!

Elke hittedag (temperatuur hoger dan 29°) in de namiddag kan je bij ons genieten van **gratis water met een smaakje**:

Munt & limoen
Aardbei & basilicum
Citroen & komkommer
Perzik & rozemarijn
... en andere verrassende combinaties!

Want water drinken is belangrijk, maar **lekker water drinken** maakt het nog leuker!

Kom gerust langs, proef een glaasje (of twee), en blijf gehydrateerd op een smakelijke manier.

Gezondheid begint met een slokje!



Juli 2025

Dinsdag 1 juli 2025 - 14u tot 16u

Zoete zomerinzet

Kom gezellig samen voor de Zoete Zomerinzet!

De zomervakantie begint, en dat willen we bij De Vesting **gezellig samen inzetten!**

Onder het motto “**Samen smaakt het beter**” nodigen we alle bezoekers van LDC De Vesting uit voor een **zoete middag vol lekkers**, goede gesprekken en een heerlijk buffet met taartjes, koekjes en meer!

Een fijne gelegenheid om samen te zijn, oude vriendschappen te vieren én nieuwe te laten ontstaan.

Wat kun je verwachten?

Een **buffet** met een selectie van smakelijke taartjes, koekjes en andere zoetigheden.

Gezellige sfeer, muziek en natuurlijk veel ruimte om samen te keuvelen.

Een **leuk begin** van de zomervakantie met vrienden, nieuwe en oude gezichten!

Wat kun je meebrengen?

- **Je favoriete zelfgemaakte taart, koekjes, muffins of ander lekkers!** Deel jouw kook- of bakkunsten en voeg iets unieks toe aan het buffet.
- Geen bakheld? Geen probleem! Koop een taartje in ons eetcafé.
- Breng je glimlach, goede humeur en misschien een vriendin of vriend mee om samen de zomervakantie in te zetten!

Wanneer?

Datum: dinsdag 1 juli 2025

Tijd: om 14u00

Waar? Grasplein aan eetcafé LDC de Vesting





05/07/2025 – 27/07/2025

Tour de France

Dagelijks op onze TV in het eetcafé kijken we naar de Tour de France. Kom dus langs en kijk gezellig met ons mee. Ondertussen kan je genieten van een stukje taart, tasje koffie of verfrissend drankje.



SAMEN
vleerkrachtig

Dinsdag 08/07/2025: 14u – 16u30

Geef jezelf rust—Aromatherapie

Natuurlijke relaxatie met aromatherapie & edelstenen

Laat je meenemen in een wereld van rust, geuren en natuurlijke energie tijdens deze boeiende en ontspannende sessie.

We ontdekken samen de kracht van **aromatherapie**:

- Je krijgt uitleg over de werking van geuren en essentiële oliën
- Aan de hand van testers kan je zelf ruiken en ervaren wat geuren zoals **lavendel**, **bergamot** en andere met je doen.

Daarnaast verdiepen we ons in de wondere wereld van **edelstenen, kristallen en mineralen**:

- Wat zijn het precies?
- Wat is hun **fysieke, emotionele en spirituele werking**?
- Je krijgt echte voorbeelden te zien én vast te houden



Na de uitleg is er ruimte voor **individuele vragen** en kan je vrijblijvend een kijkje nemen bij de producten die worden aangeboden.

Tijdens de sessie geniet je van een kopje **ontspannende kruidenthee**.

Prijs: €15 per persoon

Inbegrepen:

- 1 flesje (11 ml) **essentiële olie van Eucalyptus Globulus**
- 1 klein **trommelsteentje** naar keuze uit het voorziene aanbod

Zin in een moment van rust, geur en natuurlijke balans?

Schrijf je snel in – de plaatsen zijn beperkt!
Vergeet alvast je notablokje niet!

Donderdag 17/07/2025: 14u - 16u

Sip & Paint, of schol en schilder ;)

Nieuw bij De Vesting: Sip & Paint op de Markt!

Zin in een gezellige namiddag vol kleur, creativiteit en een verfrissend drankje?
Kom dan naar onze allereerste "Sip & Paint" in openlucht!

Of je nu een ervaren kunstenaar bent of voor het eerst een penseel vasthoudt: **iedereen is welkom**.
Onder begeleiding van Sarah schilder je jouw eigen meesterwerk, terwijl je geniet van een drankje naar keuze – en vooral van de fijne sfeer!

Waar? Zomerbar **De Moart** op het marktplein

Twee formules, dubbel zoveel plezier:

- **Breng je eigen schildermateriaal mee?** Dan betaal je slechts **5 euro** en krijgt 2 drankbonnetjes.
Inschrijven kan tot **3 dagen vooraf**.

- Liever schilderen op nummer mét materiaal?

Wij zorgen voor canvas en verf. Jij betaalt **15 euro**, inclusief 2 drankjes. Inschrijven kan tot **10 dagen vooraf**.

Schrijf je in via **055/460.680**
of mail naar devesting@oudenaarde.be

!! Vanaf donderdag 17 juli herhalen we deze gezellige namiddagen bij mooi weer. Hou dus zeker onze Facebookpagina in de gaten voor de volgende edities!

Tot schol en schilder



Woensdag 30/07/2025

Internationale dag van de vriendschap

Vier de Internationale Dag van de Vriendschap met een leuke foto!

Op **woensdag 30 juli** is het **Internationale Dag van de Vriendschap**, en dat willen wij bij De Vesting samen met jou vieren!

Kom samen met je beste vriend(in) of een gezellige groep naar ons eetcafé en maak een **leuke foto** in ons **fotohokje**. Lachen is verplicht!

En als je samen op de foto gaat, krijg je een **leuke korting op je consumptie!**

Wat kun je verwachten?

Een gezellig moment om samen herinneringen te maken.
Leuke accessoires voor een creatieve foto.
Een **korting** op je drankje na je fotomoment.

Dus, trek je mooiste glimlach aan, pak je beste vriend(in) mee, en laat de camera klikken!

Wanneer? Woensdag 30 juli van 14u tot 16u
Waar? Eetcafé de Vesting

Wij kijken ernaar uit om samen met jou vriendschap te vieren!





Augustus 2025

Maandag 18/08/2025: 13u30 –16u00

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 5 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 ?



Dinsdag 26/08/2025 – 8u tot 19u

Uitstap naar Wambrechies & Rijsel

Wambrechies – stad van de jenever, en Rijsel – hoofdstad van het Noorden!

Onderweg naar Frankrijk zetten we de gids mee op de bus en rijden we via de mooie Leievlakte naar **Wambrechies**, een charmant stadje aan de Deule. We maken er een wandeling door het historische centrum. Wambrechies is bekend om zijn adellijke verleden én... zijn jenever!

We verkennen de kasteeltuinen, wandelen langs en door de kerk, en brengen een bezoek aan de **jeneverstokerij**. Daar leren we hoe jenever wordt gemaakt én... we mogen zoveel proeven als we willen – van klassieke tot fruitjenever!

Daarna trekken we verder naar **Rijsel (Lille)**, de hoofdstad van het Franse departement Nord. We verkennen de stad eerst per bus en parkeren vervolgens aan het nieuwe **TGV-station**, dat we ook even te voet doorkruisen.

We genieten van een lekkere lunch in restaurant Le Meunier (3 gangenmenu, dranken inbegrepen). Na de middag maken we een begeleide wandeling door **Vieux Lille**, het oude stadscentrum met zijn gezellige straatjes, charmante gevels en chique boetiekjes. We bezoeken ook de kathedraal. Nadien is er vrije tijd voorzien om op eigen tempo te shoppen of te genieten van een terrasje.

Wie liever al meteen na het eten wil winkelen, dat kan uiteraard ook.

We vertrekken terug vanuit Rijsel rond **17u30 à 18u**.

Kostprijs: 65 euro

Inschrijven is verplicht. Dit kan tot ten laatste 14/08/2025.

September 2025

Maandag 01/09/2025

Kom met je mooiste hoed!

Waregem Koerse in De Vesting – Hoedje af voor jullie stijl!

Op maandag 1 september halen we in LDC **De Vesting** onze **stijlvolste, kleurrijkste en meest verrassende hoeden** uit de kast, want... het is tijd voor **Waregem Koerse**!

Of je nu komt voor de sfeer, de gezelligheid of het gezelschap – **één ding is zeker**: met een **prachtige, opvallende hoed** maak je deze dag helemaal af. Ga voor chic, gek, creatief of zelfgemaakt — alles mag, als het maar *in het oog springt*!

Doe je hoed aan & win!

Iedereen die die dag verschijnt met een hoed maakt kans op een **mooie prijs**. Onze jury kijkt naar originaliteit, stijl én lef!

Wat mag je verwachten?

Een gezellige themadag in ware Waregem Koerse-stijl. Een sfeervolle inkleding vol paardenkracht... en veel hoedenpret! Uitreiking van de prijs voor de “*Hoed van de Dag*”.

Ga creatief aan de slag, trommel een vriend(in) op, en... kom gezellig bij ons langs!



Dinsdag 02/09, 07/10, 04/11, 02/12/2025

van 14u tot 16u

Huis van L.O.E.S

Het huis van L.O.E.S opent opnieuw de deuren in LDC de Vesting.

Wat is het Huis van LOES?

L.O.E.S. staat voor Lotgenoten, Ontmoeten, Ervaringen delen en Samen tegen stigma.

Heb je even nood aan een luisterend oor of een babbel?

Bij het Huis van LOES is iedereen welkom voor een praatje, om ervaringen te delen of voor vragen i.v.m. geestelijke gezondheidszorg.

Praktisch?

We komen samen op de eerste **dinsdag** van de maand, telkens van **14 tot 16 uur**.

Je vindt het Huis van L.O.E.S. op de eerste verdieping. Vooraf een afspraak maken is niet nodig.

We werken maandelijks rond een bepaald thema.

Iedereen welkom!

HET HUIS VAN





LDC De Vesting
Oudenaarde

Woensdag 03/09/2025 – 9u tot 12u

Artificiële intelligentie (AI) i.s.m. LIGO

Kunstmatige intelligentie (AI) is bijna niet meer weg te denken. Maar wat is die AI eigenlijk en waarvoor kan je het gebruiken?

In deze cursus leer je:

- Wat AI is en hoe het werkt
- Welke soorten AI er zijn
- Wat de voor- en nadelen van AI zijn
- Waar je AI in je dagelijks leven al gebruikt
- Op een eenvoudige manier met AI werken

Deze cursus is voor jou als:

- Je meer wil weten over AI
- Je AI wil leren gebruiken op een eenvoudige manier

Max 14 personen

Gratis cursus

Wanneer? Vanaf 03/09/2025 op woensdagvoormiddag van 9u tot 12u. (7 lessen)

(03/09, 10/09, 17/09, 24/09, 01/10, 08/10 en 15/10)

Waar? In de LIGO-lokalen, Meerspoort 30.

Inschrijven? Inschrijven kan aan de balie van het sociaal huis of via email of telefonisch (vermelding van naam, rijksregisternummer en telefoonnummer)



Donderdag 04/09/2025 - 13u30 tot 16u

Sokken breien

Breien voor Gevorderden: Sokkenbrei-Workshop

Ben jij een **ervaren brei(st)er** en op zoek naar een nieuwe uitdaging? Kom dan vanaf **donderdag 4 september** naar **LDC De Vesting** voor een gezellige **sokkenbrei-sessie!**

In deze **vierdelige reeks** gaan we samen aan de slag met het breien van **eigen sokken**. Deze sessie is speciaal voor **gevorderde breiers** die al ervaring hebben met breien en die hun techniek willen verfijnen of iets nieuws willen leren.

Wat kun je verwachten?

- **Vier gezellige donderdagnamiddagen** (4, 11, 18 september en 2 oktober)
- Tips en tricks om je sokken brei-vaardigheden te verbeteren
- **Gezelligheid** en **inspiratie** in een ontspannen sfeer

- **Gratis deelname**, maar we vragen wel dat je je eigen **sokkenwol** en **passende breinaalden** meebrengt.

Wat heb je nodig?

- **Sokkenwol** naar keuze (bij voorkeur voor een medium-dikke draad)
- **Breinaalden** (meestal 2,5 mm tot 4 mm, afhankelijk van je voorkeur)
- Een flinke portie **brei-enthousiasme!**

Kom en laat je creativiteit de vrije loop. Wie weet, ga je wel naar huis met de mooiste zelfgebreide sokken!

Wanneer? Donderdag 4, 11, 18 september en 2 oktober
Tijd? 13u30 tot 16u00
Kosten? Gratis (materiaal zelf meebrengen)



Dinsdag 09/09/2025 - 10u tot 12u & 13u30 tot 15u30

Bloemschikken i.s.m. Fleurne

Aanvullende Cursus Bloemschikken – Meld je snel aan!

Vanwege het grote succes van onze bloemschiklessen en de lange wachtlijst, zijn we blij te kunnen aankondigen dat we **een extra sessie bloemschikken organiseren!** Dit telkens op dinsdag.

Deze workshops worden gegeven door **Suzan van Fleurne**, een ervaren bloemschikster die je meeneemt in de kunst van het creëren van de mooiste bloemstukken.

Of je nu een beginner bent of al ervaring hebt, Suzan zorgt ervoor dat je met nieuwe technieken en inspiratie aan de slag kunt!



Details van de cursus:

- **Startdatum:** Dinsdag 09/09/2025
- **Ochtend sessie:** van 10u tot 12u
- **Namiddag sessie:** van 13u30 tot 15u30
- **Kostprijs:** €30 (alle materialen en drankje inbegrepen - Ok-pas: €8,25)

De plaatsen zijn beperkt tot **20 personen per sessie**, dus wees er snel bij en schrijf je in!

Op dinsdag 09/09/2025 staat er een mooie flowerhoop met droogbloemen op de planning.

Betalen kan via bancontact aan de balie van het Sociaal Huis of via overschrijving BE75 0910 2162 3551. Inschrijving is pas definitief na betaling.

Donderdag 11/09/2025 – 17u15 tot ...

Apero Solo creatief i.s.m. S-plus

Ben je single en 55-plus? Zin om nieuwe mensen te leren kennen in een gezellige sfeer?

Dan is **Apero Solo** écht iets voor jou!

We nodigen je van harte uit voor een ontspannen, leuke en gezellige bijeenkomst voor alleenstaanden van 55 jaar en ouder. Geen dating, geen verplichtingen — gewoon een fijne avond vol ontmoeting en plezier!

Waar? LDC de Vesting, Meerspoort 30, Oudenaarde
Wanneer? Donderdag 11 september om 17u15

Wat mag je verwachten?

- Samen maken we heerlijke aperitiefhapjes, cocktails en mocktails.
- We zorgen voor een feestelijk aangeklede tafel.
- En natuurlijk... veel leuke babbels, nieuwe gezichten en inspirerende verhalen.

Apero Solo is een initiatief in samenwerking met **S-Plus**, bedoeld om jouw sociale kring op een ontspannen manier uit te breiden.

Kostprijs: 16 euro

Inbegrepen: workshop, alle materialen, hapjes, drankjes én een kleine attentie als afsluiter

☐ **Inschrijven kan via:**

☐ 09 333 57 76

☐ o-vl@s-plusvzw.be

☐ of aan het onthaal van het Sociaal Huis

**Kom erbij,
proef de
sfeer en
ontdek hoe
fijn het is**





LDC De Vesting
Oudenaarde

Maandag 15/09/2025 - 13u tot 15u

Workshop (wilde) kruiden in de keuken i.s.m. Fleurne

Proeverij met receptjes & maak je eigen kruidenboter!

Laat je smaakpapillen verrassen tijdens deze unieke workshop vol geur, kleur en smaak!

We starten met een heerlijke *apero* waarbij we vlierbloesemsiroop en magnoliasiroop proeven — puur lente in een glas. Daarna duiken we de natuurkeuken in met verrassende dips zoals paardenbloemconfituur/gelei en daslookpesto.

Daarna ga je zelf aan de slag: we maken een eigen kruiden- of bloemenboter, heerlijk op een sneetje brood, een toastje of bij een stukje versgebakken vlees. Je gaat naar huis met inspiratie én je zelfgemaakte boter.



Wanneer?

Namiddag: 13u - 15u

Prijs: 20 euro per persoon

Plaatsen beperkt

Inbegrepen: alle ingrediënten, receptjes en proevertjes!

Wij zorgen voor de materialen,
jij voor de goesting!

Inschrijven verplicht – wees er snel bij!

Ter voorbereiding... 01/10 t.e.m. 10/10

10 daagse van de **SAMEN**
veerkrachtig
geestelijke gezondheidszorg

Elk stukje telt: wat doe jij om ruimte te maken in je hoofd?

Van 1 tot 10 oktober zetten we in op 'Samen Veerkrachtig', de jaarlijkse campagne van de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid. In die periode vragen we mensen om **stil te staan bij wat ze zelf doen om mentaal gezond te blijven**.

Op sommige dagen vallen alle puzzelstukjes in elkaar en lijkt alles te kloppen. Heerlijk!

Op andere dagen lijken diezelfde puzzelstukjes maar niet in elkaar te passen. Dat brengt vaak vervelende gevoelens en gedachten met zich mee. Hoe ga jij daarmee om? Hoe maak jij ruimte in je hoofd? Door te praten, te luisteren, te rusten, te bewegen, ... door creatief te zijn?

Schrijf het op, hang de poster aan je raam en inspireer anderen hoe jij de ruimte creëert die je nodig hebt!

Daarom nodigen we dit jaar iedereen uit om deel te nemen aan een laagdrempelige actie met **raamaffiches in de vorm van een puzzelstuk**. Daarop schrijven jullie jullie persoonlijke boodschap:

"Ik doe ... om ruimte te maken. En wat doe jij?"

Door deze affiches op te hangen, maken we letterlijk zichtbaar wat ons veerkrachtig maakt – en tonen we hoe **ieder puzzelstukje bijdraagt aan een warme buurt**.

Interesse om mee te doen?

De affiche kan je vinden in de volgende Adriaen

Hang ze aan het raam van 01 t.e.m. 10 oktober!

Want ruimte maken begint bij jezelf, maar groeit als je het deelt.

Agenda

speciale dagen in ons eetcafé juli – augustus – september

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.

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 - JULI 2025

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRUIDAG
30 JUNI 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-17u30: Bierfeestenmiddag in de QUBUS PAS OPI! Wegens de bierfeestenmiddag zijn er geen activiteiten in de namiddag	1 11u30-13u15: Koud buffet in ons eetcafé 14u-16u: Zoete zomerinzet op ons grasplein	2 14u-16u: Petanque 13u-17u: Beego	3 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	4 9u30-12u: Meerstuin
7 14u-16u: Spelletjesnamiddag	8 14u-16u30: Aromatherapie (Geef jezelf rust)	9 14u-16u: Petanque	10 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	11 GESLOTEN - FEESTDAG
14 14u-16u: Spelletjesnamiddag	15	16 14u-16u: Petanque 13u-17u: Beego	17 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: Sip & Paint op de markt 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	18 9u30-12u: Meerstuin
21 GESLOTEN - FEESTDAG	22 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	23 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	24 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	25 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN
28 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	29 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	30 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN 14u-16u: Dag van de vriendschap - kom naar ons fotohokje in ons eetcafé	31 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	

KALENDER LDC DE VESTING - AUGUSTUS 2025

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRJDAG
				1 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN
4 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	5 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	6 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	7 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN	8 PAUZE VASTE ACTIVITEITEN, BAR EN RESTAURANT BLIJVEN OPEN
11 14u-16u: Spelletjesnamiddag	12	13 14u-16u: Petanque	14 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen of Sip & Paint op de markt 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	15 GESLOTEN - BETAALDE FEESTDAG
18 14u-16u: Spelletjesnamiddag 13u30-16u: Jssalon in ons eetcafé	19	20 14u-16u: Petanque	21 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen of Sip & Paint op de markt 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	22 9u30-12u: Meerstuin
25 14u-16u: Spelletjesnamiddag	26 8u-19u: Uistap met actief genieten - Wambrechies&Rijssel	27 14u-16u: Petanque 13u-17u: Beego	28 13u30-16u: Hobbynamiddag 13u30-16u: 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen of Sip & Paint op de markt 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	29 9u30-12u: Meerstuin

KALENDER LDC DE VESTING - SEPTEMBER 2025

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRUIDAG
1 14u-16u: Spelletjesnamiddag Kom met je mooiste hoed!	2 14u-16u: Huis van Loes	3 9u-12u: LIGO : artificiële intelligentie 14u-16u: Petanque	4 13u30-16u: Hobby namiddag - Sokken breien 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	5 9u30-12u: Meerstuin
8 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spelletjesnamiddag	9 10u-12u: Bloemschikken i.s.m. Fleurne 13u30-15u30: Bloemschikken i.s.m. Fleurne	10 9u-12u: LIGO : artificiële intelligentie 9u30-11u: Linedance 9u30-11u: Duits 14u-16u: Petanque	11 13u30-16u: Hobby namiddag - Sokken breien 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst) 17u15-....: Apero Solo Createf	12 LDC & EETCAFE GESLOTEN - PERSONEELSUITSTAP
15 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spelletjesnamiddag 13u-15u: Workshop (wilde) kruiden in de keuken i.s.m. Fleurne 15u-16u-30: Leesclub	16 9u-12u-30: Franse Bistro	17 9u-12u: LIGO : artificiële intelligentie 9u30-11u: Linedance 14u-16u: Petanque	18 13u30-16u: Hobby namiddag - Sokken breien 13u30-16u: Atelier aquarel tekenen 13u30-16u: Tiffany (glaskunst)	19 9u30-12u: Meerstuin 10u-11u30: Franse conversatie
22 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spelletjesnamiddag	23	24 9u-12u: LIGO : artificiële intelligentie 9u30-11u: Linedance 9u30-11u: Duits 14u-16u: Petanque	25 LDC & EETCAFE GESLOTEN - VRUWILLIGERSUITSTAP	26 9u30-12u: Meerstuin 10u30-11u30: Samen lezen
29 9u-10u 10u15-11u15: Tai chi - Qigong 14u-16u: Spelletjesnamiddag	30			