

Activiteiten & dienstverlening december 2024

WIJKTEAM NOORD

OVERLEIE - PIUS

Doorbreek de
eenzaamheid



KORTRIJK



Vlammen tegen eenzaamheid

FRIDA EN KATRIEN BEZOEKEN BUREN

Vrijwilligers Frida Vandewalle en Katrien Hellebuyck brengen met het project 'Buren voor Buren' regelmatig een bezoek aan buurtbewoners die vaak alleen zijn. "We gaan langs voor een babbeltje, brengen op hun verjaardag een attentie mee, en tijdens de Week van de Buur een bloemetje", vertelt Frida.

Vrijwilliger

Frida is al 24 jaar vrijwilliger: "Na mijn pensioen wilde ik iets doen dat mijn dagen zin gaf. Eerst begeleidde ik mensen in een rolstoel, maar door een blessure werd dat fysiek te zwaar. Het wijkteam stelde toen

voor om eenzame mensen te bezoeken, en dat bleek perfect bij mij te passen. Mijn eerste bezoeken deed ik met mevrouw Lagae, maar nu ga ik samen met Katrien. De bezoekjes brengen regelmaat in het leven van de bewoners. De volgende afspraak schrijven we meteen op een briefje dat vaak op de koelkast hangt."

Elk bezoek is anders

Katrien: "Elk bezoek is anders. Sommigen zorgen dat de koffie en koekjes klaarstaan; anderen vragen ons om zelf in te schenken. We praten over het leven, nieuwe gebeurtenissen in de buurt en luisteren naar hun verhalen. Sommigen praten een uur aan een stuk, anderen luisteren liever. Het maakt niet uit, elk bezoek geeft voldoening. Mensen bespreken vaak zaken met ons die ze niet snel met hun eigen kinderen delen. Wij nemen tijd voor hun verhalen, waar kinderen vaak zeggen: 'jaja ma, ge hebt dat al eens verteld!'"

Eenzaamheid doorbreken

Frida en Katrien: "Met onze bezoeken willen we de eenzaamheid

doorbreken, maar ook vragen en problemen opvangen. Soms weten mensen niet waar ze terecht kunnen met hun vragen. Dan geven wij die door aan het wijkteam, dat ze vaak snel kan oplossen.

Het geluk als we binnenkomen, is onbetaalbaar. We bezochten ooit een man die zijn hele levensverhaal vertelde. Kort daarna is hij overleden. Het voelde alsof ons bezoek hem opluchtte."

- › Wil jij bezoek krijgen of vrijwilliger worden? Contacteer het wijkteam.
- › Tijdens De Warmste Week van 18 tot en met 24 december zet Stad Kortrijk graag zijn initiatieven tegen eenzaamheid extra in de kijker. Wil je graag meedoen met een van onze activiteiten? Surf dan www.kortrijk.be/dewarmsteweek.



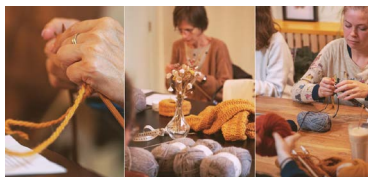
Frida



Katrien

Activiteiten december 2024

WARM OVERLEIE



Draadkaffee

Ook zo met draad bezig? Heb je nog heel wat draadprojectjes liggen, maar motivatie nodig om ze weer op te pakken? Of gewoon zin om in gezelschap te haken of borduren? Dan is Draadkaffee iets voor jou! In samenwerking met Femma en Texture.

- > Vrijdag 6 december en 3 januari in Wijkcentrum Overleie
- > Vrijdag 20 december in Kaffee Damast
- > Gratis

Atelier Melangé

Atelier Melangé is een idee van vrijwilligers: een gezellig, warm samenzijn onder vrouwen. Elke editie werken we rond een bepaald thema, gekozen door een onschuldige hand uit de ideeën van de deelnemers.

- > Vrijdag 20 december vanaf 9 uur
- > Wijkcentrum Overleie
- > Gratis



Warme dagen op Overleie

Bij de start van De Warmste week roepen we alle bewoners van Overleie op tot meer verbinding. Het thema van dit jaar is dan ook eenzaamheid. Hiervoor organiseren we aan Wijkcentrum Overleie een evenementje. We staan er met de Voiture en onze huis-dj en dat is altijd fun fun fun!

Je smult er van gratis soep en cho-

comelk in een mooi versierde mok die je naar huis mag meenemen als aandenken. We bieden ook een zelfgemaakte eindejaarskoek aan die je kan soppen in je chocomelk. Kom af en neem iedereen mee waarvan je denkt dat die persoon er 'deugd' van zou hebben.

- > Woensdag 18 december van 16.30 tot 20 uur
- > Gratis
- > Voorkant van Wijkcentrum Overleie en Antigone

Wij komen langs voor koffie of soep met babbels

Tijdens De Warmste Week komen wij naar jou toe. Wil je graag een kop koffie of soep en heb je zin in een babbeltje bij jou thuis? Of ken je iemand anders die wel gediend zou zijn met zo'n bezoekje? Laat het ons weten via 056 27 73 80 of wijkteam.noord@kortrijk.be.

- > Donderdagnamiddag 19 december, maandagnamiddag 23 december en dinsdagvoormiddag 24 december

GEZOND OVERLEIE

Wandelen met Veerle

We wandelen vanaf Wijkcentrum Overleie naar de markt. Meer info krijg je bij ergotherapeute Veerle.

- > Maandagen 9 en 23 december om 10 uur
- > Gratis
- > veerle.dufait@kortrijk.be - 0473 13 11 07

OVERLEIE AAN TAFEL

Buurtmaaltijd

Hendrik haalt zijn kookkunsten nog eens boven. Er staat macaroni met kaas en hesp op het menu. Eet je veggie? Dan kun je smullen van een heerlijke macaroni kaas-broccoli schotel.

- > Dinsdag 7 januari om 12 uur
- > Wijkcentrum Overleie
- > Inschrijven kan tot 31 december aan het onthaal
- > € 9 – € 1,80 met UITPAS-korting

Koffie met taart

Overleie houdt van een zoete zonde, zo blijkt ... Onze taarten vliegen de deur uit! Wees er dus op tijd bij. Deze maand gaan we traditioneel voor een kersteditie. Hohoho.

- > Donderdag 12 december vanaf 13.30 uur
- > Wijkcentrum Overleie
- > € 2



Gezellige vrijdag

Het is winter, koud en donker en dus is er nood aan gezelligheid, aan samenzijn. Daarvoor hebben we jou ook nodig! Wat hebben wij te bieden: een leuke babbel met Annelies en Monique, met een klein ontbijtje. We sluiten af rond de middag met een aperitiefmoment. Hou je van een knabbel en babbel met je buur en in je buurt? Kom dan zeker eens langs! Inschrijven is niet verplicht maar wel wenselijk.

- > Vrijdag 27 december van 9 tot 11.30 uur
- > Wijkcentrum Overleie
- > Gratis



**DOWNLOAD NU
DE RECYCLE!-APP**

Mis zo geen enkele afvalophaling in je buurt. Deze app is **gratis** via Google Play of App Store.

Bewegingstip van de maand

1. Schuif naar de rand van je stoel. Houd met beide handen de zijkanten van de stoel vast voor ondersteuning. Strek je rechterbeen recht voor je uit, houd je hiel op de grond en buig je tenen naar het plafond.
2. Buig langzaam op je heup zo ver mogelijk naar voor, en houd je rug recht. Wacht 10 seconden.
3. Keer terug naar een rechtopstaande positie en houd je handen vast aan de zijkanten van de stoel. Til je rechervoet op zodat deze een paar centimeter van de vloer is. Draai langzaam je enkel in de ene richting, dan in de andere richting. Breng je voet terug naar de vloer.
4. Herhaal stap 1-3 met je linkerbeen. Wissel de hele reeks tussen beide benen af voor een totaal van 3 à 6 keer aan elke kant.



Ken je onze vrijwilliger Sabrine al?

"Ik ben Sabrine Laabidi, een jonge vrouw van 33 en mama van 2 prinsjes, Raef en Haroun. Ik ben van Tunesische afkomst, maar met een Europese mentaliteit en de liefde en trots van een Belg. Ik hou van mijn rol en plekje in Wijkcentrum Overleie.

Enkele maanden terug startten wij met Atelier Melangé, een groepje dat maandelijks samenkomt en activiteiten doet. Ik kook ook graag en kom wekelijks soep maken. Ik krijg af en toe een complimentje voor mijn lekkere soep, dus kom zeker eens proeven als je in de buurt bent!"



Je wijkinspecteur

Overleie: Davy Monserez

0479 98 03 78 - davy.monserez@police.belgium.eu

Wijk Pius: Niels Seynaeve

0498 90 96 15 - niels.seynaeve@police.belgium.eu

Contacteer je hen via mail, zet dan ook het algemeen e-mailadres in kopie: PZ.Vlas.Wijk@police.belgium.eu. Zo kan de politie jou bij afwezigheid van de wijkinspecteur toch verder helpen. Je kan Politiezone Vlas ook bereiken via het niet-dringende nummer 1701. Het nummer is 7/7 bereikbaar en dat 24 uur per dag.

Wijkteam Noord werkt vanuit:

Wijkcentrum Overleie - Overleiestraat 45

- 056 27 73 80
- wijkteam.noord@kortrijk.be
- kortrijk.be/wijkcentrum-overleie
- Kom langs tijdens de openingsuren van de onthaalbalie:

MA, DI, VR van 9 tot 12 uur

WO, DO van 13.30 tot 16.30 uur

Controleer steeds op voorhand of het wijkcentrum open is. Dit kan ook op onze website.

Op woensdag 25 en donderdag 26 december, woensdag 1 en donderdag 2 januari is het wijkcentrum gesloten.

Op vrijdag 27 december is de onthaalbalie gesloten.

Openingsuren bar

Wijkcentrum Overleie

MA van 9 tot 12 uur

DI van 9 tot 12 uur

WO van 13.30 tot 17 uur

DO van 13.30 tot 17 uur

VR van 9 tot 12 uur

Meer info

kortrijk.be/wijkgericht-sociaal-werk

fb.com/WijkteamNoordKortrijk

Onze maandelijke **activiteitenkalender** vind je in het wijkcentrum.