

SEPTEMBER

Vrijdag 13 september om 10 uur:

KOOKDEMO: hoofdgerecht en dessert in de Weister te Aalbeke | Prijs: 10 euro

Dinsdag 17 september om 9 uur: **OCHTENDGYM** in Heule | prijs: 1 euro (of stempel op sportkaart)

Dinsdag 24 september om 14.30 uur:

VOORDRACHT VOEDINGSADVIES in 't Cirkant te Marke | Prijs: 3 euro

Woensdag 25 september om 14.30 uur:

INTERACTIEVE VOORDRACHT:

"De podoloog, uw voeten in goede handen"

In het OC de Wervel in Bellegem | Prijs: 3 euro

OKTOBER

Dinsdag 15 oktober om 14.30 uur:

INTERACTIEVE VOORDRACHT:

"De podoloog, uw voeten in goede handen"

In dienstencentrum de Condé te Kortrijk | Prijs: 3 euro

NOVEMBER

Donderdag 14 november:

WERELDDIABETESDAG: SLOTEVENEMENT VAN DE CAMPAGNE

Vertrek vanuit de verschillende dienstencentra met de fiets of te voet,
richting Grote Markt Kortrijk.

Programma en praktische richtlijnen vind je terug in het Boekske van oktober.

LDC De Zonnewijzer Langemeersstraat 6, 8500 Kortrijk | 056 24 42 00

LDC De Condé Condédreef 16, 8500 Kortrijk | 056 24 48 70

Buurtpunt Drie Hofsteden V. De Jaegerelaan 52/02, 8500 Kortrijk | 0473 86 26 60

Buurtwerk De Lange Munte Langemunteplein 7 bus 5 | 0473 86 26 60

Centrum Overleie Overleiestraat 45, 8500 Kortrijk | 056 27 73 80

LDC De Zevenkamer Mellestraat 15, 8501 Heule | 056 24 46 00

LDC De Vlaskapelle H. Dewildestraat 8, 8501 Bissegem | 056 24 45 00

LDC 't Cirkant Hellestraat 6, 8510 Marke | 056 24 08 25

Seniorenacties Kortrijk-Zuid Tombroekstraat 2, 8510 Rollegem | 056 27 77 65

OC De Wervel Processiestraat 6, 8510 Bellegem | 056 27 77 65

De Weister Lijsterstraat 2, 8511 Aalbeke | 056 27 77 65

't Kastanjehuis Kooigemplaats 23, 8510 Kooigem | 056 27 77 65

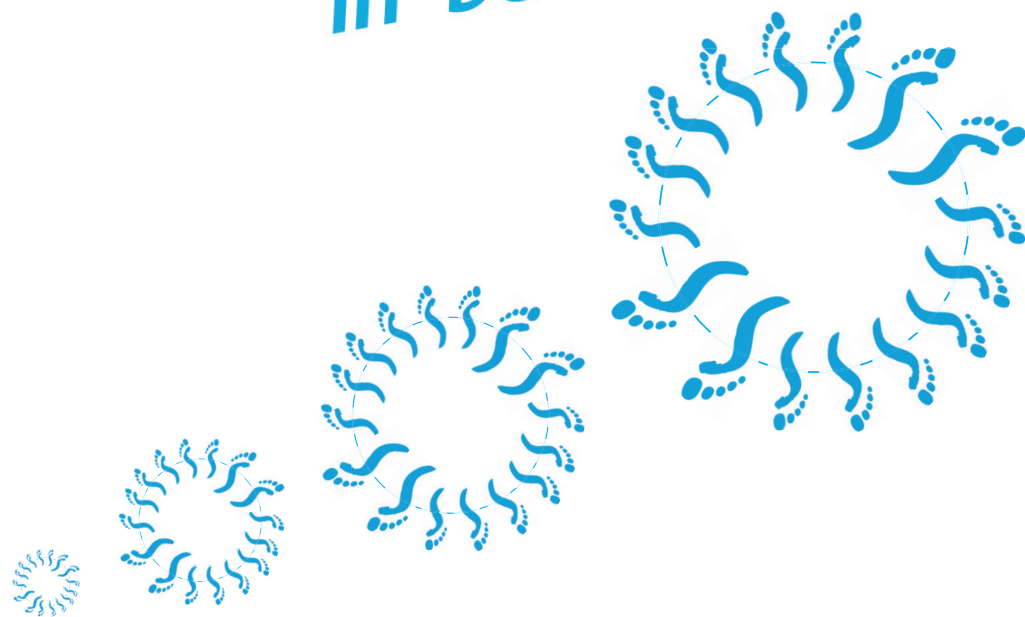


OVERZICHT ACTIVITEITEN

I.S.M. DE LOKALE DIENSTENCENTRA KORTRIJK

foodsteps®

diabetes in beweging



FEBRUARI

Donderdag 7 februari:

VOORDRACHT DIABETES

om 14.30 uur in OC De Vonke, Lagaeplein 24 te Heule

Spreker: Dr. Nicolaj | Prijs: 2 euro

MAART

Dinsdag 19 maart :

TONEEL: "NU ZEGT HIJ LIEVEKE" monoloog door Marleen Maes

Uur: 14.30 uur | in LDC 't Cirkant te Marke | Prijs: 5 euro

Organisatie: S-plus, Okra, Neos, Vlaamse diabetesvereniging en LDC 't Cirkant

APRIL

Op de **ONTMOETINGSNAMIDDAGEN VOOR 75+** zal in elk dienstencentrum een infomoment gegeven worden met aansluitend koffie en suikervrij gebak | Prijs: 3 euro | vooraf inschrijven noodzakelijk

3 april: -----Bellegem

4 april: -----Rollegem

9 april: -----Lange munte en Vlaskapelle te Bissegem

10 april: -----Kooigem

11 april: -----Zonnewijzer Kortrijk

16 april: -----Overleie te Kortrijk en 3 hofsteden te Kortrijk

17 april: -----Zevenkamer te Heule

24 april: -----De Condé te Kortrijk

25 april: -----Aalbeke

26 april: -----'t Cirkant Marke

Woensdag 17 april om 14.30 uur:

VOORDRACHT: VOEDINGSADVIES in LDC De Zonnewijzer | Prijs: 3 euro

Dinsdag 30 april van 9 tot 10.30 uur: **OCHTENDGYM MET SUIKERVRIJ TUSSENDOORTJE**

in het Cirkant te Marke | Prijs: 1 euro (of stempel op sportkaart)

MEI

Maandag 6 mei om 14.30 uur:

INTERACTIEVE VOORDRACHT: "De podoloog, uw voeten in goede handen"

In het LDC De Vlaskapelle te Bissegem | Prijs: 3 euro

Donderdag 17 mei om 10 uur: **KOOKDEMO:** hoofdgerecht en dessert

Prijs: 10 euro | In Centrum Overleie

JUNI

TEST JE RISICO MET AANSLUITEND GEZOND ONTBIJT EN MOGELIJKHEID TOT VRAAGSTELLING BIJ DIABETESEDUCTOREN

Maandag 3 juni: -----in de Zevenkamer te Heule

Dinsdag 4 juni: -----in de Weister te Aalbeke

Vrijdag 7 juni: -----in de Vlaskapelle te Bissegem

Vrijdag 14 juni: -----in het buurthuis de Lange Munte te Kortrijk

Dinsdag 11 juni: -----in 't Cirkant te Marke met aansluitend beweging

Donderdag 20 juni: -----in Centrum Overleie te Kortrijk

Donderdag 27 juni: -----in de Condé te Kortrijk

Vrijdag 28 juni: -----in de Zonnewijzer te Kortrijk

Aanvang telkens om 8.45 uur | Prijs: zie Boekske mei

Maandag 24 juni om 14 uur: **KOOKDEMO:** suikervrij gebak & suikervrije ontbijten | 't Cirkant Marke | Prijs: 10 euro

JULI

Dinsdag 2 juli: **TREIN-FIETS-WANDELDAAG** voor alle dienstencentra (meer info: zie Boekske mei)

Op vrijdag 5 juli om 14 uur: **KUBB** in 't Cirkant Marke | gratis

ZOMERTURNEN

Op dinsdag 2 juli in 't Cirkant Marke van 9 tot 9.45 uur | Prijs: 1 euro (of stempel op sportkaart)

Op donderdag 4 juli in De Vlaskapelle Bissegem van 9 tot 9.45 uur | Prijs: 1 euro (of stempel op sportkaart)

WANDELTOCHT op dinsdag 9 juli om 13.45 uur vertrek in 't Cirkant Marke | Prijs: 1,5 euro

ZOMERSTAPPEN op woensdag 17 juli om 9.30 uur met LDC De Zevenkamer in Heule | met aansluitend een gezonde maaltijd (koude schotel) | Prijs: 7,5 euro

FIETSTOCHT op donderdag 25 juli om 13.45 uur vertrek aan de Weister in Aalbeke | Prijs: 1,5 euro

AUGUSTUS

ZOMERTURNEN

op dinsdag 6 augustus in 't Cirkant Marke van 9 tot 9.45 uur | Prijs: 1 euro (of stempel op sportkaart)

op donderdag 22 augustus in De Vlaskapelle Bissegem van 9 tot 9.45 uur | Prijs: 1 euro (of stempel op sportkaart)

ZOMERSTAPPEN op dinsdag 27 augustus met LDC De Condé in Kortrijk | aansluitend gezonde maaltijd | Prijs: 7,5 euro

FIETSTOCHT

op dinsdag 20 augustus om 13.45 uur vertrek in 't Cirkant Marke | Prijs: 1,5 euro

op donderdag 29 augustus vertrek om 13.45 uur aan de Weister Aalbeke | Prijs: 1,5 euro

KUBB op woensdag 28 augustus in de Weister te Aalbeke | gratis