

SEPTEMBER - DECEMBER 2025

onze ontmoet, ontdek en ontspan buurt

Ontdek
Geestelijke
gezondheidszorg

Ontmoet
Den Breydel



De raad der wijzen

RONDOM buurtcentrum
Meulewech

mintus
zorg met een plus

**BRU
GGE**



15 jaar Uitwijken Sint-Andries

**vrijdag 19, zaterdag 20 en
zondag 21 september**

Sinds 2010 toert Uitwijken naar Brugse wijken met een gratis kwaliteitsvol cultuur-aanbod. Al vijftien jaar lang kiest Uitwijken ervoor om in een open, laagdrempelige sfeer voor verbinding tussen buurtbewoners, cultuurgenieters, artiesten en toevallige passanten te zorgen. In september 2025 neemt de 'Uitwijken 15 jaar toer' je mee in een feestmaand om u tegen te zeggen. En dat doen ze vier weekends lang op vier verschillende plekken. Uiteraard is iedereen er welkom! Voor het programma-aanbod, maar evengoed voor een gratis koffie.

Koude Keuken,
ingang via Legeweg t.h.v. huisnr. 246
Kom te voet, met de fiets of neem de bus:
Bus 4 halte Sint-Andries Blijmare

OPROEP

Vertel jouw verenigings-verhaal in de buurtkrant van Sint-Andries!

Ben jij lid van een vereniging uit Sint-Andries en wil je graag eens een artikel schrijven over wat jullie doen? Een van de leden in de bloemetjes zetten, bijvoorbeeld? Of een activiteit toelichten, de werking uitleggen of een oproep doen voor nieuwe leden of vrijwilligers? Dit is allemaal perfect mogelijk.

Stuur een mailtje naar meulewech@mintus.be en we houden in de volgende buurtkrant plaats voor een artikel van jullie werking. Hou er wel rekening mee dat wij onze teksten ongeveer een maand voor het verschijnen van de buurtkrant nodig hebben.

OPROEP

Word vrijwilliger!

We zijn op zoek naar vrijwilligers die onze communicatie (buurtkrant, flyers,...) willen verspreiden in de buurten van 't Steentje en de Hermitage.

Zoals jullie weten is Sint-Andries een uitgestrekte deelgemeente, onderverdeeld in diverse buurten. Om iedereen zo veel mogelijk te betrekken binnen onze werking, proberen wij dan ook zo veel mogelijk buurtbewoners te bereiken. Help jij ons mee?

ontdek

- 02 Kort nieuws
- 06 Geestelijke gezondheidszorg
- 10 Pleintje
- 11 Neos

ontmoet

- 04 De raad der wijzen
- 08 Den Breydel



Welkom Lidia!

Al enkele maanden hebben we versterking binnen ons team. Lidia doet de administratie voor buurtcentrum Meulewech en voor de buurtpaviljoenen Den Breydel en 't Pleintje. Lidia is de vriendelijkheid zelf en helpt jullie graag verder bij vragen.

Beste buurtbewoner,

De zomer loopt weer op zijn einde. Hopelijk maakte je de afgelopen tijd enkele mooie, nieuwe herinneringen. Misschien wel van een reis die al lang op het verlanglijstje stond of van een festival dat alle verwachtingen overtrof?

Misschien ben je ook wel blij dat de herfst voor de deur staat. Want voor wie alleen of kwetsbaar is, kan de zomer wel eens confronterend zijn. Iedereen lijkt het naar zijn zin te hebben, men doet uitstapjes, gaat op reis, ligt te genieten van de zon... en dat is niet aan iedereen gegeven.

Soms ontbreken de financiële middelen of is er niemand om de ervaring mee te delen. Voor wie in zo'n situatie zit, is het misschien wel een opluchting dat het 'gewone' leven stilletjes weer wordt hervat. De scholen gaan weer open, iedereen is weer aan het werk en het pronken met vakantiefoto's maakt plaats voor dagelijkse bekommernissen over het werk en weer.

Laten we er dan ook samen een ontzettend fijne herfst en gezellige winter van maken. Begroet de burens, kijk wat we voor elkaar kunnen doen en kom zeker eens langs in ons buurtcentrum.

Wij zijn alvast klaar om er met onze bezoekers, vrijwilligers en partners een schitterend najaar van te maken vol onovertroffen herinneringen!



Dirk De fauw
Burgemeester



Pablo Annys
Voorzitter BCSD en schepen van Sociale Zaken, Welzijn, Wonen, Energie en Klimaat

De raad der wijzen

In het Westen hebben wij een vreemde kijk op ouderen. Dikwijls worden mensen bij ons gezien als economisch bruikbaar. Wanneer je aan het werk bent en 'opbrengt', dan telt je mee in de maatschappij. Maar wanneer iemand na lang werken, eindelijk op pensioen kan gaan, dan telt die ineens minder mee. Alsof het leven is geleefd en je vanaf dan nog dankbaar mag zijn om een figurantenrol op te nemen.

Iemand die bij een specialist of huisarts komt, bijvoorbeeld, en als antwoord krijgt: "Ja, meneer of mevrouw, maar met jouw leeftijd..." Plots kan men niet meer zelf beslissen of men zich laat behandelen. Alsof de middelen dan worden verspild, want – tja – je staat toch al met één been in het graf.

Denk ook even aan de recente meldingen van ouderenmishandeling in verschillende woonzorgcentra. Of recenter nog, ouderen die hun rijbewijs opnieuw moeten afleggen. Want twintigers en dertigers vormen zeker geen gevaar op de weg. Ouderen wel dan? Zo kunnen we blijven voorbeelden opsommen.

Nochtans kan het ook anders. In veel culturen worden ouderen juist geassocieerd met wijsheid en ervaring. Wat op zich ook logisch is, want het zijn die mensen die het meest hebben meegemaakt. Men plaatst de mensen op een voetstuk in plaats van in een vergeethoekje. Een traditie waar wij graag aan mee doen.

Vandaar een aantal vragen over de huidige maatschappij aan onze raad der wijzen.



Wat denken jullie over de klimaatopwarming?

Yvette: Klimaatopwarming is erg, maar er zouden beter minder oorlogen zijn. Want hoe meer oorlog, hoe meer klimaatopwarming. Denk maar aan alle economie die daarrond draait, wapens die worden gemaakt in fabrieken. Branden als gevolg van droneaanvallen. De wereld staat als het ware in brand door de oorlogen. Ik heb ook gelezen dat er een gletsjer aan het smelten is, waardoor de kusten onder water zouden komen. Dat is ook een duidelijk voorbeeld van de klimaatopwarming.

Louis: Het weer is anders geworden. Het weer is onvoorspelbaarder, met veel meer natuurrampen dan vroeger.

Christiane: De seizoenen zijn niet meer zoals vroeger. Toen was de zomer de zomer en de winter de winter. Nu kan het in het midden van de winter nog super warm zijn.

Liliane: Het zijn ook geen echte winters meer. Vroegers had je in de winter sneeuw, hoe lang is dat al geleden?



“Er is meer onrust in de wereld en dat maakt mensen ook onrustiger.”

Wat is er vandaag anders dan vroeger?

Yvette: Tegenwoordig zijn de mensen onverdraagzamer. Er is meer onrust in de wereld en dat maakt dat mensen onrustiger zijn. De toekomst is ook onvoorspelbaarder geworden voor jonge mensen. Vroeger waren er ook minder mensen, en was alles nog grotendeels gebaseerd op het geloof. Die waarden gaven de maatschappij vorm. Nu, ik geloof wel dat de mensen weer meer en meer rust gaan zoeken in het geloof, want er is geen houvast meer.

Louis: Nu is iedereen een beetje jaloers op elkaar. Vroeger kende men elkaar beter en ging men anderen ook helpen als er iets was. Vandaag is men meer

afgunstig en zal men minder inspringen.

Liliane: De meeste mensen zijn inderdaad meer op zichzelf. Er zijn wel af en toe buurtfeesten geweest in mijn straat en dat was heel leuk, al was dat ook maar één keer in het jaar. Nieuwe mensen die nu in de straat wonen, komen zichzelf niet voorstellen.

Christiane: Vroeger zat je al eens op een bankje, en kwamen de burens bij je zitten. Dat was gezellig. Nu zie je dat ook niet meer. Alles is ook veel meer opgejaagd dan vroeger. Iedereen is aan het werk. Vroeger waren de vrouwen voornamelijk thuis. Nu vliegt men van het ene naar het andere en men wil ook alles gedaan hebben.

Wat missen jullie vanuit het verleden?

Yvette: Contacten onderhouden met andere mensen. Wanneer men aan het werk is, heeft men meer sociale contacten en leer je ook veel bij. Als je ouder wordt gaat dit moeilijker. Het is niet eenvoudig om zaken aan te leren en ook sociale contacten zijn schaarser dan voorheen.

Liliane: De wereld wordt anders en dat is normaal, dat zal altijd zo zijn. Maar wat je mist uit het verleden zijn de mensen die je bent kwijtgeraakt.

Maak tijd voor geestelijke gezondheid

We kunnen niet om onze moeilijke momenten en perioden heen, dus is het belangrijk dat we leren hoe hiermee om te gaan. Onder het motto **'Samen Veerkrachtig. Maak tijd voor geestelijke gezondheid.'** vinden er rond de eerste tien dagen van oktober in Vlaanderen heel wat verschillende activiteiten plaats om aan de slag te gaan met dit thema: een deugddoende wandeling, een lezing, een film, ...

Check de kalender op www.samenveerkrachtig.be/kalender.

Door deel te nemen aan een activiteit proef je van verschillende manieren om aan je geluk te werken. En wie weet ontdek je wel een nieuwe manier om je veerkracht te versterken.

Samen Veerkrachtig is een initiatief van Gezondheidsmakers, Te Gek!? en Vlaams Instituut Gezond Leven, met steun van de Vlaamse Overheid.

Maak tijd voor geestelijke gezondheid

Doe mee aan activiteiten in jouw regio
Kijk op samenveerkrachtig.be

SAMEN veeerkrachtig
Maak tijd voor geestelijke gezondheid

gezondheidsmakers GEZOND LEVEN Te Gek!? Vlaanderen

Een moeilijke periode? Hoe ga jij ermee om?

Moeilijke periodes

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. Moeilijke momenten en perioden maken deel uit van het leven. Belangrijk is dat we leren hoe we ermee om kunnen gaan.

Hiermee omgaan doe je niet alleen, het kan ook samen

De geluksdriehoek verzamelt factoren die jouw geluk beïnvloeden. Het uit balans zijn wordt in de geluksdriehoek voorgesteld door de oranje bol. Je vindt hem onder de driehoek. Soms is deze bol groot, soms heel klein. Maar hij is er altijd, waardoor jouw geluksdriehoek nooit helemaal in balans is. Gelukkig zijn er vaardigheden die je helpen daarmee om te gaan. Naast het onder de knie hebben van deze vaardigheden, is steun van anderen essentieel. Als je een goed vangnet hebt van mensen uit je omgeving en - indien nodig - professionele hulp, zal het effect nog groter zijn.



Tien dagen activiteiten

Van 1 tot 10 oktober vinden opnieuw honderden activiteiten plaats onder het motto Samen Veerkrachtig.

Zin gekregen om aan jouw veerkracht te werken en te leren omgaan met moeilijke perioden? Ontdek meer info en alle activiteiten in jouw buurt op www.samenveerkrachtig.be.

Maak tijd voor geestelijke gezondheid

De nieuwe slogan van de campagne is 'Maak tijd voor geestelijke gezondheid'. Zelfzorg, momentjes van rust inbouwen, dat ene boek waar je al zo lang aan wil beginnen en maar niet toe komt: we kennen het allemaal. Tijd voor jezelf maken, is soms het laatste op je to-dolijstje. Nochtans zijn die momentjes belangrijk. Niet alleen van 1 tot 10 oktober, maar het hele jaar door. Daarom de oproep: maak tijd voor geestelijke gezondheid.

Nieuwtjes uit Den Breydel

- Sinds kort hebben wij binnen onze groep van vrijwilligers **een nieuwe aanwinst**, met name **Jean**. We zijn heel blij dat hij ons komt helpen en hopen dan ook dat alle buurtbewoners hem een warm welkom geven.
- De laatste vrijdag van de maand is nog steeds **taartnamiddag**. Voor 4,40 euro kan je een stuk taart krijgen met koffie. Schrijf je zeker op voorhand in, zodat wij voldoende kunnen bestellen.
- Den Breydel diende onlangs als locatie voor een **filmopname**. Het ging om een project over sociaal internet. We zijn trots dat onze mooie locatie daarvoor werd uitgekozen.
- De laatste editie van de **Pleinfeesten** waren weer een enorm succes. Wij willen de organisatie bedanken, alsook alle vrijwilligers en iedereen die heeft meegewerkt. Zie ook de foto's voor enkele indrukken.
- Weet dat je nog steeds bij ons terecht kan voor **stoelenyoga**, onder leiding van Rati. Deze activiteit gaat door op donderdagvoormiddag.

Wij verwelkomen **alle ideeën** ten voordele van de buurt.

Heb jij een goed idee, een activiteit die je wil organiseren, of een feest voor de buurt?

Neem dan zeker contact met ons op. (Opgelet: Je kan Den Breydel niet huren voor persoonlijke doeleinden, zoals verjaardagsfeesten of communies)





Gerda, vrijwilligster van het eerste uur

Gerda is een van onze vrijwilligsters van het eerste uur. Zij is een manussje-van-alles, dat niet enkel geregeld de bar openhoudt in buurtpaviljoen Den Breydel. Als buurtbewoonster maakt ze met het nodige enthousiasme de buurt warm om eens langs te komen. Daarnaast doet zij nog veel andere taken, zoals conciërge spelen, het lokaal openen en sluiten wanneer het verhuurd is, de taarten ophalen voor de taartnamiddagen of zelfs bakken drank ophalen wanneer de drankvoorraad begint te slinken. En eerlijk: dat durft wel eens te gebeuren. Ook neemt ze geregeld een shift over wanneer een andere vrijwilliger verhinderd is. We kunnen niet genoeg benadrukken hoe dankbaar we zijn met een vrijwilligster als Gerda.

Gerda, hoe ben jij begonnen als vrijwilligster in Den Breydel?

Toen de oproep verscheen, heb ik mij samen met een vriendin ingeschreven als vrijwilligster. Voor mij was het eigenlijk de bedoeling om er als reserve op te staan, omdat ik ook nog de zorg had voor mijn echtgenoot. Ondertussen doe ik het al een aantal jaren, en hoewel ik in principe nog altijd reserve ben, sta ik toch dikwijls in het buurtpaviljoen.

Wat bevalt jou het meest aan het vrijwilligerswerk?

Zonder twijfel zijn dat de sociale contacten. Het is leuk om dezelfde mensen terug te zien. Dat creëert een kleine gemeenschap, waarbij we elkaar beginnen te kennen en ook voor elkaar kijken als iemand iets nodig heeft.



Een nieuw begin voor 't Pleintje

Er is beslist dat Mintus zal investeren in een nieuw gebouw voor 't Pleintje, het buurtpaviljoen gelegen aan de Diksmuidse Heerweg.

Een paviljoen met geschiedenis

Dit vroegere kaarterspaviljoen functioneert nu als een van de twee antenepunten voor het buurtcentrum Meulewech, naast het in 2019 heropgebouwde paviljoen Den Breydel. Het lokaal wordt al lange tijd niet gebruikt, buiten sporadisch door enkele kaartspelers die de maandag het beste van zichzelf geven.

Leven in de buurt dankzij samenwerking

Daar komt nu verandering in. Want sinds de buurt aan 't Pleintje meewerkte aan een project door de vzw bouwstof, waarbij oud plastic werd gerecycleerd, is er weer volop leven aan het buurtpaviljoen. Het bewijs daarvan is de oprichting van het buurtcomité 't Pleintje, dat vol engagement en passie van alles organiseert voor de buurt. Denk daarbij aan digitale infomomenten en tal van feesten die de buurt verenigen. Passeer maar eens aan het paviljoen om de volle kalender te bekijken.

Een plek voor jong en oud

Het is dan ook de ambitie om samen met het buurtcomité en alle buurtbewoners een gastvrije plaats te creëren waarbij iedereen uit de buurt kan samenkomen en zich er welkom voelt. Een plaats waar studenten komen, jonge gezinnen met hun kindjes en buurtbewoners met pensioen.

Denk mee over de toekomst!

Hebben jullie ondertussen al opmerkingen of suggesties over de toekomstige invulling? Geef ons dan zeker een seintje op meulewech@mintus.be





NEOS Sint-Andries

Elke vrijdagmiddag krijgen we bezoek van een leuke, vrolijke en sociale bende. Ze laten de decibelmeter in onze cafetaria de lucht inschieten en dat creëert onmiddellijk een leuke sfeer binnen ons buurtcentrum. De groep waarvan sprake is niemand minder dan de leden van Neos, Sint-Andries. Elke week komen zij in ons buurtcentrum kaarten, Rummikubben of andere spelletjes spelen.

Wie of wat is Neos?

Neos Sint-Andries is ontstaan in 1976 en maakt deel uit van de nationale seniorenorganisatie Neos. Dat staat voor Netwerk van ondernemende senioren. Neos is een sociaal-culturele beweging die senioren samenbrengt om de vrijgekomen tijd op een maatschappelijk zinvolle manier in te vullen.

Neos Vlaanderen telt 32.000 leden, verdeeld over 205 afdelingen. Neos Sint-Andries heeft momenteel 250 leden. Ontmoeting en ontspanning, reizen en cultuur, sport en toerisme, ... je vindt het allemaal bij Neos.

De club wordt gedragen door een bestuursploeg van vrijwilligers. Zij stellen een attractief programma samen en staan verder ten dienste van de leden.

Voor wie?

Neos Sint-Andries richt zich tot actieve senioren uit Sint-Andries en omgeving. Het beroepsverleden speelt geen rol, maar wel een brede belangstelling, een open geest en een positieve ingesteldheid om samen een leuke tijd te beleven. Je hoeft bovendien geen 65 jaar te zijn. Ook jongere senioren, vanaf 55 jaar, komen bij Neos aan hun trekken.

Ghislain en Noël

Ghislain is al 6 jaar lid van Neos en Noël een tiental jaren. "We gaan dikwijls fietsen, maken een uitstap, doen reizen of etentjes. Maar we spelen ook spelletjes. Het belangrijkste is dat we samen zijn met vrienden."

"Als je alleen bent, maar ook als koppel, is het leuk dat er dingen georganiseerd worden. Je bent niet alleen. Mensen zorgen voor elkaar wanneer we samen zijn. Er is een enorm gevoel van samenhang en dat is belangrijk."

Zin om je aan te sluiten? Neem zeker contact op met Neos. Het is een echte aanrader!



terugblik



Buurtcentrum Meulewech

Kosterijstraat 40, 8200 Sint-Andries

Centrumverantwoordelijke

Maarten Derre

T 050 32 70 91

GSM 0470 63 38 45

E maarten.derre@mintus.be

Colofon

Verantwoordelijke uitgever:

Stèphanie del Cioppo

Ruddershove 4, 8000 Brugge

Ontwerp: digicreate.be

Druk: Mediatopper

Papier: 100% gerecycleerd