

Kalender november- december 2024

Dienstencentrum Houtmere

DIENSTENCENTRA
samenwerken | je buurt versterken



**ZORGPUNT
WAASLAND**
goed voor elkaar

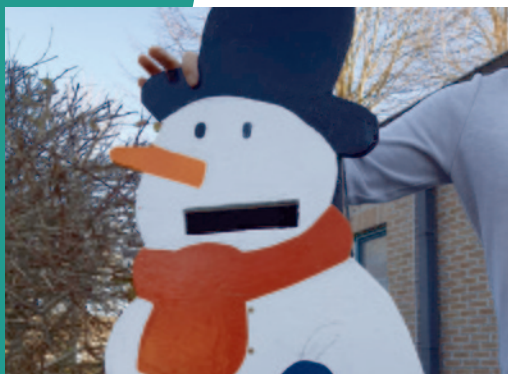
www.zorgpuntwaasland.be
www.facebook.com/houtmere

Warme wensen voor alle mensen

Ook dit jaar organiseren we opnieuw de actie 'warme wensen voor alle mensen'.

Het is ondertussen weeral een jaar geleden dat onze sneeuwmanbrievenbussen zich hebben vertoond in het straatbeeld.

Van 2 december tot 3 januari kan je onze brievenbussen terugvinden op onderstaande locaties.



Aan jullie om deze brievenbussen te vullen met kaartjes voor mensen die een hart onder de riem kunnen gebruiken in deze periode. Deze kaartjes mogen een persoonlijke boodschap bevatten, een lief woordje, Al dan niet met vermelding van jouw naam.

Locaties sneeuwmanbrievenbussen:

- Kobbe (Seefhoeklaan 1, Burcht)
- Kozze (Laarstraat 64, Zwijndrecht)
- Sporthal 'Den Draver' (Fortlaan 10, Zwijndrecht)
- Carrefour Hypermarkt (Zwijndrechtsestraat 151, Zwijndrecht)
- Dienstencentrum Houtmere (Houtmere 27, Zwijndrecht)

Centraal Station

Infosessie



Maandag 18 november om 14 uur

Sinds meer dan 100 jaar pronkt het centraal station in het Antwerps centrum. Sommigen noemen het eerder een spoorwegkathedraal. Buitenlandse journalisten rangschikken het zelfs bij de mooiste treinstations ter wereld.

Wat is de geschiedenis van de bouw van het station en zijn spoorweghal? Wat kunnen we vertellen over het prachtig interieur? Uit wat bestond de renovatie en welke cruciale veranderingswerken hebben er plaats gehad in de voorbije decennia?

Kom het te weten tijdens deze infosessie, gegeven door Peter Switsers.

Vooraf **inschrijven** is verplicht. Dit kan aan de balie van het dienstencentrum Houtmere. Of telefonisch op het nummer 03 375 54 33 of via e-mail (ldc.houtmere@zpw.be), indien je over een opgeladen geldbeugel beschikt.

Deelname: 2 euro (basistarief), 1,50 euro (kansentarief).

Kop koffie inbegrepen. Betalen bij inschrijving.

Creatieve workshop Bloemschikken



Donderdag 28 november
Aanvang: 13u30

De creatievelingen kunnen weer aan de slag.
Om alvast de kerstsfeer in huis te brengen, wordt er een kerststuk gemaakt (niet hetgeen hier op de foto staat).

Inschrijven kan aan de balie van ons dienstencentrum.
Bij inschrijving ontvang je een materiaallijstje van het te maken bloemstuk.
Afwerking is natuurlijk volgens eigen smaak en voorkeur.

Deelname: 2 euro per persoon (basistarief) of 1,50 euro (kansentarief).

Deze prijs is exclusief materiaal.

Rechten als patiënt

Infosessie



Maandag 2 december om 14 uur

In deze infosessie staan we stil bij je rechten als patiënt en als mantelzorg.

- Wie kan je medische informatie inkijken?
- Kan je een behandeling weigeren?
- En waar kan je terecht bij een klacht over een hulpverlener of ziekenhuisfactuur?
-

Je krijgt een overzicht van alle patiëntenrechten, met ruimte voor vragen en het uitwisselen van ervaringen.

Deze infosessie wordt gegeven in samenwerking met Steunpunt Mantelzorg.

Voraf inschrijven is verplicht. Dit kan vanaf maandag 28 oktober om 10 uur.

Deelname: 2 euro (basistarief) of 1,50 euro (kansentarief).

Betalen bij inschrijving.

Kop koffie/thee inbegrepen.

Kerstbingo

donderdag 12 december

Op donderdag 12 december organiseren we een extra bingo-namiddag. Voor de gelegenheid starten we om **14 uur** en spelen we **drie** rondes met telkens twee hoofdprijzen en twee troostprijzen per ronde. Extra kansen dus om met een leuke prijs naar huis te gaan.

Voor deze bingo vragen we om **vooraf in te schrijven**. De inschrijvingen starten woensdag 6 november om 10 uur. Inschrijven kan zowel aan de balie van ons dienstencentrum of telefonisch op het nummer 03 375 54 33.

Opgelet: om in te kunnen schrijven, moet je als gebruiker geregistreerd zijn in ons systeem.



Kerstfeest met lezing

Maandag 16 december om 12 uur

De formule van ons kerstfeest ziet er dit jaar wat anders uit:

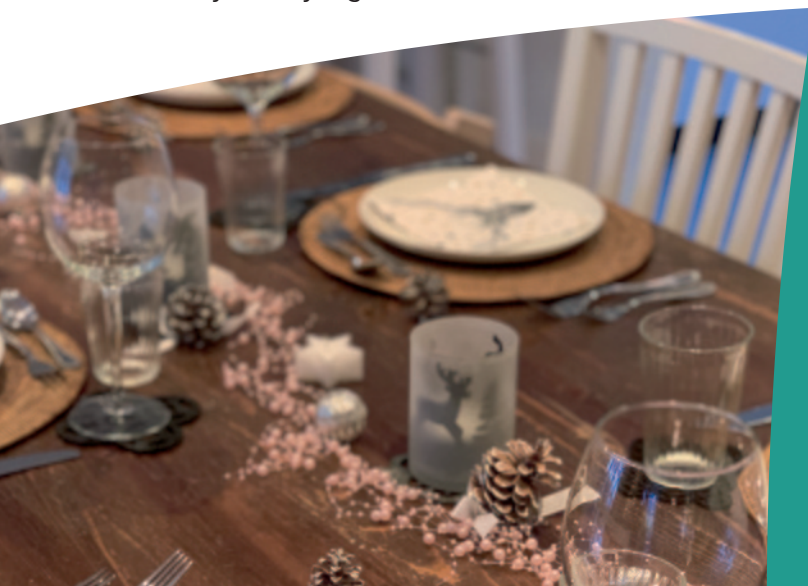
- 12 uur: start feestmaaltijd
 - ontvangst met aperitief
 - soep
 - hoofdgerecht
- Aansluitend aan de maaltijd: Kerstlezing 'Alles wat je ooit wilde weten over Kerstmis' door Lieve Mariën.
- Tijdens de pauze: dessert

De inschrijvingen starten op dinsdag 5 november (vanaf 10 uur). Inschrijven kan aan de balie van ons dienstencentrum of telefonisch op het nummer 03 375 54 33 (enkel indien je gebruik maakt van een geldbeugel én reeds geregistreerd bent in ons kassasysteem).

Basistarief: 20 euro per persoon.

Kansentarief: 15 euro per persoon.

Betalen bij inschrijving.



Overzicht Sluitingsdagen



November:

- vrijdag 1 november
- maandag 11 november

December:

- woensdag 25 december

Januari

- woensdag 1 januari

Aangepaste dienstverlening:

- Maandag 16 december: geen warme maaltijden wegens kerstfeest
- Dinsdag 24 december: cafetaria enkel open voor dienstverlening maaltijden.
Gesloten om 13.30 uur.
- Dinsdag 31 december: cafetaria enkel open voor dienstverlening maaltijden.
Gesloten om 13.30 uur.

Worstenbrood & appelbollen



Maandag 13 januari 2025
14 tot 16 uur

Op 'verloren maandag' kan je in ons dienstencentrum smullen van lokale worstenbroden en appelbollen.

De prijs voor een worstenbrood of een appelbol bedraagt **3 euro per stuk** (geen drank inbegrepen).

Omdat wij de worstenbroden en appelbollen lekker warm serveren, vragen wij om vooraf in te schrijven.

Dit kan vanaf dinsdag 10 december om 10 uur.

Inschrijven voor deze activiteit kan aan de balie van ons dienstencentrum of indien je gebruik maakt van je geldbeugel, ook telefonisch op het nummer 03 375 54 33.

Betalen bij inschrijving.

KALENDER november- december

*Op zaterdag is het dienstencentrum Houtmere gesloten.
Zondag enkel geopend voor dienstverlening warme maaltijden.

November

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZA / ZO*
				1	2 & 3
4	5	6	7	Houtmere gesloten	9 & 10
Kippenkaarting	10u: Start inschrijvingen kerstfeest 16/12	Bingo + Start inschrijvingen kerstbingo 12.12		8	
11	12	13	14	15	16 & 17
Houtmere gesloten	Kingen	Houtmere's High Tea			
18	19	20	21	22	23 & 24
Infosessie Centraal station Antwerpen		Bingo	Digicafé		
25	26	27	28	29	30
Pannenkoekendag	Kingen		Creatieve workshop Bloemschikken 'Kerst'		

*Op zaterdag is het dienstencentrum Houtmere gesloten.
Zondag enkel geopend voor dienstverlening warme maaltijden.

december

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZA / ZO*
					1
2 Infosessie 'Rechten als patiënt'	3	4 Sinterklaasbingo	5	6	7 & 8
9 Kippenkaarting	10 Kingen + start inschrijvingen W&A 13.01	11 Pannenkoekendag	12 Kerstbingo	13	14 & 15
16 Kerstfeest met lezing	17 Kingen	18 Bingo	19 Digicafé	20	21 & 22
23	24 CAF enkel open voor maaltijden	25 Houtmere gesloten	26	27	28 & 29
30	31 CAF enkel open voor maaltijden				

Donkere dagen

De komende maanden is het al sneller donker buiten. Het weer begint een bepalende factor te worden om al dan niet buiten te komen, er wordt misschien wat minder afgesproken met vrienden/familie,

Kortom, veel mensen ervaren deze periode als een donkere, eenzame periode.

Heb je nood aan een babbeltje?

Laat het ons weten, we bellen je graag regelmatig op voor een praatje.

Dit hoeft niet lang te zijn als je daar geen nood aan hebt, maar voldoende om de stilte te doorbreken.

Heb je eerder nood aan een huisbezoek?

Laat het ons weten. We komen graag eens bij jou op bezoek (Zwijndrecht).



Dienst gezinszorg ZPW

Voor je verzorging en dagelijks huishoudelijk werk is er gezinszorg. Alle hulp en verzorging die je nodig hebt als het zelf niet (meer) lukt. Het is de oplossing voor alle zorg thuis, in combinatie met kleine huishoudtaken.

Gezinszorg kan zowel voor korte als lange(re) duur. Onze zorgkundigen komen één of meerdere keren per week overdag, 's avonds en indien nodig zelfs in het weekend bij je thuis.

Voor welke hulp kan je bij hen terecht?

Boodschappen doen (samen met jou) ,maaltijden klaarmaken, strijken, wassen, afwassen, bedden opmaken, hulp bij persoonlijke verzorging,

Onze thuiszorgdienst bekijkt samen met jou welke zorg je nodig hebt. De prijs voor deze dienstverlening is afhankelijk van je inkomen.

Wens je graag meer informatie of een afspraak?

Bel dan naar het nummer 03 750 92 92.

Of kom even langs tijdens het inloophetmoment in ons dienstencentrum. Dit is elke dinsdag van 13 tot 15 uur.

Tijdens dit inloophetmoment ben je welkom zonder afspraak.



Halt2Diabetes

In het najaar van 2024 gaat in Beveren, Kruibeke, Sint-Gillis-Waas, Stekene en Zwijndrecht opnieuw het diabetespreventieproject HALT2Diabetes door.

Dit is een project in samenwerking met de lokale besturen, Diabetes Liga en Logo Waasland.

Wat is HALT2Diabetes?

Bij HALT2Diabetes worden 45-plussers aangespoord om een vragenlijst (FINDRISC) in te vullen. Hiermee kunnen burgers nagaan of ze al dan niet een verhoogd risico hebben om binnen de 10 jaar diabetes type 2 te ontwikkelen.

Het belang van HALT2Diabetes

Momenteel heeft naar schatting 1 op 10 van de volwassen Belgen diabetes. In meer dan 90% van de gevallen gaat het om diabetes type 2. Hoewel leeftijd en familiale belasting in belangrijke mate bijdragen tot het risico op diabetes type 2, **is de aandoening voor 50 tot 60% te voorkomen door een gezonde leefstijl!**

Via HALT2Diabetes worden personen met een verhoogd risico op diabetes type 2 en cardiovasculaire aandoeningen gesensibiliseerd, opgespoord en begeleid naar een gezonde leefstijl om dit risico gericht aan te pakken.

Leefstijlaanbod

In kader van dit project worden er gratis groepssessies Gezonde Voeding op Verwijzing georganiseerd.

Deze editie gaan de groepssessies **Gezonde Voeding op Verwijzing** door in Kruibeke en Sint-Gillis-Waas en de groepssessies **rookstopbegeleiding** in Stekene en Zwijndrecht.

Meer info?

Kom even langs aan onze balie.

Geschenkbon ZPW

GESCHENKBON

De feestdagen komen er aan.

Je moet een cadeautje voor iemand kopen maar hebt geen inspiratie... Misschien wil je iemand verrassen met een origineel geschenk?

Denk eens aan onze geschenkbon en geef wat gezelligheid cadeau

Je kiest zelf het bedrag en de ontvanger kan deze bon in al onze dienstencentra inruilen en gebruiken voor de aankopen in de cafetaria of deelname aan activiteiten.

Vooruitblik 2025

Wat staat er reeds op planning in 2025?

- Worstenbrood & appelbollen- 13/01/2025
- Nieuwjaarsbrunch - 24/01/2025
- Sjoeke voor een chouke - 06/02/2025
- Afhaalontbijt Pasen- 17/04/2025
-
-
-

- Pannenkoekendagen
- Digicafés
- Kingen
- Kippenkaarting



2025

Terugblik Zomerbar 09/08/24



Het mooie zomerweer hebben we ondertussen al een tijdje achter de rug. Graag blikken we toch nog eens terug op onze eerste zomerbar.

Wat een opkomst was het die dag... en wat hadden we geluk met het mooie weer.

In ons aanbod hadden we voor de gelegenheid (mini)pizza's, brushetta's en nog zoveel ander lekkers.

En dat het gesmaakt werd was duidelijk. De oven draaide op volle toeren om ieders bestelling te kunnen serveren.

Bedankt aan al wie ons die dag een bezoekje bracht en mee zorgde voor de sfeer en gezelligheid van onze zomerbar.

En natuurlijk: een dikke merci aan al de vrijwilligers die er samen met ons een succes van hebben gemaakt.



'Ontdek dementievriendelijk Zwijndrecht' zaterdag 28 september

Zaterdag 28 september vond het evenement "Ontdek dementievriendelijk Zwijndrecht" plaats. Dit was een organisatie van de Alzheimerliga en enkele lokale partners waaronder het Zorgpunt Waasland met een infostand van de thuiszorg en het lokaal dienstencentrum Houtmere.

's Ochtends waren de weergoden ons niet zo goed gezind en hebben we de infostand opgesteld in de regen maar in de namiddag mochten we heel wat belangstellenden ontvangen onder een stralende zon.

Aan alle helpende handen: dikke dank je wel!

Wist je trouwens...

- dat we in ons dienstencentrum een koffer hebben met dementiespelen? Deze mag je gratis uitlenen.
- we binnen Zorgpunt Waasland beschikken over de nodige know-how met referentiepersonen dementie en een dementiecoach?



Dienstverlening

Openingsuren dienstencentrum

Maandag tot vrijdag: 9.00 tot 17.00 uur

Zaterdag: gesloten

Zondag: 12.00 tot 13.30 uur

Gesloten op feestdagen.

Onthaal

Maandag tot vrijdag van 10.00 tot 12.30

& van 13.00 tot 14.00 uur

Buiten deze uren op afspraak

Ontmoetingsruimte

Maandag tot vrijdag van 10.30 tot 17.00 uur.

Laatste bestelling voor 16.30 uur.

Zaterdag: gesloten

Zondag van 12.00 tot 13.30 uur

Enkel geopend voor dienstverlening warme maaltijden (vooraf reserveren verplicht).

Maaltijden

Van 12.00 tot 13.30 uur

Prijs: 5,50 euro (kansenpastarief) of 7,50 euro

(soep + hoofdgerecht+ water+ dessert met kop koffie)

Vooraf reserveren is verplicht.

Meer info aan het onthaal.

Betaalwijze

Cash of Bancontact

Info thuisdiensten

Zitdag elke dinsdag van 13.00 tot 15.00 uur

of na afspraak.

Telefoon: 03 750 92 92

Team Buurt- en Mantelzorg:



Kristien Baeyens
Teamcoach buurt- en mantelzorg
Lamstraat 23, 9100 Sint-Niklaas



Berenice De Gendt
Centrumleider Houtmere
Houtmere 27, 2070 Zwijndrecht
Tel. 03 375 54 33



Jessica Borgt
Onthaler-planner Houtmere
Houtmere 27, 2070 Zwijndrecht
Tel. 03 375 54 33



Vanessa, Veerle en Miranda
Team servicemedewerkers
Houtmere

DIENSTENCENTRA

samenwerken | je buurt versterken