

Kalender

oktober - november - december 2025

Dienstencentrum Den Dissel



**ZORGPUNT
WAASLAND**
goed voor elkaar



www.zorgpuntwaasland.be
www.facebook.com/thuizorgsintniklaas

Dienstverlening

Openingsuren

Maandag t.e.m. donderdag:

10 - 17.30 uur

Vrijdag: 10 - 14 uur

Onthaal Den Dissel

Maandag tot vrijdag (woensdag gesloten) aan het bureau in de ontmoetingsruimte.

10 - 12.30 uur en 13 - 14 uur.

Alle weekdays telefonisch

bereikbaar via 03 780 57 06 of

ldc.dendissel@zpw.be

Betaalwijze onthaal:

Betaling ter plaatse via bancontact of geldbeugel.

Telefonisch reserveren:

Betaling via geldbeugel.

Factuur mogelijk vanaf € 10.

Annuleren activiteiten:

Kosteloos annuleren kan tot de dag voor de activiteit tot 14 uur. Daarna wordt de activiteit aangerekend.

Maaltijden

Maandag tem vrijdag:

van 12 - 13 uur.

Menu aan het onthaal of raadpleegbaar op de website.

Prijs: € 7,50, K.P. € 5,50.

Kosteloos annuleren kan tot 10 uur

's morgens. Daarna wordt de maaltijd aangerekend.

Ontmoetingsruimte

Zaterdag t.e.m. donderdag

van 13.30 - 17.30 uur.

Vrijdag gesloten.

Afhaalmaaltijden

Maandag t.e.m. vrijdag

van 10.30 - 12 uur en 13 - 14.30 uur.

Prijs: € 6,40.

Dieet mogelijk op aanvraag.

Badkamer met hoog-laagbad

Prijs € 1,5 en K.P. € 1.

Inschrijven via het onthaal.

Kapsalon

Maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 9 - 12 uur.

Reservatie rechtstreeks bij de kapster.

Prijzen vind je terug in het kapsalon.

Info thuiszorg en woonzorg

Voor al je vragen over thuis- en woonzorg kan je terecht op het

nieuwe telefoonnummer

03 376 86 86 of via

thuisenwoonzorg@zpw.be.

Info eerstelijnspsycholoog

Eerste gesprek gratis

Vanaf tweede gesprek € 11, V.T. € 4.

Meer info via 03 760 00 60.

K.P. = kansenpastarief

V.T. = verhoogde tegemoetkoming

Eerste inschrijvingsdag voor deze kalender is maandag 15 september 2025.

Inschrijven kan ook in dienstencentra Den Aftap, 't Lammeken en De Schutterij.

Den Dissel in jouw buurt

Buurtkar

Regelmatig trekt de buurtkar eropuit in Nieuwkerken.

Kom je langs bij de buurtkar, dan trakteren wij je graag op een drankje en/of hapje en een leuke babbel.



De buurtkar gaat op ronde op volgende data:

- vrijdag 3 oktober - Gyselstraat
- dinsdag 18 november - Ten Bos
- dinsdag 9 december - Peperstraat

** Bij slecht weer rijdt de kar niet uit.*

Warme wensen voor alle mensen

De sneeuwmanbrievenbussen komen dit jaar terug in het straatbeeld om warme wensen uit te delen. Post een wenskaartje in één van onze brievenbussen en wij zorgen dat het goed terecht komt.

Ken je iemand die we kunnen plezieren met een kaartje? Laat het ons zeker weten.



Je vindt onze sneeuwmanbrievenbussen terug op volgende locaties:

- LDC Den Dissel, Turkyen 4/0003
- Basisschool De Droomballon, Gyselstraat 35
- Basisschool O.L.V. Ten Bos, Turkyen 1
- Carrefour, Vlasbloemstraat 3
- Delhaize, Nieuwkerkenstraat 24A
- Station, Zonnestraat

10-daagse van de Geestelijke Gezondheid



Omgaan met moeilijke perioden

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

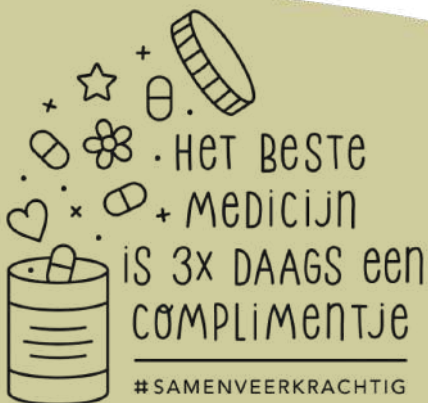
Op andere dagen lijken diezelfde puzzelstukjes maar niet in elkaar te passen. Dat brengt vaak vervelende gevoelens en gedachten met zich mee.

Aangezien we niet om deze moeilijke momenten en perioden heen kunnen, is het belangrijk dat we leren hoe we ermee kunnen omgaan. Dit is noodzakelijk. Want als moeilijke momenten zich opstapelen of te lang duren, raakt de balans tussen draagkracht en draaglast verstoord. Dat kan bijdragen aan het ontstaan of verergeren van psychische klachten en/of problemen.

Test hoe jij omgaat met moeilijke perioden:

www.geluksdriehoek.be/oefeningen/hoe-ga-jij-om-met-moeilijkheden

Op zoek naar tips over hoe je jouw geestelijke gezondheid of die van anderen kan ondersteunen? Surf naar **tegek.be**.



De 10-daagse van de Geestelijke Gezondheid gaat elk jaar door van 1 t.e.m. 10 oktober. Dan zetten tal van organisaties het belang van geestelijke gezondheid en veerkracht in de kijker.

WAT JE NIET ZIET



VERHALEN ROND EENZAAMHEID

EEN NIET TE MISSEN IMPROVISATIETHEATER

MAANDAG 6/10 OM 14 UUR

IN HET MUSEUMTHEATER, ZWIJGERSHOEK14, SINT-NIKLAAS
GRATIS TOEGANG.

MET BABELTAFELS, EEN DRANKJE...

INITIATIEF MET STEUN VAN



DIENTSTENCENTRA
samenwerken | je buurt versterken



Verhalen die raken. Verhalen die verbinden.



Improvisatietheater Amai Producties brengt verhalen over eenzaamheid tot leven – recht uit het leven gegrepen, met een lach en een traan. Een namiddag vol herkenning, humor en hoop.

IEDEREEN LIJKT HET
ZO DRUK TE HEBBEN ...
IK HOOR ER PRECIES
NIET BIJ.

IK ZIE DAGENLANG
NIEMAND. SOMS VRAAG
IK ME AF OF IEMAND ME
ZOU MISSEN ...

Laat je raken, laat je inspireren.

Iedereen voelt zich wel eens eenzaam. Het theater toont wat vaak ongezegd blijft. Het publiek mag voorstellen doen hoe we dit kunnen aanpakken. Ontdek hoe anderen opnieuw aansluiting vonden. Na de voorstelling, geniet je van een gratis drankje en kan je aanschuiven aan babbeltafels.

Gratis tickets

Vooraf te bestellen via de Stadsschouwburg:
[www.ccsint-niklaas.be/agenda/429/improvisatietheater/
te-gast-wat-je-niet-ziet-verhalen-rond-eenzaamheid](http://www.ccsint-niklaas.be/agenda/429/improvisatietheater/te-gast-wat-je-niet-ziet-verhalen-rond-eenzaamheid)
of kom langs in één van onze dienstencentra.

Vervoer nodig?

Er wordt vanuit Den Dissel vervoer georganiseerd. Contacteer ons onthaal voor meer info of zoek een oplossing via de website www.sint-niklaas.be/onze-dienstverlening/mobiliteit/auto

Rust binnen handbereik

Infosessie

In het kader van de 10-daagse van de Geestelijke Gezondheidszorg organiseren we een infosessie rond 'moeilijke momenten'.

Wist je dat moeilijke momenten heel normaal zijn en iedereen er anders mee omgaat? Tijdens deze infosessie staan psychologen Yanna Van Wesemael en Isabelle De Lange stil bij wat zo'n moeilijk moment juist is, wat er in ons brein en lichaam dan allemaal gebeurt, waarom je soms toch vastloopt en hoe je hiermee kunt omgaan.

Datum: dinsdag 7 oktober van 9.30 - 11.30 uur

Deelname: gratis, vooraf inschrijven via het onthaal.



Blokkenquiz

Een combinatie van kennis en tactiek ...

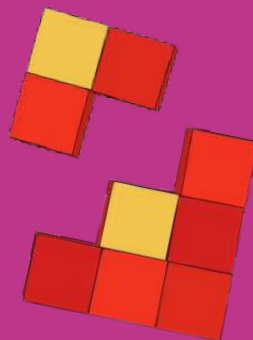
Ronny en William nodigen jullie van harte uit op donderdag 9 oktober voor een middag vol plezier en gezonde competitie. Wie gaat deze keer lopen met de wisselbeker?

Datum: donderdag 9 oktober

Uur: 14 - 16.30 uur

Deelname: € 2,50, K.P. € 2,00

Vooraf inschrijven via het onthaal.



Veilig op het web

i.s.m. politie Sint-Niklaas

Computers, tablets, smartphones, ... zijn onmisbaar geworden in de moderne samenleving. We doen online aankopen, regelen online onze bankzaken, boeken vakanties online, ... maar deze populariteit heeft ook zijn keerzijde.

Criminelen maken zeer graag misbruik van dit anonieme medium om mensen op te lichten. Dit fenomeen, cybercriminaliteit, neemt de laatste jaren enorm toe.

Een diefstalpreventieadviseur van de politie geeft tijdens deze infosessie uitleg en tips om je beter te beschermen tegen oplichting via internet en sociale media.

Datum: maandag 13 oktober

Uur: 14 - 15.30 uur

Deelname: gratis

Vooraf inschrijven via het onthaal.



Wegwijs in premies en tegemoetkomingen

Infosessie

Voor wie door de bomen het bos niet (meer) ziet

Wie een beperking heeft of chronisch ziek is, heeft bepaalde sociale rechten, ongeacht de leeftijd. Die rechten zijn verbonden aan voorwaarden zoals arbeidsongeschiktheid, verminderde zelfredzaamheid, gezinssituatie en inkomenssituatie.

Hoe weet je of je aan die voorwaarden voldoet en hoe je gebruik maakt van je rechten? Een maatschappelijk werker vertelt je er alles over tijdens deze infosessie.

Datum: dinsdag 14 oktober

Uur: 14 - 16 uur

Deelname: gratis

Vooraf inschrijven via het onthaal.



Infoavonden

i.s.m. TuinHier

Vrijdag 17 oktober om 20 uur:

Kippen in de tuin, onderhoud en huisvesting

Tijdens deze bijeenkomst delen we waardevolle tips over het verzorgen van je kippen, het opzetten van een geschikte huisvesting en het creëren van een veilige omgeving voor je dieren.

Of je nu net begint of al ervaring hebt, deze bijeenkomst is een must voor iedereen die kippen houdt of wil houden.

Vrijdag 7 november om 19.30 uur:

Kleine waterpartijen integreren in een tuinontwerp

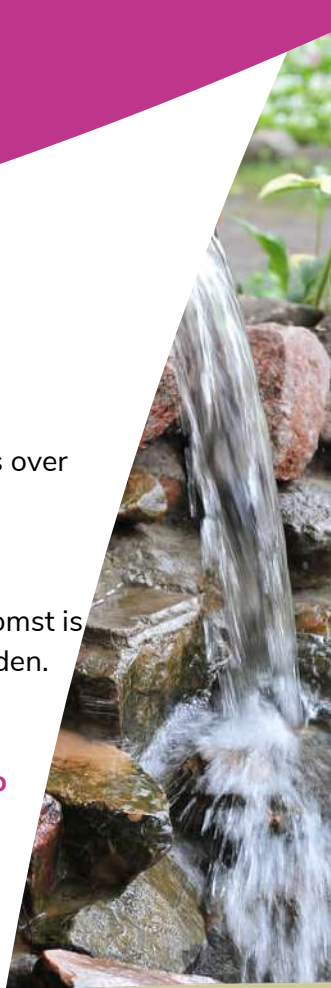
Een kleine waterpartij in de tuin biedt heel wat voordelen.

Ben je benieuwd naar hoe je een kleine waterpartij kunt creëren in je tuin? Kom dan naar onze informatieve vergadering over het aanleggen en onderhouden van kleine vijvers, fonteinen en andere waterpartijen. Onze expert Guido Lurquin geeft praktische tips en beantwoordt al je vragen bij het kiezen van de juiste planten.

Deelname: gratis

Vooraf inschrijven via het onthaal.

De plaatsen zijn beperkt.



Iedereen verbonden

Infomarkt

Iedereen verbonden, een dag waar elke ontmoeting mag

Welkom op een bijzondere dag vol ontmoetingen, verbinding en warmte. Op deze infomarkt kan je kennis maken met tal van organisaties en verenigingen waar ontmoeting centraal staat, kan je meedoen aan creatieve en interactieve workshops én genieten van een lekker tasje koffie aan de mobiele koffiebar van Bar Bèta.

Locatie: 't Bau-huis, Slachthuisstraat 60, Sint-Niklaas

Datum: dinsdag 21 oktober

Uur: 14 - 18 uur

Deelname: gratis, inschrijven niet nodig

Meer info: barbeta@gpn.be

of regiewelzijn@sint-niklaas.be of 03 778 37 36.



Kerstballen stippen

i.s.m. Gezinsbond

De feestdagen staan voor de deur en wat is er nu leuker dan samen in de kerstsfeer komen? De Gezinsbond organiseert een creatieve namiddag waarbij we samen kerstballen stippen!

Een activiteit voor alle leeftijden! Doe je mee?

Datum: zaterdag 25 oktober

Uur: 14 - 17 uur

Deelname: € 10,00.

Leden van de Gezinsbond krijgen € 2,50 op de lidkaart waar je mee spaart. Breng ze zeker mee.

Inschrijven en info via gezinsbond.nieuwkerken@gmail.com of 0498 15 69 77. Materiaallijstje volgt na inschrijving.

Gezinsbond 



Puzzelkampioenschap

i.s.m. Gezinsbond

De Gezinsbond organiseert op zondag 9 november opnieuw een puzzelkampioenschap. Ga mee de uitdaging aan om met je ploeg een unieke puzzel te leggen.

Stel een groep puzzelfanaten samen vanaf 9 jaar (3e leerjaar) en kom mee puzzelen. Wie weet worden jullie wel de Nieuwkerkse puzzelkampioenen van 2025!

Datum: zondag 9 november

Uur: 14 - 17 uur

Deelname: € 15,00 per ploeg. Leden van de Gezinsbond krijgen € 5 op de lidkaart waar je mee spaart. Breng ze zeker mee.

Inschrijven en info via gezinsbond.nieuwkerken@gmail.com.

Gezinsbond



Centrumraad

De centrumraad wordt twee keer per jaar georganiseerd.
De werking van het dienstencentrum wordt besproken en de aanwezigen kunnen advies uitbrengen.
Iedereen is van harte welkom: bezoekers, verenigingen, partners, vrijwilligers ...

Deze keer staan we stil bij het buurtwerk.
Bouw je graag mee aan een warme buurt in Nieuwkerken?
Schrijf je dan snel in.

Datum: maandag 17 november

Uur: 14 - 15.30 uur

Deelname: gratis

Vooraf inschrijven via het onthaal.



Programma LDC Den Dissel

OKTOBER



DO 02 Studio Steek
19 - 21.30 uur - De Siska

VR 03 Buurtkar
14 uur - Gyselstraat

MA 06 Theatervoorstelling
'Wat je niet ziet'
14 uur - Museumtheater

DI 07 Infosessie 'Rust binnen handbereik'
9.30 - 11.30 uur - Gouden Leeuw

DO 09 Blokkenquiz
14 - 16.30 uur - De Siska

MA 13 Infosessie 'Veilig op het web'
14 uur - De Siska

DI 14 Infosessie
'Financiële tegemoetkomingen'
14 uur - De Siska

DO 16 Mossselfestijn
12 - 13.30 uur - cafetaria Fie Kapel

VR 17 Studio Steek
13.30 - 16 uur - De Siska

VR 17 Infoavond TuinHier
19.30 uur - cafetaria Fie Kapel

DI 21 Infomarkt 'Iedereen verbonden'
14 - 18 uur - 't Bau-huis

ZA 25 Creanamiddag
'Kerstballen stippen'
14 - 17 uur - De Siska

Wekelijks terugkerende activiteiten

MA Yogalates
11 - 12 uur - De Siska

WO Mindfulness oefengroep
10 - 12 uur - De Siska

VR Stoelyoga
9.30 en 10.45 uur - De Siska

Programma LDC Den Dissel

NOVEMBER



DO 06 Studio Steek
19 - 21.30 uur - De Siska

ZA 22 Optreden Chris & Chris
14 uur - cafetaria Fie Kapel

VR 07 Infoavond TuinHier
19.30 uur - cafetaria Fie Kapel

DO 27 Dans- en muzieknamiddag
14 uur - cafetaria Fie Kapel

ZO 09 Puzzelkampioenschap Gezinsbond
14 uur - cafetaria Fie Kapel

MA 17 Centrumraad
14 - 15.30 uur - De Siska

DI 18 Buurtkar
10 - 12 uur - Ten Bos

Wekelijks terugkerende activiteiten

DI 18 Filmnamiddag 'Little women'
14 - 16 uur - Gouden Leeuw

MA Yogalates
11 - 12 uur - De Siska

VR 21 Palingfestijn
12 - 13.30 uur - cafetaria Fie Kapel

WO Mindfulness oefengroep
10 - 12 uur - De Siska

VR 21 Studio Steek
13.30 - 16 uur - De Siska

VR Stoelyoga
9.30 en 10.45 uur - De Siska

Het onthaal en restaurant van Den Dissel zijn gesloten op dinsdag 11 november (Wapenstilstand). De cafetaria is in de namiddag geopend.

Programma LDC Den Dissel

DECEMBER



- DO 04** Studio Steek
19 - 21.30 uur - De Siska
-
- VR 05** Winterklaasbar
14 - 19 uur - cafetaria Fie Kapel
-
- ZO 07** Wafelenbak Ferm
14 uur - cafetaria Fie Kapel
-
- DI 09** Buurtkar
10 - 12 uur - Peperstraat
-
- DO 11** Algemene kennisquiz
14 - 16.30 uur - De Siska
-
- DO 18** Kerstmenu
12-13.30 uur - cafetaria Fie Kapel
-
- VR 19** Kerstontbijt
8.30 - 10 uur - cafetaria Fie Kapel
-
- VR 19** Studio Steek
13.30 - 16 uur - De Siska
-

Wekelijks terugkerende activiteiten

- MA** Yogalates
11 - 12 uur - De Siska
- WO** Mindfulness oefengroep
10 - 12 uur - De Siska
- VR** Stoelyoga
9.30 en 10.45 uur - De Siska

Het onthaal en restaurant van Den Dissel zijn gesloten op donderdag 25 december (Kerstdag). De cafetaria is in de namiddag geopend.

Film 'Little Women'

Een hartverwarmende en visueel prachtige verfilming van Louisa May Alcotts klassieker, geregisseerd door Greta Gerwig. De film volgt de vier March-zussen – Jo, Meg, Beth en Amy – terwijl ze opgroeien in het Amerika van de 19e eeuw. Elk van hen zoekt haar eigen weg in een wereld vol uitdagingen, dromen en liefde. Een inspirerend verhaal over familie en ambitie tijdens de Amerikaanse Burgeroorlog.

Datum: dinsdag 18 november

Uur: 14 - 16.30 uur

Deelname: € 2,50, K.P. € 2,00

Vooraf inschrijven via het onthaal.



Hallo-dag

Sinds 1973 wordt elk jaar op **21 november** in ruim 180 landen de 'World Hello Day' georganiseerd. Op deze dag hebben we extra aandacht om elkaar vriendelijk te begroeten met een welgemeende 'hallo'.

Het doel is om op vrijdag 21 november minimaal tien mensen welgemeend vriendelijk te begroeten en echt oogcontact te maken, zonder iets terug te verwachten.



HALLO

Als je geen positieve reactie krijgt - of misschien helemaal geen reactie - dan nog heb je het goed gedaan!

Ook bij mensen die niet reageren op 'hallo's' wordt er een zaadje geplant. Voor iedereen is elke 'hallo' een herinnering aan het feit dat men gezien wordt en niet alleen is. Grote kans dat je die persoon zijn dag hebt goedge maakt!

Optreden Chris & Chris

Onder het motto 'lachen is gezond' brengen Chris & Chris een komisch programma met korte sketches en typetjes.

De grappige acts worden afgewisseld met zang.

Kortom: Een show met zeer veel afwisseling waarbij een lachkramp nooit ver weg is.

Datum: zaterdag 22 november

Uur: 14 - 16 uur

Deelname: gratis, inschrijven is niet nodig.



Dans- en muzieknamiddag



Iedereen van harte welkom voor een gezellige dans- en muzieknamiddag vol sfeer, muziek en ambiance!

Maak de dansvloer onveilig, geniet van de muziek en laat je favoriete nummers horen, want verzoekplaatjes zijn van harte welkom.

Datum: donderdag 27 november

Uur: 14 - 16.30 uur

Deelname: gratis, inschrijven is niet nodig.

Winterklaasbar

WZC Populierenhof
LDC Den Dissel
DVC De Sprankel

Iedereen van harte welkom op onze
jaarlijkse winterbar!

VRIJDAG 5 DECEMBER
VAN 14 TOT 19 UUR
Turkyen 4 te Nieuwkerken

Je vindt er lekkere hapjes en drankjes
aan democratische prijzen.

Een deel van de opbrengst schenken
we aan **DE WARMSTE WEEK**.
Kom samen met ons vlammen voor
mensen die onzichtbaar ziek zijn.



**ZORGPUNT
WAASLAND**
goed voor elkaar



Algemene kennis quiz

Ronny en William nodigen jullie van harte uit op donderdag 11 december voor een middag vol muziek, plezier en gezonde competitie.

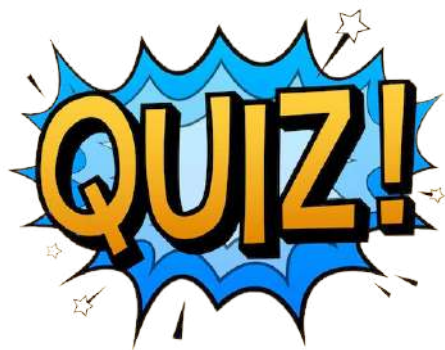
Test je algemene kennis en strijd mee om de wisselbeker!

Datum: donderdag 11 december

Uur: 14 - 16.30 uur

Deelname: € 2,50, K.P. € 2,00

Vooraf inschrijven via het onthaal.



Wafelenbak i.s.m. Ferm Nieuwkerken

Ferm Nieuwkerken nodigt je van harte uit op hun gezellige wafelenbak! Kom genieten van versgebakken wafels, een warme sfeer en fijn gezelschap. Kom gerust langs deze namiddag in onze cafetaria voor dit heerlijk smulfeestje.



Datum: 7 december

Uur: vanaf 14 uur

Verse wafels aan democratische prijzen.
Zolang de voorraad strekt!

Eetfestijnen in Den Dissel

Schuif je voeten onder tafel en laat je in het najaar verwennen tijdens één van onze eetfestijnen!

Deelname: € 10,00, K.P. € 5,50

Uur: 12 - 13.30 uur

Vooraf inschrijven via het onthaal.

Wees er op tijd bij, want de plaatsen zijn beperkt!



Mosselen

Donderdag 16 oktober

Paling

Vrijdag 21 november

Kerstmenu

Donderdag 18 december

Kerstontbijt

vrijdag 19 december

Het wordt weer smullen met ons kerstontbijt: koffiekoeken, diverse soorten brood, zoet en hartig beleg, gekookte eitjes, aangevuld met vers fruit en yoghurt. Als drank bieden we koffie, thee, fruitsap of een glaasje cava aan. Aan lekkers en gezelligheid geen gebrek!

Uur: 08.30 - 10.00 uur

Deelname: € 12,00, K.P. € 10,00

Inschrijven voor 26 november via het onthaal.



Yogalates



Yogalates is een combinatie van yoga en pilates, en biedt de voordelen van beide disciplines. Het combineert de kracht- en stabiliteits-oefeningen van pilates met de flexibiliteit, ademhalingstechnieken en geestelijke rust van yoga. Dit resulteert in een efficiënte training die stress vermindert, de lichaamshouding verbetert en de spieren versterkt.

Yogalates-sessies beginnen als een traditionele yogasessie; met warming-ups en het strekken van de gewrichten, korte ademhalingsoefeningen, houdingen ondersteund door ademhalingen ... en beginnen te veranderen wanneer de bewegingen geleidelijk toenemen tot een milde versie van Pilates. Er wordt afgesloten met een meditatie moment.



De lessen worden gegeven door Christine Wolfaert van Lotus Mind & Body. Haar aanpak is zacht, maar effectief en afgestemd op deelnemers die op een gezonde manier willen bewegen — of het nu gaat om vitaliteit, herstel, of lichaamsbewustzijn... de lessen zijn toegankelijk voor elk niveau.

Data: maandag 06/10, 13/10, 20/10, 27/10, 3/11, 10/11, 17/11, 24/11, 1/12, 8/12 en 15/12.

Uur: 11.00 - 12.00 uur

Deelname per sessie: € 5,00, K.P € 4,00

Vooraf inschrijven via het onthaal.

Mindfulness oefengroep

De mindfulness oefengroep komt elke woensdagvoormiddag bijeen om samen te mediteren. In verschillende geleide meditaties wordt gefocust op lichaam en ademhaling. Er is ook ruimte om ervaringen uit te wisselen tussen de deelnemers.

Data: woensdag 1/10, 8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 5/11, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12 en 17/12.

Uur: 10 - 12 uur

Deelname per sessie: € 3,00, K.P. € 2,30

Vooraf inschrijven via het onthaal.

Stoelyoga

Stoelyoga is een vorm van yoga die je zittend op een stoel beoefent. Hierdoor is deze bewegingsvorm geschikt voor bijna iedereen.

Data: vrijdag 3/10, 10/10, 17/10, 24/10, 7/11, 14/11, 21/11, 28/11 en 12/12.

Uur sessie 1: 9.30 - 10.30 uur

Uur sessie 2: 10.45 - 11.45 uur

Deelname per sessie: € 6,50, K.P. € 5,00

Vooraf inschrijven via het onthaal (wachtlust).



Studio Steek

Maandelijks komen we samen in Den Dissel om te handwerken in de brede zin van het woord. Je brengt je eigen project en materiaal mee en kan dan samen met anderen verder werken, tips en ideeën uitwisselen in een ontspannen sfeer.

Data:

- donderdagavond van 19.00 - 21.30 uur: 2/10, 6/11 en 4/12.
- vrijdagnamiddag van 13.30 - 16.00 uur: 17/10, 21/11 en 19/12.

Deelname: € 3,00, K.P. 2,30.

Vooraf inschrijven via het onthaal.



Digibank

Via de **Digibank**, een samenwerking van het stadsbestuur van Sint-Niklaas en vzw Den Azalee, kan je gratis een laptop lenen als je inwoner bent van Sint-Niklaas of een van de deelgemeenten.

Daarnaast moet je:

- een kansenas hebben, of
- een traject of opleiding volgen dat erkend is door de Digibank.

Wil je een toestel ontlenen?

Wil je meer info?

Contacteer de Digibank via
0471 35 18 92 of

digibanken@sint-niklaas.be

of kom langs: infopunt Kringwinkel,
Heistraat 115, Sint-Niklaas.

We kunnen ook een afspraak maken in
een dienstencentrum bij jou in de
buurt.

Digipunt

Wil je iets doen op je computer of
smartphone, maar weet je niet goed
hoe? Heb je een vraag en kan je wat
hulp gebruiken? Ben je onzeker en
wil je niets verkeerd doen met je
toestel?

Dan kan je terecht in het **Digipunt!**

Een vrijwilliger staat voor je klaar om
je gratis te helpen met jouw
digitale vragen!

Het digipunt in Den Dissel gaat door
op **vrijdagvoormiddag**, enkel op
afspraak.

Je kan een afspraak maken via de
digihelpers van de stad:
03 778 66 66 of
digipunt@sint-niklaas.be .

Digitale hulp aan huis

Heb je thuis een probleem met internet, een computer of een
ander digitaal toestel? Heb je een digitale vraag maar kan je je
moeilijk verplaatsen naar een digipunt?

Elke inwoner van Sint-Niklaas en de deelgemeenten kan gratis
hulp aan huis krijgen. De **studenten van BEEGO** komen hiervoor
langs bij jou thuis.

Bij welke problemen kunnen zij jou helpen?

Computerproblemen, printers installeren, smartphones, tablets,
smart tv's, internet instellen, virussen, e-mailproblemen en nog
veel meer!

Wil je een student van BEEGO bij je thuis laten komen?

Maak een afspraak via: 03 778 66 66 of mail naar
digitaalme@sint-niklaas.be .



Nieuwe contactgegevens thuis- en woonzorg

Wil je info over thuiszorg of woonzorg? Wil je zo lang mogelijk thuis blijven wonen? Dat kan! Met de juiste hulp en zorg. De zorgtrajectbegeleiders van Zorgpunt Waasland zoeken samen met jou naar een oplossing. Ook als het even moeilijk gaat, of als thuis wonen (tijdelijk) niet meer lukt, zijn wij er voor jou.

Vanaf 1 oktober kan je met je vragen over thuis- en woonzorg terecht op ons nieuwe telefoonnummer 03 376 86 86 voor Beveren-Kruibeke-Zwijndrecht, Sint-Niklaas en Sint-Gillis-Waas. Je kan ook een e-mail sturen naar ons nieuwe e-mailadres: thuisenwoonzorg@zpw.be.

Of kom langs in het dienstencentrum in je buurt. Onze buurtteams pikken je vra(a)g(en) op en omringen jou en je naasten met info, advies en de gepaste zorg en ondersteuning, in elke fase van je leven.



Vanaf 1 oktober

**THUIS &
WOONZORG**

03 376 86 86
thuisenwoonzorg@zpw.be



Mantelzorg in de kijker

Ondersteuning thuis

Je staat er niet alleen voor. Er is een ruim aanbod aan professionele ondersteuning om je in de thuissituatie te helpen bij de zorg. We maken je een beetje wegwijs.

Thuisverpleging

Thuisverpleging is medische zorg aan huis. Het gaat om verpleegkundige handelingen die niet in een ziekenhuis of bij een dokter moeten gebeuren of die je als mantelzorger niet zelf kan of mag uitvoeren, zoals inspuitingen, wondzorg ...

Voor thuisverpleging heb je een voorschrift nodig van je arts. Je maakt vervolgens een afspraak met een dienst voor thuisverpleging of een zelfstandig verpleegkundige in de buurt. De meeste kosten worden rechtstreeks opgenomen door het ziekenfonds, waardoor de zorgvrager zelf geen factuur krijgt.

Gezinszorg

Gezinszorg is ondersteuning in het dagelijkse leven. De verzorgende helpt door een aantal zorgtaken over te nemen en ondersteunt ook jou als mantelzorger. Je kan bij een dienst voor gezinszorg terecht voor persoonlijke verzorging, huishoudelijke hulp en psychologische en sociale ondersteuning.

Gezinszorg kan je zelf aanvragen via een dienst naar keuze. Ook Zorgpunt Waasland biedt gezinszorg aan (bereikbaar via het nummer 03 776 86 86).

De kostprijs wordt op maat berekend, afhankelijk van het inkomen en de gezins-situatie.



Oppas

Soms wil of moet je er als mantelzorger even tussenuit. Kan de zorgvrager niet alleen blijven? Een oppasdienst kan een oplossing bieden. Via hen kan je een oppasser (meestal een vrijwilliger) inschakelen om toezicht en gezelschap te houden. Ook 's nachts is oppas mogelijk.

Je vraagt dit aan via je ziekenfonds.

Nachtopvang

Als de persoon voor wie je zorgt 's nachts onrustig is, ronddwaalt of verzorging nodig heeft, kunnen de nachten zwaar doorwegen en dan heb je als mantelzorgers wel eens een pauze nodig. Er zijn verschillende mogelijkheden:

- Nachtoppas: vrijwilligers van een erkende oppasdienst houden toezicht.
- Nachtzorg: verzorgenden van een dienst voor gezinszorg of aanvullende thuiszorg geven ondersteuning 's nachts wanneer er meer zorg nodig is.
- Kortverblijf: woonzorgcentra bieden ook tijdelijke opvang aan.

Meer info vind je op de website www.nachtzorg.be of bij de Dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds.

Persoonlijk alarm

Een persoonlijk alarm (of personenalarm) is een drukknop aan een ketting of op een armband die de zorgvrager steeds bij zich draagt. Bij problemen drukt hij/zij op deze knop en wordt onmiddellijk een zorgcentrale gecontacteerd.

Je kan hiervoor terecht bij jouw ziekenfonds, een winkel voor thuiszorgmateriaal of via een webshop.

Andere ondersteunende diensten

Denk ook aan diensten zoals huishoudhulp, hulp bij het koken, een klusjesdienst of een boodschappendienst.

Permanentie team trajectzorg

Elke **woensdagvoormiddag** vind je onze zorgtrajectbegeleider **Laura Wauman** terug in Den Dissel. Tijdens het permanentiemoment kan je bij haar vrijblijvend en zonder afspraak terecht met al je vragen rond thuis- en woonzorg.

Er wordt informatie en advies gegeven met betrekking tot jouw zorgrechten en alle beschikbare dienstverlening. Ben je van Nieuwkerken en heb je vragen over poetsdienst, gezinszorg, karwei-hulp, dagverzorging, serviceflats, kortverblijf, woonzorgcentrum...? Spring dan zeker eens binnen!

Wanneer? Elke woensdag van 9.00 tot 12.30 uur.

Waar? spreekkamer in Den Dissel

Lukt het niet op woensdagvoormiddag? Dan kan je ook een afspraak maken via het nieuwe telefoonnummer **03 376 86 86**.



De zorgtrajectbegeleiders van Zorgpunt Waasland pikken de signalen en vragen van nieuwe en bestaande cliënten op. Ze spelen hierop in vanuit hun brede kijk, geven advies en begeleiden de mensen naar de best gepaste zorg voor die levensfase.

**We wensen jou een jaar
vol warmte, gezondheid
en kleine gelukjes.**

**Dat elke dag je een
glimlach brengt en
mooie momenten om
van te genieten.**

Warme feestdagen !



DIENSTENCENTRA

samenwerken | je buurt versterken

Team Den Dissel



KRISTIEN



ERIKA



ELS



SHAYNA
& WENDY