

# HOE GAAT HET ECHT MET JOU?



Ben je verdrietig, gestresseerd, eenzaam of heb je moeite om je huishouden te regelen? Blijf er niet mee zitten. Als je nood hebt aan hulp kan deze folder je op weg helpen. Je staat er niet alleen voor!

## Eerstelijnszone RupeLaar

Eerstelijnszone RupeLaar verbindt de zorgvrager of mantelzorger met hulpverleners uit de gezondheids- en welzijnszorg en de lokale besturen.

De Eerstelijnszone zet onder andere in op duidelijke communicatie, samenwerking, ondersteuning en bekendmaking van zorgvragers, mantelzorgers en professionelen. Onze focus ligt op alle personen die zorg en ondersteuning nodig hebben met een specifieke focus op de kwetsbare groepen.

Deze folder kwam tot stand in samenwerking met de lokale partners, de gemeenten Aartselaar, Niel, Schelle, Hemiksem, Boom, Rumst en Logo Mechelen.



@EerstelijnszoneRupeLaar



AANGENAAM  
AARTSELAAR



## De huisarts

Raadpleeg steeds je huisarts bij medische klachten of vragen. Twijfel je of jouw probleem wel belangrijk genoeg is? Bel zeker naar jouw huisarts. Hij of zij kan dan uitmaken of het nodig is om een afspraak te maken.

## Diensten maatschappelijk werk

Bij de mutualiteit kan je terecht voor informatie over tegemoetkomingen, terugbetalingen en sociale voordelen. Ze zetten in op zorg op maat en zoeken samen naar een oplossing.

### → Christelijke mutualiteit

E [zorglijn.antwerpen@cm.be](mailto:zorglijn.antwerpen@cm.be)

T 03 221 95 95

### → Neutraal ziekenfonds Vlaanderen

E [dmw@nzvl.be](mailto:dmw@nzvl.be)

T 053 76 99 71

### → De Voorzorg

E [dmw.304@devoorzorg.be](mailto:dmw.304@devoorzorg.be)

T 015 28 04 55

### → Partena

E [dmw@partena-ziekenfonds.be](mailto:dmw@partena-ziekenfonds.be)

T 09 269 85 77

### → Liberale mutualiteit LM Plus

E [dmw\\_1@lplus.be](mailto:dmw_1@lplus.be)

T 03 206 35 20

### → Onafhankelijk ziekenfonds

E [socialedienst@oz.be](mailto:socialedienst@oz.be)

T 03 201 84 80

### → Vlaams&Neutraal ziekenfonds

E [dmw@vnz.be](mailto:dmw@vnz.be)

T 03 491 86 50



## Hulpkas

E [beheerder601@caami-hziv.fgov.be](mailto:beheerder601@caami-hziv.fgov.be)

T 03 220 75 55

## Psychologenkring Rivierenland

Aanspreekpunt als je op zoek bent naar een psycholoog in de regio.

E [psy.kringrivierenland@gmail.com](mailto:psy.kringrivierenland@gmail.com)

## Similes

Wanneer je iemand kent met een psychiatrische kwetsbaarheid en je nood hebt aan steun. Bij de luisterlijn van Similes kan je terecht met jouw verhaal.

Daarnaast organiseren ze maandelijks online gespreksavonden.

→ surf naar [nl.similes.be/similes-emergo](http://nl.similes.be/similes-emergo)

## Centrum Algemeen Welzijnswerk (CAW)

Het Centrum Algemeen Welzijnswerk (CAW) helpt mensen met al hun vragen en problemen die te maken hebben met welzijn. Heb je persoonlijke moeilijkheden, problemen in je gezin of relatie, financiële of administratieve vragen, problemen rond wonen of nood aan opvang? Werd je slachtoffer of heb je nood aan crisishulp? Het CAW biedt je advies, informatie en ondersteuning. Het aanbod is gratis, vrijwillig en vertrouwelijk. Je kan mailen, chatten, bellen of een afspraak maken in één van de vestigingen.

Als jongere tussen de 12 en 25 jaar kan je met al je vragen of problemen terecht bij het jongerenaanbod van het CAW (JAC).

**T** 0800 13 500

**E** [onthaal@cawboommechelenier.be](mailto:onthaal@cawboommechelenier.be)  
[www.caw.be](http://www.caw.be)

## Sociale dienst - OCMW

Bij de sociale dienst kan je terecht met vragen rond financiële en administratieve hulpverlening, budgetbeheer, schuldhulpverlening, huisvesting, energiehulpverlening, .... Indien nodig verwijzen we je door naar specifieke deskundigen.

Sociaal Huis De Palmboom, Kapellestraat 136

**T** 03 870 58 70

**E** [socialedienst@aartselaar.be](mailto:socialedienst@aartselaar.be)

## Juridische dienst

Heb je juridische raad of bijstand nodig, dan kan je terecht bij de jurist. Die kan helpen bij bemiddeling tussen partijen, het consulteren en het opstellen van brieven, verzoekschriften of bezwaarschriften.

Sociaal Huis De Palmboom, Kapellestraat 136

**T** 03 870 58 73

**E** [juridischedienst@aartselaar.be](mailto:juridischedienst@aartselaar.be)

## Centra Leerlingen Begeleiding (CLB)

Je kan hier terecht als leerling of ouder voor hulp en begeleiding rond (onder andere) je goed in je vel voelen. Op de website van de school kan je terugvinden bij welk CLB jouw school aangesloten is en welk telefoonnummer je kan opbellen.

Je kan anoniem chatten met een medewerker op [www.CLBchat.be](http://www.CLBchat.be)

→ **CLB Het Kompas**

**T** 03 886 76 04

[www.clbkompas.be](http://www.clbkompas.be)

→ **GO! CLB Rivierenland**

**T** 03 888 24 21

**E** [info@clbrivierenland.be](mailto:info@clbrivierenland.be)  
[www.clbrivierenland.be](http://www.clbrivierenland.be)

## Babbelplus – ontmoeting met anderstaligen

Babbelplus is een leuke manier om Nederlands te oefenen en nieuwe mensen te leren kennen. Bij Babbelplus

- praten we over wat iedereen graag doet of goed kan;
- zoeken we naar interessante organisaties en activiteiten in Aartselaar;
- gaan we op stap in Aartselaar en maken we foto's, die we later bespreken in groep.

Sociaal Huis De Palmboom, Kapellestraat 136

**T** 03 870 58 70

**E** [nita.kumbara@aartselaar.be](mailto:nita.kumbara@aartselaar.be)

## Seniorenconsulent

De seniorenconsulent is het centraal aanspreekpunt voor alle senioren. Je kan er terecht voor algemene informatie over alle mogelijke hulp- en dienstverlening voor thuiswonende senioren. De seniorenconsulent is de brugpersoon naar lokale hulpverleningsorganisaties en beleidsinstanties.

Zo kan je er terecht voor hulp bij je pensioenaanvraag, of hulp bij het zoeken naar een verblijf in een woonzorgcentrum ...



Sociaal Huis De Palmboom, Kapellestraat 136

T 03 870 58 76

E [socialedienst@aartselaar.be](mailto:socialedienst@aartselaar.be)

### Babbellijn senioren

Heb je het moeilijk? Voel je je vaak eenzaam nu contact met buren en familie niet zo simpel is? De vrijwilligers van de Babbellijn bieden je graag een luisterend oor.

T 0800 92 629

### Cafeteria Sociaal Huis De Palmboom

In de cafeteria kan je terecht voor een warme maaltijd of drankje, een gezellige babbel, ... Er worden regelmatig activiteiten georganiseerd. Er is altijd een medewerker aanwezig die je kan helpen met vragen rond ondersteuning.

Sociaal Huis De Palmboom, Kapellestraat 136

T 03 870 58 70

### NOAH

Ben je als oudere op zoek naar nieuwe sociale contacten? Vertoef je graag in het gezelschap van andere mensen? Heb je overdag zorg nodig? Dan is Familiehulp dagverzorging in NOAH iets voor jou.

Palmboomstraat 4 A2

T 015 29 25 70

[www.familiehulp.be](http://www.familiehulp.be)

### Onthaalpunt LEIF Aartselaar – Rupel

Heb je vragen rond het levenseinde? In het LEIF infopunt maken vrijwilligers graag tijd om jouw vragen te beantwoorden.

Je krijgt informatie over de voorafgaande zorgplanning en krijgt hulp bij het invullen van de wilsverklaringen.

T 0467 09 84 47

E [info@leifaartselaarrupel.be](mailto:info@leifaartselaarrupel.be)

### Minder Mobielen Centrale (MMC)

Ben je minder mobiel en heb je moeilijkheden om je te verplaatsen? Dan kan je een beroep doen op de Minder Mobielen Centrale Van Vlotter. Vrijwilligers van Vlotter brengen je in hun wagen heen en weer naar familie, de dokter, ....

T 03 870 41 63

### Huis van Het Kind

Bij het Huis van het Kind kan je terecht met vragen rond opgroeien, opvoeden, vrijetijd, kinderopvang, scholen,... alles wat met kinderen en ouderschap te maken heeft, vanaf je prille zwangerschap.

T 03 887 31 00

E [huisvanhetkind@aartselaar.be](mailto:huisvanhetkind@aartselaar.be)

### Hulplijnen

Bij Tele-Onthaal kan iedereen terecht met vragen en problemen.

→ Bel 106 of surf naar [www.tele-onthaal.be](http://www.tele-onthaal.be)

1712 is er voor iedereen die psychisch en/of fysiek geweld ervaart, of iemand kent die (vermoedelijk) slachtoffer is.

→ Bel 1712 of surf naar [www.1712.be](http://www.1712.be)

De zelfmoordlijn is er voor iedereen die met sombere gedachten worstelt of bezorgd is om iemand.

→ Bel 1813 of surf naar [www.zelfmoord1813.be](http://www.zelfmoord1813.be)

Deze folder is een initiatief van Eerstelijnszone RupeLaar vzw, Colonel Silvertopstraat 15, 2850 Boom. Ondernemingsnummer 0739.595.504 - RPR Antwerpen, afd. Antwerpen. 30 januari 2021



@EerstelijnszoneRupeLaar

