

PajotKompas



Op zoek naar info over
welzijn en zorg in de regio?
Het PajotKompas brengt je
precies waar je moet zijn!



Bever

Dilbeek



Lennik



Pajottegem

roos
daal



TERNAT



CAW

Opgroeien

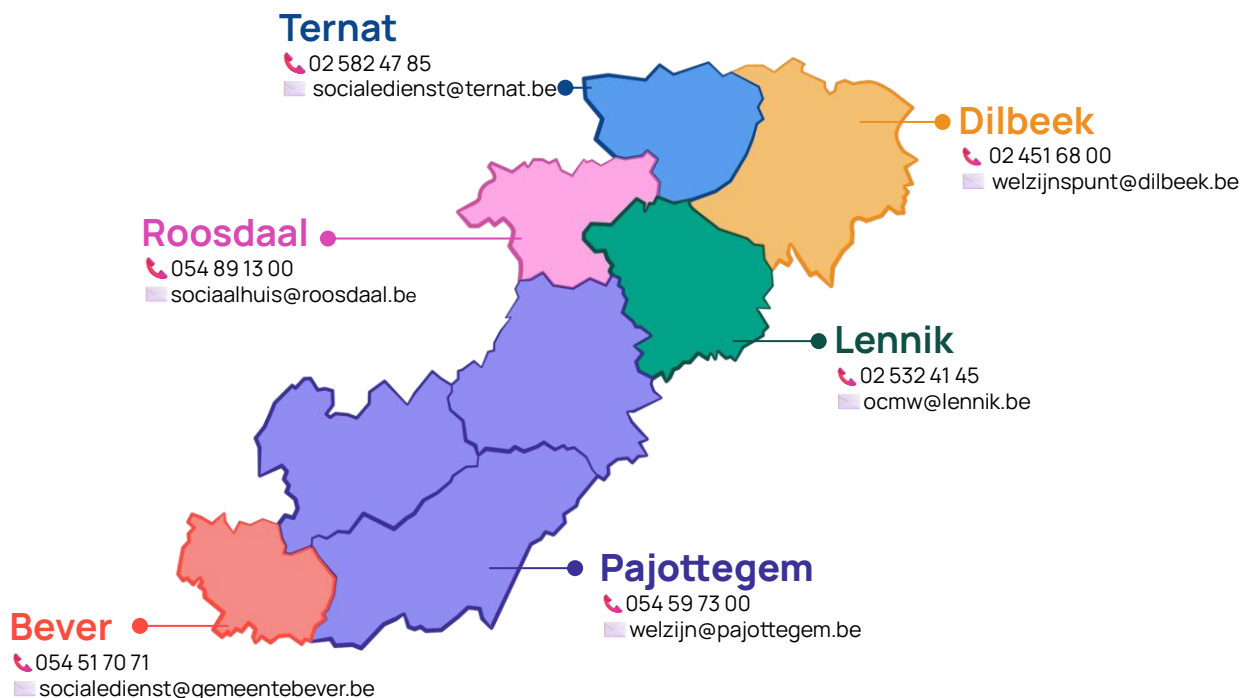


Hallo!

Welkom in het
PajotKompas

Deze gids helpt jou om de juiste hulp
of informatie te vinden. Soms heb je
een vraag of zit je met iets waar je zelf
niet uit geraakt.

In het PajotKompas vind je informatie over de hele regio Pajottenland terug
Heb je vragen of suggesties over de gids? Neem contact op met jouw gemeente



Liever op papier?

Bekijk je dit online en wil je
dit liever op papier?

Vraag jouw papieren versie
in jouw gemeentehuis of
een van de organisaties in
dit boekje.



Liever online?

Bekijk je dit op papier en
wil je dit liever online?

Scan de
QR code:



Liever in een andere taal?

De apps Google Lens en
Lees Simpel kunnen
helpen.

Ga naar p. 76 voor
Lees Simpel App en
Google Lens



NUTTIGE CONTACTGEGEVENS

Dienst	Telefoon	Website / E-mail	Adres
Gemeentebesturen			
Gemeente Bever	054 58 89 25	bever-bievene.be	Plaats 10, 1547 Bever
Gemeente Dilbeek	02 451 68 70	dilbeek.be	Gemeenteplein 1, 1700 Dilbeek
Gemeente Pajottegem Gemeenteloket Galmaarden	054 59 73 00	pajottegem.be	Marktpllein 19, 1570 Galmaarden
Gemeente Pajottegem Gemeenteloket Gooik	054 59 73 00	pajottegem.be	Koekoekstraat 2, 1755 Gooik
Gemeente Pajottegem Gemeenteloket Herne	054 59 73 00	pajottegem.be	Centrum 17, 1540 Herne
Gemeente Lennik	02 532 41 15	lennik.be	Markt 1, 1750 Lennik
Gemeente Roosdaal	054 89 13 00	roosdaal.be	Brusselstraat 15, 1760 Roosdaal
Gemeente Ternat	02 451 45 45	ternat.be	Gemeentehuisstraat 21, 1740 Ternat

OCMW & Sociale Huizen			
OCMW Bever	054 51 70 71	bever-bievene.be	Plaats 10, 1547 Bever
Welzijn - OCMW Dilbeek	02 568 05 00	dilbeek/welzijn-ocmw.be	Itterbeeksebaan 210, 1701 Dilbeek
Welzijn Pajottegem (Galmaarden)	054 59 75 00	welzijn@pajottegem.be	Marktpllein 19, 1570 Galmaarden
Welzijn Pajottegem (Gooik)	054 59 75 20	welzijn@pajottegem.be	Koekoekstraat 2, 1755 Gooik
Welzijn Pajottegem (Herne)	054 59 75 30	welzijn@pajottegem.be	Centrum 17, 1540 Herne
OCMW Lennik	02 532 41 45	lennik.be	Deken Verbesselstraat 6, 1750 Lennik
Sociaal Huis Roosdaal	054 89 13 00	roosdaal.be	Brusselstraat 15, 1760 Roosdaal
OCMW Ternat	02 582 47 85	ternat.be	Kapelleveld 10, 1740 Ternat

CAW Halle-Vilvoorde			
CAW-huis Dilbeek	0800 13 500	cawhallevilvoorde.be onthaal@cawhallevilvoorde.be	Bosstraat 84, 1702 Groot-Bijgaarden
CAW-huis Gooik	0800 13 500	cawhallevilvoorde.be onthaal@cawhallevilvoorde.be	Wijngaardstraat 89, 1755 Pajottegem

JAC Halle-Vilvoorde			
JAC Asse	02 613 17 02	caw.be/jac jac@cawhallevilvoorde.be	Asphaltcosite 20, 1730 Asse
JAC Halle	02 613 17 02	caw.be/jac jac@cawhallevilvoorde.be	Leide 3, 1500 Halle
JAC Groot-Bijgaarden	02 613 17 02	caw.be/jac jac@cawhallevilvoorde.be	Bosstraat 84, 1702 Groot-Bijgaarden
JAC Pajottegem	02 613 17 02	caw.be/jac jac@cawhallevilvoorde.be	Wijngaardstraat 89, 1755 Pajottegem



NUTTIGE CONTACTGEGEVENS

Dienst	Telefoon	Website / E-mail	Adres
Ziekenfondsen Dienst Maatschappelijk Werk			
CM - Christelijke Mutualiteit	02 204 32 34	cm.be	
Helan	02 218 22 22	helan.be	
HZIV	02 227 63 33	hziv.be	
Liberale Mutualiteit	02 454 95 20	lm-ml.be	
Liberale Mutualiteit Plus	02 209 48 10	lplus.be	
Neutraal Ziekenfonds	05 376 99 71	nzvl.be	
Solidaris Brabant	02 546 15 12	solidaris-brabant.be	
Vlaams Neutraal Ziekenfonds	03 491 86 50	vnz.be	

Huizen van het Kind			
Huis van het Kind Dilbeek	02 451 69 55	dilbeek.be	de Heetveldelaan 10, 1700 Dilbeek
Huis van het Kind Pajottenland	04 78 63 42 95	huisvanhetkindpajottenland.be	
Huis van het Kind Roosdaal	05 489 13 54	roosdaal.be	Brusselstraat 15, 1760 Roosdaal
Huis van het Kind Ternat	02 451 45 40	ternat.be/huisvanhetkind	Kapelleveld 10, 1742

Noodnummers			
Ambulancedienst (dringend)	112	112.be	
Antigifcentrum	070 245 245	antigifcentrum.be	
Brandweer (dringend)	112	brandweerzone-vlaamsbrabantwest.be	
Child Focus	116 000	childfocus.be	
Huisartsenwachtpost Pageni	1733	hak-pajottenland.be	Assesteenweg 191A, 1750 Lennik
Politie (dringend)	101	politie.be	
Politiezone Dilbeek	02 464 12 00	politie.be/5406	Stationsstraat 283, 1700 Dilbeek
Politiezone Pajottenland	054 31 35 01	politie.be/5405	Edingsesteenweg 308, 1755 Gooik
Politiezone TARL	053 65 00 65	politie.be/5407	Affligemsestraat 101, 1770 Liedekerke
Noodnummer niet-dringende hulp brandweer	1722	1722.be	
Tele-Onthaal	106	www.tele-onthaal.be	
Zelfmoordlijn	1813	www.zelfmoord1813.be	

Ik wil meer weten over ...



Geld

p.7

- Recht op steun (leefloon, uitkering)
- Tegemoetkoming en zorgbudgetten
- Hulp bij schuld en geldproblemen
- Kortingen en premies
- Voedselhulp en sociale kruidenier



Wonen

p.12

- Betaalbare (huur)woningen
- Hulp bij het zoeken naar een woning
- Hulp bij hoge energiefacturen
- Problemen met woonkwaliteit
- Aangepaste woningen
- Noodopvang en crisishuisvesting



Gezondheid

p.17

- Basiszorg (huisarts, tandarts, groepspraktijk)
- Dringende medische hulp
- Beperking
- Mantelzorg en zorg aan huis
- Zorgbehoevende personen
- Gezond eten en beweging



Geestelijke
gezondheid &
verslaving

p.22

- Hulp bij mentale problemen
- Gespecialiseerde hulp
- Groepen om ervaringen te delen
- Hulp bij verslaving (alcohol, drugs, gamen, ...)
- Preventie geestelijke gezondheid en verslaving



Kinderen
en gezin

p.28

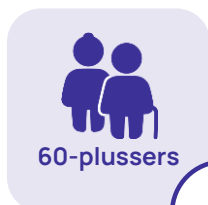
- Kind en Gezin (preventieve gezinsondersteuning)
- Zwanger
- Huizen van het Kind
- Kinderopvang
- Opvoedingsondersteuning
- Hulplijn 1712



Jongeren

p.34

- Mentale gezondheid
- Studie- en loopbaanbegeleiding
- Relaties, seksualiteit en identiteit
- Verslavingsproblematiek en middelengebruik
- Wonen, budget en zelfstandig leven



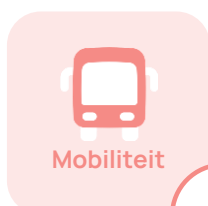
p.40

- Woonzorgcentra, serviceflats en dagcentrum
- Pensioen
- Mantelzorg
- Gezondheidszorg en welzijn voor ouderen
- Sociale participatie en inclusie



p.46

- Hulp bij het zoeken naar werk
- Tijdelijke job
- Werken in een sociale onderneming
- Hulp voor jongeren die willen werken
- Leren en groeien in je job



p.51

- Openbaar vervoer
- Vervoer voor personen die moeilijk verplaatsen
- Betaalbaar vervoer
- Info over vervoer bij jou in de buurt



p.55

- Gratis juridisch advies en pro deo advocaat
- Vrederecht, familierechtbank, arbeidsrechtbank
- Huurgeschillen en huurdersbond
- Rechten bij schulden
- Veiligheid en bescherming



p.60

- Ondersteuning nieuwkomers (inburgering)
- Lessen en oefenkansen Nederlands
- Hulp van een tolk
- Regels rond verblijfsrecht
- Begeleiding voor nieuwkomers



p.66

- Cultuur en sport met korting
- Hulp bij vakantie
- Speciaal voor jongeren (overkop, JAC)
- Activiteiten in de buurt en ontmoet je burens
- Verenigingen en vrijwilligerswerk



p.72

- Hulp bij school of studie
- Volwassenenonderwijs en levenslang leren
- Inschrijfsysteem scholen
- Leren omgaan met computer of smartphone
- Hulp bij (online) formulieren en vertalen

GELD

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



"Ik had geen idee dat er zoveel tegemoetkomingen bestonden. Nu krijg ik eindelijk de hulp die ik nodig heb."

"De schulden stapelden zich op en ik zag geen uitweg meer. Gelukkig hebben ze me geholpen met een afbetalingsplan."

"Zonder de voedselpakketten zou ik het echt niet redden. Het scheelt me elke week tientallen euro's."

"Sinds mijn ontslag wist ik niet waar ik naartoe kon. Het leefloon heeft me geholpen om weer op de been te helpen."

"Door die energiepremie kon ik eindelijk mijn huis beter isoleren. Elke euro telt tegenwoordig."



1. Recht op steun (leefloon, uitkering)
2. Tegemoetkoming en zorgbudgetten
3. Hulp bij schuld en geldproblemen
4. Kortingen en premies
5. Voedselhulp en sociale kruidenier



Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
OCMW / Sociaal Huis	Leefloon, financiële steun (energie, onbetaalde facturen, schulden, voorschotten uitkering, huurwaarborg,...), hulp bij administratie alsook budgetbeheer of - begeleiding.	Verschillend per OCMW / Sociaal huis, je vindt de contactgegevens terug op p. 3
Dienst Maatschappelijk Werk / Ziekenfondsen	Helpt je bij het zoeken naar en aanvragen van sociale rechten en tegemoetkomingen. Ze geven gratis advies over uitkeringen, premies en financiële steun waar je recht op hebt.	Verschillend per ziekenfonds, je vindt de contactgegevens terug op p. 4
CAW	Ondersteunt bij budgetproblemen in combinatie met andere welzijnsvragen.	Je vindt de contactgegevens van het CAW terug op p. 3
't Winkeltje	tWinkeltje biedt voedselhulp en vermijdt voedselverspilling voor burgers van de gemeenten Lennik, Gooik, Galmaarden, Roosdaal, Pepingen en Bever	Neem contact op met je OCMW/Sociaal Huis. Je vindt de contactgegevens terug op p. 3



Interessante websites

- **BizHalleVilvoorde.be** - Ondersteunt kwaliteitsvolle budget- en schuldhulpverlening en organiseert groepsinitiatieven ter preventie van schulden.
- **Budgetplanner.be** - Online tool om je persoonlijk budget op te stellen en je financiën beter te plannen.
- **Budgetwijzer.be** - Informatieve website over geld, budget en schulden.
- **Sfpd.fgov.be (Federale pensioensdienst)** - Informatie over pensioenen, premies en regelgeving pensioen.
- **GezinenHandicap.be** - Informatie en ondersteuning voor gezinnen met een persoon met een handicap.
- **Groeipakket.be** - Informatie over kinderbijslag en andere financiële tegemoetkomingen.
- **Mijneersteaangifte.be** - Hulp bij het invullen van je eerste belastingaangifte met eenvoudige uitleg.
- **VAPH.be** - Persoonsvolgend budget, tegemoetkomingen, hulpmiddelen voor personen met handicap
- **Vlaamse Sociale Bescherming** - Aanvraag zorgbudget via de zorgkas bij jouw ziekenfonds.
- **Wakosta.be** - Gratis website en app die je helpt bij het berekenen en beheren van inkomsten en uitgaven.
- **Wikifin.be** - Officiële website van de overheid met onafhankelijke financiële informatie en tips.

Recht op steun (leefloon, uitkering)

Wat is het?

Het leefloon is een financiële steun voor personen die onvoldoende inkomen hebben om menswaardig te leven. Andere uitkeringen zijn werkloosheidsuitkeringen, ziekte-uitkeringen of invaliditeitsuitkeringen.

Voor wie?

- ☒ Personen vanaf 18 jaar die in België wonen
- ☒ Personen met onvoldoende inkomen, ziekte of invaliditeit
- ☒ Personen die niet (meer) kunnen werken
- ☒ Werklozen die recht hebben op uitkering



Goed om te weten

- Breng mee: identiteitskaart (en PIN code), huurcontract, inkomensbewijzen, bewijzen andere aangevraagde uitkeringen
- Bedrag hangt af van je leefsituatie: samenwonende, alleenstaande of gezin ten laste
- OCMW / Sociaal Huis kan voorschotten geven tijdens wachttijd op andere uitkeringen
- Controle mogelijk: wijzigingen onmiddellijk melden (job, samenwonen, verhuis)
- Europese burgers: verblijfsrecht van meer dan 3 maanden nodig

OCMW/ Sociaal Huis



Tegemoetkoming en zorgbudgetten

Wat is het?

Het Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap biedt ondersteuning zoals persoonsvolgende financiering, rechtstreeks toegankelijke hulp en tegemoetkomingen voor hulpmiddelen en aanpassingen. Daarnaast zijn er zorgbudgetten voor zwaar zorgbehoevenden en voor ouderen met een zorgnood. FOD Sociale Zekerheid voorziet inkomens- en integratietegemoetkomingen voor personen met een handicap.

Voor wie?

- ☒ Personen met een erkende handicap door het VAPH
- ☒ Personen die intensieve of frequente ondersteuning nodig hebben door hun handicap
- ☒ VAPH en zorgbudget zwaar zorgbehoevenden: personen jonger dan 65 jaar bij eerste aanvraag
- ☒ Zorgbudget voor ouderen: personen ouder dan 65 jaar met een beperkt inkomen.

Goed om te weten

- Aanvraag VAPH tegemoetkoming en het zorgbudget gebeurt via je ziekenfonds
- De inkomens- en integratietegemoetkoming voor personen met een handicap kun je zelf aanvragen via My Handicap of via de dienst maatschappelijk werk van jouw ziekenfonds, OCMW / Sociaal huis of lokaal bestuur
- Het zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden voor alle leeftijden en vergoedt niet-medische kosten, je moet kunnen aantonen dat je zwaar zorgbehoevend bent
- Eerst erkenning van handicap nodig via multidisciplinair onderzoek
- Aanvraag via ondersteuningsplan Persoons Volgend Budget (PVB) online op mijnvaph.be of op papier
- Wachttijden mogelijk door 3 prioriteitengroepen (1 = kortste wachttijd)
- Gratis bijstand gedurende eerste jaar bij bijstandsorganisatie

VAPH, Ziekenfondsen, OCMW / Sociaal Huis, My Handicap



zorgwijs.be, handicap.belgium.be/nl/myhandicap



Wat is het?

Begeleiding bij financiële problemen zoals budgetbegeleiding (zelf beheren met begeleiding), budgetbeheer (maatschappelijk werker beheert mee) of schuldbemiddeling (via advocaat en rechtbank) bij meerdere schulden.

Voor wie?

- ☒ Personen met schulden of betalingsmoeilijkheden
- ☒ Personen die geen overzicht meer hebben in inkomsten en uitgaven
- ☒ Personen die professionele hulp willen bij budgetbeheer



Goed om te weten

- Hulp via OCMW/Sociaal Huis (budgetbegeleiding/budgetbeheer)
- Aanvraag: afspraak maken, inkomensbewijzen meebrengen, alle schulden op papier
- Voor schuldbemiddeling kan je terecht bij het OCMW/Sociaal Huis (gratis) of bij advocaten, notarissen en gerechtsdeurwaarders (betalend).
- Schuldbemiddeling is niet hetzelfde als een collectieve schuldenregeling.
- Budgetbegeleiding: 1x per maand afspraak, je behoudt volledige controle over geld
- Budgetbeheer: maatschappelijk werker betaalt jouw rekeningen, jij krijgt leefgeld

OCMW/ Sociaal Huis



Budgetwijzer.be, eerstehulpbijschulden.be



Kortingen en premies

Wat is het?

Kortingen voor personen met laag inkomen (energie, openbaar vervoer, zorg) en gemeentelijke premies voor renovatie, energie en vrijetijdsactiviteiten.

Voor wie?

- ☒ Personen met leefloon of equivalent inkomen
- ☒ Personen met verhoogde tegemoetkoming ziekenfonds
- ☒ Personen met handicap voor specifieke voordelen
- ☒ Gezinnen met beperkt inkomen
- ☒ Gezinnen met een kind dat een verhoogd groeipakket krijgt

Goed om te weten

- Verhoogde tegemoetkoming via ziekenfonds gebeurt meestal automatisch. Zo niet, vraag na bij je ziekenfonds of je er recht op hebt
- Het sociaal energietarief is een gunstig tarief voor elektriciteit, aardgas of warmte. Toekenning hiervan gebeurt automatisch.
- Juridisch advies is voor iedereen, los van je inkomen, altijd gratis.
- Zoek en ontdek premies waar je mogelijk recht op hebt op premiezoeker.be
- UiTPAS: voordeelpas voor vrije tijd buitenshuis (check gemeente)
- Sommige gezinnen krijgen extra toeslagen in het Groeipakket. Zo zijn er zorgtoeslagen voor kinderen die meer ondersteuning nodig hebben, en sociale toeslagen op basis van het gezinsinkomen. Vraag het aan bij de uitbeter van het Groeipakket.

OCMW/Sociaal Huis, CAW, Ziekenfondsen



rechtenverkenner.be, premiezoeker.be, vlaanderen.be



Voedselhulp en sociale kruidenier

Wat is het?

Voedselpakketten via voedselbanken of goedkope producten in sociale kruideniers. In Pajottenland bestaat de Voedselbank 'tWinkeltje'.

Voor wie?

- ☒ Personen doorverwezen door maatschappelijk werker
- ☒ Personen met zeer laag inkomen of leefloon
- ☒ Gezinnen waarbij het OCMW het recht op voedselhulp onderzocht
- ☒ Personen in tijdelijke financiële problemen



Goed om te weten

- Aanmelding: via OCMW/ Sociaal Huis met attest van financiële nood, geldig 6 maanden
- Kosten: gratis basisproducten, kleine werkingsbijdrage per winkel beurt
- Gezinsamenstelling bepaalt hoeveel je mag meenemen per week

OCMW/ Sociaal Huis, tWinkeltje



[twinkeltje.be](https://www.twinkeltje.be)



WONEN

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



"Sinds ik verhuisd ben naar een assistentiewoning, voel ik me weer mens. Alles is dichtbij én ik krijg hulp als ik het nodig heb."

"Ik wist niet dat je in België hulp kon krijgen bij je huur. Nu krijg ik ondersteuning."

"De verwarming stond deze winter bijna nooit aan. Alles is zo duur geworden, ik moest kiezen tussen eten of warmte."

"Ze hebben mij geholpen om een sociale woning aan te vragen. Ik wist niet dat ik daar recht op had."

"Ik woon al 12 jaar op dezelfde plek, maar nu zegt de eigenaar dat ik moet weggaan. Ik weet niet waar ik naartoe kan."



1. Betaalbare (huur)woningen
2. Hulp bij het zoeken naar een woning
3. Hulp bij hoge energiefacturen
4. Problemen met woonkwaliteit
5. Aangepaste woningen
6. Noodopvang en crisis huisvesting



WONEN

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
OCMW / Sociaal Huis	Helpt bij het vinden van betaalbare huisvesting, registratie op wachtlijsten voor sociale woningen en financiële ondersteuning bij huurproblemen, energiefacturen, ...	Verschillend per OCMW / Sociaal huis, je vindt de contactgegevens terug op p. 3
CAW	Biedt woonondersteuning door ambulante begeleiding bij woonproblemen, preventie van uithuiszetting en crisisopvang bij relationele problemen of geweld, evenals begeleid zelfstandig wonen voor jongeren.	Je vindt de contactgegevens van het CAW terug op p. 3
Huurdersbond	Geeft juridisch huuradvies aan alle private en sociale huurders in Vlaanderen bij huurproblemen.	 Oudstrijdersplein 18, 1500 Halle  Wijngaardstraat 89, 1755 Pajottegem  0497/64.54.46 (ma, di, do tussen 9u-12u)  info@hbvlb.be
JAC	Ondersteunt jongeren tussen 18-25 jaar bij het zelfstandig gaan wonen, zoeken van woning en werk.	Je vindt de contactgegevens van het JAC terug op p. 3
Woonwinkel Pajottenland	Adviseert over woonpremies, renovatiemogelijkheden en helpt bij huisvestingsproblemen en sociale huisvesting.	 Woonwinkel Pajottenland *
Wooninfopunt Ternat & Roosdaal	Adviseert over woonpremies, renovatiemogelijkheden en helpt bij huisvestingsproblemen en sociale huisvesting.	 Wooninfopunt Ternat  02 451 45 89  wonen@ternat.be  Wooninfopunt Roosdaal  054 89 13 36  wonen@roosdaal.be

* Enkel in Bever, Lennik en Patjottegem

Interessante websites



- **3Wplus.be** - Adviespunt voor energiezuinig wonen en renoveren.
- **Centraal inschrijvingsregister** - Online loket voor alle inschrijvingen voor een sociale woning.
- **Huurdersplatform Vlaams-Brabant** - Huuradvies en ondersteuning voor huurders in Vlaams-Brabant.
- **Huurvragen.be** - Praktische informatie en advies over huurrecht en huurproblemen.
- **Mijn Energiescan** - Online tool om je energieverbruik te analyseren en bespaartips te krijgen.
- **Netwerkwonenplus.be** - Beschut wonen en psychiatrisch verzorgingstehuis.
- **Prepaid energiemeter** - Informatie over digitale meters met prepaid-functie voor energiebeheer.
- **Providentia** - Sociale woonmaatschappij voor betaalbare huurwoningen.
- **Sociaal huren** - Officiële info over inschrijven voor sociale woningen in Vlaanderen.
- **Vlaams Woningfonds** - Voordelige woonkredieten en huurwaarborgleningen.

Betaalbare (huur)woningen

Wat is het?

Een sociale woning is een betaalbare huur- of koopwoning die door de overheid of sociale huisvestingsmaatschappijen wordt aangeboden aan mensen met een lager inkomen.

Voor wie?

- ☒ Personen en gezinnen met laag inkomen
- ☒ Personen die niet kunnen concurreren op de private huurmarkt
- ☒ Jonge gezinnen die willen kopen maar onvoldoende kapitaal hebben
- ☒ Senioren die willen verkleinen naar betaalbare woning



Goed om te weten

- Inschrijven voor een sociale woning doe je via het Centraal Inschrijvingsregister (CIR) van de Vlaamse overheid.
- Je meld je aan met Itsme of je identiteitskaart en eID kaartlezer.
- Er is een max. jaarloon dat je mag verdienen om in aanmerking te komen
- Je moet officieel ingeschreven zijn in België (in het bevolkings- of vreemdelingenregister)
- Gezinnen die al 4 jaar of langer wachten op een sociale woning en een private huurwoning huren, kunnen in aanmerking komen voor een huurpremie
- Je kan mogelijk een huursubsidie krijgen van de Vlaamse overheid als je een laag inkomen hebt en voldoet aan een specifieke omschreven situatie.

woonwinkel, OCMW / Sociaal Huis, Providentia



Wonenvlaanderen.be, Dewoonwinkel.be, Providentia.be, Huurdersbond.be



Hulp bij het zoeken naar een woning

Wat is het?

Professionele ondersteuning bij het vinden van geschikte huisvesting door woonconsulenten en maatschappelijk werkers. Dit omvat begeleiding bij het zoekproces, hulp bij aanvragen en advies over huurcontracten.

Voor wie?

- ☒ Personen die moeilijk zelf een woning vinden
- ☒ Jongeren tussen 18-25 jaar die zelfstandig willen gaan wonen (JAC)
- ☒ Personen met een beperking die aangepaste huisvesting nodig hebben
- ☒ Personen die discriminatie ondervinden op de huurmarkt



Goed om te weten

- Woonwinkel / wooninfopunt: gratis consultaties op afspraak, geen wachtlijst
- Huurcontract altijd laten nalezen voor ondertekening
- Huurwaarborg: maximum 3 maanden huur, kan gespreid betaald worden
- Discriminatie melden via Unia: gratis juridische bijstand
- Woningkwaliteitscode: minimumnormen waaraan huurwoning moet voldoen

OCMW/Sociaal Huis, Woonwinkel Pajottenland



www.3wplus.be/woonwinkel-pajottenland, huurvragen.be, unia.be



Hulp bij hoge energiefacturen

Wat is het?

Steun om hoge energiekosten te verlagen via sociale tarieven, premies voor energiebesparende renovaties en gratis energieadvies. Ook begeleiding bij energieschulden en het aanvragen van subsidies voor isolatie en zonnepanelen.

Voor wie?

- ☒ Personen met leefloon of laag inkomen
- ☒ Gezinnen met verhoogde tegemoetkoming ziekenfonds
- ☒ Personen met hoge energieschulden
- ☒ Eigenaars die willen renoveren voor energiebesparing



Goed om te weten

- Veelgevraagde premies zijn voor dakisolatie, nieuwe ramen, een vernieuwde verwarming of aanpassingen zoals een traplift of aangepaste badkamer.
- Vraag hulp aan het woonloket om formulieren correct in te vullen
- Hoeveel je krijgt, hangt af van je inkomen en van welke werken je laat uitvoeren
- Twijfel je? Vraag altijd na – je komt soms in aanmerking zonder het te weten
- Vergelijk de energieleveranciers vóór je een contract afsluit. Doe de V-test!

OCMW/ Sociaal Huis, 3WPlus



vlaanderen.be/energiepremies, mijnenergie.be,
energiearmoede.be



Problemen met woonkwaliteit

Wat is het?

Hulp bij problemen met je woning zoals vocht, schimmel, gebrekkige verwarming of structurele gebreken. Dit omvat juridisch advies voor huurders en bemiddeling tussen huurder en verhuurder.

Voor wie?

- ☒ Huurders met klachten over de woning
- ☒ Eigenaars die problemen niet zelf kunnen oplossen
- ☒ Bewoners van sociale woningen met kwaliteitsproblemen

Goed om te weten

- Huurdersbond: bijdrage voor lidmaatschap per jaar, gratis juridisch advies
Sommige gemeenten hebben een lidmaatschap afgesloten voor al hun inwoners
- Fotobewijs maken van problemen met datum voor je een melding doet
- Aangetekende brief naar verhuurder verplicht voor officiële klacht
- Woonkwaliteitscode: minimaal 18°C verwarming, geen vocht/schimmel

Huurdersbond, Woonwinkel



huurdersplatform.be/hb/vlaams-brabant,
huurvragen.be



Aangepaste woningen

Wat is het?

Woningen aanpassen aan fysieke en mentale beperkingen en de begeleiding hierbij. Zoals bij de aanvraag financiële steun voor het aanpassen van bestaande woningen en hulp bij het vinden van aangepaste huisvesting.

Voor wie?

- ☒ Personen met een fysieke handicap
- ☒ Ouderen die langer zelfstandig willen wonen
- ☒ Personen met chronische ziektes
- ☒ Personen met mobiliteitsproblemen
- ☒ Personen met langdurige psychiatrische problematiek



Goed om te weten

- Wachtijd VAPH-erkenning: 6-12 maanden, je mag pas starten met aanpassingen na goedkeuring
- Prioriteit op sociale woningen bij medische noodzaakverklaring van arts
- Verschillende soorten aanpassingen mogelijk: rolstoeltoegankelijkheid, traplift, aangepaste badkamer, ...
- Beschut wonen betekent 24/7 begeleiding, eigen kamer, gemeenschappelijke ruimtes

VAPH, OCMW/ Sociaal Huis



www.vaph.be



Noodopvang en crisis huisvesting

Wat is het?

Tijdelijke huisvesting voor personen die plotseling dakloos zijn of niet meer veilig thuis kunnen wonen. Dit omvat crisisopvang bij geweld, noodopvang voor daklozen en begeleiding naar een permanente woonoplossing.

Voor wie?

- ☒ Slachtoffers van intrafamiliaal geweld
- ☒ Personen bij relationele crisis
- ☒ Daklozen en thuislozen
- ☒ Jongeren die thuis weggelopen zijn
- ☒ Personen die uitgezet worden

Goed om te weten

- Crisismeldpunt Minderjarigen: 24/7 bereikbaar via 078050038
- Crisisopvang CAW: kortdurende crisisopvang bij relationele of - persoonlijke problemen
- Opvangcentra bieden bed, maaltijden en psychosociale begeleiding



OCMW/ Sociaal Huis, CAW



caw.be/hoe-wij-helpen/opvang/



GEZONDHEID

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



"Als nieuwe inwoner wist ik niet welke huisarts nog patiënten aannam. Nu heb ik eindelijk een vaste dokter in de buurt."

"Ik zorg al jaren voor mijn demente moeder. De ondersteuning voor mantelzorgers heeft me echt geholpen om vol te houden."

"Na mijn hartinfarct moest alles anders. De diëtiste heeft me geholpen om gezonder te gaan leven."

"Sinds mijn ongeval zit ik in een rolstoel. Ik had geen idee hoeveel hulp er beschikbaar was om mijn leven aan te passen."

"Pa wilde niet naar een rusthuis, maar thuis werd het te zwaar. De thuiszorg was de perfecte oplossing."



1. Basiszorg (huisarts, tandarts, groepspraktijk)
2. Dringende medische hulp
3. Beperking
4. Mantelzorg en zorg aan huis
5. Zorgbehoevende personen
6. Gezond eten en beweging



Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
OCMW / Sociaal huis	Biedt ondersteuning bij gezondheidszorg, medische kosten en administratieve stappen voor terugbetalingen.	Verschillend per OCMW / Sociaal huis, je vindt de contactgegevens terug op p. 3
Dienst Maatschappelijk Werk / Ziekenfonds	Zorgen voor de terugbetaling van je medische kosten, betalen ziekte-uitkeringen uit wanneer je niet kunt werken en bieden maatschappelijk werk voor ondersteuning bij gezondheids- en welzijnsvragen.	Verschillend per ziekenfonds, je vindt de contactgegevens terug op p. 4
CAW	Helpt je op weg om de verschillende factoren die je gezondheid sterk bepalen in eigen hand te nemen. Denk daarbij aan voeding, lichaamsverzorging, beweging en slaap.	Je vindt de contactgegevens van het CAW terug op p. 3
Huisartsen wachtpost	Een dokter van wacht is een huisarts die buiten de normale praktijken beschikbaar is om patiënten te helpen met dringende, niet-uitstelbare medische problemen. Op weekdagen is dat een huisarts in de eigen praktijk en tijdens het weekend is dat in de wachtpost.	 1733
HOTSPOT ondersteuning	Bij de HOTSPOT kan iedereen terecht die ondersteuning of advies nodig heeft omwille van (een vermoeden van) een beperking.	 Welzijns-campus Bosstraat 84, 1702 Groot-Bijgaarden  0494 57 52 48  dilbeek@hotspot-ondersteuning.be

Interessante websites



- **Dementie.be** - Uitgebreide informatie over dementie, symptomen, behandeling en ondersteuning.
- **Desocialekaart.be** - Zoekplatform voor alle sociale dienstverlening in Vlaanderen
- **Gezin en Handicap** - Ondersteuning en informatie voor gezinnen met een kind met een handicap.
- **Mantelzorgers.be** - Informatie en steun voor personen die zorgen voor familie of vrienden.
- **Zorgwijs.be** - Zoekplatform om zorgaanbieders en ondersteuning te vinden in Vlaanderen.

Wat is het?

Eerstelijnszorg door huisartsen, tandartsen en andere zorgverleners die je eerste contactpunt zijn voor medische problemen. Groepspraktijken bundelen verschillende zorgverleners onder één dak voor uitgebreide zorg.

Voor wie?

- ☒ Iedereen die medische zorg nodig heeft
- ☒ Personen met chronische aandoeningen die regelmatige opvolging nodig hebben
- ☒ Patiënten die preventieve zorg willen (check-ups, vaccinaties)
- ☒ Personen die doorverwijzing nodig hebben naar specialisten



Goed om te weten

- Gebruik huisartsenkring.pajottenland.be voor het vinden van een huisarts
- [Moetiknaardedokter.be](https://moetiknaardedokter.be) en zoekgezond.be helpen je bepalen waar je met je klachten terecht kunt
- Vind gemakkelijk een apotheek bij jou in de buurt via [Apotheek.be](https://apotheek.be)
- Verhoogde tegemoetkoming: vraag meer info bij je ziekenfonds

Huisartsen, tandartsen, groepspraktijken, ziekenfondsen, apotheken



moetiknaardedokter.be
huisartsenkring.pajottenland.be, apotheek.be



Dringende medische hulp

Wat is het?

Acute medische zorg bij ongevallen, plotse ziekte of levensbedreigende situaties via spoeddiensten, ziekenhuizen en medische nooddiensten.

Voor wie?

- ☒ Personen met acute medische nood (hartaanval, ongeval, ernstige pijn)
- ☒ Personen met plotse verslechtering van chronische aandoening
- ☒ Slachtoffers van ongevallen of geweld
- ☒ Iedereen bij levensbedreigende situaties

Goed om te weten

- 112: noodnummer voor ambulance, brandweer en politie, of download de [app](#)
- Huisartsenpost: 1733 voor medische hulp buiten kantooruren huisarts
- Antigifcentrum: 070 245 245 bij vergiftiging van personen en dieren
- Zelfmoordlijn: 1813
- Childfocus: 116000 nummer om verdwijning of seksuele uitbuiting te melden

Ziekenhuizen, ambulancediensten, huisartsenposten



[Huisartsenpost.be](https://huisartsenpost.be), 112.be



Beperking

Wat is het?

Ondersteuning voor personen met fysieke, mentale of zintuiglijke beperkingen door gespecialiseerde zorgverleners en aangepaste hulpmiddelen. Dit omvat diagnose, behandeling en begeleiding bij leven met een beperking.

Voor wie?

- ☒ Personen met aangeboren of verworven beperkingen
- ☒ Personen met chronische ziektes die beperkingen veroorzaken
- ☒ Ouders van kinderen met een (vermoeden van) beperking
- ☒ Familie en mantelzorgers van personen met beperkingen



Goed om te weten

- Info over het aanvragen erkenning handicap: vlaanderen.be/uw-handicap-laten-erkennen-en-hulp-aanvragen-bij-het-vaph
- Jouw ziekenfonds kan je ook begeleiden bij deze aanvraag erkenning handicap
- Hotspot-ondersteuning: gratis eerste ondersteuning zonder wachtlijst of aanmelding

VAPH, HOTSPOT



vlaanderen.be, hotspot-ondersteuning.be,
Contacteer de ziekenfondsen I RIZIV of zie p. 4



Mantelzorg en zorg aan huis

Wat is het?

Ondersteuning voor personen die thuis zorg verlenen aan familie of vrienden, plus professionele zorg aan huis zoals verpleging, huishoudelijke hulp en persoonlijke verzorging.

Voor wie?

- ☒ Mantelzorgers die zorgen voor familie of vrienden
- ☒ Personen die thuiszorg nodig hebben na ziekte of operatie
- ☒ Ouderen die zelfstandig willen blijven wonen
- ☒ Personen met chronische aandoeningen

Goed om te weten

- Gezins- of thuiszorg: huishoudelijke hulp afhankelijk van inkomen
- Mantelzorgtoelagen: erkenning en kleine financiële waardering gemeente
- Er bestaan 6 erkende mantelzorgverenigingen die mantelzorgers informeren en ondersteunen
- Zorgverlof: mogelijkheid om verlof voor zorg aan familielid op te nemen

Vlaams Expertisecentrum Mantelzorg



mantelzorgers.be



Zorgbehoevende personen

Wat is het?

Gespecialiseerde zorg en ondersteuning voor kwetsbare groepen zoals ouderen, personen met dementie, chronische zieken en personen die intensieve zorg nodig hebben.

Voor wie?

- ☒ Ouderen met zorgbehoeften
- ☒ Personen met dementie en hun familie
- ☒ Personen met chronische of terminale ziektes
- ☒ Personen die niet meer zelfstandig kunnen functioneren



Goed om te weten

- Thuiszorgdiensten: alle mogelijke diensten om je thuiszorg mogelijk te maken
- Dagopvang en kortopvang: er even tussenuit om je mantelzorger te ontlasten, vind een dagopvang of kortopvang bij jou in de buurt via  1700 of de sociale kaart
- Voor vragen over ondersteuning rond dementie kun je terecht bij het expertisecentrum Memo in Dilbeek
- Jong dementie (onder 65): specifieke begeleiding via jongdementie.be
- Palliatieve thuiszorgesquipes: bespreek mogelijke ondersteuning met je huisarts of thuisverpleging

Woonzorgcentra, Huisartsen



socialekaart.be, dementie.be, jongdementie.be
departementzorg.be, palliatievezorgvlaanderen.be



Gezond eten en beweging

Wat is het?

Preventieve gezondheidszorg gericht op gezonde levensstijl door juiste voeding, voldoende beweging en programma's die een actieve levensstijl stimuleren.

Voor wie?

- ☒ Personen die gezonder willen leven
- ☒ Personen met diabetes, hart- en vaatziekten of overgewicht
- ☒ Ouderen die mobiel willen blijven
- ☒ Iedereen die preventief wil investeren in gezondheid

Goed om te weten

- Vraag bij je ziekenfonds na of je recht hebt op een tussenkomst voor initiatieven rond gezond leven
- Rookstop: begeleiding via tabakstoplijn 0800 111 00
- Bewegen op Verwijzing (BOV): huisarts en/of andere zorgverleners verwijzen door naar een coach

Huisartsen, diëtisten, sportcentra, ziekenfondsen



Gezondleven.be,
vlaanderen.be/stoppen-met-roken



GEESTELIJKE GEZONDHEID & VERSLAVING

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



"Na mijn burn-out durfde ik niet meer naar buiten. De psycholoog heeft me stap voor stap geholpen om weer mezelf te worden."

"Mijn zoon gokte online al zijn spaargeld weg. Gelukkig bestaat er hulp voor dit soort moderne verslavingen."

"Door de infosessies op school leerde mijn dochter over de gevaren van drugs. Preventie werkt echt."

"Mijn drankprobleem vernietigde mijn gezin. Dankzij de verslavingshulp ben ik nu al twee jaar nuchter en is mijn familie terug."

"Als partner van iemand met een verslaving wist ik niet hoe ik moest helpen. Nu krijg ik ook begeleiding."



1. Hulp bij mentale problemen
2. Gespecialiseerde hulp
3. Groepen om ervaringen te delen
4. Hulp bij verslaving (alcohol, drugs, gamen, ...)
5. Preventie geestelijke gezondheid en verslaving



GEESTELIJKE GEZONDHEID & VERSLAVING

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
CAW	Het eerste aanspreekpunt voor mentaal welzijn, met hulp op verschillende levensdomeinen en ondersteuning voor slachtoffers, nabestaanden en betrokkenen bij ongevallen of rampen.	Je vindt de contactgegevens van het CAW terug op p. 3
Kruispunt Halle-Vilvoorde	Zit je ergens mee, maar weet je niet waar naartoe? Dan kan Kruispunt Halle Vilvoorde je op weg helpen. Zij luisteren naar je verhaal, geven je advies en zoeken samen met jou de gepaste hulp.	CAW Halle-Vilvoorde  0800 13 500  kruispunt@cawhallevilvoorde.be  kruispunthallevilvoorde.be
JAC (Jongerenonthaal van het CAW)	Helpt jongeren tussen 12-25 jaar met alle vragen: mentaal welzijn, thuisproblemen, wonen, seks, geweld, drugs, pesten, rechten en plichten. Het biedt ook vroegtijdige, kortdurende begeleiding bij lichte tot matige psychische klachten, individueel of in groep	Je vindt de contactgegevens van het JAC terug op p. 3
OverKop	Een OverKop-huis is een toegankelijke en veilige plek waar jongeren elkaar kunnen ontmoeten en terechtkunnen met grote en kleine zorgen. OverKop-medewerkers gaan samen met je op zoek naar wat kan helpen.	 Frans van der Steenstraat 6, 1750 Lennik  0489 01 76 11  lennik@overkophallevilvoorde.be
Eerstelijnspsychologen	Luisteren naar jouw vraag en bieden zelf een kortdurend traject aan (individueel of in groep) of zoeken samen met jou gepaste hulp als andere expertise en/of langdurige zorg nodig is.	Verspreid over de regio:  epzvlaamsbrabant.be
Centrum voor Ambulante Revalidatie "Land van Halle en Asse"	Centrum waar peuters, kleuters en lagere schoolkinderen met (een vermoeden van) neurobiologische stoornissen terecht kunnen voor diagnostiek en behandeling, individueel of in groep.	 Ziekenhuislaan 35 1500 Halle  02 360 12 36  halle@car-halle-asse.be  Brusselsesteenweg 551 1731 Zellik  02 452 93 79  asse@car-halle-asse.be
Uilenspiegel Praatgroep Pajottenland	Biedt een veilige plek waar mensen met psychische problemen ervaringen kunnen delen.	 Buurthuis Leerbeek, St Pietersplein 8, 1755 Leerbeek  praatgroep.pajottenland@uilenspiegel.net
Zelfhulpgroep Gokken - Vlaams-Brabant	Biedt steun aan ex-gokverslaafden via groepsgesprekken.	 Bosstraat 84, 1702 Groot-Bijgaarden  vlaamsbrabant@zelfhulpgokken.be

Interessante websites zie volgende pagina



GEESTELIJKE GEZONDHEID & VERSLAVING



Interessante websites

- **Alcoholhulp.be** - Informatie en hulp bij alcoholproblemen, met tips voor gebruikers en hun omgeving.
- **Buddywerking.be** - Brengt een persoon met psychische moeilijkheden (deelnemer) in contact met een vrijwilliger (buddy) om samen leuke dingen te doen buitenshuis.
- **Cannabishulp.be** - Specifieke informatie en ondersteuning voor personen met cannabisproblemen.
- **Depressiehulp.be** - Online hulp bij depressie en verwante psychische klachten.
- **Druglijn.be** - Telefonische hulplijn en online informatie over drugs, verslaving en behandelmogelijkheden.
- **Drughulp.be** - Overzicht van hulpverlening en behandeling voor personen met drugsproblemen.
- **Epzvlaamsbrabant.be** - Eerstelijnspsychologische zorg via de netwerken GG(Z) Vlaams-Brabant.
- **Gokhulp.be** - Hulp en informatie voor personen met gokproblemen en hun familie.
- **Herstelacademie.be** - Cursusaanbod voor iedereen die wil werken aan zijn herstel en mentaal welzijn, begeleid door professionals en ervaringsdeskundigen.
- **Kruispunt Halle-Vilvoorde** - Oriëntatie- en doorverwijzingspunt voor mentale gezondheidszorg.
- **Lumi.be** - Online platform voor mentale gezondheid met zelfhulptools en professionele begeleiding.
- **OnlinePsyhulp.be** - Online psychologische hulp en therapie via videogesprekken met erkende psychologen.
- **Onlinehulp-apps.be** - Overzicht van betrouwbare apps voor mentale gezondheid en zelfhulp.
- **Psychewijzer.be** - Online wegwijzer om psychologen, orthopedagogen en lokale hulpdiensten te vinden.
- **Savha.be/buddyplus** - Brengt ouderen (60+) met psychische moeilijkheden (deelnemer) in contact met een vrijwilliger (buddy) om samen leuke dingen te doen buitenshuis.
- **Tele-Onthaal.be** - Telefonische luisterlijn voor personen die nood hebben aan een gesprek (106).
- **Zelfmoord1813.be** - Hulplijn 24/7 voor personen met zelfmoordgedachten en hun omgeving (1813).



Hulp bij mentale problemen

Wat is het?

Professionele ondersteuning bij psychische klachten zoals depressie, angst, stress, burn-out, slaapproblemen en relatieconflicten. Dit omvat gesprekken met psychologen, maatschappelijk werkers en therapeuten voor kortdurende of langdurige begeleiding.

Voor wie?

- ☒ Personen met depressieve gevoelens, angst of stress
- ☒ Personen die vastlopen in het leven of relatieproblemen hebben
- ☒ Iedereen die zich niet goed in hun vel voelt



Goed om te weten

- Nood aan een gesprek? Bij Tele-Onthaal 106 en de zelfmoordlijn 1813 kun je anoniem en vertrouwelijk telefonisch terecht.
- Afhankelijk van jouw hulpvraag kan een huisarts je helpen met zoeken naar de juiste hulporganisatie.
- Bij een eerstelijnspsycholoog kun je terecht voor individuele- en groepsgesprekken
- Als je zelf hulp zoekt en er niet uit komt neem dan contact op met Kruispunt Halle-Vilvoorde zij bieden vraagverheldering en gerichte doorverwijzing (0800 13 500)

CAW, JAC, Overkop



psychewijzer.be, onlinepsyhulp.be,
tele-onthaal.be, spreekrover.be



Gespecialiseerde hulp

Wat is het?

Intensieve psychologische/psychiatrische zorg voor ernstige en langdurige mentale problemen door multidisciplinaire teams van psychiaters, psychologen en maatschappelijk werkers. Dit omvat crisisinterventie, dagbehandeling en langdurige psychiatrische ondersteuning.



GEESTELIJKE GEZONDHEID EN VERSLAVING

Voor wie?

- ☒ Personen met ernstige en psychiatrische aandoeningen
- ☒ Personen in acute psychische crisis
- ☒ Patiënten die intensieve dagbehandeling nodig hebben
- ☒ Personen met langdurige psychiatrische problematiek



Goed om te weten

- Heb je dringend hulp nodig? Bel 112. Voel je je wanhopig of heb je donkere gedachten? Praat erover via de Zelfmoordlijn 1813.
- Gespecialiseerde zorg is meestal op doorverwijzing, ga naar jouw huisarts of Kruispunt Halle-Vilvoorde wanneer hulp zoekt hiervoor.
- Hulp zoeken is belangrijk. Soms wordt een deel van de kosten terugbetaald. De hulpverlener kan uitleggen welke mogelijkheden er zijn.

Organisaties te bereiken via Kruispunt Halle-Vilvoorde, jouw huisarts of JAC (jongeren) 

kruispunthallevilvoorde.be, zelfmoord1813.be



Groepen om ervaringen te delen

Wat is het?

Lotgenotengroepen en praatgroepen waar personen met vergelijkbare problemen ervaringen kunnen delen in een veilige en begripvolle omgeving. Dit biedt onderlinge steun en praktische tips van personen die hetzelfde doormaken

Voor wie?

- ☒ Personen met depressie, burn-out of mentale kwetsbaarheid
- ☒ Ex-verslaafden die ondersteuning zoeken
- ☒ Familie en mantelzorgers van personen met dementie
- ☒ Personen die zich eenzaam voelen of behoefte hebben aan contact

Goed om te weten

- Vind zelfhulpgroepen voor verslavingen en andere moeilijkheden bij jou in de buurt via zelfhulp.be
- Similes is er voor naasten van mensen met psychische problemen
- Eerstelijnspsychologen bieden ook psychologische groepssessies aan
- De herstelacademie biedt diverse inspirerende cursussen met de focus op samen leren en groeien
- Geen doorverwijzing nodig: de meeste groepen zijn vrij toegankelijk

Praatgroep Pajottenland



zelfhulp.be, similes.be, herstelacademie.be, epzvlaamsbrabant.be





Wat is het?

Gespecialiseerde behandeling voor verschillende vormen van verslaving door multidisciplinaire teams die individuele therapie, groepstherapie, ontwenning en nazorg aanbieden. Dit omvat zowel ambulante als residentiële behandeling.

Voor wie?

- ☒ Personen met alcohol-, drugs- of medicijnverslaving
- ☒ Personen met gokverslaving of game problematiek
- ☒ Familie en vrienden van verslaafden
- ☒ Personen die hun gebruik willen minderen of stoppen



Goed om te weten

- Aarzel niet om hulp te zoeken, vanaf dat je je zorgen maakt kun je hulp krijgen
- Afhankelijk van jouw noden zijn er residentiële en ambulante behandelprogramma's, met ook aandacht voor nazorg
- Ook familie en naasten van mensen met een verslaving kunnen begeleiding krijgen
- De Druglijn biedt telefonische hulp en online chat, ook voor familie van verslaafden
- Anonieme online ondersteuning is beschikbaar voor wie wil minderen of stoppen met alcohol, gokken of cannabis

CAW, JAC, CGG, De Spiegel, PAAZ



druglijn.be, alcoholhulp.be, gokhulp.be, cannabishulp.be



Preventie geestelijke gezondheid en verslaving

Wat is het?

Voorlichting, vroege opsporing en preventieve maatregelen om mentale problemen en verslaving te voorkomen. Dit omvat educatie, zelfhulptools, apps en laagdrempelige ondersteuning voordat problemen ernstig worden.

Voor wie?

- ☒ Jongeren die voorlichting willen over alcohol en drugs
- ☒ Personen die risicofactoren willen herkennen
- ☒ Personen die hun mentale veerkracht willen versterken
- ☒ Ouders die hun kinderen willen beschermen
- ☒ Scholen en gemeenschappen die preventief willen werken

Goed om te weten

- Bij hulplijnen zoals Tele-Onthaal (106) en AWEL (102 voor jongeren) kun je ook terecht met vragen over preventie.
- Als je fysieke hulp zoekt of actief aan de slag wilt, kun je bij het CAW, JAC of OverKop terecht voor gesprekken, doorverwijzing of vormingen en infosessies in samenwerking met een eerstelijnspsycholoog
- Organisaties die preventief willen werken kunnen ondersteuning krijgen van CGG, suïcide preventie, preventie alcohol en drugs & gezondheidmakers. Ook CAW & JAC gaan naar scholen of bedrijven.

CAW, JAC, Overkop, Eerstelijnspsychologen



psychewijzer.be, tele-onthaal.be, caw.be, overkop.be, spreekover.be, vlesp.be, gezondheidmakers.be, centrageestelijkegezondheidszorg.be



KINDEREN EN GEZIN

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas

"Tijdens mijn zwangerschap had ik zoveel vragen. In het Huis van het Kind kon ik terecht voor alles wat ik wilde weten."

"Als alleenstaande vader wist ik niet hoe ik alles moest combineren. De gezinsbegeleiding heeft me praktische tips gegeven."

Na maanden zoeken vond ik eindelijk een crèche voor mijn dochter. De wachtlijsten zijn overal zo lang."

"Mijn zoon van 3 luisterde naar niks. De opvoedingsondersteuning leerde me nieuwe manieren om met zijn driftbuien om te gaan."

"Door de preventieve begeleiding leerde ik de signalen van postnatale depressie herkennen. Ik kreeg hulp voordat het echt mis ging."



1. Kind en Gezin
2. Zwanger
3. Huizen van het Kind
4. Kinderopvang
5. Opvoedingsondersteuning
6. Hulplijn 1712



KINDEREN EN GEZIN

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
Huis van het Kind	Samenwerking tussen organisaties die helpen met kinderopvang, gezondheidszorg, vrijetijdsaanbod en opvoedingsondersteuning.	Verschillend per gemeente, je vind de contactgegevens terug op p.4
Lokaal loket kinderopvang	De aanvraag van kinderopvang voor baby's en peuters verloopt via een digitale aanmeld tool. Voor extra informatie of ondersteuning zie contactinformatie hiernaast.	Vind een kinderopvang bij jou in de buurt via:  www.opvang.vlaanderen
Kind & Gezin Pajottenland	Team van verpleegkundigen, sociaal werker, psychopedagoog, gezinsondersteuner en artsen bereikbaar voor vragen over gezondheid, opvoeding, veiligheid en voeding van kinderen tot schoolleeftijd.	4 consultatiebureaus in Pajottenland:  Bosstraat 84, 1702 Groot-Bijgaarden  Marktplein 20, 1570 Pajottegem  Borredam 15, 1740 Ternat  Markt 15, 1750 Lennik  078 150 100  www.kindengezin.be
CLB	Centrum voor Leerlingenbegeleiding dat hulp biedt bij leermoeilijkheden, gedrag en welzijn van kinderen en jongeren. Iedere school werkt samen met een CLB.	Via jouw school, of:  www.clb.be
CAW	Biedt ondersteuning aan koppels en gezinnen bij relatieproblemen, gezinsproblemen en vastgelopen communicatie. Samen werken we aan het verbeteren van de relaties en het gezinsfunctioneren.	Je vindt de contactgegevens van het CAW terug op p.3
JAC (Jongerenonthaal van het CAW)	Jonge ouders kunnen bij het JAC terecht met vragen over opvoeding, relaties, geld, huisvesting of werk. Ook bij stress, twijfels of spanningen in het gezin is er een luisterend oor. Samen wordt gezocht naar oplossingen die passen bij jouw situatie.	Je vindt de contactgegevens van het JAC terug op p.3
Gezinsbond	Vereniging die gezinnen ondersteunt met activiteiten, vorming en praktische hulp	Jouw dichtstbijzijnde lokale afdeling:  www.gezinsbond.be
Fietsbieb	Geeft gezinnen met jonge kinderen de kans om dagelijks gebruik te maken van kinderfietsen door ze uit te lenen.	 Ninoofsesteenweg 127, 1755 Pajottegem  www.fietsbieb.be

Vervolg & Interessante websites zie volgende pagina



KINDEREN EN GEZIN

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland? (vervolg)

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
Babytheek	Uitleendienst voor babyspullen, een soort bibliotheek voor spullen die een baby nodig heeft in de eerste 12 maanden.	 GC Baljuwhuis, Kammeersweg 2, 1570 Pajottegem  babytheekbevergalmaardenherne.myturn.com  Hendrik Ghijselenstraat 7, 1750 Lennik  02 532 41 45
Zitdag FONS	Adviesmoment over ouderschapsrechten en -verlof met een medewerker van FONS	Vind een zitdag bij jou in de buurt:  www.fons.be/locaties



Interessante websites

- **CKG Sloebernest** - Centrum voor Kinder- en Gezinszorg biedt thuisbegeleiding en oudercursussen vanaf de zwangerschap omtrent diverse opvoedingsvragen.
- **Contactgegevens diensten voor gezinszorg** - Een gezinszorgdienst komt bij je thuis om hulp en ondersteuning te bieden. Via deze link vind je een lijst met contactgegevens van aanbieders van gezinszorg.
- **De Opvoedingslijn** - Hulplijn voor ouders met vragen over opvoeding, gedrag en ontwikkeling.
- **Departementzorg.be/nl/diensten-voor-gezinszorg** - Informatie over diensten voor gezinszorg en hoe je er gebruik van kunt maken.
- **Fara.be** - Ondersteuning en begeleiding bij ongeplande zwangerschap en zwangerschapskeuzes.
- **GezinenHandicap.be** - Informatie en ondersteuning voor gezinnen met een kind of familielid met beperking.
- **Groeipakket.be** - Een verzameling van financiële tegemoetkomingen voor elk kind dat in Vlaanderen woont
- **Hotspot-ondersteuning.be** - biedt laagdrempelige hulp en advies aan ouders van kinderen met (vermoedelijke) beperkingen, zodat gezinnen sneller de juiste ondersteuning vinden.
- **VAPH.be/ondersteuning-voor-minderjarigen** - Overzicht van de ondersteuning die het VAPH biedt aan minderjarigen met een handicap.
- **Vroedvrouwen.be** - informatie over vroedvrouwen en hoe ze je kunnen ondersteunen tijdens zwangerschap, bevalling en kraamtijd.
- **Opgroeien.be** - Informatie over preventieve gezinsondersteuning, kinderopvang en het Groeipakket over pleegzorg, adoptie en jeugdhulp tot de aanpak van jongeren die delicten plegen.
- **psychewijzer.be** - Online wegwijzer om psychologen, orthopedagogen en lokale hulpdiensten te vinden.

Kind en Gezin

Wat is het?

Preventieve ondersteuning voor alle (aanstaande) gezinnen met kinderen vanaf de zwangerschap tot aan wanneer de kinderen naar school gaan door professionele teams van verpleegkundigen, gezinsondersteuners, sociaal werkers en artsen. Dit omvat gratis consultatie bezoeken, huisbezoeken, groei- en ontwikkelingsopvolging en vroege ondersteuning bij opvoedingsvragen.

Voor wie?

- ☒ Alle gezinnen met kinderen vanaf de zwangerschap totdat ze naar school gaan
- ☒ (Aanstaande) ouders met vragen over gezondheid, ontwikkeling of opvoeding
- ☒ Gezinnen die preventieve ondersteuning willen bij opvoedingsuitdagingen



Goed om te weten

- Het basisaanbod is gratis voor alle gezinnen en bestaan uit huisbezoeken en consultaties
- Spreekuur opvoedingsondersteuning is beschikbaar voor ouders met kinderen tot 3 jaar
- Vanaf je kind naar school gaat neemt CLB de taken van Kind & Gezin over
- Artsen van Kind & Gezin voeren preventieve onderzoeken uit. Voor diagnoses, behandelingen of opvolging van ziektes ga je langs bij je huisarts of kinderarts.

Consultatiebureaus Kind & Gezin, CLB



kindengezin.be, opgroeien.be, clb.be



Zwanger

Over wat gaat het?

Begeleiding en ondersteuning tijdens de zwangerschap, bevalling en eerste periode na de geboorte. Dit omvat medische opvolging, praktische hulp, emotionele ondersteuning en beslissingshulp bij ongeplande zwangerschap door verschillende specialisten.

Voor wie?

- ☒ Zwangere vrouwen en hun partners
- ☒ Vrouwen met een ongeplande zwangerschap die twijfelen over hun keuze
- ☒ Gezinnen die ondersteuning willen na de bevalling
- ☒ Vrouwen die begeleiding zoeken bij zwangerschapsverlies of miskraam

Goed om te weten

- Vroedvrouwen in de regio kunnen je begeleiden tijdens je zwangerschap, bij bevalling en kraamperiode
- Diverse organisaties bieden professionele gezinszorg aan waaronder kraamzorg
- Bij ongeplande zwangerschap kan je bij [Fara vzw](http://fara.vzw) anoniem terecht en gratis advies krijgen
- Veel ziekenfondsen bieden tegemoetkoming voor kraamzorg
- Begeleiding rond je bevalling en de eerste zorg voor je baby kan in het ziekenhuis, een geboortecentrum of thuis
- Elk kind in Vlaanderen heeft recht op een groeipakket, je kan deze al aanvragen tijdens de zwangerschap
- Start je zoektocht naar kinderopvang zodra je weet dat je zwanger bent

Kind & Gezin



fara.be, kindengezin.be, vroedvrouwen.be, groeipakket.be



Huizen van het kind

Wat is het?

Lokale samenwerkingsverbanden tussen organisaties die gezinnen ondersteunen met kinderopvang, gezondheidszorg, vrijetijdsaanbod, opvoedingsondersteuning en praktische hulp. Ze fungeren als laagdrempelig onthaal voor alle vragen rond kinderen en gezin.

Voor wie?

- ☒ Alle gezinnen met kinderen in de gemeente
- ☒ Ouders met vragen over kinderopvang, opvoeding of ontwikkeling
- ☒ Gezinnen die activiteiten zoeken voor hun kinderen
- ☒ Ouders die ondersteuning nodig hebben bij administratie of praktische zaken



Goed om te weten

- Huizen van het Kind organiseren informatiesessies, workshops en ontmoetingsactiviteiten voor ouders en hun kind(eren)
- De lokale loketten kinderopvang binnen Huizen van het Kind bieden hulp bij de zoektocht naar kinderopvang
- De organisatie en het aanbod van elk Huis van het Kind kan sterk verschillen
- In verschillende gemeenten zijn er luierbanken waar je ongebruikte luiers kan doneren

Huis van het Kind Pajottenland, Dilbeek, Ternat, Roosdaal



huizenvanhetkind.be



Kinderopvang

Wat is het?

Professionele opvang van baby's en peuters in kinderdagverblijven en bij onthaalouders. Of voor schoolkinderen in buitenschoolse opvang en vakantieactiviteiten.

Voor wie?

- ☒ Ouders die opvang nodig hebben voor hun kinderen
- ☒ Ouders die tijdelijke opvang nodig hebben
- ☒ Kinderen van 0 tot 12 jaar (afhankelijk van type opvang)

Goed om te weten

- Bij de opvang baby's en peuters is er keuze tussen opvang waar je betaalt naar inkomen of opvang waar iedere ouder dezelfde prijs betaalt.
- Is de prijs van opvang voor jou te zwaar? Ga in gesprek met jouw OCMW / Sociaal huis
- Wachtlijsten kunnen lang zijn, dus tijdig inschrijven voor kinderopvang via de lokale loketten
- Voor zieke kinderen zijn er speciale opvangdiensten beschikbaar via ziekenfondsen of gezinsbond
- Huizen van het Kind ondersteunen ouders bij het zoeken van passende opvang en activiteiten voor schoolgaande kinderen



Huis van het kind Dilbeek, Ternat, Roosdaal, Pajottenland, OCMW / Sociaal huis, Ziekenfondsen



huizenvanhetkind.be, opvang.vlaanderen.be, gezinsbond.be, opgroeien.be/kinderopvangzoeker



Opvoedingsondersteuning

Wat is het?

Begeleiding en advies voor ouders bij opvoedingsvragen, gedragsproblemen, ontwikkelingsuitdagingen en gezinsdynamiek. Dit omvat individuele gesprekken, groepsessies, informatiesessies en praktische tips door pedagogisch geschoolde hulpverleners.

Voor wie?

- ☒ Ouders met vragen over opvoeding en ontwikkeling van hun kinderen
- ☒ Ouders van kinderen met gedragsproblemen of ontwikkelingsuitdagingen
- ☒ Ouders die extra ondersteuning zoeken



Goed om te weten

- De Opvoedingslijn (opvoedingslijn.be) biedt telefonische ondersteuning voor alle opvoedingsvragen
- Kind en Gezin en het CLB kunnen jou ook toeleiden naar andere organisaties voor langdurige begeleiding
- CAW gezinsbegeleiding biedt persoonlijke ondersteuning aan jou en je gezin als jullie het moeilijk hebben
- VAPH biedt ondersteuning aan kinderen met een handicap en hun gezin
- CKG Sloebernest biedt thuisbegeleiding en oudercursussen vanaf de zwangerschap omtrent diverse opvoedingsvragen. Hun focus ligt op kinderen jonger dan 12 jaar.
- Focus ligt op versterken van ouders, niet op overnemen van opvoeding

CAW, CLB, Kind & Gezin, Huizen van het Kind, Sloebernest



caw.be, opvoedingslijn.be, kindengezin.be, ckg.be



Hulplijn 1712

Wat is het?

Professionele hulplijn voor vragen over geweld, misbruik en kindermishandeling. 1712 luistert. 1712 geeft advies. 1712 verwijst door.

Voor wie?

- ☒ Kinderen die slachtoffer zijn van mishandeling, verwaarlozing of seksueel misbruik
- ☒ Familie, buren of anderen die zich zorgen maken over een kind

Goed om te weten

- Het is anoniem en nummer verschijnt niet op je telefoonrekening
- Je kunt ook mailen of chatten met 1712
- Ben je echt in gevaar of heb je dringend hulp nodig neem contact op met het nummer 101



1712.be



JONGEREN

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



"Op school voelde ik me zo alleen en nutteloos. Bij de jongerenwerking leerde ik dat ik niet de enige was die zo worstelde."

"Ik wist niet welke richting ik moest kiezen na het middelbaar. De studiebegeleidster heeft me geholpen mijn talenten te ontdekken."

"Mijn eerste relatie was niet gezond, maar ik wist het niet. Nu ken ik de signalen wanneer het mis gaat in een relatie."

"Op kot gaan leek onbetaalbaar, maar er zijn meer steunmaatregelen dan ik dacht. Nu woon ik zelfstandig!"

Mijn vrienden rookten allemaal wiet en ik voelde de druk. De preventiewerker op school leerde me 'nee' zeggen."



1. Mentale gezondheid
2. Studie- en loopbaanbegeleiding
3. Relaties, seksualiteit en identiteit
4. Verslavingsproblematiek en middelengebruik
5. Wonen, budget en zelfstandig leven



JONGEREN

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
JAC (Jongerenonthaal van het CAW)	Helpt jongeren tussen 12-25 jaar met alle vragen: thuisproblemen, wonen, seks, geweld, drugs, pesten, rechten en plichten.	Je vindt de contactgegevens van het JAC terug op p. 3
OverKop	Inloophuis voor jongeren van 12 tot 25 jaar waar je terecht kan met alle vragen of zorgen, voor een babbel of ontspannende activiteiten.	 Frans van der Steenstraat 6, 1750 Lennik  lennik@overkophallevilvoorde.be  www.overkop.be
Jeugdhuizen	Lokale ontmoetingsplaatsen waar jongeren kunnen samenkomen, activiteiten organiseren en een eigen plek hebben (verschilt per gemeente).	Contacteer de jeugddienst van jouw gemeente: Jeugddienst Bever  054 51 70 89  Jeugd@gemeentebever.be Team Jongeren Dilbeek  02 451 69 40  jong@dilbeek.be Jeugddienst Lennik  02 531 02 33  jeugd@lennik.be Dienst jeugd Pajottegem  054 59 75 70  jeugd@pajottegem.be Jeugddienst Roosdaal  054 89 13 52  jeugd@roosdaal.be Jeugddienst Ternat  02 581 05 01  jeugd@ternat.be
CLB	Het centrum voor leerlingenbegeleiding (CLB) helpt gratis, onafhankelijk en in vertrouwen leerlingen, ouders en scholen in het basis- en secundair onderwijs bij leerproblemen, studiekeuze, psychische en sociale problemen, zoals pesterijen, problemen thuis en faalangst. Het volgt ook de gezondheid van de leerlingen op.	Verschillend per school, je vindt de contactgegevens terug op:  www.clb.be

Vervolg & interessante websites zie volgende pagina



Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
Eerstelijnspsychologen	Luisteren naar jouw vraag en bieden zelf een kortdurend traject aan (individueel of in groep) of zoeken samen met jou gepaste hulp als andere expertise en/of langdurige zorg nodig is.	Verspreid over de regio:  www.epzvlaamsbrabant.be



Interessante websites

- **Allesoverseks.be** - Hier vind je een antwoord op je vragen over liefde en seks.
- **Awel.be** - Anonieme hulplijn voor kinderen en jongeren tot 18 jaar met vragen.
- **Cybersquad.be** - Informatie en tips voor jongeren over veilig internetgebruik, cyberpesten, privacy en digitale vaardigheden.
- **Druglijn.be** - Beantwoordt vragen over alcohol, drugs, pillen en gokken.
- **Gezinenhandicap.be** - Ondersteuning en informatie voor gezinnen met een kind of familielid met een beperking, inclusief tips voor jongeren.
- **Lumi.be** - Een infolijn en opvang voor vragen over gender en seksuele voorkeur.
- **Noknok.be** - Een website waar jongeren van 12 -16 jaar tips, verhalen en oefeningen kunnen vinden om hun mentaal welzijn te verbeteren.
- **Onderwijskiezer.be** - Hulp bij het kiezen van de juiste studierichting en school.
- **Onlinepsyhulp-jongeren.be** - Online platform dat jongeren helpt bij het vinden van psychologische hulp.
- **OverKop.be** - Inloophuizen voor jongeren van 12-25 jaar waar je terecht kan met vragen, voor een babbel of ontspannende activiteiten.
- **Psychewijzer.be** - Online wegwijzer om psychologen, orthopedagogen en lokale hulpdiensten te vinden.
- **Rustbox.be** - Tool die rustbrengers voor kinderen, jongeren, cliënten en hun begeleiders samenbrengt.
- **Similes.be** - Steunt, adviseert, informeert en vertegenwoordigt familieleden en naasten van mensen met een psychische kwetsbaarheid.
- **StudentatWork.be** - Platform voor studenten om studentenjobs te vinden met informatie over arbeidsrecht en belastingen voor jongeren.
- **Teleblok.be** - Ondersteuning bij studiezorgen.
- **Zelfmoordlijn 1813** - Voor jongeren die aan zelfmoord denken of erover willen praten.
- **Tele-Onthaal.be** - Biedt gratis en anonieme ondersteuning door te bellen of te chatten met een vrijwilliger.
- **Tzitemzo.be** - Geeft informatie en advies over kinderrechten in het algemeen en over het Belgisch jeugdrecht.
- **VAPH.be/ondersteuning-voor-minderjarigen** - Ondersteuningsaanbod van het VAPH voor minderjarigen met een handicap.
- **WatWat.be** - is een informatie- en adviesplatform voor jongeren tussen 11 en 24 jaar uit Vlaanderen en Brussel.
- **1 Gezin 1 Plan** - Informatie over gezinscoaching en eerstelijnspsychologische hulp voor kinderen, jongeren en gezinnen in Halle-Vilvoorde.
- **1712.be** - Hulplijn voor voor elke vraag over elke vorm van geweld of misbruik. Niet alleen lichamelijk geweld. Ook psychisch (of emotioneel), financieel of seksueel geweld.

Mentale gezondheid

Wat is het?

Ondersteuning en hulp voor jongeren met psychische klachten zoals stress, angst, depressie, eenzaamheid, zelfmoordgedachten en identiteitsvragen. Dit omvat gesprekken met psychologen, online hulp en laagdrempelige inloophuizen waar jongeren terecht kunnen.

Voor wie?

- ☒ Jongeren die zich niet goed in hun vel voelen, eenzaam voelen
- ☒ Jongeren die problemen ervaren met relaties
- ☒ Jongeren met stress door school, examens of sociale druk
- ☒ Jongeren die worstelen met hun lichaamsbeeld



Goed om te weten

- Awel is bereikbaar voor alle jongeren tot 18 jaar, elk gesprek is anoniem
- De meeste hulp is mogelijk zonder dat ouders het weten
- JAC helpt vertrouwelijk jongeren tussen 12-25 jaar zonder ouderlijke toestemming
- OverKop is een plek waar je als jongere tussen 12 -25 jaar mag zijn met iets, niets of veel aan je hoofd, vrijblijvend is er ook een Eerstelijnspsycholoog aanwezig
- Similes is er voor naasten van mensen met psychische problemen

OverKop, JAC



overkop.be, caw.be/jac, awel.be, similes.be
onlinepsyhulp-jongeren.be, noknok.be, watwat.be



Studie- en loopbaanbegeleiding

Wat is het?

Ondersteuning bij het maken van studiekeuzes, het vinden van de juiste opleiding, hulp bij studieproblemen, loopbaanbegeleiding en ondersteuning bij de overgang van school naar werk. Dit omvat individuele gesprekken, testen en praktische begeleiding door studieadviseurs en loopbaancoaches.

Voor wie?

- ☒ Jongeren die twijfelen over hun studiekeuze of van richting willen veranderen
- ☒ Scholieren die hulp nodig hebben bij het kiezen van vervolgonderwijs
- ☒ Studenten met studieproblemen, concentratiemoeilijkheden of faalangst
- ☒ Jongeren die werk zoeken of niet weten welke richting ze uit willen
- ☒ Jongeren die schoolmoe zijn



Goed om te weten

- Onderwijskiezer.be biedt informatie over alle onderwijsvormen en scholen in Vlaanderen en Nederlandstalig onderwijs
- CLB op school helpt bij studieproblemen en studiekeuzes
- JAC biedt ook ondersteuning bij school-, studie- en werkgerelateerde vragen
- Student at Work navigeert moeiteloos door de praktische aspecten van een studentenjob
- VDAB maakt je wegwijs en legt uit hoe je het aanpakt om werk te vinden

CLB, JAC



onderwijskiezer.be, studentatwork.be, caw.be/jac
VDAB.be



Relaties, seksualiteit en identiteit

Wat is het?

Informatie, advies en ondersteuning voor jongeren over seksualiteit, relaties, identiteit, LGBTQ+ thema's, seksueel grensoverschrijdend gedrag en lichaamsbeeld. Dit omvat vertrouwelijke gesprekken, educatieve informatie en begeleiding bij vragen over seksuele en genderidentiteit.

Voor wie?

- ☒ Jongeren met vragen over seksualiteit, lichaam en relaties
- ☒ Tiensers die hun seksuele of genderidentiteit ontdekken
- ☒ Jongeren die slachtoffer zijn van seksueel geweld of misbruik
- ☒ Jongeren met relatieproblemen of liefdesproblemen



Goed om te weten

- OverKop is een veilige plek waar jongeren over alles kunnen praten zonder oordeel en brengen jongeren samen
- CAW biedt slachtofferhulp voor jongeren die geweld hebben meegemaakt
- Op allesoverseks.be vind je alle informatie over liefde en seks
- Bij ongeplande zwangerschap kan Fara vzw anoniem advies geven

JAC, OverKop



caw.be/jac, overkop.be, allesoverseks.be, 1712.be, fara.be



Verslavingsproblematiek en middelengebruik

Wat is het?

Hulp en begeleiding voor jongeren die problemen hebben met alcohol, drugs, gaming, gokken of andere verslavingen. Dit omvat informatie over veilig gebruik, ondersteuning bij het stoppen en behandeling van verslaving door gespecialiseerde hulpverleners.

Voor wie?

- ☒ Jongeren die experimenteren met alcohol of drugs en vragen hebben
- ☒ Tieners met problematisch game- of internetgebruik
- ☒ Jongeren die willen stoppen met gebruik van middelen
- ☒ Familie van jongeren met verslavingsproblemen



Goed om te weten

- De Druglijn biedt informatie en advies over drugs en verslaving
- Preventie-informatie is beschikbaar op school en via jeugdhuizen
- JAC biedt en vertrouwelijke hulp bij vragen over drugs en alcohol
- Bij het CLB kun je terecht met al jouw vragen, je kunt een CLB medewerker via jouw school contacteren of anoniem contact opnemen via de chat
- De Spiegel biedt hulp en behandeling bij alcohol-, drug- en andere verslavingsproblemen

JAC, OverKop, CLB, De Spiegel



caw.be/jac, overkop.be, druglijn.be, despiegel.org
alcoholhulp.be, gamechangers.be, clbchat.be



Wonen, budget en zelfstandig leven

Wat is het?

Praktische ondersteuning voor jongeren die zelfstandig willen gaan wonen of moeten leren omgaan met geld, administratie en huishouden. Dit omvat begeleiding bij het zoeken naar woonruimte, budgetbeheer, sociale uitkeringen en praktische vaardigheden voor zelfstandig leven.

Voor wie?

- ☒ Jongeren tussen 18-25 jaar die alleen willen gaan wonen
- ☒ Tieners die thuis niet meer kunnen blijven wonen
- ☒ Jongeren die hulp nodig hebben bij budgetbeheer en administratie
- ☒ Jonge volwassenen die praktische vaardigheden willen leren

Goed om te weten

- JAC biedt Begeleid Zelfstandig Wonen (BZW) voor jongeren van 18-25 jaar en helpt bij het zoeken naar woning, werk en het regelen van administratie
- OCMW/ Sociaal Huis kan financiële ondersteuning bieden aan jongeren die zelfstandig gaan wonen

JAC, CAW, OCMW/Sociaal Huis



caw.be/jac



60-plussers

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas

"Sinds mijn man overleed, zat ik alleen thuis. Bij de seniorenvereniging heb ik nieuwe vrienden gemaakt."

"Mijn pensioen was lager dan verwacht. Gelukkig kon ik bij de sociale dienst terecht voor extra steun en uitleg."

"Door mijn hartproblemen moet ik regelmatig naar de dokter. De zorgverlening aan huis is een grote meerwaarde."

"Na mijn val durfde ik niet meer alleen thuis te blijven. In het woonzorgcentrum voel ik me veilig en word ik goed verzorgd."

"Als mantelzorger kreeg ik ook ondersteuning. Het is fijn dat er aan ons gedacht wordt."



1. Woonzorgcentra, serviceflats en dagcentrum
2. Pensioen
3. Mantelzorg
4. Gezondheidszorg en welzijn voor ouderen
5. Sociale participatie en inclusie



60-plussers

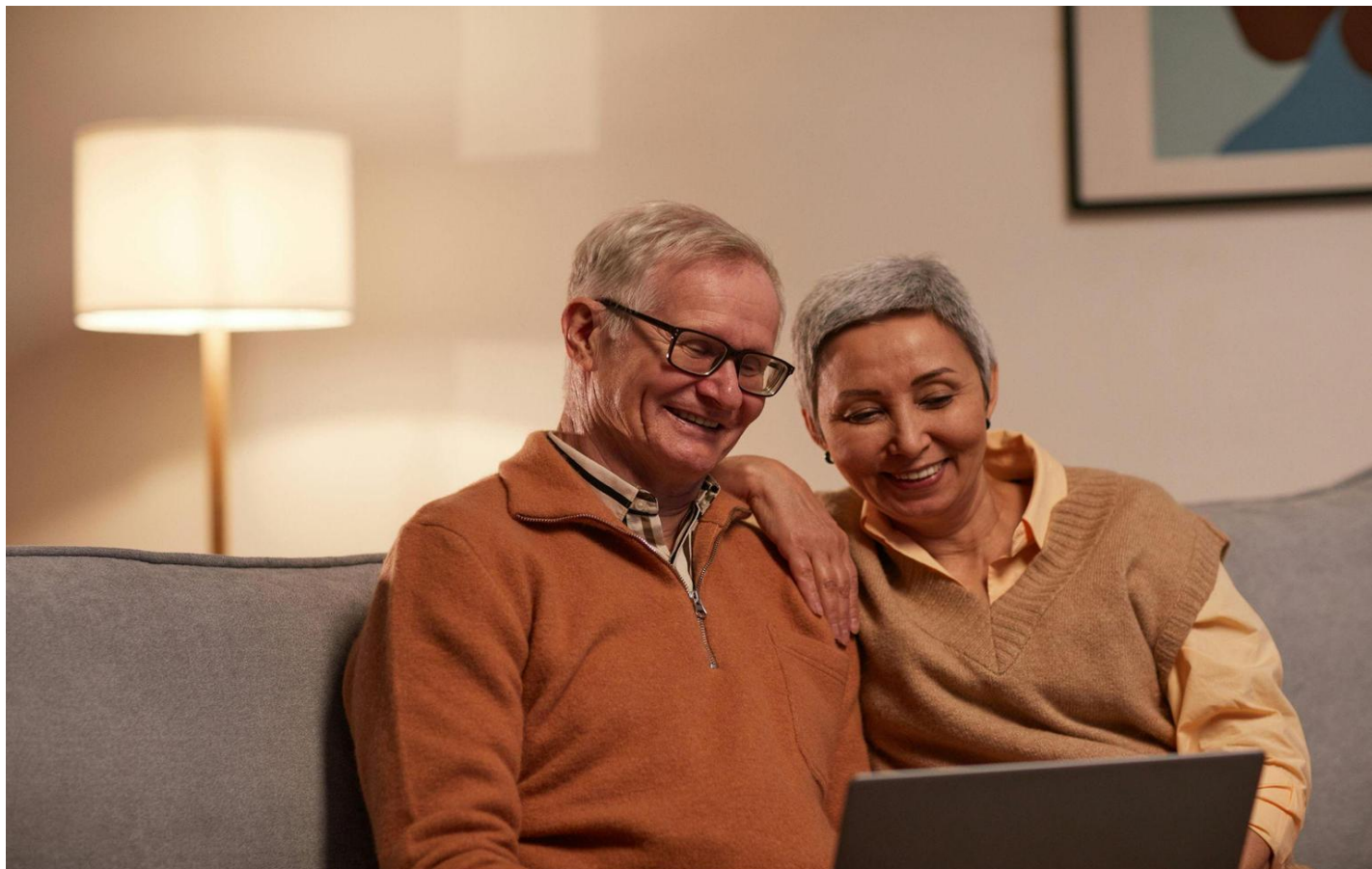
Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
OCMW / Sociale huizen	Helpt bij premies, zorg, wonen en financiën; verwijst door naar passende hulpdiensten.	Verschillend per OCMW / Sociaal huis, je vindt de contactgegevens terug op p. 3
CAW	Ondersteunt je bij emotionele, relationele en praktische problemen. Je kunt er terecht voor vertrouwelijke gesprekken, advies en begeleiding	Je vindt de contactgegevens van het CAW terug op p. 3
Dienst Maatschappelijk Werk / Ziekenfonds	Biedt ondersteuning bij zorg, geldzaken en praktische hulp; helpt met uitkeringen en geeft advies over je rechten.	Verschillend per ziekenfonds, je vindt de contactgegevens terug op p. 4
Huisartsen	Bieden medische zorg, begeleiden chronische klachten en verwijzen door naar specialisten of aanvullende hulp.	Vind een huisarts bij jou in de buurt via de sociale kaart: desocialekaart.be
Woonzorgcentra en serviceflats	Bieden je zorg en ondersteuning wanneer dat nodig is, terwijl je toch zoveel mogelijk zelfstandig kunt blijven wonen.	Raadpleeg de sociale kaart voor het aanbod aan centra bij jou in de buurt: desocialekaart.be/woonzorgcentra
Dienstencentra	Bieden je een plek voor ontmoeting, activiteiten en advies over zorg en welzijn.	Vind een lokaal dienstencentrum bij jou in de buurt via de sociale kaart: desocialekaart.be
Seniorenverenigingen	Lokale verenigingen die activiteiten, uitstappen en sociale contacten organiseren.	De initiatieven verschillen per gemeente. Neem contact op met je lokaal bestuur. Hun gegevens vind je op p. 3

Interessante websites zie volgende pagina



60-plussers



Interessante websites

- **BOV (Bewegen op Verwijzing)** - Beweegprogramma voor ouderen op medische aanrading.
- **Dementie.be** - Expertisecentrum met informatie, ondersteuning en advies voor personen met dementie en hun familie.
- **Departementzorg.be/nl/centrum-voor-dagopvang** - Uitleg over wat dagopvang is, voor wie het bedoeld is, en hoe je er gebruik van kunt maken.
- **Departementzorg.be/nl/diensten-voor-gezinszorg** - Uitleg over gezinszorg aan huis en hoe je die kunt aanvragen.
- **Desocialekaart.be** - Online wegwijzer naar hulp- en zorgverleners in jouw buurt.
- **Handicap.belgium.be** - Informatie over rechten, premies en ondersteuning voor personen met een handicap.
- **Lokaal dienstencentrum departement zorg** - Informatie over wat een lokaal dienstencentrum is, waarvoor je er terecht kunt, en hoe je je kunt aanmelden.
- **Sfpd.fgov.be** - Officiële site voor pensioenen, uitkeringen en sociale zekerheid voor senioren.
- **Vlaamse Aanpassingspremie** - Premies om je woning aan te passen aan de noden van ouderen (rolstoeltoegankelijkheid, badkamer, etc.).

Wat is het?

Verschillende woonvormen en zorgmogelijkheden voor ouderen die ondersteuning nodig hebben bij het dagelijks leven. Dit omvat woonzorgcentra voor intensieve zorg, assistentiewoningen voor zelfstandig wonen met service, dagcentra voor dagopvang en thuiszorg voor ondersteuning thuis door professionele zorgverleners.

Voor wie?

- ☒ Ouderen die niet meer zelfstandig thuis kunnen wonen
- ☒ Senioren die dagstructuur en sociale contacten zoeken
- ☒ Personen die tijdelijke zorg nodig hebben na ziekte of operatie
- ☒ Familie die ondersteuning zoekt voor hun oudere familieleden



Goed om te weten

- Wachtlijsten voor woonzorgcentra kunnen lang zijn, dus tijdig informeren en inschrijven
- Assistentiewoningen bieden zelfstandig wonen met toegang tot zorgdiensten wanneer nodig
- Weet dat er in regio Pajottenland verschillende centra voor dagopvang zijn waar je terecht kunt voor zorg en begeleiding overdag
- Lokale dienstencentra zijn laagdrempelige ontmoetingsplekken waar de nadruk ligt op sociaal contact en activiteiten
- Financiële tegemoetkomingen mogelijk via Vlaamse Sociale Bescherming en ziekenfondsen

OCMW / Sociale huizen



departementzorg.be,
desocialekaart.be/woonzorgcentra



Pensioen

Wat is het?

Informatie en ondersteuning rond pensioenen, aanvullende uitkeringen, sociale voordelen en financiële rechten voor gepensioneerden. Dit omvat hulp bij pensioenberekening, aanvragen van uitkeringen en advies over financiële planning na pensionering.

Voor wie?

- ☒ Personen die met pensioen gaan of al gepensioneerd zijn
- ☒ Senioren met vragen over hun pensioenrechten
- ☒ Ouderen die aanvullende financiële ondersteuning nodig hebben
- ☒ Personen die hulp nodig hebben bij administratie rond pensioenen



Goed om te weten

- SFPD (Federale Pensioendienst) is het officiële aanspreekpunt voor alle pensioenvragen
- Je kunt online je pensioen berekenen en aanvragen via de officiële websites zoals mypension.be en sfpd.fgov.be
- Voor personen met een laag of geen recht op pensioen kunnen mogelijks het recht openen op een inkomensgarantie-uitkering voor ouderen (IGO)
- Bevrraag bij je ziekenfonds jouw voordelen

OCMW/Sociaal Huis, Ziekenfondsen,
Pensioendienst



sfpd.fgov.be





Mantelzorg

Wat is het?

Ondersteuning voor personen die zorgen voor een zieke, oudere of gehandicapte partner, familielid of vriend. Dit omvat praktische hulp, emotionele ondersteuning, respijtzorg en informatie over rechten en mogelijkheden voor mantelzorgers.

Voor wie?

- ☒ Partners die zorgen voor hun zieke of gehandicapte echtgenoot/echtgenote
- ☒ Volwassen kinderen die zorgen voor hun oudere ouders
- ☒ Familie en vrienden die langdurige zorg verlenen
- ☒ Mantelzorgers die ondersteuning nodig hebben voor zichzelf



Goed om te weten

- Vlaamse Sociale Bescherming biedt zorgbudgetten die mantelzorgers kunnen ondersteunen
- Mantelzorgers hebben recht op verlof en sociale bescherming, informeer bij je werkgever
- Mantelzorgers kunnen ontlast worden door gezins- en/of thuiszorg
- CAW biedt begeleiding en steun aan mantelzorgers die het moeilijk hebben
- Lokale Dienstencentra organiseren vaak mantelzorggroepen voor lotgenotencontact

Thuiszorgdiensten, CAW, Lokale Dienstencentra



mantelzorgers.be, caw.be, vlaanderen.be/vlaamse-sociale-bescherming



Gezondheidszorg en welzijn voor ouderen

Wat is het?

Gespecialiseerde gezondheidszorg en welzijnsdiensten voor ouderen, inclusief geriatrie zorg, thuiszorg, hulpmiddelen, woningaanpassingen en preventieve zorg. Dit omvat zowel medische als praktische ondersteuning om langer zelfstandig thuis te kunnen wonen.

Voor wie?

- ☒ Ouderen met chronische aandoeningen
- ☒ Senioren die hulpmiddelen nodig hebben voor dagelijks functioneren
- ☒ Personen die hun woning willen aanpassen voor veilig ouder worden
- ☒ Ouderen die moeite hebben met verplaatsingen

Goed om te weten

- SPPit plus via CAW biedt mobiele zorg voor ouderen in kwetsbare situaties thuis
- Parkeerkaarten voor personen met handicap kunnen aangevraagd worden via jouw OCMW / Sociaal huis of Ziekenfonds (dit verschilt per gemeente)
- Zorgbudgetten via Vlaamse Sociale Bescherming kunnen thuiszorg financieel toegankelijker maken
- Vlaamse Aanpassingspremie helpt bij het aanpassen van woningen voor ouderen
- BOV (Bewegen op Verwijzing) helpt ouderen om veilig te blijven bewegen

CAW (SPPit plus), OCMW / Sociaal huis, Ziekenfondsen



vlaanderen.be/aanpassingspremie, handicap.belgium.be, gezondleven.be



✦ Wat is het?

Activiteiten, ontmoetingsmogelijkheden en diensten die ouderen helpen om sociaal verbonden te blijven en betekenisvol deel te nemen aan de samenleving. Dit omvat verenigingen, vrijwilligerswerk, culturele activiteiten en digitale ondersteuning.

👤 Voor wie?

- ☑ Ouderen die sociale contacten zoeken en eenzaamheid willen vermijden
- ☑ Senioren die nieuwe hobby's of activiteiten willen ontdekken
- ☑ Ouderen die zich nuttig willen maken door vrijwilligerswerk
- ☑ Ouderen die hulp nodig hebben met digitale vaardigheden



Goed om te weten

- Ouderenverenigingen per gemeente organiseren uitstappen, activiteiten en sociale contacten
- Seniorenraden per gemeente laten ouderen meedenken over beleid en kunnen advies geven
- Er is per gemeente aanbod in digitale ondersteuning en cursussen voor smartphone en computer
- Buurtrestaurants in lokale dienstencentra bieden gezellig samen eten en sociale contacten

Lokale dienstencentra per gemeente
OCMW / Sociale huizen, Seniorenbonden



departementzorg.be



WERKEN

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



"Als 50-plusser dacht ik dat het te laat was voor een carrièreswitch. De begeleiding bewees het tegendeel."

"Na 6 maanden werkloosheid wist ik niet meer hoe ik moest solliciteren. De jobcoach hielp me mijn cv bij te werken."

"Tijdens mijn werkloosheid deed ik vrijwilligerswerk. Zo bleef ik actief en leerde ik nieuwe mensen kennen."

"Na mijn studies vond ik nergens werk. Het jongerentraject gaf me de praktijkervaring die werkgevers zoeken."

"In de sociale onderneming werk ik in mijn eigen tempo. Het is fijn om ergens te werken waar je begrepen wordt."



1. Hulp bij het zoeken naar werk
2. Tijdelijke job
3. Werken in een sociale onderneming
4. Hulp voor jongeren die willen werken
5. Leren en groeien in je job



WERKEN

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
VDAB Werkwinkel Asse	Biedt begeleiding bij het zoeken naar werk, opleiding en carrièreadvies voor werkzoekenden en werkgevers in de regio Halle-Vilvoorde.	 Neerstraat 3, 1730 Asse  0800 30 700  www.vdab.be
VDAB Werkwinkel Halle	Biedt begeleiding bij het zoeken naar werk, opleiding en carrièreadvies voor werkzoekenden en werkgevers in de regio Halle-Vilvoorde.	 Bergensesteenweg 432, 1500 Halle  0800 30 700  www.vdab.be
CAW	Helpt mensen bij werk- en welzijnsgerelateerde vragen, inclusief de ondersteuning bij drempels die ervaren worden in de zoektocht naar een job, omgaan met werkstress, ...	Je vindt de contactgegevens van het CAW terug op p. 3
JAC (Jongerenonthaal van het CAW)	Helpt je met al je vragen rond werk en welzijn. Dat kan gaan van ondersteuning bij je zoektocht naar een job en het aanpakken van drempels die je daarbij ervaart, tot omgaan met werkstress en alles wat daarbij komt kijken.	Je vindt de contactgegevens van het JAC terug op p. 3

Interessante websites



- **Doeners.be** - Zoektool voor maatwerkbedrijven in de regio
- **Groep INTRO** - Organisatie die werkzoekenden, werknemers en werkgevers ondersteunt bij inclusieve tewerkstelling en persoonlijke groei.
- **Loopbaancheques** - Financiële ondersteuning voor werkenden voor loopbaanbegeleiding
- **Student at Work** - Platform specifiek voor studenten om studentenjobs te vinden met informatie over arbeidsrecht en belastingen.
- **VDAB** - Vlaamse Dienst voor Arbeidsbemiddeling en Beroepsopleiding die gratis jobbegeleiding, opleidingen en carrièreadvies aanbiedt.
- **Vlaanderen Tewerkstelling** - Officiële Vlaamse overheidsinformatie over werkgelegenheidsmaatregelen, loonkostenverlagingen en tewerkstellingssteun.
- **Werk.belgie.be** - Federale overheidsinformatie over werkgelegenheidsbeleid, arbeidsrecht en tewerkstellingsmaatregelen in België.

Hulp bij het zoeken naar werk

✚ Wat is het?

Professionele begeleiding en ondersteuning voor werkzoekenden bij het vinden van een passende job. Dit omvat jobbemiddeling, sollicitatietraining, CV-opmaak, loopbaanbegeleiding en matching tussen werkzoekenden en werkgevers door gespecialiseerde organisaties.

👤 Voor wie?

- ☒ Werklozen die actief op zoek zijn naar werk
- ☒ Personen die van job willen veranderen
- ☒ Personen die terugkeren naar de arbeidsmarkt na een pauze
- ☒ Werkzoekenden die hun sollicitatievaardigheden willen verbeteren



Goed om te weten

- VDAB Werkwinkel bieden gratis jobbegeleiding, sollicitatietraining en toegang tot vacatures. VDAB biedt ook online tools voor een job zoeken met persoonlijke job suggesties
- Groep INTRO ondersteunt werkzoekenden met een afstand tot de arbeidsmarkt via coaching en begeleiding
- De meeste begeleiding is gratis en zonder verplichtingen
- Het is een voorwaarde om je in te schrijven als werkzoekende bij de VDAB voor begeleiding en recht op uitkering

VDAB Werkwinkel Halle en Asse



vdab.be , groepintro.be , caw.be



Tijdelijke job

✚ Wat is het?

Tijdelijke tewerkstelling via uitzendbureaus, interim-opdrachten, seizoenarbeid en kortdurende contracten. Dit biedt flexibiliteit voor werknemers en werkgevers, en kan een opstap zijn naar vaste tewerkstelling.

👤 Voor wie?

- ☒ Studenten die een studentenjob zoeken
- ☒ Personen die flexibel willen werken
- ☒ Personen die werkervaring willen opdoen in verschillende sectoren
- ☒ Werkzoekenden die snel aan de slag willen



Goed om te weten

- Uitzendbureaus bieden tijdelijke jobs in verschillende sectoren
- VDAB heeft ook een aanbod van tijdelijke jobs en interim-opdrachten
- Studenten kunnen onder gunstige voorwaarden werken
- Let op je rechten: ook als uitzendkracht heb je recht op eerlijke verloning en veilige arbeidsomstandigheden

VDAB



studentatwork.be , vdab.be



Wat is het?

Tewerkstelling in maatwerkbedrijven en sociale ondernemingen die personen met een afstand tot de reguliere arbeidsmarkt ondersteunen. Deze organisaties combineren economische activiteit met sociale doelstellingen en bieden begeleide tewerkstelling.

Voor wie?

- ☒ Personen met een beperking die werk zoeken
- ☒ Personen die langdurig werkloos zijn
- ☒ Personen die extra ondersteuning nodig hebben op de werkvloer
- ☒ Werkzoekenden die moeilijk een job vinden in het reguliere circuit



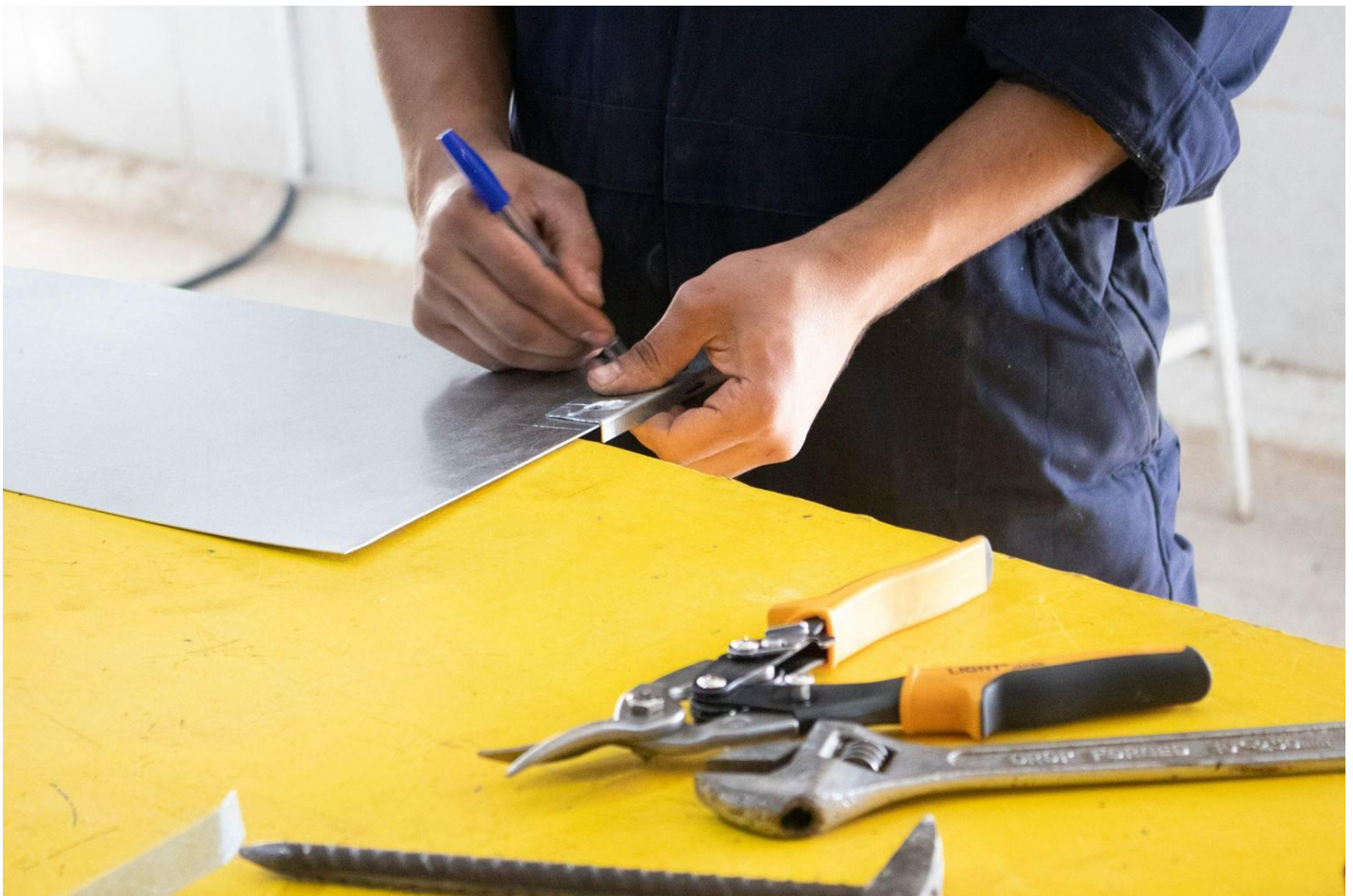
Goed om te weten

- Groep INTRO heeft verschillende werkvloeren die fungeren als opstap naar reguliere tewerkstelling
- Sociale ondernemingen bieden vaak meer begeleiding en aangepaste werkomstandigheden
- Je behoudt meestal je uitkeringen gedurende een aanpassingsperiode
- Deze jobs kunnen een tijdelijke opstap zijn of permanente tewerkstelling
- C.A.P.R. biedt arbeidszorg en psychosociale revalidatie voor personen die ondersteuning nodig hebben en kan je bereiken via [Netwerkwonen Plus](#)
- Een ticket maatwerk is een voorwaarde om aan de slag te kunnen in een maatwerkbedrijf, meer info bij de VDAB
- Op [doeners.be](#) vind je alle maatwerkbedrijven in Vlaanderen terug

Groep INTRO



[groepintro.be](#), [netwerkwonenplus.be](#),
[doeners.be](#), [vdab.be](#)



Hulp voor jongeren die willen werken

Wat is het?

Specifieke ondersteuning voor jongeren bij de overgang van school naar werk, inclusief stages, leerwerktrajecten, duaal leren en begeleiding bij eerste werkervaring. Dit omvat ook ondersteuning bij het combineren van werk en studie.

Voor wie?

- ☒ Jongeren die van school naar werk willen overstappen
- ☒ Studenten die werk en studie willen combineren
- ☒ Jongeren zonder diploma die toch willen werken
- ☒ Jonge werkzoekenden die extra begeleiding nodig hebben



Goed om te weten

- Student at Work biedt specifieke informatie over studentenjobs, arbeidsrecht en belastingen voor jongeren
- VDAB heeft speciale programma's voor jongeren onder 25 jaar met intensievere begeleiding
- Duaal leren combineert werken en leren in een echte werkomgeving
- Jongeren hebben recht op startbaanovereenkomsten in bepaalde sectoren

Student at Work, VDAB, JAC



studentatwork.be, vdab.be, caw.be/jac



Leren en groeien in je job

Wat is het?

Ondersteuning voor werkenden die zich willen bijscholen, van job willen veranderen of carrière willen maken. Dit omvat opleidingen, competentieontwikkeling, loopbaanbegeleiding en ondersteuning bij werkgerelateerde problemen.

Voor wie?

- ☒ Werknemers die zich willen bijscholen
- ☒ Personen die carrière willen maken of van functie willen veranderen
- ☒ Personen die problemen hebben op het werk (stress, conflicten)
- ☒ Werkenden die hun vaardigheden willen uitbreiden

Goed om te weten

- VDAB biedt opleidingen voor werkenden aan via loopbaancheques en bedrijfsopleidingen, afhankelijk van je situatie kunnen deze gratis zijn
- Je hebt recht op 5 dagen educatief verlof per jaar voor opleiding
- Als je meer voldoening in jouw werk zoekt, je aan een nieuwe carrièrestap toe bent of als je andere vragen hebt over je loopbaan kun je loopbaanbegeleiding overwegen. Via loopbaancheques betaal je zelf een klein deel van jouw loopbaanbegeleiding
- Veel sectoren hebben eigen opleidingscentra en certificering (bv. SYNTRA)
- CAW helpt bij werkstress, conflicten op het werk en burn-out preventie

VDAB, CAW, SYNTRA, CVO



vdab.be, caw.be,
vlaanderen.be/loopbaanbegeleiding



MOBILITEIT

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



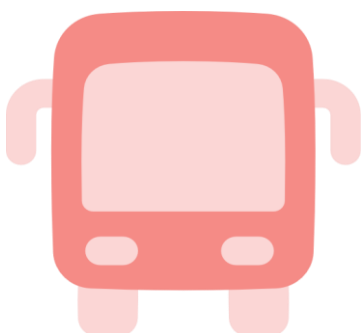
"Met mijn rolstoel is het openbaar vervoer niet altijd toegankelijk. Het aangepaste vervoer geeft me mijn vrijheid terug."

"Als senior krijg ik korting op trein en bus. Zo kan ik nog regelmatig mijn familie bezoeken zonder financiële zorgen."

"Zonder auto was het moeilijk om naar mijn werk te geraken. Gelukkig rijdt er een bus die perfect uitkomt bij mijn werkplek."

"Door mijn lage inkomen kon ik geen auto onderhouden. Het sociaal tarief voor het openbaar vervoer is een uitkomst."

"Sinds mijn heupoperatie kan ik niet meer zelf rijden. De Minder Mobielen Centrale brengt me naar de dokter en voor boodschappen."



1. Openbaar vervoer
2. Vervoer voor personen die moeilijk verplaatsen (Mobitwin)
3. Betaalbaar vervoer
4. Info over vervoer bij jou in de buurt



MOBILITEIT

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
OCMW / Sociaal Huis	Er is een samenwerking met Mobitwin: Vervoersdienst door vrijwilligers voor wie moeilijk mobiel is door leeftijd, ziekte of beperking. Gebruik is mogelijk tot een bepaald inkomensplafond.	Verschillend per OCMW/Sociaal huis, je vindt de contactgegevens terug op p.3
Ziekenfondsen	Vrijwilligersvervoer: sommige ziekenfondsen bieden vervoer aan via vrijwilligers. MUTAS: intermutualistische organisatie die niet-dringend ziekenvervoer voor medische doeleinden verzorgt tegen vaste tarieven.	Verschillend per ziekenfonds je vindt de contactgegevens terug op p.4  www.mutas.be
Dienst Aangepast Vervoer (DAV)	Vervoert inwoners van regio Halle-Vilvoorde met ernstige mobiliteitsbeperkingen die vanwege hun rolstoel geen gebruik kunnen maken van openbaar vervoer.	 02 270 94 36  info@dav-grimbergen.net
Mobiliteitscentrale aangepast vervoer Vlaams-Brabant	Regelt aangepast vervoer voor rolstoelgebruikers en geeft advies over aangepast vervoer.	 0800 26 990  mobiliteitscentrale@vlaamsbrabant.be

Interessante websites

- **De Lijn** - Volledige informatie over bus- en tramverbindingen, dienstregeling en tarieven in Vlaanderen.
- **Mobitwin.be** - Platform voor gedeelde mobiliteit en alternatieve vervoersoplossingen in België.
- **Mutas.be** - Niet-dringend ziekenvervoer met vaste tarieven voor medische verplaatsingen.
- **Departementzorg.be/nl/niet-dringend-patientenvervoer** - Informatie over medisch vervoer en tegemoetkomingen voor zorgverplaatsingen.



Openbaar vervoer

Wat is het?

Bus-, tram- en treinverbindingen voor dagelijkse verplaatsingen. Inclusief speciale diensten zoals belbus en taxibus voor minder bereikbare gebieden, en aangepaste diensten voor personen met een beperking.

Voor wie?

- ☒ Alle inwoners die gebruik willen maken van openbaar vervoer
- ☒ Senioren die hun auto willen laten staan
- ☒ Personen zonder eigen vervoer
- ☒ Personen met een beperking die aangepast vervoer nodig hebben



Goed om te weten

- 65-plussers krijgen korting op abonnementen
- Speciale tarieven voor personen met een handicap
- Realtime reisinformatie via app en website
- De Lijn heeft verschillende soorten kortingen; gezinnen met meerdere kinderen, personen die leefloon ontvangen, personen die recht hebben op een verhoogde tegemoetkoming, personen met een beperking, ...



delijn.be, belgiantrain.be, help.delijn.be



Vervoer voor personen die moeilijk verplaatsen

Wat is het?

Gespecialiseerde vervoersdiensten voor personen die door fysieke beperkingen, leeftijd of andere redenen moeilijk gebruik kunnen maken van regulier openbaar vervoer. Inclusief medisch vervoer en begeleide verplaatsingen.

Voor wie?

- ☒ Senioren met mobiliteitsproblemen
- ☒ Personen met een handicap
- ☒ Personen die medisch vervoer nodig hebben
- ☒ Personen die begeleiding nodig hebben bij verplaatsingen



Goed om te weten

- Vervoer moet meestal vooraf aangevraagd worden
- Mogelijk recht op terugbetaling via ziekenfonds
- Verschillende types: zittend vervoer, liggend vervoer, rolstoel vervoer, met begeleiding
- Parkeerkaart voor personen met handicap verkrijgbaar

OCMW / Sociaal Huis, Ziekenfondsen



handicap.belgium.be/parkeerkaart



Betaalbaar vervoer

Wat is het?

Financiële ondersteuning en voordelige tarieven voor vervoer, inclusief kortingen op openbaar vervoer, gratis ritten, en tegemoetkomingen voor personen met een laag inkomen of specifieke situaties.

Voor wie?

- ☒ 65-plussers met recht op kortingstarief
- ☒ Personen met een beperking
- ☒ Personen met een laag inkomen



Goed om te weten

- Bij verschillende vervoersmaatschappijen bestaan er kortingen voor 65-plussers
- Personen met handicap krijgen vaak korting
- Mogelijk recht op vervoersvergoeding via OCMW/ Sociaal Huis
- Groepstarieven beschikbaar voor verenigingen
- Sommige gemeenten komen gedeeltelijk tussen in jouw vervoersabonnement

OCMW/Sociaal Huis, Ziekenfondsen



delijn.be, vlaanderen.be/tegemoetkomingen



Info over vervoer bij jou in de buurt

Wat is het?

Lokale informatie over alle vervoersmogelijkheden in je gemeente en regio, inclusief gemeentelijke initiatieven, buurtvervoer, en specifieke diensten die dicht bij huis beschikbaar zijn.

Voor wie?

- ☒ Alle inwoners die willen weten welk vervoer beschikbaar is
- ☒ Senioren die lokale diensten zoeken
- ☒ Personen die alternatieven zoeken voor de auto
- ☒ Personen die nieuwe vervoersopties willen ontdekken

Goed om te weten

- Elke gemeente heeft vaak eigen vervoersinitiatieven
- Buurtvervoer en vrijwilligersvervoer beschikbaar in veel gemeenten / ziekenfondsen
- Deelmobiliteit (deelfietsen, deelauto's) groeit in populariteit, kijk op [waytogo](http://waytogo.be)
- Gemeentelijke websites hebben actuele vervoersinformatie

OCMW / Sociaal Huis, Ziekenfondsen



mobitwin.be, waytogo.be



JUSTITIE EN RECHTSHULP

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas

“

"Bij mijn echtscheiding had ik geen geld voor een advocaat. Gelukkig kon ik gratis juridisch advies krijgen."

"Door mijn schulden dreigde beslag op mijn huis. De schuldbemiddeling legde me uit welke rechten ik nog had."

"Ik wist niet dat ik als huurder zoveel rechten had. Nu durf ik op te komen tegen oneerlijke praktijken."

"Mijn verhuurder wilde mijn waarborg niet terugbetalen. De huurdersbond hielp me mijn rechten te verdedigen."

"Voor het vredegerecht was ik zo nerveus. Gelukkig kon ik vooraf uitleg krijgen over hoe zo'n zitting verloopt."



1. Gratis juridisch advies en pro deo advocaat
2. Vredegerecht, familierechtbank, arbeidsrechtbank
3. Huurgeschillen en huurdersbond
4. Rechten bij schulden
5. Veiligheid en bescherming



JUSTITIE EN RECHTSHULP

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
OCMW / Sociaal Huis- Juridisch adviseur	Biedt gratis juridische informatie en advies over verschillende rechtsvragen. Je krijgt heldere uitleg over je juridische rechten en plichten, maar de adviseur treedt niet op als jouw advocaat.	Verschillend per OCMW/Sociaal huis, je vindt de contactgegevens terug op p. 3
CAW	Hulpverlening bij juridische problemen: Scheidingsbemiddeling, slachtofferhulp, juridisch consult, ... We leiden toe naar meer juridisch gespecialiseerde hulp wanneer nodig.	Je vindt de contactgegevens van het CAW terug op p. 3
JAC (Jongerenonthaal van het CAW)	Helpt je met het uitpluizen van je rechten en plichten. En leidt wanneer nodig toe naar meer gespecialiseerde hulp.	Je vindt de contactgegevens van het JAC terug op p. 3
Vredegerecht	Behandelt kleine geschillen, huurgeschillen, en biedt gerechtelijke bemiddeling aan waarbij een neutrale bemiddelaar helpt om tot een oplossing te komen.	Vredegerecht Lennik  Alfred Algoetstraat 31, 1750 Lennik  02 532 42 24 Vredegerecht Asse  Neerstraat 11, 1730 Asse  02 682 04 14

Interessante websites



- **1712.be** - Hulplijn voor voor elke vraag over elke vorm van geweld of misbruik. Niet alleen lichamelijk geweld. Ook psychisch (of emotioneel), of seksueel geweld.
- **Advocaat.be** - Officiële website om advocaten te zoeken per rechtsgebied en regio, met praktische informatie over juridische procedures.
- **Balie Brussel - Juridische bijstand** - Informatie over gratis rechtsbijstand en pro deo advocaten voor personen met beperkte financiële middelen.
- **Dyzo.be** - Hulp en advies voor ondernemers in moeilijkheden
- **Haviland.be/burenbemiddeling** - Bemiddelingsdienst voor conflicten tussen burens en medebewoners.
- **Helderrecht.be** - Juridische informatie uitgelegd in begrijpelijke taal.
- **Huurvragen.be** - Alle informatie over huren in Vlaanderen en handige modeldocumenten.
- **Justitie.belgium.be** - Officiële website met alle informatie over het Belgische rechtssysteem, procedures en je rechten.
- **Ombudsman.be** - Verwijst je door naar de juiste ombudsman die jou kan helpen bij jouw probleem.



Wat is het?

Juridische hulp en advies voor personen die geen advocaat kunnen betalen, inclusief toekenning van een pro deo advocaat die door de staat wordt betaald. Ook eerstelijns hulp via telefoon en lokale juridische zittingen.

Voor wie?

- ☒ Personen met een laag inkomen die juridische hulp nodig hebben
- ☒ Personen die geen advocaat kunnen betalen
- ☒ Inwoners met juridische vragen die eerste informatie zoeken
- ☒ Personen die doorverwijzing naar gespecialiseerde rechtshulp nodig hebben



Goed om te weten

- Juridisch advies is voor iedereen, los van je inkomen, altijd gratis
- Pro deo advocaat wordt toegekend op basis van inkomen
- De Commissie voor Juridische Bijstand (CJB) organiseert gratis eerstelijnsbijstand op vaste zittingen in de vrederechten van Lennik en Asse
- Lokale OCMW's organiseren regelmatig juridische zittingen
- Van maandag tot en met vrijdag kan je voor een eerste juridisch advies ook terecht bij Telebalie, bereikbaar op het nummer 02 511 50 45
- Telefoonnummer 1712 biedt eerstelijns hulp bij vragen over elke vorm van geweld of misbruik.

Bureau Juridische Bijstand, OCMW/ Sociaal Huis



baliebrussel.be, 1712.be



Wat is het?

Verskillende rechtbanken die specifieke geschillen behandelen: vrederecht voor kleine geschillen tot €5.000, familierechtbank voor echtscheidingen en voogdij, arbeidsrechtbank voor werkgerelateerde conflicten. Elk heeft eigen procedures en bevoegdheden.

Voor wie?

- ✓ Personen met kleine financiële geschillen of burencconflicten
- ✓ Koppels die willen scheiden of problemen hebben rond kinderen
- ✓ Werknemers met conflicten over loon, ontslag of arbeidsomstandigheden
- ✓ Personen die officiële bemiddeling zoeken voor hun geschil



Goed om te weten

- De familierechtbank behandelt zaken rond familie- en gezinsrelaties
- Arbeidsrechtbank is gespecialiseerd in werk- en sociale zekerheidskwesties en collectieve schuldenregeling
- Bemiddeling is vaak mogelijk voordat je naar de rechter gaat
- Elke rechtbank heeft eigen procedures en termijnen
- De voertaal bij de rechter is Nederlands. Begrijp je het niet goed, dan mag je een tolk of vertaler meenemen

Vrederecht Halle, Vrederecht Lennik
Familierechtbank, Arbeidsrechtbank



justitie.belgium.be



Huurgeschillen en huurdersbond

Wat is het?

Hulp bij conflicten tussen huurders en verhuurders over huurprijs, herstellingen, opzegging, waarborg of woningkwaliteit. Inclusief juridisch advies en bemiddeling.

Voor wie?

- ✓ Huurders met problemen over huurprijs of huurverhoging
- ✓ Personen met geschillen over herstellingen of onderhoud
- ✓ Huurders die problemen hebben met hun waarborg
- ✓ Personen die onterecht opgezegd worden of opzeggen

Goed om te weten

- Huurwaarborg moet op geblokkeerde rekening geplaatst worden
- Verhuurder mag niet zomaar de huur verhogen
- Beide partijen hebben rechten en plichten die wettelijk vastgelegd zijn
- Huurdersbond biedt juridisch advies en bijstand aan leden, vraag na bij je lokale bestuur of zij een lidmaatschap hebben
- Vrederecht is bevoegd voor de meeste huurgeschillen
- Bij problemen met een woonmaatschappij volg je eerst de interne klachtenprocedure. Daarna kun je eventueel de ombudsman inschakelen
- Vraag na bij jouw OCMW / Sociaal Huis of zij een woonconsulent in huis hebben

Huurdersbond, Vrederecht, CAW



huurdersbond.be, huurvragen.be, caw.be, vlaanderen.be





Rechten bij schulden

Wat is het?

Juridische hulp en bescherming bij schuldenproblematiek, inclusief collectieve schuldenregeling, bescherming tegen beslaglegging, en begeleiding bij onderhandelingen met schuldeisers. Ook preventie en budgetbeheer.

Voor wie?

- ☒ Personen met schulden die hulp nodig hebben
- ☒ Personen die dreigen beslag te krijgen op hun bezittingen
- ☒ Personen die een schuldenregeling willen aangaan
- ☒ Gezinnen die hun financiën beter willen beheren



Goed om te weten

- Je hebt recht op een bestaansminimum, ook bij schulden
- Bij het OCMW / Sociaal huis en CAW kun je terecht voor budgetbegeleiding, budgetbeheer en schuldbemiddeling
- Collectieve schuldenregeling kan via het OCMW / Sociaal Huis
- Op bepaalde inkomsten of bezittingen mag geen beslag gelegd worden
- Vroeg hulp zoeken voorkomt vaak ergere problemen
- Schuldbemiddeling is gratis via erkende diensten
- Dyzo biedt schuldhulpverlening voor zelfstandigen aan

OCMW/Sociaal Huis, CAW



caw.be, dyzo.be



Veiligheid en bescherming

Wat is het?

Juridische bescherming en hulp bij situaties van geweld, bedreiging, stalking of andere vormen van onveiligheid. Inclusief beschermingsbevelen, noodopvang, en begeleiding tijdens gerechtelijke procedures.

Voor wie?

- ☒ Slachtoffers van huiselijk geweld of partnergeweld
- ☒ Personen die bedreigd of gestalkt worden
- ☒ Ouderen die mishandeld of uitgebuit worden
- ☒ Personen die zich onveilig voelen en bescherming zoeken



Goed om te weten

- Noodopvang is beschikbaar via verschillende organisaties
- Politie kan onmiddellijk ingrijpen bij acute gevaarsituaties
- Slachtofferhulp biedt gratis juridische en psychologische steun
- Je hoeft niet te wachten tot er fysiek geweld is om hulp te zoeken
- Je kunt een beschermingsbevel aanvragen bij de rechtbank

CAW, Slachtofferhulp, Politie, Vrouwenopvang



caw.be, slachtofferhulp.be, 1712.be



INTEGRATIE EN INBURGERING

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



"In het ziekenhuis kon ik de dokter niet verstaan. Gelukkig was er een tolk die alles voor me vertaalde."

"Mijn Nederlands was zo slecht dat ik geen werk vond. Na de taallessen durfde ik eindelijk te solliciteren."

"Het invullen van formulieren was zo moeilijk. Nu weet ik waar ik hulp kan krijgen als ik iets niet begrijp."

"In mijn eigen land was ik dokter, maar hier mocht ik niet werken. De loopbaanbegeleiding hielp me een nieuwe start maken."

"Als nieuwkomer voelde ik me zo alleen. Mijn begeleider hielp me vrienden maken en activiteiten vinden."



1. Ondersteuning nieuwkomers (inburgering)
2. Lessen en oefenkansen Nederlands
3. Hulp van een sociale tolk
4. Vreemdelingenrecht
5. Begeleiding voor nieuwkomers



INTEGRATIE EN INBURGERING

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?



Lees Simpel App



Google
Lens

voor vertalen van
documenten

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
Agentschap Integratie en Inburgering	Geeft informatie over het cursusaanbod Nederlands in de regio, voert taalscreenings uit om het niveau te bepalen en organiseert inburgeringstrajecten voor nieuwkomers.	Hier vind je jouw dichtstbijzijnde contactpunt:  integratie-inburgering.be
OCMW/ Sociaal Huis	Biedt sociale begeleiding en ondersteuning bij integratie, inclusief doorverwijzing naar taallessen en andere diensten.	Verschillend per OCMW / Sociaal Huis, je vindt de contactgegevens terug op p. 3
Ligo Halle-Vilvoorde - regio Pajot Noord (Ternat) - regio Pajot Zuid (Gooik)	Organiseert Nederlandse lessen en versterkt anderstaligen in de basisvaardigheden die ze nodig hebben in hun dagelijks leven. (bv: rekenen, digitale vaardigheden, ...)	 Kapelleveld 2, 1742 Ternat  Wijngaardstraat 89, 1755 Gooik  02 252 51 50  info@ligo-hallevilvoorde.be  ligo.be
CAW -Toekomstoriëntatie bij migratie	Ondersteunt personen zonder wettig verblijf bij het maken van duurzame keuzes en het vinden van perspectief voor hun toekomst.	Je vindt de contactgegevens van het CAW terug op p. 3
JAC (Jongerenonthaal van het CAW)	Ondersteunt jongeren zonder wettig verblijf bij het wegwijs raken in nieuwe regels, diensten en verwachtingen, en helpt hen stappen zetten naar opleiding en participatie.	Je vindt de contactgegevens van het JAC terug op p. 3
Praatcafés	Informele bijeenkomsten waar je Nederlands oefent, andere mensen leert kennen en informatie krijgt over lokale diensten en activiteiten.	De initiatieven verschillen per gemeente. Neem contact op met je lokaal bestuur. Hun gegevens vind je op p. 3
Bibliotheek	Biedt materialen voor taalleerders en organiseert activiteiten om Nederlands te oefenen in een ontspannen sfeer.	Vind een bibliotheek bij jou in de buurt via:  bibliotheek.be/bibliotheken

Interessante websites zie volgende pagina



INTEGRATIE EN INBURGERING



Interessante websites

- **Bibliotheek.be** - Zoek naar taalmaterialen en Nederlandse lessen in bibliotheken.
 - **Dilbeek.bibliotheek.be/nederlands-leren** - Aanbod aan leermiddelen om Nederlands te leren
 - **Roosdaal.bibliotheek.be/nederlands-leren** - Aanbod aan leermiddelen om Nederlands te leren
 - **Ternat.bibliotheek.be/nederlands-leren** - Aanbod aan leermiddelen om Nederlands te leren
- **Café Combinne** - Praatcafé in Lennik en Dilbeek waar Nederlandstaligen en taalleerders elkaar ontmoeten in een gezellige sfeer.
- **CGVS.be** - Commissariaat-generaal voor Vluchtelingen en Staatlozen voor informatie over asielprocedures en internationale bescherming.
- **Fedasil.be** - Federaal agentschap voor opvang van asielzoekers met informatie over opvang, begeleiding en vrijwillige terugkeer.
- **ikdoemee.be** - Meertalige databank met activiteiten die toegankelijk zijn voor nieuwkomers en anderstaligen.
- **Integratie-inburgering.be** - Alle informatie over inburgering in Vlaanderen.
- **Integratie-inburgering.be** - Vlaams-Brabant - Officiële website om een afspraak te maken voor je inburgeringstraject en informatie over cursussen Nederlands in Vlaams-Brabant.
- **Vdab.be/orienteren/nieuwkomer** - VDAB-website met informatie over werk zoeken, solliciteren en beroepsopleidingen voor nieuwkomers.
- **Vreemdelingenrecht.be** - Informatie over jouw verblijfsrecht en documenten alsook jouw sociale rechten



Ondersteuning nieuwkomers (inburgering)

Wat is het?

Inburgeringstraject met lessen over België, Nederlandse taallessen, verwijzing naar VDAB, en netwerkparticipatie, en met trajectbegeleiding.

Voor wie?

- ☒ Verplichte niet-EU nieuwkomers tussen 18 en 65 jaar vanaf hun eerste verblijfstitel >3 maanden in Vlaanderen
- ☒ Vrijwillige inburgeraars (vrijgestelde nieuwkomers, of oudkomers)



Goed om te weten

- Val je onder de inburgeringsplicht, dan moet je starten op de datum van je eerste inschrijving in het rijksregister met een verblijfsrecht van meer dan drie maanden.
- Als inburgeraar krijg je een trajectbegeleider die je individueel en op maat begeleidt.
- De duur van het inburgeringstraject verschilt van persoon tot persoon.
- Verplichte inburgering blijft verplicht tot de doelen bereikt zijn (voor zover mogelijk).
- Je krijgt maatschappelijke oriëntatie en Nederlandse lessen.
- Administratieve geldboete mogelijk bij niet-aanmelden of niet-voltooiën zonder geldige reden.

Agentschap Integratie en Inburgering,
OCMW/ Sociaal Huis



integratie-inburgering.be



Lessen en oefenkansen Nederlands

Wat is het?

Nederlandse taallessen op verschillende niveaus, van beginners tot gevorderden, plus informele oefenkansen zoals praatcafés en taaluitwisselingen. Zowel klassikaal als online beschikbaar.

Voor wie?

- ☒ Anderstaligen die Nederlands willen leren
- ☒ Personen die hun Nederlands willen verbeteren
- ☒ Personen die een Nederlands certificaat nodig hebben
- ☒ Nieuwkomers die sociale contacten willen leggen

Goed om te weten

- Gratis lessen beschikbaar via verschillende organisaties
- Praatcafés zijn laagdrempelig en gezellig
- Café Combinne is een praatcafé waar Nederlandstaligen en mensen die Nederlands leren elkaar in een open en gezellige sfeer ontmoeten
- Bibliotheken hebben uitgebreide collectie leermaterialen
- Verschillende niveaus van basis tot professioneel Nederlands
- Meertalige databank met activiteiten die toegankelijk zijn voor nieuwkomers en anderstaligen

LIGO, KISP, Bibliotheken, Praatcafés,
Café Combinne



integratie-inburgering.be, ikdoemee.be, bibliotheek.be,
avansa-hallewilvoorde.be/cafe-combinne





Hulp van een sociale tolk

Wat is het?

Sociale tolken zijn professionele tolken die helpen bij belangrijke gesprekken met overheidsdiensten, ziekenhuizen, scholen of juridische instanties. Zowel ter plaatse als via telefoon of video beschikbaar. De tolk wordt altijd aangevraagd door de sociale dienst of organisatie, niet door jou zelf.

Voor wie?

- ☒ Personen die Nederlands onvoldoende beheersen
- ☒ Personen bij belangrijke medische of juridische gesprekken
- ☒ Ouders bij school gesprekken over hun kinderen
- ☒ Nieuwkomers bij administratieve procedures



Goed om te weten

- Je kunt aan je hulpverlener of dienst vragen om een tolk voor je in te schakelen.
- Gratis voor bepaalde doelgroepen en situaties
- Telefoontolk beschikbaar voor snelle hulp via tolkentelefoon
- Een tolk ter plaatse moet vooraf aangevraagd worden door jouw dienstverlener, contacteer jouw OCMW/ Sociaal Huis
- Scholen kunnen tolken aanvragen voor oudergesprekken
- Tolken zijn professioneel en gebonden aan discretieplicht

OCMW/ Sociaal Huis, Ziekenhuizen, Scholen



Vreemdelingenrecht

Wat is het?

Juridische informatie over verblijfsrecht, zoals voorwaarden, procedures en documenten bij gezinshereniging, asiel, vrij verkeer van EU-burgers, kort verblijf en uitwijzing. Daarnaast ook over toegang tot werk, sociale en medische rechten, inburgeringsplicht, Belgische nationaliteit, geldigheid van buitenlandse documenten en familiesituaties in België.

Voor wie?

- ☒ Vreemdelingen die een aanvraag of verlenging van verblijf willen
- ☒ Vreemdelingen die hun verblijfssituatie en rechten willen begrijpen en uitoefenen
- ☒ Personen die hun gezin vanuit het buitenland willen laten overkomen
- ☒ Vreemdelingen die Belgische nationaliteit willen aanvragen

Goed om te weten

- Verblijfsdocumenten hebben verschillende geldigheidsduur
- Bepaalde voorwaarden moeten vervuld zijn voor verlenging
- Juridische bijstand via CAW of [AGII](#)
- Wijzigingen in wetgeving kunnen je situatie beïnvloeden
- Tijdig handelen is cruciaal om problemen te voorkomen

Dienst Burgerzaken, CAW, JAC



caw.be, vreemdelingenrecht.be, cgvs.be





Begeleiding voor nieuwkomers

Wat is het?

Persoonlijke ondersteuning en begeleiding bij praktische zaken zoals huisvesting, werk zoeken, onderwijs voor kinderen, gezondheidszorg en contact met overheidsdiensten.

Voor wie?

- ☒ Nieuwkomers die wegwijs willen worden in België
- ☒ Vluchtelingen die net erkend zijn
- ☒ Personen die hulp nodig hebben bij administratie
- ☒ Gezinnen met specifieke integratie behoeften



Goed om te weten

- Begeleiding is mogelijk via jouw OCMW/Sociaal Huis, CAW en JAC
- Trajecten worden op maat gemaakt per persoon
- Ondersteuning bij zowel praktische als emotionele aspecten
- Doorverwijzing naar gespecialiseerde diensten mogelijk

OCMW/Sociaal Huis, CAW, JAC



caw.be, caw.be/jac, integratie-inburgering.be



VRIJE TIJD EN ONTMOETING

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



"In het Overkop Huis voel ik me thuis. Er is altijd iets te doen en iedereen is welkom, ongeacht je achtergrond."

"Mijn dochter gaat naar de jeugdbeweging. Ze bloeit er helemaal op en heeft er haar beste vrienden gevonden."

"Door mijn lage inkomen dachten we dat vakantie onmogelijk was. De sociale vakanties gaven ons gezin toch een weekje weg."

"Zonder UiTPAS zou ik nooit durven experimenteren met nieuwe hobby's. Nu probeer ik van alles uit voor een prikje."

"Door vrijwilligerswerk kreeg ik nieuwe vrienden en voelde ik me weer nuttig na mijn pensioen."



1. Cultuur en sport met korting
2. Hulp bij vakantie
3. Speciaal voor jongeren (OverKop, JAC)
4. Activiteiten in de buurt en ontmoet je burens
5. Verenigingen en vrijwilligerswerk



VRIJE TIJD EN ONTMOETING

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
Cultuurcentrum	Organiseert theatervoorstellingen, concerten, tentoonstellingen en andere culturele evenementen voor de gemeenschap.	Ontdek het aanbod van de cultuurcentra in Pajottenland op  wezender.be
Welzijnsschakel Dilbeek	Vrijwilligersorganisatie die zich inzet tegen armoede en sociale uitsluiting door ontmoetingsactiviteiten te organiseren.	 Draverslaan, 1700 Dilbeek  02 582 29 07  welzijnsschakels.be
Ontmoetingsplekken en centra	Laagdrempelige ontmoetingsplaats waar iedereen welkom is voor een babbel, activiteiten of (afhankelijk van de plek) een warme maaltijd.	Verschillend per gemeente, contacteer jouw lokale bestuur voor initiatieven bij jou in de buurt. Je vindt de contactgegevens terug op p. 3
Sportdiensten	Coördineert sportactiviteiten en evenementen die mensen samenbrengen via sport en beweging.	Sportdienst Bever  054 51 70 82  sport@gemeentebever.be Sportdienst Dilbeek  02 451 69 15  sport@dilbeek.be Sportdienst Lennik  02 531 02 38  sport@lennik.be Sportdienst Pajottegem  054 59 76 20  sport@pajottegem.be Sportdienst Roosdaal  054 89 13 52  sport@roosdaal.be Sportdienst Ternat  02 582 05 01  sport@ternat.be
Jeugdraden	Adviesorgaan van jongeren dat meedenkt over jeugdbeleid en organiseert activiteiten voor en door jongeren.	Neem contact op met de jeugddienst in jouw gemeente: Jeugddienst Bever  054 51 70 89  Jeugd@gemeentebever.be Team Jongeren Dilbeek  02 451 69 40  jong@dilbeek.be Jeugddienst Lennik  02 531 02 33  jeugd@lennik.be



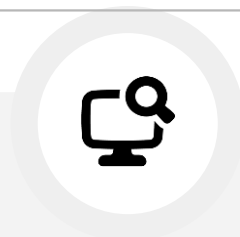
VRIJE TIJD EN ONTMOETING

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland? (vervolg)

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
Jeugdraad (vervolg)	Adviesorgaan van jongeren dat meedenkt over jeugdbeleid en organiseert activiteiten voor en door jongeren.	Dienst jeugd Pajottegem  054 59 75 70  jeugd@pajottegem.be Jeugddienst Roosdaal  054 89 13 52  jeugd@roosdaal.be Jeugddienst Ternat  02 581 05 01  jeugd@ternat.be
Jeugdbewegingen	Wekelijkse bijeenkomsten, kampen en activiteiten waar kinderen en jongeren samen spelen, leren en vriendschappen opbouwen.	Vind een jeugdbeweging bij jou in de buurt op  : chiro.be/groep scoutsengidsenvlaanderen.be/groepenzoeker ksa.be/word-ksaer klj.be/klj-in-je-buurt
Bibliotheek	Biedt materialen voor taalleerders en organiseert activiteiten om Nederlands te oefenen in een ontspannen sfeer.	Vind een bibliotheek bij jou in de buurt via:  bibliotheek.be/bibliotheken

Interessante websites

- **Avansa.be** - Cursussen en activiteiten rond cultuur, creativiteit en persoonlijke groei.
- **Bewegen op Verwijzing** - Beweegprogramma voor personen met gezondheidsproblemen die via hun arts toegang krijgen tot begeleide sport en beweging.
- **Buddywerking.be** - Vrijwilligers (buddy's) brengen tijd door met mensen met psychische moeilijkheden voor een babbel, een wandeling, fietstocht of andere uitjes.
- **Femma.be** - Hier vind je workshops, uitstappen en ontmoetingen voor vrouwen.
- **Samenferm.be** - Hier vind je activiteiten die mensen samenbrengen in jouw buurt.
- **Gezondleven.be** - Platform met informatie over gezonde vrijetijdsbesteding, sport en activiteiten.
- **Jeugdregiopajottenland.be** - Overzicht van jeugdwerkingen, speelpleinwerkingen en activiteiten voor kinderen en jongeren in de regio Pajottenland.
- **Kinderstreken.be** - Website met vrijetijdsactiviteiten, uitstappen en leuke plekken om te bezoeken met kinderen in Vlaanderen.
- **MyBenefits - Voordelen** - Overzicht van alle sociale voordelen en kortingen waar je recht op hebt.
- **Sport.vlaanderen** - Overzicht van sportclubs, faciliteiten en beweegmogelijkheden per gemeente.
- **Rap op Stap - Iedereen Verdient Vakantie** - Hulp bij betaalbare vakanties en uitstappen.
- **Toerisme Vlaams-Brabant** - Uitstappen, bezienswaardigheden en vrijetijdsactiviteiten.
- **Uitpas.be** - Vrijetijdspas waarmee je kortingen krijgt op culturele, sportieve en recreatieve activiteiten.



Cultuur en sport met korting

Wat is het?

De UitPAS is een vrijetijdspas waarmee je kortingen krijgt op culturele, sportieve en recreatieve activiteiten. Je spaart punten bij deelname en krijgt extra voordelen op basis van je inkomen of sociale situatie.



VRIJE TIJD EN ONTMOETING



Voor wie?

- ☒ Alle inwoners die willen besparen op vrijetijdsbesteding
- ☒ Personen met een laag inkomen die extra kortingen krijgen
- ☒ Gezinnen die betaalbaar willen deelnemen aan activiteiten
- ☒ Personen die hun sociale participatie willen verhogen



Goed om te weten

- Iedereen kan een UitPAS kopen en punten sparen in heel Vlaanderen en Brussel
- Registreer je op uitpas.be om je saldo en punten te bekijken
- Ga bij je lokaal bestuur na of zij werken met de UitPAS in jouw gemeente
- Heb je een beperkt budget? Dan heb je misschien recht op een UitPAS met kansentarief. Daarmee krijg je korting op alle UitPAS-activiteiten in jouw regio.

Cultuurcentra



uitpas.be



Hulp bij vakantie

Wat is het?

Financiële ondersteuning en georganiseerde vakanties voor personen die anders geen vakantie kunnen betalen. Inclusief daguitstappen, weekends weg en volledige vakanties voor verschillende doelgroepen.



Voor wie?

- ☒ Gezinnen met een laag inkomen die vakantie willen
- ☒ Alleenstaande ouders die ondersteuning nodig hebben
- ☒ Senioren die samen op vakantie willen gaan
- ☒ Personen met een beperking die aangepaste vakanties zoeken



Goed om te weten

- Rap op Stap: organisatie die betaalbare vakanties en vrijetijdsactiviteiten organiseert voor personen met beperkte financiële middelen
- Kinderen met verhoogde kinderbijslag kunnen recht hebben op tegemoetkomingen bij zomerkampen via sociale organisaties of lokale besturen, vraag dit na bij jouw lokaal bestuur
- Ziekenfonds vergoedt soms aangepaste vakanties (vraag dit na bij jouw ziekenfonds)

OCMW/Sociaal Huis, CAW, Ziekenfonds



rapopstap.be, iedereenverdienvakantie.be, vrijuit.nu



Speciaal voor jongeren (OverKop, JAC, ...)

Wat is het?

Specifieke ontmoetingsplekken en activiteiten voor jongeren en tieners, waar ze terecht kunnen voor advies, ontspanning, creatieve workshops en sociale contacten met leeftijdsgenoten.



VRIJE TIJD EN ONTMOETING

Voor wie?

- ☒ Jongeren tussen 12-25 jaar die ontmoeting zoeken
- ☒ Tieners die vragen hebben of ondersteuning nodig hebben
- ☒ Kinderen en jongeren die creatieve activiteiten willen doen



Goed om te weten

- Je mag gewoon binnenstappen zonder afspraak bij de meeste jeugdhuizen
- Aanbod van verschillende activiteiten
- Openingsuren vaak op woensdag- en vrijdagmiddag of in het weekend
- Veel activiteiten gaan ook door tijdens schoolvakanties
- Begeleiders aanwezig die klaar staan om te helpen

OverKop, JAC



Overkophuis.be , caw.be/jac



Activiteiten in de buurt en ontmoet je buren

Wat is het?

Lokale initiatieven om mensen uit de buurt samen te brengen via buurtfeesten, wandelgroepen, praatcafés en andere laagdrempelige ontmoetingsactiviteiten.

Voor wie?

- ☒ Alle buurtbewoners die sociale contacten willen
- ☒ Nieuwe inwoners die hun buren willen leren kennen
- ☒ Personen die zich eenzaam voelen
- ☒ Senioren die actief willen blijven in hun omgeving

Goed om te weten

- Kijk op gemeentelijke website onder "activiteiten" of "agenda" en houdt hun Facebookpagina in de gaten. Contactgegevens van jouw gemeente vind je terug op [p.3](#)
- De bibliotheek heeft ook een programma met o.a. lezingen en workshops
- Sociale restaurants of buurtrestaurants organiseren geregeld activiteiten

Bibliotheken, Buurtwerking



Wat is het?

Aansluiten bij clubs, verenigingen en organisaties voor hobby's, sport, cultuur of maatschappelijke betrokkenheid. Ook mogelijkheden om zelf als vrijwilliger bij te dragen aan de gemeenschap.



Voor wie?

- ☒ Personen die een hobby willen delen met anderen
- ☒ Personen die zich vrijwillig willen inzetten
- ☒ Wie nieuwe vaardigheden wil leren in groepsverband
- ☒ Mensen die maatschappelijk betrokken willen zijn



Goed om te weten

- Vrijwilliger worden: Meld je aan via Vrijwilligerswerk Vlaanderen (vrijwilligerswerk.be) of ga rechtstreeks naar organisaties
- Verenigingen ontdekken: bekijk gemeentelijke website onder "verenigingen"
- Online zoeken: Gebruik sport.vlaanderen voor sportclubs, uitinvlaanderen.be voor cultuuractiviteiten
- Buddywerking Vlaanderen koppelt mensen met psychische moeilijkheden aan een vrijwilliger ("buddy") die hen sociaal ondersteunt en helpt om weer deel te nemen aan het dagelijks leven.

Sportclubs, Cultuurverenigingen,
Welzijnsschakels, Vrijwilligersorganisaties



sport.vlaanderen, uitinvlaanderen.be,
welzijnsschakels.be, vrijwilligerswerk.be,
buddywerking.be



LEREN EN DIGITALE INCLUSIE

Dit is een onderdeel van het
Pajotkompas



"Ik durfde geen smartphone te kopen omdat ik er niets van begreep. De computercursus voor senioren veranderde alles!"

"Het aanvragen van steun online was te moeilijk voor mij. De digitale begeleiding hielp me stap voor stap."

"Mijn zoon had moeite met rekenen. Dankzij de huiswerkbegeleiding gingen zijn punten omhoog en kreeg hij weer vertrouwen."

"Op mijn 45ste besloot ik een nieuwe opleiding te volgen. Het volwassenenonderwijs gaf me de kans om mijn droom waar te maken."

"Door de Nederlandse les kan ik eindelijk de brieven van school begrijpen en mijn kinderen beter helpen."



1. Hulp bij school of studie
2. Volwassenenonderwijs en levenslang leren
3. Inschrijfsysteem scholen
4. Leren omgaan met computer of smartphone
5. Hulp bij (online) formulieren en vertalen



LEREN EN DIGITALE INCLUSIE

Bij wie kan ik terecht in regio Pajottenland?

Organisatie	Wat doen ze voor jou?	Contact
Avansa Halle-Vilvoorde	Biedt computer- en smartphonecursussen, Smart Cafés en digitale ondersteuning via de Digibank Pajottenland-West.	 02 454 54 01  avansa-hallevilvoorde.be
Crescendo CVO - Campus Halle	Biedt volwassenenonderwijs inclusief informatica- en digitaliseringscursussen voor verschillende niveaus.	 Basiliekstraat 29, 1500 Halle  02 356 25 24
Digibanken	Gratis digitale hulp bij computergebruik, smartphone-apps, online formulieren en e-dienstverlening.	Verschillend per gemeente, je vindt de contactgegevens terug op p. 3
KISP Volwassenenonderwijs - Campus Ternat	Centrum voor volwassenenonderwijs met IT-cursussen, computerlessen en digitale vaardigheidstrainingen.	 Statiestraat 37, 1740 Ternat  02 582 86 29  kisp.be
Ligo Halle-Vilvoorde - regio Pajot Noord (Ternat) - regio Pajot Zuid (Gooik)	Basiseducatie voor volwassenen met computer-, tablet- en smartphonecursussen, begeleiding in digitale geletterdheid, veilig online werken en het gebruik van digitale overheidsdiensten (e-government).	 Kapelleveld 2, 1740 Ternat  Wijngaardstraat 89, 1755 Gooik  02 252 51 50  ligo.be



Interessante websites

- **Bibliotheek.be - Online leren** - Gratis online cursussen en leerplatformen toegankelijk met je bibliotheekpas voor levenslang leren.
- **Centrumdelen.be** - Computercursussen en digitale vaardigheden voor senioren en personen met weinig computerervaring.
- **Digibanken.vlaanderen.be** - Officiële website om digitale hulp te vinden bij computergebruik, smartphone-apps en online dienstverlening.
- **Digibankpajottenlandwest.be** - Regionale website met informatie over digitale hulp en Smart Cafés in Pajottenland-West gemeenten.
- **Digisterker.be** - Platform om digitale vaardigheden te ontwikkelen en veilig online te navigeren.
- **Integratie-inburgering.be** - Informatie over Nederlandse lessen en inburgeringstrajecten.
- **Ligo.be** - Centrum voor basiseducatie waar volwassenen hun Nederlands, digitale vaardigheden, rekenen en andere basisvaardigheden versterken.
- **Mediawijs.be** - Platform voor digitale geletterdheid met tips, cursussen en materialen.
- **Seniorweb.be** - Gratis online cursussen speciaal ontwikkeld voor senioren voor digitale vaardigheden.
- **Sociaalinternetaanbod.be** - Overzicht van betaalbare internetabonnementen en computers voor personen met een laag inkomen.
- **Vlaanderen.be** - Levenslang leren - Officiële informatie over alle mogelijkheden voor volwassenenonderwijs en bijscholing in Vlaanderen.
- **Volwassenenonderwijs.be** - Cursussen en workshops voor volwassenen als vrijetijdsbesteding en om nieuwe mensen te leren kennen.
- **Vrijwilligerswerk.be** - Platform om vrijwilligerswerk te vinden waar je nieuwe vaardigheden kunt leren.



✦ Wat is het?

Ondersteuning bij schoolwerk, huistaakbegeleiding, bijlessen en studiemethodes voor leerlingen en studenten die extra hulp nodig hebben. Ook begeleiding bij leermoeilijkheden en studiekeuze.

👤 Voor wie?

- ✓ Leerlingen die extra ondersteuning nodig hebben bij schoolwerk
- ✓ Studenten met leermoeilijkheden of faalangst
- ✓ Ouders die hulp zoeken voor hun kinderen
- ✓ Jongeren die twijfelen over hun studiekeuze



Goed om te weten

- Huistaakbegeleiding is vaak beschikbaar via je school, jeugdwerk of buurtcentrum.
- Bibliotheken bieden stille studieplekken, computers en gratis toegang tot leermateriaal en databanken.
- Studiekeuzetests kun je online maken of aanvragen bij je school voor betere studieoriëntatie.
- Vraag op school naar extra ondersteuning zoals logopedie, remedial teaching of begeleiding voor dyslexie.

CLB, Scholen, Bibliotheken



onderwijs.vlaanderen.be, bibliotheek.be





Wat is het?

Cursussen, opleidingen en workshops voor volwassenen die nieuwe vaardigheden willen leren, hun diploma willen behalen of zich willen omscholen. Van hobby-cursussen tot professionele kwalificaties.

Voor wie?

- ☒ Volwassenen die hun diploma secundair onderwijs willen behalen
- ☒ Personen die zich willen omscholen voor andere job
- ☒ Personen die nieuwe hobby's of vaardigheden willen leren
- ☒ Anderstaligen die Nederlands willen leren



Goed om te weten

- Veel cursussen worden 's avonds of in het weekend georganiseerd zodat werkenden kunnen deelnemen.
- VDAB biedt gratis beroepsopleidingen aan werkzoekenden met mogelijke stagevergoeding.
- Lesgeld voor erkende opleidingen is aftrekbaar van je belastingen als beroepskosten.
- Inschrijven bij CVO's (Centra voor Volwassenenonderwijs) kan meestal het hele jaar door.

Crescendo CVO, Ligo, VDAB, Bibliotheken



crescendo-cvo.be, ligo.be, vdab.be



Inschrijfsysteem scholen

Wat is het?

Online systemen om kinderen in te schrijven voor kleuterschool, lagere school of middelbare school. Inclusief informatie over schoolkeuze, inschrijvingsprocedures en wachtlijsten.

Voor wie?

- ☒ Ouders die hun kind willen inschrijven
- ☒ Gezinnen die verhuizen en nieuwe school zoeken
- ☒ Ouders die school willen veranderen voor hun kind
- ☒ Personen die hulp nodig hebben bij online inschrijvingen

Goed om te weten

- Inschrijvingen voor kleuterschool starten vanaf april, voor middelbare scholen vanaf maart van het schooljaar ervoor.
- Online inschrijven gebeurt via de gemeentelijke website of rechtstreeks op de schoolwebsite.
- Voorrangsregels gelden: broers/zussen hebben voorrang, daarna kinderen uit de buurt en werkende ouders.
- Breng identiteitskaarten van beide ouders en het kind mee bij definitieve inschrijving op school.

Scholen, Gemeentelijke onderwijsdiensten, Digibanken



onderwijs.vlaanderen.be,
digibanken.vlaanderen.be





Wat is het?

Cursussen en begeleiding om basis computervaardigheden en smartphone- en tabletgebruik te leren. Van eerste kennismaking tot geavanceerde toepassingen zoals apps installeren en online bankieren.



Voor wie?

- ☒ Personen die willen leren omgaan met digitale technologie
- ☒ Personen zonder computerervaring die digitale vaardigheden willen verbeteren
- ☒ Personen die hulp nodig hebben met smartphone en tablet toepassingen



Goed om te weten

- Smart Cafés zijn groepslessen in ontspannen sfeer waar je samen met anderen leert en oefent.
- Digipunten geven individuele begeleiding bij jouw specifieke vragen en problemen met apparaten.
- Breng altijd je eigen smartphone, tablet of laptop en eID mee naar cursussen voor praktische oefening.
- Digibank Pajottenland-West heeft vaste spreekuren in Bever, Galmaarden, Lennik, Roosdaal, Liedekerke en Affligem.
- Bel 1700 voor informatie over alle digitale hulp en cursussen in je buurt.

Digibanken, Bibliotheken, Avansa



digibanken.vlaanderen.be,
digibankpajottenlandwest.be,



Hulp bij (online) formulieren en vertalen

Wat is het?

Ondersteuning bij het invullen van officiële documenten, online aanvragen, belastingaangiftes en andere administratieve formulieren. Ook vertaling van belangrijke documenten naar andere talen.



Voor wie?

- ☒ Personen die moeite hebben met lezen of schrijven
- ☒ Anderstaligen die documenten niet begrijpen
- ☒ Personen die onzeker zijn over online procedures



Lees Sempel App



Google
Lens

voor vertalen van
documenten

Goed om te weten

- Het OCMW/Sociaal Huis helpt bij het invullen van alle officiële formulieren zoals uitkeringsaanvragen.
- Lokale besturen organiseren zitdagen waarbij medewerkers FOD Financiën je helpen bij het invullen van je belastingen
- Digipunten helpen bij alle online overheidsformulieren zoals MyMinFin, itsme-activatie en premieaanvragen.
- Breng altijd alle nodige documenten, je eID en pincode mee naar je afspraak.

OCMW/ Sociaal Huis, Digibanken,
Bibliotheken



digibanken.vlaanderen.be,
leessimpelapp.be



Hulp of zorg nodig?
Ontdek het aanbod in
jouw buurt op
desocialekaart.be



Vind je niet wat je zoekt?
Op [p.3](#) vind je de
contactgegevens van de
sociale diensten in Pajottenland.
Zij helpen je graag verder!



Mijn persoonlijke pagina

Hier kun je alle belangrijke contactgegevens uit de gids verzamelen die voor jou relevant zijn.
Vul de organisaties in waar je regelmatig contact mee hebt of die je in de toekomst misschien nodig hebt.

Tip: Print deze pagina uit of bewaar hem digitaal als je eigen persoonlijke contactenlijst!

Belangrijke organisaties

Organisatie	Contactpersoon	Telefoonnummer	E-mail	meer
				p.
				p.
				p.
				p.
				p.
				p.
				p.
				p.

Mijn acties en TO DO's

☐☐☐☐☐☐☐☐



This image shows a full page of white paper with horizontal grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. In the bottom right corner, there is a small, stylized cartoon illustration of a person wearing glasses and a cap, appearing to be running or jumping joyfully. The overall appearance is that of a clean, unused notebook or worksheet.



Heb je niet alles gevonden?
Neem contact op met jouw gemeente

Ternat

02 582 47 85
socialiedienst@ternat.be

Roosdaal

054 89 13 00
sociaalhuis@roosdaal.be

Bever

054 51 70 71
socialiedienst@gemeentebever.be
info@gemeentebever.be

Dilbeek

02 451 68 00
welzijnspunt@dilbeek.be

Lennik

02 532 41 45
ocmw@lennik.be

Pajottegem

054 59 73 00
welzijn@pajottegem.be



Liever online?

Bekijk je dit op papier en
wil je dit liever online?

Scan de QR code:



www.eerstelijnszone.be/pajot-kompas



Bever

Dilbeek



Lennik



Pajottegem

roos
daal

TERNAT



CAW

Opgroeien

