

BUURT KRANT

Buurtwerk Elisabethwijk
Nummer 29 / maart 2022



Beste buurtbewoner,

Nieuw jaar, nieuwe krant. Helaas konden we het nieuwe jaar niet starten met een drankje en een hapje op het Prins Leopoldplein. Over de reden waarom gaan we het niet meer hebben. We kunnen enkel hopen dat met het mooie weer ook het betere leven weer in aantocht is. We klinken dus deze lente op het nieuwe jaar. Meer bepaald op zaterdag 2 april, want dan nodigen we jong en oud uit naar het Prins Leopoldplein waar we op ons **Paasbest** het glas heffen. En ook Servaas de haas is er met lekkers. Nieuwsgierig? Meer info op pagina 2.

Vanaf zondag 27 maart heten we jullie ook opnieuw welkom in het **Buurtkwartier**. Je leest hier meer over op pagina 2

In deze buurtkrant ook een aantal tips in het kader van de week van de **valpreventie**. Ook over het verkrijgen van **goedkope sneltesten** en financiële steun voor het betalen van de **energiefactuur** kan je in deze krant de nodige info vinden.

En op pagina 3 verneem je een aantal **nieuwtjes uit de buurt**.

Veel leesgenot,

Siri



IEDEREEN MEE



Sint-Niklaas
Oh zo verrassend

PAASBEST

De Elisabethwijk viert op zijn Paasbest



De Elisabethwijk klinkt op het nieuwe jaar op z'n 'Paasbest'. Dit zinnetje op deze flyer zegt alles. Samen met Servaas de Haas klinken we met de buurtwerking (een beetje later dan voorzien) op het nieuwe jaar. We heten je welkom aan onze bar en op ons hopelijk zonnig terras op het Prins Leopoldplein. We trakteren op een hapje en een drankje. Servaas de Haas brengt voor de kinderen lekkers mee. Wie (jong en oud) zin heeft, kan zich amuseren met een aantal oude spelen. We hebben onder andere een eendjeskraam waar je een leuk cadeautje kan winnen, stelten, sjoelbak en een maxi vier-op-een-rij. Je mag ook zelf een spel meebrengen dat je graag op het plein zou spelen. Het Leopoldplein is trouwens de hele namiddag verkeersvrij en dus ideaal om te steppen, rolschaatsen of skaten. Het is niet verplicht maar we krijgen toch graag een seintje als je van plan bent langs te komen. Op die manier kunnen wij een betere inschatting maken wat onze hapjes en drankjes betreft.

Siri.vanhove@sint-niklaas.be

HET BUURTKWARTIER

HET BUURTKWARTIER OPENT OPNIEUW DE DEUREN

Zondag 27 maart heropent het Buurtkwartier in de Paterskerk. Het Buurtkwartier is de naam die de buurtwerking geeft aan de kleinste zaal van de Paterskerk (officieel 't Koor). Elke laatste zondag van de maand houden vrijwilligers het Buurtkwartier open en kunnen buurtbewoners langskomen voor een drankje en een hapje. We serveren verse koffie en biologische thee. Maar ook een verfrissend biertje of cava staan koel. En wat smaakt er beter op een zondagochtend dan een lekker stukje chocoladetaart (van Soep en Zoet). Je kan er eveneens de weekendkrant lezen en er zijn ook gezelschapsspelen (scrabble, vier op een rij, ...) voorzien. We zijn open van 10 tot 13 uur. Wij volgen de actuele coronamaatregelen.



Er kan enkel **cash** worden betaald.

Het Buurtkwartier | Paterskerk | van 10.00 tot 13 uur | elke laatste zondag van de maand |
ingang via Oosterlaan of Truweelstraat | Info:
Siri Van Hove 0485 55 49 83

ACTEERTAENT UIT DE BUURT IN DE STADSSCHOUWBURG

Op 19 april 2022 komt de voorstelling 'Schaapjes op het droge', van het Nederlandse theatercollectief Wunderbaum, naar de stadsschouwburg van Sint-Niklaas. Eén van de kernleden van dit theatercollectief is Wine Dierickx. Zij groeide op in de Koningin Elisabethlaan. Zij volgde Woord en Drama aan de Stedelijke Academie voor Muziek, Woord en Dans en studeerde af als actrice en theatermaakster aan de Toneelschool te Maastricht.



Voor het eerst speelt Wine met Wunderbaum in haar eigen thuisstad. Wine won de prijs Theo d'Or, de belangrijkste acteerprijs in Vlaanderen en Nederland. Dus wie wil kan haar op 19 april gaan bewonderen. De voorstelling start om 20 uur.

Tickets: www.ccsint-niklaas.be/podium/20270/wunderbaum-schaapjes-op-het-droge. Of telefonisch op het nummer 03 778 33 66



An Schoenmaekers is architect en woont sinds 2021 met haar gezin in de Elisabethwijk (Prinses Marie Josestraat 37).

Zij hebben vorig jaar een behoorlijke verbouwing afgerond waarvan ze ook de architect van dienst was. Hun woonst,

BELANGRIJKE NOMINATIE ARCHITECTUURPRIJS IN ONZE WIJK

een voormalige textielfabriek, werd genomineerd voor de Archdaily 2022 Building of the Year Awards! Archdaily is zowat de grootste website wereldwijd als het om architectuur gaat. Het fabriekje achteraan het gebouw wordt deze zomer aangepakt om er op termijn een pop-up in onder te brengen op maat van de wijk.

NIEUW IN DE BUURT

In de Minderbroedersstraat is er al een aantal jaar een circusschool (Circus Punt). Zij geven tijdens Bal Cirqu l'air een aantal workshops waarop iedereen welkom is. Maar nu is er in de Elisabethwijk (de Singel) ook B-Bounce. Dit is een indoor trampolinepark met trampolines, hindernissen en attracties voor avontuurlijke bouncers.

En een tijd geleden heeft de buurt afscheid moeten nemen van kruidenier Selvi. Een zaak die jarenlang gevestigd was op de Koningin Elisabethlaan. Maar binnenkort opent 'Supermarkt Rose' op deze locatie waarschijnlijk de deuren.

LeopoldII-laan is (opnieuw) Oosterlaan geworden



Wat voorheen de LeopoldII-laan was, is sinds 1 januari de **Oosterlaan**. En zo krijgt deze straat haar oorspronkelijke naam uit 1859 terug. Deze laan heeft altijd deel uitgemaakt van het stationskwartier. Met de aanleg van de eerste spoorlijn in 1844 en een jaartje later de bouw van een station, werd dit een heel belangrijk gebied voor de stad. Al op de eerste plannen van het ontwerp van dit stationskwartier werd de Leopold II-laan vermeld als '**Boulevard de l'Est**'. De keuze voor de nieuwe straatnaam '**Oosterlaan**' verwijst dus naar de vroegste benaming van de Leopold II-laan. De nieuwe naam sluit ook goed aan bij de Westerlaan 'aan de overkant'. De rol van Leopold II en zijn aanwezigheid in het straatbeeld stond de laatste jaren maatschappelijk steeds sterker ter discussie.

Klimaatsslim en natuurvriendelijk tuinieren voor beginners



EEN GRATIS WEBINAR VAN DE TUINRANGERS

Geniet je van het gefluit van de vogels en het gezoem van de bijtjes? En wil jij met jouw tuin bijdragen aan een natuurvriendelijker Sint-Niklaas? Dan nodigen wij jou graag uit voor een webinar van onze tuinrangers. Zij reiken je enkele gemakkelijke tuintips aan.

WANNEER?

- Donderdag 31 maart om 19.30 uur
- Donderdag 21 april om 19.30 uur

Boek snel je plekje op www.tuinrangers.be/webinar

OP SAFARI IN JE EIGEN TUIN

Nodig je liever een tuinranger uit in je tuin? Ook dat is mogelijk. Onze tuinranger komt bij je langs voor een leerrijke en toffe safari in je eigen tuin, en gaat samen met jou en je eventuele (klein)kinderen op zoek naar de fascinerende 'wildlife' die er kruipt, fladdert en bloeit in jouw tuin. Tegelijk krijg je advies op maat om je tuin met een paar ingrepen natuurvriendelijker te maken. Zo kan je direct aan de slag voor een tuin die bruist van het leven en beter bestand is tegen droogte en hitte.

Ons team van Tuinrangers * staat te popelen om langs te komen. Interesse? Geef je dan op voor een tuinsafari via <http://www.tuinrangers.be>

* 'Tuinrangers' is een samenwerking tussen de stad en Inverde (opleidingscentrum voor bos-, groen- en natuurbeheer)

Gratis huisdiersticker

Bij heel wat gezinnen leven huisdieren. We denken dan vaak aan honden en katten, maar ook een groot aantal knaagdieren en vogels zijn levensgezellen. Bij een woningbrand worden zij helaas vaak slachtoffer. Meestal heeft de brandweer onvoldoende zicht op welke en hoeveel dieren in een woning aanwezig zijn, zodat huisdieren niet op tijd gered worden.

WAAROM DEZE STICKER KLEVEN?

Op de sticker kunnen eigenaars aangeven hoeveel en welke huisdieren aanwezig zijn. Je kan zelfs de naam van je dier vermelden. De sticker moet op een duidelijke zichtbare plaats gekleefd worden aan de buitenkant van je gevel.

Met deze sticker kunnen de hulpdiensten in geval van brand, gaslek of CO-vergiftiging meteen zien of er huisdieren in de woning aanwezig zijn.

Als je niet thuis bent is tijdens een interventie deze sticker misschien de enige bron van informatie voor de hulpdiensten.

De sticker is **gratis** te verkrijgen aan de

balie van het stadhuis. Deze stickers zijn bestand tegen UV-stralen en slechte weersomstandigheden.



IEDEREEN MEE

Goedkoop en gratis zelftesten

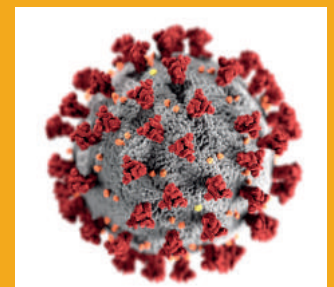
Naast de bestaande maatregel van goedkope corona zelftesten aan 1 EUR voor wie een verhoogde tegemoetkoming heeft bij het ziekenfonds, doet het stadsbestuur van Sint-Niklaas een extra inspanning voor mensen met een beperkt inkomen die toch onvoldoende geld hebben om een corona zelftest te betalen. Via een hulpverlener in het welzijnshuis kunnen ze een attest krijgen waarmee ze bij de apotheker gratis corona zelftesten kunnen afhalen.

GOEDKOPE CORONA ZELFTESTEN

Wie recht heeft op een verhoogde tegemoetkoming bij het ziekenfonds betaalt bij de apotheker maar 1 EUR voor een corona zelftest. Als het derde cijfer op het klevertje van je ziekenfonds een 1 is, kom je hiervoor in aanmerking. Je kunt maximum 4 zelftesten per persoon per 14 dagen aankopen aan dit tarief.

GRATIS CORONA ZELFTESTEN

Wie echt geen geld heeft om een corona zelftest te kopen kan hulp vragen via zijn of haar hulpverlener in het welzijnshuis of via het welzijnshuis een hulpverlener raadplegen. De aanvraag wordt met hoogdringendheid behandeld en het welzijnshuis levert een attest af waarmee gratis corona zelftesten kunnen worden afgehaald in de apotheek, maximum 4 zelftesten per persoon per 14 dagen. Daarvoor kan je in het welzijnshuis van Sint-Niklaas langsgaan of telefonisch of via e-mail eerst contact opnemen.



WELZIJNSHUIS SINT-NIKLAAS - ABINGDONSTRAAT 99,
03 778 66 66, welzijnshuis@sint-niklaas.be

HULPVERLENERS STADSBESTUUR HELPEN INWONERS MET BETAALPROBLEMEN

HOGЕ ENERGIЕFACTUUR

Het stadsbestuur van Sint-Niklaas neemt extra maatregelen om inwoners met betaalproblemen door de stijgende energiefactuur te ondersteunen. Dreig je in financiële nood te geraken door de hoge energieprijzen contacteer dan zo snel mogelijk een hulpverlener in het welzijnshuis. Stel dit zeker niet uit. De hulpverleners in het **welzijnshuis** staan klaar om samen met jou naar een oplossing te zoeken.

Dat kan gaan om een geldelijke tussenkomst in de vorm van een **renteloze lening**, een **verwarmingstoelage**, het uittekenen van een evenwichtig en haalbaar **budgetplan** tot bemiddeling voor een **afbetalingsplan** bij de energieleverancier.

Eenmalige financiële steun bij eindafrekening energiefactuur

Wie een erg laag inkomen heeft, krijgt bij de eindafrekening van de energiefactuur een éénmalige financiële steun. Het stadsbestuur wil daarmee voorkomen dat een deel van de bevolking schulden gaat maken. De tussenkomst wordt gefinancierd door middelen uit het energiefonds.

Inwoners die met een maandelijks inkomen moeten rondkomen dat lager is of gelijk aan wat een alleenstaande of een gezin minimaal nodig heeft om volwaardig aan de maatschappij te kunnen deelnemen ontvangt een éénmalige tussenkomst van 100% op de oplegsom. Dat inkomen is het zogenaamde referentiebudget dat berekend wordt door CEBUD, een totaal onafhankelijk CEntrum voor BUDgetadvies- en budgetonderzoek.



Wie maximum 15% meer inkomen heeft dan het referentiebudget ontvangt een tussenkomst van 80%. Wie maximum 25% meer overhoudt dan het laagste inkomen kan rekenen op een financiële tussenkomst van 60%.

Aan deze tussenkomsten is wel de **voorwaarde** verbonden dat **werd ingegaan op de verhoogde voorschotfactuur van de energieleverancier**. Het eventuele spaargeld of ander roerend kapitaal mag ook niet meer dan 2.500 EUR bedragen.

Wie meer spaargeld heeft, kan ook nog op die financiële tussenkomst rekenen, maar die steun wordt dan **teruggevorderd**. Dit geldt ook voor inwoners met een laag inkomen die een eigendom hebben die ze bewonen.

Tenslotte zijn er ook **preventieve maatregelen** voorzien, onder meer om het energieverbruik in een woning te doen dalen. Daarvoor doet het stadsbestuur beroep op de energiesnoeiers van het maatwerkbedrijf Den Azalee uit Sint-Niklaas. Op vraag van de bewoner voeren die in de woning een energiescan uit, waaruit blijkt waar kostbare energie verloren gaat.

Meer info:

welzijnshuis Sint-Niklaas
Abingdonstraat 99
03 778 66 66,
welzijnshuis@sint-niklaas.be

Geluidshinder voor de buren

Je buren kies je niet. Ze wonen gewoon naast, boven of onder je. Toch heb je dagelijks met elkaar te maken. Door rekening te houden met elkaar blijft het leuk in jouw buurt.

ENKELE TIPS VOOR EEN GOED CONTACT

- Groet je buren, dat is aangenaam
- Maak een praatje, dan weet je wat er leeft
- Zorg dat het stil is tussen 22 uur 's avonds en 8 uur 's morgens. Kondig een feestje of mogelijke geluidshinder aan, maar beperk eventuele overlast tot een minimum
- Laat geen voorwerpen of afval slingeren in de gang (appartementen) of op de stoep
- Help spontaan een handje als je ziet dat je buur het kan gebruiken
- Muziek is leuk, maar hou rekening met de buren. Niet iedereen luistert graag naar jouw muzieksmaak

GEZONDHEID

Valpreventie



Valpartijen hebben een grote negatieve impact op

de kwaliteit van leven van oudere personen. Een val heeft vaak ernstige gevolgen op diverse vlakken. Lichamelijke gevolgen zijn bijvoorbeeld kneuzingen, verstuingen en breuken. Op psychologisch en sociaal vlak brengt een val vaak valangst, sociale isolatie en depressie teweeg. Valpartijen zijn dan ook een veel voorkomend probleem, met hoge gezondheidszorgkosten voor de oudere en de maatschappij. Maar liefst één op drie 65-plussers komt jaarlijks ten val. Bij ouderen in een woonzorgcentrum valt minstens de helft van hen. Maar er is hoop! Een val kan voorkomen worden wanneer de onderliggende risicofactoren worden aangepakt met preventieve maatregelen.

- Een van de meest belangrijke valrisicofactoren is een **verminderd evenwicht, spierkracht en mobiliteit**. Afname van evenwicht, mobiliteit en/of spierkracht verhoogt het valrisico doordat de houdingscontrole wordt verstoord. Regelmatige lichaamsbeweging voorkomt deze afname en beschermt je dus tegen vallen!
- Een andere valrisicofactor is **ongezonde voeding**. Gezonde voeding is belangrijk om je spieren en beenderen sterk te houden en dus het valrisico te verminderen. Calcium, vitamine D en eiwitten dragen bij tot een goede werking van de spieren en stevige botten en verminderen zo het valrisico.
- Een derde valrisicofactor is een **onveilige woonomgeving**. De meeste valpartijen vinden immers plaats in de woonomgeving. Onvoldoende verlichting, vloerkleden, verhoogjes, gladde vloeren of rommel zijn hier meestal de oorzaak van. Door aanpassingen in de woonomgeving zoals stevige leuningen, extra verlichting of vloerkabelgoten voor losliggende snoeren kunnen heel wat valpartijen voorkomen worden.
- De vierde valrisicofactor is een **slecht zicht**. In staat zijn om obstakels te kunnen zien, is belangrijk om een valpartij te vermijden. Indien het zicht verminderd of belemmerd is, moet je nog meer vertrouwen op de houdingscontrole door je spieren. Afwijkingen van het zicht (bijziend, verziend of oogziekten), slecht gebruik en onderhoud van een bril of onvoldoende verlichting in en rond de woning zijn elementen die bijdragen aan het valrisico.

Meer informatie kan u terugvinden op de website www.valpreventie.be.

Volxkeuken

In het Masereelhuis starten ze vanaf april opnieuw met de maandelijkse Volxkeuken. Een Volxkeuken is een gezellig, gezond en goedkoop eetmoment (5 EUR volwassene, 3 EUR kind tot 12 jaar. Kansenpas 3 EUR volwassene en 2.50 EUR kind). Telkens van 19 tot 20 uur, elke derde zaterdag van de maand.

Er is steeds een vegetarisch alternatief mogelijk (vermelden bij inschrijving).

Als je komt eten moet je wel inschrijven. Dit kan tot de woensdag voorafgaand aan de maaltijd.

Info over het menu is nog niet beschikbaar. Je kan dit later bekijken op www.elisabethwijk.be.



Inschrijven?

Telefoon: 0471 59 26 52 of

Mail: lisaerde.liesbeth@outlook.com

KALENDER

Alle activiteiten en data zijn steeds onder voorbehoud van maatregelen die getroffen kunnen worden in het kader van het bestrijden van het covid-19-virus.

Zondag 27 maart | Het Buurtkwartier | Paterskerk | van 10 tot 13 uur
Een mooie locatie om een kopje koffie of thee en een stukje taart te komen eten. Meer info op pagina 2.

Zaterdag 2 april | de Elisabethwijk viert op zijn PAASbest | Prins Leopoldplein | 14 tot 17 uur
Een paasdrink op het plein. Servaas de Haas komt voor de kinderen met een zak vol lekkers naar het Prins Leopoldplein. Meer info pagina 2.

Zaterdag 16 april | Volxeuken | Masereelhuis | Truweelstraat 85 | om 19 uur
Meer info op pagina 8.

Zondag 24 april | Het Buurtkwartier | Paterskerk | van 10 tot 13 uur
Een mooie locatie om een kopje koffie of thee en een stukje taart te komen eten. Meer info op pagina 2.

Zondag 29 mei | Het Buurtkwartier | Paterskerk | van 10 tot 13 uur

Een mooie locatie om een kopje koffie of thee en een stukje taart te komen eten. Meer info op pagina 2.

Zondag 26 juni | Het Buurtkwartier | Paterskerk | van 10 tot 13 uur

Een mooie locatie om een kopje koffie of thee en een stukje taart te komen eten. Meer info op pagina 2.

Zaterdag 27 augustus | Bal Cirqu l'air | Prins Leopoldplein | van 14 tot 1 uur
Meer info volgt later dit jaar.

Zondag 17 juli | Goegebuurt | plaats nog te bepalen
De straat wordt verkeersvrij voor jong en oud. Meer info volgt later.

Zondag 28 augustus | Bal Cirqu l'air | onder voorbehoud

Colofon

Buurtkrant met steun van het Sint-Niklaas stadsbestuur, dienst diversiteit, samenleving en preventie, cel buurtwerk.

Werkten mee aan deze krant:
Siri Van Hove, Paul De Malsche, Danny Bontinck en Logo Waasland

Vormgeving: Graffito



Siri Van Hove
Buurtwerkster
0485 55 49 83
siri.vanhove@sint-niklaas.be



Gerrit Heirbaut
Voorzitter bewonerscomité
Info@elisabethwijk.be



Jan Van den Bossche
Wijkinspecteur
03 760 65 20
Pz.stniklaas.wijk@police.belgium.eu



Tijs Van Hoyweghen
Straathoekwerker
0496 58 31 33
tijs.vanhoyweghen@sint-niklaas.be