



H

Samen strijden tegen armoede en sociale uitsluiting

e

Terug naar school ~~school~~ Het LICHTPUNT!

t

W

E

L

L

E

K

E



Najaar 2022

# Het Lichtpunt in beeld



## Inhoud

.....	1
Het Lichtpunt in beeld .....	2
Voorwoord .....	4
September is opnieuw starten met Het Lichtpunt.....	5
Netbalwedstrijd tegen de Monkies.....	5
Wandelen naar Postel .....	5
Wist je dat.. .....	7
Fijne Buren .....	8
Kleurtekening .....	9
Koken met Betty - Heksenprotten.....	10
Weekend 2023 .....	10
Puzzelen.....	11
Voel je goed in je vel-geluksdriehoek.....	12
Activiteitenkalender .....	13
Vormingsaanbod Den Travoo.....	17
De vrijwilligersgroep.....	18
Interview met Elisabeth .....	19
Verkiezing van 2 leden voor het bestuursteam .....	20
We schreven een "BRIEF" naar diensten over het NIET-toegankelijk zijn. ....	21
Interview met Ann Maes van het OCMW .....	24
Derdebetalers-toepassing .....	25
Naar de minigolf .....	26
Oplossing woordzoeker.....	26
Het lichtpunt in beeld.....	27
Het Lichtpunt.....	28



Loopt het niet  
zoals je wil?  
Ga dan even zitten  
en adem.

Als het even  
Niet zo lekker gaat  
En je voelt je niet zo fijn.  
Zoek dan achter elke wolk  
Je eigen **LICHPUNT**





## Voorwoord


Tegenslagen overwinnen, moeilijkheden oplossen, ondanks eigen problemen er zijn voor anderen.

De ene slaagt er beter in dan de andere. Hoe kunnen we dit vatten?


Een antwoord vinden wij in het woordje "veerkracht".

Ik ging even op zoek naar de diepere betekenis van dit begrip.


Veerkracht is het vermogen om te herstellen van stress en tegenslag. Als er iets naars of verdrietigs gebeurt, kun je je knap beroerd voelen. Dat is normaal. Sterker nog: het voelen en accepteren van je emoties is het begin van een veerkrachtige reactie.




Waar vind je elke dag de moed en de kracht om door te zetten?  
Om het leven te leven ondanks storm, hagel en ontij.  
Ondanks tegenslagen en verdriet.



Hoe ga jij verder wanneer verdergaan onmogelijk is?  
Veerkracht is het toverwoord.



Veerkracht is de positieve energie die je opslaat als het goed gaat.  
Je verzamelt warmte en stopt de extraatjes in je kistje van geluk, diep in jezelf.  
Elke glimlach telt.



En op een donkere dag, als je op het punt van kapseizen staat, zonder land in zicht,  
dan brengt jouw veerkracht je naar de overkant.

BOND ZONDER NAAM

Veerkracht blijkt voor het grootste deel aangeboren. De ene zit al wat vlugger en langer in de put na een tegenslag dan de andere. Maar je kan het trainen door je open te stellen voor positieve invloeden! Tevens kan je gebruik maken van de veerkracht van een positieve omgeving!

Het Lichtpunt is hiervoor een uitgelezen plaats. Je wordt er dadelijk opgezogen in de groep en ontmoet mensen die ondanks tegenslagen er telkens weer in slagen het hoofd boven water te houden. Meer nog, zij zorgen er voor dat ook jij je snel beter gaat voelen. Zij kennen je gevoelens en voelen zich dubbel betrokken als zij zich herkennen in je specifieke noden. Want Het Lichtpunt staat open voor de problemen van mensen in nood en armoede. Vluchteling uit Oekraïne, mensen op zoek naar een beter leven, mensen met weinig inkomen, ...

Ook de leden van Het Lichtpunt zijn extra gevoelig voor je tegenslagen en problemen. Bij hen vind je de nodige steun. Ook velen onder hen waren ooit radeloos en op zoek naar oplossingen.

Elkaar ondersteunen kan echter enkel als we elkaar geregeld zien. Hiertoe vormen de activiteiten bij Het Lichtpunt een uitgelezen gelegenheid. Tijdens deze bijeenkomsten kunnen we overvloedig gebruik maken van elkaars veerkracht.

**Maurice**



Zo zal ook jouw bootje veilig aan de overkant geraken

## **September is opnieuw starten met Het Lichtpunt.**

Hallo Lichtpunters! Het is zover.

Terug met een goed gevoel en met blije gezichten samenkomen. En ook aan alle nieuwkomers, van harte welkom! Kom gerust eens een kijkje nemen en kijk wat er allemaal te beleven valt. Soms is er een praatgroep, waar je over jouw problemen kan praten of het kan natuurlijk ook persoonlijk met iemand van de begeleiding.

Er zijn ook nog andere activiteiten zoals de crea-momenten. Samen wandelen of fietsen of spelletjes spelen. Altijd is er wel iets te drinken met een lekker koekje of snoepje. Jaarlijks wordt er een toffe kleine kien-avond aangeboden. Heel gezellig!

Voor sommige activiteiten moet je je wel inschrijven. Voor anderen activiteiten vragen we een kleine bijdrage. Bijvoorbeeld voor de dag uitstap. Maar veel is gratis. Wel staat er een doosje voor vrije gift. Dit is niet verplicht om er iets in te steken. Dus... met z'n allen naar Het Lichtpunt. We proberen niet te roddelen, te liegen of te plagen. Dat hoort niet in onze groep waar mensen die in armoede leven het woord nemen. Ik hoop dat jullie gaan komen en dat we elkaar mogen terug zien. Dat we met veel lachende gezichten zijn.

Groetjes, Helga

## **Netbalwedstrijd tegen de Monkeys**

11 juli 2022. We konden nog eens een match spelen tegen de Monkeys. We waren met 7 spelers en ook hadden we onze supporters bij. Het was super warm die dag maar we hadden ons goed humeur meegebracht en we gingen er voor. De Monkeys waren heel sterk en wonnen met 2 -1 van Het Lichtpunt. Het was een gezellige namiddag en we hebben er veel plezier aan beleefd. Na onze wedstrijd mochten we van een welverdiende traktatie genieten. Dank je wel, sportraad.



Tot volgend jaar voor de revanche! 😊 😊

Patricia

## **Wandelen naar Postel**

Op zondag 22 mei was het zover. Het weer was prachtig en de 14 Lichtpunt- stappers en de chauffeurs hadden er zin in. Dus...de dag kon al niet meer stuk.

Om 8.30 u. stond de eerste groep klaar aan ons lokaal om te vertrekken naar sas 4 in Dessel.

Het was een mooie trip in een prachtig stukje natuurschoon waarbij het bij momenten zo stil was dat we konden genieten van het mooie fluitgezing van de vogeltjes. Echt om rustig van te worden. Ondertussen was ook de tweede groep vertrokken. Aan de houten brug verbroederden de twee groepen en hielden we een gezellige picknick met belegde sandwiches, koffiekoeken, koffie en frisdrank.

Om 11.00 u. wandelden we samen verder naar Postel. Deze trip was een stukje langer en ook drukker omdat we onderweg veel fietsers tegen kwamen. Toch werd het een leuke

tocht waarbij we onderweg nog een spelletje speelden waarbij de wandelaars aan de hand van enkele dierengeluiden het juiste dier moesten raden.

Om 12.15 uur kwamen we aan op de parking in Postel. Iedereen had het gehaald! Iedereen had er een positief gevoel bij! De eerste groep had 9 km in de benen en de tweede groep 6,5 km.

En... iedereen had nog energie over. Van een succes gesproken!

Proficiat aan al onze wandelaars! En dank u wel voor onze chauffeurs die ons op de parking opwachtten en zorgden voor een warm onthaal.

MAAR, ook in Postel hadden we nog een programma in petto. Eerst werden de resterende sandwiches en koffiekoeken opgegeten en daarna wandelden we verder naar de binnenkoer van de abdij. Hier bezochten we de mooie kruidentuin en nadien de romaanse abdijkerk. In de kerk hielden we een kort stiltemoment en brandden we een kaarsje voor al onze Lichtpunters en voor iedereen die ons genegen zijn. Dit was een heel mooi en ingetogen gebeuren. Daarna deden we nog een gezellig terrasje. Dit was echt wel heel leuk, ook omwille van het mooi weer. En om de dag af te sluiten, gingen we nog een ijsje snoepen. Het was een zeer geslaagde Lichtpunt- activiteit met alleen maar voldane en tevreden snoetjes!

Groetjes van de ganse wandelgroep en begeleiders.



## Wist je dat..

- **ons kerstfeest** dit jaar doorgaat op een ZATERDAG en NIET op een ZONDAG? Zie ook in onze activiteitenkalender blz. 16.
- **ons sportuurtje** vanaf september doorgaat elke 3de DONDERDAG van de maand en NIET op de 3de WOENSDAG van de maand? Zie ook in onze activiteitenkalender blz. 13.
- **de Vrijetijdscheques** vervangen worden door een UIT-PAS? Je komt er meer over te weten op onze samenkomst op woensdagavond 9 NOVEMBER. Zie ook in onze activiteitenkalender blz.15
- 65-plussers, personen met een beperking en chronisch zieken vorig jaar een uitnodiging kregen om **het gele doosje** op te halen bij de apotheker of aan de balie van VC De Kruierie. Het gele doosje is een bewaardoos voor belangrijke medische en andere informatie. Je plaatst dit gele doosje in de koelkast zodat hulpverleners snel de nodige info vinden om gepaste hulp te bieden
- een kwartiertje per dag **voorlezen** zorgt voor **een opstap in de taalontwikkeling**. Als ouders vanaf de geboorte dagelijks één boekje voorlezen, dan komen kinderen in de eerste vijf levensjaren naar schatting met bijna 300.000 extra woorden in aanraking. En je hoeft die boekjes niet zelf in huis te hebben. Onze prachtige bib wil je hierbij graag helpen. In prentenboeken staan 1,7 keer zoveel verschillende woorden als in de gewone gesprekken die ouders met hun kinderen voeren.  
De kans dat een kind een nieuw, 'zeldzaam' woord leert tijdens het voorlezen is drie keer zo groot als tijdens een gesprek tussen ouder en kind.
- **de HUISdokter van het Energiehuis Kempen** je gratis en onafhankelijk bijstaat gedurende het hele traject, aan huis en op jouw tempo?  
De HUISdokter komt langs bij je thuis en bekijkt samen met jou de staat van je huis, het energieverbruik en mogelijke maatregelen om dit verbeteren. En bovenop ontvang je een vrijblijvend adviesrapport met een stappenplan, een inschatting van de kostprijs, beschikbare subsidies en leningen. Men helpt zelf mee met het opmaken van offertes en nog meer. Meer info via [www.energiehuiskempen.be/huisdokter](http://www.energiehuiskempen.be/huisdokter) of 014/56 27 88.
- Anke en Vanessa tips gaven in het gemeentelijk infoblad zomereditie 2022? Enkele **leuke budgetvriendelijke tips** om iets leuks te maken zonder dat je een echte handige Mariette of Harry moet zijn. Zoek maar snel je exemplaar terug en kijk op pagina 4.
- als je nog vragen hebt over **vaccinatie** je nog altijd terecht kan bij het callcenter van BalDeMoRe. Telefonisch via 014/38 90 47 of via mail op [callcenter@elzbaldemore.be?](mailto:callcenter@elzbaldemore.be)
- als je een leefloon, stempelgeld of een mutualiteitsuitkering ontvangt, je enkele uren per week kan werken als **wijk-werken**. Dat is misschien iets voor jou?  
Als wijkwerker kan je bij mensen tuinen onderhouden of kleine klusjes uitvoeren. In scholen kan je in de refter middagtoezicht doen. Of je kan in het woon-zorgcentrum 's middags tijdens de maaltijd helpen. Per gewerkt uur ontvang je een belastingvrije wijk-werkcheque bovenop jouw uitkering.



Heb je interesse in wijk-werk? Heb je vragen? Neem dan contact op met het wijk-werkkantoor op 014/82 98 55.

- héél wat gezinnen vaak een **overschot aan pampers** hebben? Kinderen hebben regelmatig een grotere maat pampers nodig of worden zindelijk. Heb jij nog een overschot? Doneer deze dan in een inzamel box. Je vindt er één in VC de Kruierie - het Consultatiebureau van Kind en Gezin en in Kinderdagverblijf vzw Dolfijn. Of anderzijds: heb je jonge kinderen en een klein budget? Dan koop je aan de balies van het sociaal huis of den Travoo een pakketje met 25 pampers in de gewenste maat voor slechts 1 euro. Let wel, aankoop is beperkt om zoveel mogelijk gezinnen te kunnen helpen.

## Fijne Buren



*Vind jij een fijne, zorgzame buurt, waar iets te beleven valt, ook zo belangrijk? Wil je mee bouwen aan een buurt waar mensen voor elkaar in de bres springen en waar nog tijd gemaakt wordt om een praatje te slaan? Buren die er zijn voor elkaar, zijn blije buren. Door elkaar te helpen, ontmoet je mensen uit je buurt, doe je nieuwe ervaringen op en maak je mee het verschil in onze gemeente!*

*Registreer je gratis, eenvoudig en met respect voor je privacy op*

*Selecteer waar je je buren wel mee wil helpen of maak zelf een bwww.balen.be/burenplatform burenmatcher doet automatisch de rest.*

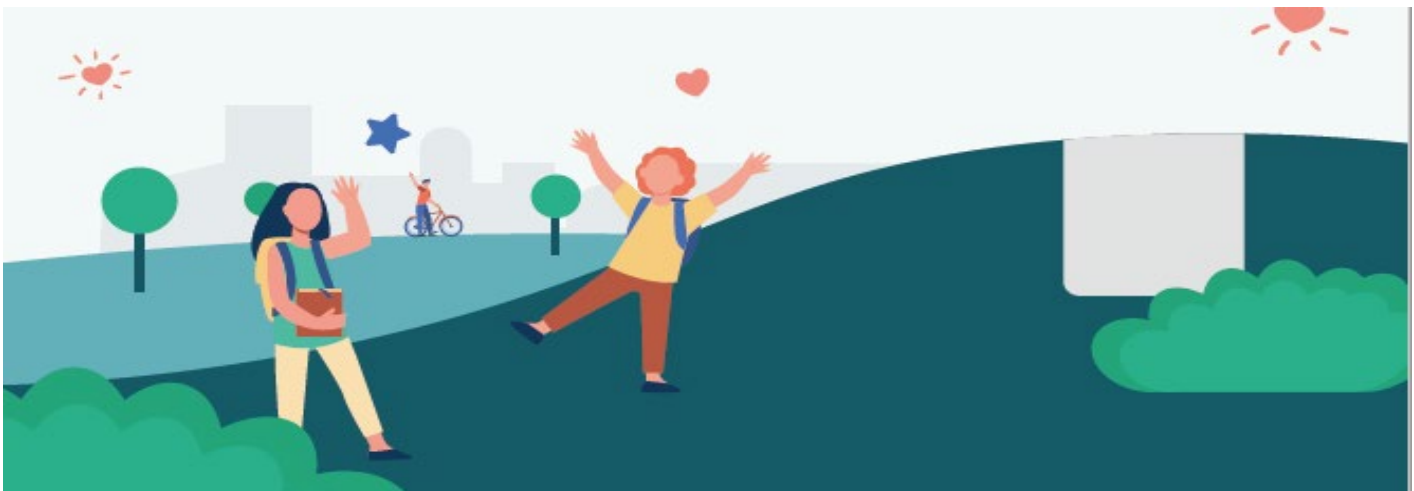
*Je ontdekt meteen de zoekertjes van je buren. Een mail stelt de juiste buur op de hoogte via de automatische slimme matching. Met een paar klikken kom je in contact met de juiste buur!*

*Ook niet-digitale buren kunnen meedoen. Zij mogen contact opnemen via de contactgegevens.*

*Surf naar [www.balen.be/burenplatform](http://www.balen.be/burenplatform) of scan de QR-code.*

*Samen maken we van Balen een nog warmere gemeente.*

*Info: Lieze Maes, 0492 34 28 10, [burenhulp@balen.be](mailto:burenhulp@balen.be)*







Deze morgen knoopte ik mijn hemd toe en ik had een knoop in mijn hand.

Daarna deed ik mijn schoenen aan en ik had een nestel in mijn hand.

Nu durf ik niet meer gaan pissen !

### Soep aan het maken van vergeten groenten



Vraagje... Als de bliksem inslaat... op een elektrische auto... is die dan weer volgetankt !?!

## Koken met Betty - Heksenprotten

500gr havermout, 300gr boter, 300gr suiker, 200gr bloem, 4 eieren

### **Werkwijze:**

Smelt de boter, voeg de havermout toe.

Verwarm ongeveer 1 minuut.

Voeg de suiker en de eieren toe en meng alles goed onder elkaar.

Tenslotte voeg je de bloem in kleine hoeveelheden onder het beslag.

Met behulp van 2 eetlepels kan je kleine hoopjes deeg op een ingevette bakplaat leggen.

Bak de koeken gedurende 15 minuten in een voorverwarmede oven van 175 graden

Tip :Fijn gesneden appeltjes onder het deeg mengen, maken de koekjes iets sappiger en nog lekkerder!!! SMAKELIJK

## Weekend 2023



We gaan van **vrijdagavond 12 mei 2023 tot en met zondagnamiddag 14 mei 2023** naar de Berkelhoeve in Vorselaar (bij Herentals). Het is een groot domein (18 ha) met een verblijf voor 65 personen met kamers voor 1, 2, 3 of 4 personen. We kunnen zelf koken en er is een speeltuin, een touwenparcours, een plein om te basketten, te voetballen, te volleyballen, te petanquen, een kampvuurkring, speelbos, ... Het hele verblijf is rolstoeltoegankelijk!

Heb je al zin om mee te gaan? Voor 20 euro per persoon kan je mee! Meer info alsook de uitnodigingen volgen later!

"MAMA, WAT DOET EEN  
OOIEVAAR EIGENLIJK,  
NADAT HIJ DE KINDEREN  
HEEFT AFGELEVERD?"

" OP DE BANK LIGGEN  
EN VOETBAL KIJKEN!"

Nieuwe suikerstrooier gekocht



HIJ ZEI "ZAND EROVER"?  
ZE HEBBEN HEM NOOIT MEER  
GEVONDEN....

Maar hij doet het niet

H	O	D	E	E	S	T	R	U	I	K	E
B	O	O	M	I	L	S	S	R	A	J	V
R	E	O	S	K	L	A	O	F	T	O	M
U	E	R	E	E	B	R	A	O	R	R	D
U	H	B	G	L	J	R	O	R	O	E	E
V	T	O	E	T	H	N	U	W	Z	G	H
D	V	E	L	J	N	U	A	I	I	E	E
R	G	K	R	E	G	E	N	T	N	N	N
A	R	O	K	S	L	A	A	K	S	J	D
A	F	U	S	N	E	N	N	I	B	A	T
H	E	D	B	L	A	A	D	J	E	S	K
B	P	A	D	D	E	N	S	T	O	E	L

Oplossing

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

BEUKENNOOTJE	KASTANJES
BINNEN	KOUD
BLAADJES	LAARZEN
BOEK	PADDENSTOEL
BOOM	REGEN
BRUIN	REGENJAS
EGEL	ROOD
EIKELTJES	STRIJK
GEEL	THEE
GUUR	VOGELS
HAARDVUUR	WIND
HERFST	WORM
KAAL	

Twee collega's onder elkaar: "Heb je ook vernomen dat onze baas gisteren is overleden?" "Ja, maar wie zou er met hem zijn gestorven?" "Hoe bedoel je?" "Op de rouwbrief stond: "met hem stierf één van de bekwaamste medewerkers"¶

Oplossing p.26

## Voel je goed in je vel-geluksdriehoek

Wat maakt jou gelukkig?



*Veer  
Kracht*



**ZELF AAN DE SLAG?  
DEZE VRAGEN HELPEN JE OP WEG.**

-  Wat vind je belangrijk in je leven?
-  Waar ben je trots op?
-  Wat wil je (nog) bereiken? Wat motiveert je?
-  Bij wie vind je steun?
-  Hoe beteken jij iets voor anderen?
-  Waar ben je dankbaar voor?
-  Wat helpt je om je gedachten los te laten?
-  Ben je soms niet te streng voor jezelf?
-  Waar krijg je energie van?

Op 17 en 24 mei gingen 12 Lichtpunter met Marjan van Welzijnsschakels op weg met de GELUKSDRIEHOEK. Er zijn drie belangrijke dingen om gelukkig te kunnen zijn.

1. Jezelf mogen zijn.
2. Je goed voelen.
3. Goed omringd zijn.



En daar deden we heel wat oefeningen voor. We ontdekten bij onszelf welke onze sterktes zijn. We deelden waar we trots op zijn. Bij wie we steun vinden. Waar we dankbaar voor zijn. Dit allemaal weten, geeft je kracht en maakt je sowieso sterker. We gaven elkaar complimentjes en oefenden om complementjes te ontvangen Niet altijd simpel maar wel belangrijk. Je adem onder control houden, geeft je rust. En als je rustig bent, kan je ook beter denken en voelen. En ook dat... juist, oefenden we.

En we maakten ANTI-KLAAG-armbandjes. Gedurende de week, moesten we telkens als we klaagden of roddelden of negatief waren, de armband van arm wisselen. Echt wel confronterend. Probeer het maar eens. Maar... je leert wel af om te klagen en te zagen en negatief te zijn. En dan voel je je veel beter.

Opvallend was, dat ondanks het toch dikwijls heel persoonlijk was met verdrietige verhalen, iedereen altijd met een goed gevoel terug naar huis keerde.

Gelukkig.

## Activiteitenkalender van september tot en met begin januari

### September

Woensdag 7 september	*Mannenactiviteit	Aan het Lichtpuntlokaal	19 tot 21 uur	Gratis. WEL inschrijven!
Woensdag 14 september	*Koffieklets. *Voorstelling van de activiteiten. *Inschrijving voor de activiteiten van september en oktober.	In het Lichtpuntlokaal 	19 tot 21 uur	Vrije gift. Iedereen welkom!
Donderdag 22 september	*Sportuurtje	In de turnzaal van de school van SCHOOR	18.30 tot 20 uur	Gratis. WEL inschrijven!
Woensdag 28 september	*Koffieklets *Buitenactiviteit (fiets meebrengen!)	In en aan het Lichtpuntlokaal	19 tot 21 uur	Vrije gift. Iedereen welkom! Voor buitenactiviteit, graag inschrijven!

### LICHPUNT- TUIN

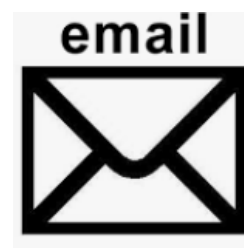
Hallo,  
iedere Lichtpunter is welkom op elke activiteit.  
Maar voor sommige activiteiten is het héél belangrijk dat je op voorhand inschrijft.  
Lukt dit niet?  
Contacteer dan VOORAF Els (0473 34 23 70) om in te schrijven.


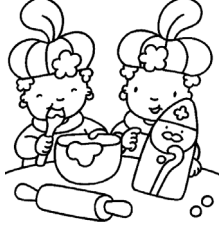



Oktober				
Woensdag 5 oktober	*Mannenactiviteit	Aan het Lichtpunt-lokaal	19 tot 21uur	Gratis. WEL inschrijven!
Woensdag 12 oktober	*Samenkomst met de "Vrijwilligersgroep".	In het Lichtpunt-lokaal	19 tot 21uur	Uitnodiging volgt
Maandag 17 oktober	*Fakkeltocht	Rozenbergschool in Mol	18.30uur	Gratis. Iedereen welkom!
Donderdag 20 oktober	*Sportuurtje 	In de turnzaal van de school van SCHOOR	18.30 tot 20 uur	Gratis. WEL inschrijven!
Woensdag 26 oktober	*Koffieklets *Inschrijven voor november en december *Crea-moment: decor maken voor de kunstendag *Buitenactiviteit (fiets meebrengen)	In het Lichtpunt- Lokaal 	19 tot 21uur	Vrije gift.  Iedereen welkom! Voor Creamoment en buitenactiviteit graag inschrijven!

#### LICHTPUNT- TUIN

Hallo,  
Ben je ingeschreven voor een activiteit. Super!!  
Maar...kan je niet komen? Laat ons dit weten.  
Dit is respect hebben voor de mensen die alles organiseren.  
Dank je wel  
Contacteer dan VOORAF Els (0473 34 23 70) om in te schrijven



<b>November</b>				
Woensdag 2 november	*Mannenactiviteit	Aan het Lichtpunt-lokaal	19 uur	Gratis. WEL inschrijven!
Donderdag 3 november	*Buurtrestaurant	In Den Travoo	18 uur	2 euro per persoon. INSCHRIJVEN!
Woensdag 9 november	*Infoavond over de UITPAS en de VRIJETIJDSCHEQUES	In ons lokaal	19 uur	Gratis. Iedereen welkom!
Donderdag 17 november	*Sportuurtje	In de turnzaal van de school van SCHOOR	18.30 tot 20uur	Gratis. WEL inschrijven!
Zondag 20 november	*KUNSTENDAG voor kinderen en Jongeren.	<b>UITNODIGING</b> Voor de gezinnen volgt nog.....		
Woensdag 23 november	*Infoavond voor de kandidaten die bij het Bestuursteam willen komen.	In ons lokaal	19uur	Gratis. Wel graag inschrijven.
Woensdag 30 november	*Koffiekllets *Inschrijven kerstfeest *Crea voor kerstmis. *Buitenactiviteit (fiets meebrengen)	In ons lokaal	19 uur 	Vrije gift. Iedereen welkom! Voor crea- moment en buitenactiviteit, graag inschrijven!



<b>December</b>				
Woensdag 7 december	*Mannenactiviteit	Aan ons Lichtpunt-lokaal	19 uur	Gratis. WEL inschrijven!
Woensdag 14 december	*Kienen	In ons Lichtpunt-lokaal	19 uur LP lokaal	2 euro Graag inschrijven



<b>ZATERDAG</b> 17 december	*Kerstfeest	Grote zaal in het parochiecentrum	12 uur	Uitnodiging volg nog...
--------------------------------	-------------	--------------------------------------	--------	----------------------------



Donderdag 22 december	*Sportuurtje	In de turnzaal van de school van SCHOOR	18.30 tot 21uur	Gratis. WEL inschrijven!
--------------------------	--------------	-----------------------------------------------	-----------------	--------------------------------

**Meer info? Els is te bereiken op gsm-nummer 0473 34 23 70**

### Activiteitskalender begin januari 2023

Woensdag 11 januari 2023	*Koffieklets *Voorstellen activiteiten *Inschrijven activiteiten	In het Lichtpunt-lokaal	19 tot 21uur	Vrije gift. Iedereen welkom!
-----------------------------	------------------------------------------------------------------------------	----------------------------	--------------	---------------------------------





## Vormingsaanbod Den Travoo

### KENNISMAKING MET DEN TRAVOO JOBCLUB

and

1 september / 6 oktober  
10 november / 1 december  
9u30 tot 12u



### LEZING MENTALE VEERKRACHT

20 oktober van 19u-21u

ava  
hsa

### STARTEN MET INTERNET

Maandagen 10, 17 en 24 oktober  
van 13u-16u



### KAARTJES MAKEN

Maandagen 12 en 19 december van 9u-12u



De ontmoetingsruimte is open op  
woensdag en vrijdag  
van 11u tot 15u.



### CURSUS SMARTSCHOOL

26 september  
3, 10 en 17 oktober  
Telkens van 9u15-11u45

### PC-CAFE

Meer informatie en inschrijvingen op  
maandag en vrijdag tussen 9u-12u  
bij Myriam via 014/68 71 93 of aan de balie



### WORKSHOP ITSME

Maandag 7 november van 13u-16u

Vrijwilligers gezocht voor PC-café

Vrijwilligers gezocht voor den travoo

Huiswerkbegeleiders gezocht

Vrijwilligers gezocht voor  
mindermobielen centrale

Gemachtigd opzichters gezocht

fluvius

### CURSUS

### BETER COMPUTEREN

Maandagen 26 september en 3 oktober  
van 13u-16u



### WORKSHOP MUZIEK BELUISTEREN

Maandag 14 november van 13u-16u



Voor inschrijvingen en vragen  
kan je terecht bij:



Ellen Dierckx  
Coördinator  
Tel: 014/68 71 93  
Email: ellen.dierckx@ocmwbalen.be



Ann Michiels  
Vormingsmedewerker  
Tel: 014/68 71 93  
E-mail: ann.michiels@ocmwbalen.be

## De vrijwilligersgroep

Het idee om de brede groep van vrijwillige helpers (zoals zij die een handje toesteken bij de feesten en de activiteiten, of meewerken als ervaringsdeskundige of als lid van een overleggroep bij het OCMW, of gewoon) samen te brengen in een vrijwilligersgroep leefde al even.

Maar door de corona-perikelen moesten we dit idee even parkeren. Op het Paasfeest was het dan zover en konden we dit idee lanceren. Lucien trok dit vanuit het bestuursteam en sprak tijdens het feest al met verschillende leden over dit initiatief. Er was duidelijk veel interesse en veel goesting om mee te doen. Wat het concreet zou worden, zouden we later dan samen uitdokteren. Meer dan veertig leden mochten we uitnodigen voor de eerste bijeenkomst op 11 mei in ons lokaal.

Er waren 27 leden en 5 leden van het bestuursteam aanwezig.

Onze vrijwilligersgroep zal bestaan uit mensen die al heel wat vrijwilligerswerk doen en anderen die nog niets doen, maar graag een handje willen toesteken voor Het Lichtpunt. En... waar wij in de toekomst op kunnen rekenen. Dat mogen zowel mensen zijn die in armoede als mensen die niet in armoede leven. Je mag dus gerust mensen aanspreken! We willen kansen geven aan mensen om te participeren: om mee doen, mee te denken, mee te praten, om mee hun talenten in te zetten.

Met deze vrijwilligersgroep willen we twee keer per jaar samen komen. In oktober en in maart tijdens de week van de vrijwilliger. We gaan samen ideeën verzamelen, advies vragen en geven, staan stil bij wat we fijn vonden bij Het Lichtpunt en wat we niet fijn vonden. Er moet dan zeker ook tijd zijn om samen te praten over hoe het met iedereen gaat, welke ondersteuning nuttig is, enzovoort. Tijd dus om nieuwe ideeën en nieuwe inzichten te verwerven. We zien deze groep van vrijwilligers vooral als mensen die graag iets willen doen, maar niet altijd willen vergaderen.

In kleinere groepen werd verder nagedacht over mogelijke initiatieven voor de toekomst. Dit leverde een rijk palet aan ideeën op gericht op verschillende leeftijdsgroepen en interesses. Van cultuur over sport en vrijetijdsbesteding naar sensibilisering, enzovoort. Hieruit enkele citeren, zou onrecht doen aan de andere ideeën. Er is zeker heel wat op komst.

Lichtpunt als smeltkroes van zoveel engagement geeft een warm gevoel voor de toekomst.

## Mon

Achter elke man staat een sterke vrouw 🤔🤔



Zoon: "Papa waarom zijn er zo weinig damesvoetballers?"

Vader: "Probeer maar eens elf vrouwen te vinden die in dezelfde kleding willen lopen!"



## **Interview met Elisabeth**

### **Waarom kom je bij Het Lichtpunt?**

Ik zit reeds een 9 á 10 jaar in Het Lichtpunt. Ik was toen ongeveer 12 jaar oud, nu ben ik 19. Ze hebben mij gekend als kind, puber en adolescent en ze hebben al mijn fases zien passeren. Bij Het Lichtpunt is er geen drempel om mijn gezicht te laten zien. Ik kom daar dus niet alleen omdat het al zodanig is ingeburgerd in mijn leven, maar ook omdat de sfeer altijd fijn is. Altijd als ik mijn hoofd laat zien krijg ik meteen een vrolijke: "hé Elisabeth, hoe is het? Hoe gaat je studie"? Je wordt er als persoon, ieders individu gezien. En geld? Da's dan eventjes bijzaak. Daarnaast word je ook altijd gesupporterd. Het Lichtpunt is een waar lichtpunt omdat het moed en kracht geeft.

### **Waar word je blij van?**

Het maakt me blij dat ik bij Het Lichtpunt activiteiten kan doen met mijn familie, kennissen en vrienden en dat ik niet hoeft te denken "kan ik dat wel betalen?", nee dan kan ik gewoon eventjes genieten! Dit zijn dan ook 1 van de weinige momenten dat ik met mijn familie (ouders en broer) even weg kan voor een dag vol plezier.

### **Wat doet je pijn?**

Helaas, wij zijn niet de enige mensen bij Het Lichtpunt. Ook al geeft dat moed, het is toch confronterend... Dat we met zoveel zijn in het armoede-schuitje. 'T is gek om te zien hoe mensen met zo weinig, zo gelukkig kunnen zijn! Althans is dat hoe we het laten zien. Maar ieder van ons weet dat we vaker gekwetst worden door de realiteit. "Mama, ik heb een herinneringsmail gekregen over de schoolrekening, wanneer kunnen we die betalen?" wil geen elke ouder horen. Doch, is er bij Het Lichtpunt ruimte voor blijheid en verdriet, een traantje en ne stevige knuffel is toegestaan! Samen staan we sterk!

### **Hoe ervaar jij, wat jouw aanwezigheid bij de ander teweeg brengt?**

Zoals ik eerder al zij, altijd die blijde "hé Elisabeth, hoe is het?", doet veel. Op die manier ervaar ik dat ik graag gezien word op de manier hoe ik ben. Maar, ook ik geef die goeie moed graag door en zal dan even vrolijk zeggen "Hé X, hoe is het"? Dan ben ik er voor een luisterend oor, een goede grap en lach, of gewoon om samen een koffieke te leuteren! Da's pas plezant. Als we dan naar huis gaan en ze zeggen "Allé, ik ben er mee weg, gij bent er volgende keer toch ook weer bij?" Dan voel ik mij alsof mijn aanwezigheid gewaardeerd wordt, alsof ik echt iemand ben die iemand kan helpen.

### **Wat betekent dat voor jou?**

Gewaardeerd worden voor wie je ECHT bent, wie apprecieert dat nu niet? Op school hoor je te zijn wie de docenten willen dat je bent. "Elisabeth, je bent TE assertief, Elisabeth die opdracht moet beter, Elisabeth..." daar ontbreekt dan vaak "Elisabeth, je bent goe bezig!". Onder vrienden is het dan nog anders, die willen soms leuke maar helaas ook dure dingen gaan doen. Shoppen? Nee sorry ik heb geen kleren nodig (denkend: 't is eigenlijk te duur), bij Het Lichtpunt is dat anders. Ze accepteren je zoals je bent als persoon, en geld is bijzaak!

**Super bedankt voor dit super interview Elisabeth.**

**Els**



**Stel je kandidaat!**

## Verkiezing van 2 leden voor het bestuursteam

Vorig jaar uitgesteld wegens corona. Nieuwe poging!

In december neemt het bestuursteam afscheid van de 2 verkozenen die er een termijn van 5 jaar hebben opzitten. Eind december willen wij 2 nieuwe mensen kiezen. Zo zitten er telkens twee oudgedienden en twee nieuwe verkozenen in het bestuursteam en hebben we een roulatiesysteem.

Opgelet! -De mensen van wie we afscheid nemen, mogen zich terug kandidaat stellen om herkozen te worden.

Er kunnen nooit twee of meerdere leden van hetzelfde gezin in het BT zitten en dus ook niet verkozen worden.

### **Wat doen we met het bestuursteam?**

Het bestuursteam vergadert maandelijks.

In het bestuursteam worden: de voorbije activiteiten besproken, nieuwe activiteiten gepland, afspraken gemaakt, taken verdeeld, de werking van het Lichtpunt besproken, de werking bijgestuurd.

### **Wat zijn de voorwaarden om in het bestuursteam te zetelen?**

- je moet mensen die het moeilijk hebben vertegenwoordigen, niet jezelf!
- je moet kunnen zwijgen. Wat op het bestuursteam besproken wordt, mag niet naar buiten gebracht worden.
- je moet zoveel mogelijk aanwezig zijn op de vergaderingen en activiteiten.
- je moet "je zegje" durven doen en ook kritisch durven zijn.
- je moet je aan de afspraken kunnen houden en een verantwoordelijkheid kunnen dragen.
- je moet ook al eens kritiek kunnen verdragen.
- je mag geen vooroordelen hebben en je moet alle mensen een kans kunnen geven.



### **Wat moet je doen om verkozen te worden?**

- Iedereen die boven de 18 jaar is en geïnteresseerd is om zich in te zetten in het bestuursteam mag vanaf NU zijn naam opgeven.
- In november 2021 wordt er een infovergadering gepland voor alle geïnteresseerden.

### **Hoe werkt de verkiezing?**

- Wij maken een lijst van al de geïnteresseerden.
- Zijn er meer dan twee namen, dan zal tijdens een verkiezing, iedereen die ouder is dan 16 jaar een stem mogen uitbrengen. Je stemt op diegene die jij als afgevaardigde wil in het bestuursteam.
- De stemmen worden geteld.
- De twee personen met de meeste stemmen worden onze nieuwe afgevaardigden bij het bestuursteam.
- Wonen de eerste twee personen op hetzelfde adres of horen zij tot hetzelfde gezin, dan zal diegene met meeste stemmen lid worden van het bestuursteam.
- De persoon met de derde meeste stemmen wordt dan de tweede nieuwe verkozenen.

Als Lichtpunt vinden wij het **SUPERBELANGRIJK**, dat ook jouw STEM GEHOORD wordt

Els

## We schreven een "BRIEF" naar diensten over het NIET-toegankelijk zijn.

BESTE VAKBONDEN, MUTUALITEITEN EN HULPKASSEN

Spijtig genoeg heeft de corona-periode heel wat problemen veroorzaakt voor onze leden die beroep moeten doen op de dienstverlening van vakbonden, mutualiteiten en hulpkassen.

Al heel snel mochten we tijdens de corona-periode schrijvende verhalen horen van mensen die gewoon niet meer op tijd hun tussenkomsten en uitkeringen konden bekomen. De grootste oorzaak was de moeilijke toegang tot de dienstverlening en de dienstverleners. Omwille van corona werden alle directe contacten afgesloten en werd het contact zoveel mogelijk telefonisch en digitaal georganiseerd. Maar dat liep niet van een leien dakje. Daarom schreven we met Lichtpunt een brief aan al deze dienstverleners in onze provincie. Want het is duidelijk dat de toegang tot de dienstverlening beter moet georganiseerd worden.

Daarom vragen we in onze brief naar een gesprek om na te gaan hoe deze problemen in de toekomst kunnen vermeden worden. Velen deden in het verleden ook al beroep op het OCMW, maar ook deze mensen hadden in het eerste jaar van de corona-periode al aan de alarmbel getrokken via hun overlegplatform Welzijnzorg Kempen.

Omdat het zo moeilijk was om directe toegang te krijgen, werd dikwijls maar laat ontdekt dat er een probleem was omdat documenten verloren waren gegaan of omdat men onvoldoende of verkeerde documenten had bezorgd. Telefonisch contact nemen was een processie van Echternach, met enorme wachttijd terwijl de teller van de telefoonrekening wel bleef doorlopen. Digitaal contact was ook niet altijd de oplossing omdat men zelf niet altijd de juiste vraag kon stellen om zo snelle en juiste informatie te bekomen.

En we moeten dus zeker niet uitleggen dat de zeer late betaling van tussenkomsten en uitkeringen een directe impact (opbouw schulden of geen geld om de basisbehoeften te dekken) heeft. Dit moet absoluut vermeden worden.

Hier enkele getuigenissen die enkele leden voor ons hebben uitgeschreven en we hebben hieraan niets aangepast:

### **Getuigenis 1 :**

*Zelf ben ik ervaringsdeskundige. Het leven van een alleenstaande mama met drie opgroeiende kinderen is niet gemakkelijk.*

*Ik wil jullie erop wijzen, dat sinds de corona- uitbraak, jullie enorm moeilijk te bereiken zijn.*

*Soms hang ik bijna een uur aan de lijn, terwijl ik moet betalen voor deze oproep.*

*En toch krijg ik nog geen contact en word ik niet verder geholpen.*

*Vaak gaat het dan om vragen waar ik online geen antwoord op kan vinden.*

*Het persoonlijk contact, dat zo belangrijk is, is helemaal weg.*



*Ook de uitbetalingen laten te wensen over, ook al doe ik mijn formulieren allemaal tijdig binnen.*

*Steeds moet ik wachten op mijn centen. Wat meebrengt dat andere rekeningen blijven liggen.*

*Kortelings was ik langdurig ziek, maar wie komt er financieel weer eens dieper in de nesten?*

*Juist, niet u.*

*Maar ik, die al jarenlang de eindjes aan elkaar probeer te knopen.*

*Schrijvend is dit. Ronduit onmenselijk.*

*Ik wil deze brief aan jullie schrijven, zodat u weet dat dit niet langer houdbaar is, voor mensen met een lager inkomen in deze maatschappij.*



### **Getuigenis 2:**

*Mijn dochter werkt in de zorg. Van het moment dat je zwanger bent, moet je daar thuis blijven en krijg je vervangingsinkomen. De nodige papieren gaan afhalen bij haar werk en binnengebracht bij de vakbond. Resultaat: papieren verloren gegaan. Dochter zonder inkomen, bellen naar ziekenfonds, uren wachten tot er opgenomen wordt. Je krijgt wel een bandje dat je online je vraag kan doorsturen. Maar dochter weet niet hoe het komt dat ze geen inkomen heeft want dat wordt niet gecommuniceerd. Nieuwe papieren gaan halen op werk. Opnieuw afspraak maken bij vakbond, afspraak maken bij ziekenfonds, wachttijden tot en met en uiteindelijk 3 maanden zonder inkomen zitten.*

### **Getuigenis 3:**

*Zelfs een simpel vraagje voor ziekenfonds en 1 uur aan het wachten en nog steeds niet opgenomen. Je krijgt... er zijn nog zoveel wachtende voor u, als je dan de eerstvolgende bent krijg je geen gehoor en sluit de telefoon vanzelf af. Online afspraken maken, formulieren invullen, iets te kort ingevuld, opnieuw formulieren invullen. Onderbemand krijg je te horen, ten slotte. Voor een gewone vraag ben je een maand verder.*

### **Getuigenis 4:**

*Ik ben een alleenstaande mama met een zoon met een beperking. Om toch eens andere contacten te leggen ging ik in op een vacature voor 6 uur ondersteuning per week in de instapklas in een schooltje in de buurt. Dit voor bepaalde tijd. Ik heb toen bij de vakbond navraag gedaan of dit mogelijk was en dat was geen probleem.*

*Ik vulde netjes mijn deeltijdse tewerkstellingsdocumenten in en bracht deze op de laatste dag van de maand binnen. Daarna was het wachten op de bijpassing. En wachten en wachten .... Telefonisch geraakte ik bij de vakbond niet binnen, zelfs niet na 100 pogingen. Dan uiteindelijk maar via mail waar ik dan na 2 dagen antwoord op kreeg dat er een papier van de werkgever ontbrak. Ondertussen was de nieuwe maand al 2 weken ver, een hoop problemen met rekeningen die niet*

betaald konden worden en domiciliëringen die niet door konden gaan wat voorkomen had kunnen worden als ze beter bereikbaar waren geweest.

Uiteindelijk kreeg ik dan na 3 weken mijn bijpassing.

### **Getuigenis 5:**

Vermits ik een alleenstaande ben met een zoon met een beperking geniet ik verhoogde tegemoetkoming. In januari is mijn mutualiteit samen gegaan met een andere en sinds die tijd was ik mijn verhoogde tegemoetkoming kwijt. Ik probeerde telefonisch erachter te komen wat er mis gelopen was maar tevergeefs. Dan maar via het contactformulier en kreeg ik na een dag de documenten om de verhoogde tegemoetkoming weer aan te vragen, was in februari. Ok, alles weer opgevraagd van nodige documenten en ingestuurd. Na 2 weken bericht dat er documenten ontbreken, ik stuur alles nog een keer door. Na 2 weken bericht dat het geweigerd is omdat de documenten te laat ingezonden zijn... ik probeer weer te bellen, zonde van mijn tijd want ik krijg niemand aan de lijn. Weer via het contactformulier met de vraag wat er dan mis is gegaan. Krijg ik weer de documenten om een nieuwe aanvraag in te dienen.

Dan maar via een medewerker van het OCMW om dit mee in orde te maken. Maar zelfde probleem, zij geraakt daar ook niet binnen, krijgt ook bericht dat er documenten ontbreken, stuurt alles weer in. Ondertussen beland mijn zoontje in het ziekenhuis en in plaats van mij te kunnen focussen op zijn genezing kon ik beginnen rond bellen om erachter te komen hoever het nu staat met die verhoogde tegemoetkoming want dat scheelt wel een heel pak op het ziekenhuisfactuur.

Uiteindelijk na 6 maanden was mijn verhoogde tegemoetkoming weer in orde, als de mutualiteit beter bereikbaar was geweest had dit veel sneller gekund.

En nu maar hopen dat we snel met een aantal verantwoordelijken in gesprek kunnen gaan om hen ervan te overtuigen om hun werkwijze toch nader te bekijken en te zien hoe dit allemaal kan voorkomen worden.



## **Interview met Ann Maes van het OCMW**

**Dag Ann, wat doe je binnen het OCMW ?**

Ik ben stafmedewerker, beleidsondersteuner. Ik ondersteun collega's, diensten, alsook het bestuur. Ik werk onder andere mee aan het sociaal beleid, het armoedebeleid, het vrijwilligersbeleid. Ik heb een heel gevarieerde job. Als er nieuwe maatregelen of nieuwe subsidies komen volg ik deze op en bekijk of we er in Balen iets mee kunnen doen.



**Hoe kwam je er bij om de werkgroepjes van het armoedebeleid op te richten ?**

In 2007 hebben we laten onderzoeken hoeveel mensen er in armoede leven in Balen. We hebben de bevraging laten doen door de Hoge school Kempen. Met als resultaat dat 1/8 van de gezinnen in Balen in armoede leeft.

We zagen ook dat van deze gezinnen met een laag inkomen maar één op de vier in contact kwam met het OCMW. Om de één of andere reden durven mensen de stap naar ons niet te zetten.

We hadden toen ook over België en Vlaanderen cijfers dat 10% mensen in armoede leefden. Maar we dachten dat dit eerder in de grote steden zo was. En wat bleek? Armoede bestond ook in Balen.

Dat onderzoek gaf ons een stamp onder ons gat om actie te ondernemen. Samen met de Hoge school Kempen, bekeken we hoe we stappen konden zetten. En zo zijn we met de werkgroepjes begonnen. In armoede leven blijkt op vele niveaus gevolgen te hebben. We hebben dan ook een aantal thema's gekozen waar een aantal groepjes rond werken.

**Voor wat staat de naam OCMW ?**

Openbaar Centrum voor Maatschappelijk Welzijn. Het is een dienst die voor iedereen open staat zodat iedereen menswaardig kan leven. Het OCMW werkt heel ruim en op vele vlakken. Hulp bij papierwerk. Mee zoeken naar andere diensten die beter kunnen helpen. Hulp bij je budgetbeheer. Eventueel ook hulp als je financieel niet rondkomt.

**Wat heeft jou gedreven om bij het OCMW te komen werken?**

Ik wilde altijd al een job waarbij ik mij nuttig kan voelen en iets kan bijdragen aan de samenleving. Een job waar je het verschil kan maken voor de mensen. En ik kan uit mijn job, wel voldoening halen. Zien dat we, met kleine stapjes het beter kunnen maken voor mensen. Ik vind het OCMW een zinvolle organisatie. We doen het om mensen te kunnen helpen.

**Wie kan er allemaal terecht bij het OCMW ?**

Iedereen kan bij het OCMW terecht met welke vraag ook. We hebben o.a. een juridische dienst, een dienst voor ouderen, een financiële dienst met o.a. budgetbegeleiding. We werken op vrijwillige basis. Niemand wordt gedwongen. Je kan er ook advies krijgen rond bv. schulden en eventueel leggen de OCMW-medewerkers contact met schuldeisers. Maar ook het Woonzorgcentrum Ter Vest is van het OCMW.

**Hoe ga jij om met de soms schrijnende verhalen van mensen die in armoede leven of in nood zijn?**



Dat pakt je. Maar ik vind het heel goed dat mensen er durven over te praten. Het is belangrijk dat we weten dat er armoede is. Dat we ons hiervan bewust zijn. Dat we het verhaal of de situatie achter de hulpvraag mogen horen van mensen. Dat motiveert mij ook, om er iets aan te doen. Om tot actie te komen.

### **Als je één dag kon doen wat je wilde, wat zou je dan doen ?**

Een groot feest geven waar iedereen welkom is en waar je de zorgen kan vergeten. Waar je kan genieten.

### **Wat maakt jou aan het lachen ?**

Zien dat andere mensen het goed hebben. Niet alles te serieus nemen. Naar optredens gaan. Stomme stoten van mensen en collega's, gesprekken aan de toeg.

Ann, bedankt voor je tijd en het mooie interview

**Patricia**

## **Derdebetalers-toepassing**

Sinds 1 januari 2022 kunnen artsen, logopedisten en tandartsen deze regeling toepassen voor alle geneeskundige zorgen. Dat betekent dat je, wanneer de derdebetalersregeling wordt toegepast, alleen nog het remgeld (en eventuele supplementen) betaalt. Je hoeft de kosten dus niet langer voor te schieten om daarna een deel van het betaalde bedrag terug te krijgen via je ziekenfonds. Je ziekenfonds betaalt dit deel rechtstreeks aan je zorgverlener (arts/tandarts).

De zorgverlener beslist zelf of hij de derdebetalersregeling toepast. Daarom is het belangrijk dat patiënten goed geïnformeerd zijn. Zo kan je je zorgverlener zelf vragen om deze regeling toe te passen.

Opgelet: als je zorgverlener niet geconventioneerd is (d.w.z. de afgesproken tarieven niet volgt), betaal je ook nog supplementen. Je ziekenfonds betaalt die niet terug.

**Vraagje... Als de  
bliksem  
inslaat... op een  
elektrische  
auto... is die dan  
weer  
volgetankt !?!**

**Ik vroeg aan  
mijn dochter of ze  
de krant aan wilde geven**

**Ze zei dat ik met  
de tijd mee moest gaan  
en gaf me haar tablet.**

Humor met een knipooeg

**Vlieg dood....Dochter boos!**

## Naar de minigolf

Met een ferme groep Lichtpunter en voor een bedrag van 2 euro, gingen we minigolven op de Keiheuvel. We werden verdeeld in groepjes van 4 of 5 personen, kregen een balletje en een golfstok. We gingen aan de slag en sloegen er op los tot het balletje eindelijk in het gaatje belandde. Soms was er even geduld nodig hoor! Zeker als het balletje in de struiken belandde. Dat was zoeken. Maar we hebben vooral heel veel gelachen. Hopelijk doen we dat nog eens want het was echt wel plezant. Nadien zijn we nog ene gaan drinken. De moeite waard! Dank je wel, Lichtpuntje.



Helg

## Oplossing woordzoeker

h	o	e	r	a	v	o	o	r	d	e	h	e	r	f	s	t
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---



"Ik ben gisteren van een 10 meter hoge ladder gevallen": zei Jos tegen Louis. "Amaai, dan heb je geluk gehad dat je niks gebroken hebt" zegt Louis. "Das echt waar" zegt Jos. "Maar goed dat ik nog op de onderste trede stond!"

Papa, oom Jos rijdt met een oude auto zonder dak. Hij eet schimmelkaas en drinkt oude wijn. Zouden wij hem geen centjes geven om beter eten te kopen?





Het LICHTPUNT is een vereniging die zich tot doel stelt samen te strijden tegen armoede en sociale uitsluiting. Wij brengen mensen met en zonder armoede-ervaring tezamen. Wij bieden tal van activiteiten aan, wij hebben een eigen krantje en een eigen tuin,...

We proberen een schakel te zijn met andere diensten, verenigingen, het OCMW, DEN TRAVOO, ....

We gaan samenwerkingen aan.

Wil jij met ons kennismaken? Dat kan op verschillende manieren.

Per e-mail: [het.lichtpunt@outlook.com](mailto:het.lichtpunt@outlook.com)

Per telefoon: 0473/34.23.70 (Els)

Of kom eens langs bij één van onze activiteiten (zie kalender midden in dit Welleke). Je vindt er altijd een luisterend oor.



### Financiële Steun

Wil je Het Lichtpunt financieel steunen?

Dit kan op rekeningnummer

**BE06 8335 3963 5922**

Voor stortingen vanaf 40 euro kan je een fiscaal attest bekomen.

Kies in dat geval voor rekening

**BE70 8939 4402 9125**

Code 21003 vermelden

Reageren op de artikels kan via [het.lichtpunt@outlook.com](mailto:het.lichtpunt@outlook.com) of gsm 0473 34 23 70 (Els)

Verantwoordelijke uitgever: Het LICHTPUNT-Welzijnsschakel Balen,  
Gustaaf Woutersstraat 29, 2490 Balen

☎ 0473/34.23.70 (Els) ✉ [het.lichtpunt@outlook.com](mailto:het.lichtpunt@outlook.com)

Facebook: Het LICHTPUNT (Welzijnsschakel)

Website: [www.hetlichtpuntbalen.be](http://www.hetlichtpuntbalen.be)