

Activiteiten & dienstverlening

WIJKTEAM BISSEGEM

JANUARI - FEBRUARI - MAART 2024

Het wijkteam
wenst je een
hartverwarmend
2024!



KORTRIJK

Dienstverlening in de kijker



HALT2Diabetes

Diabetes is een chronische aandoening die 1 op 10 mensen treft, vooral 40-plussers. Je bloedsuikerwaarden zijn dan te hoog en dat vergroot de kans op allerlei bijkomende aandoeningen. Het goede nieuws is dat je diabetes type 2 kan voorkomen met een gezonde leefstijl. Weet je niet hoe te beginnen met een gezondere levensstijl? Je staat er niet alleen voor.

In deze infosessie kom je alles te weten over gezonder leven, hoe je diabetes type 2 kan voorkomen en hoe je kan deelnemen aan de 6 gratis groepsessies 'Gezonde voeding op verwijzing'. We vullen ook samen de risicotest in om te achterhalen wat jouw risico is op diabetes type 2.

› Vrijdag 26 januari | Start om 14 uur (tot 16 uur) | Gratis | Kazerne van OC De Troubadour (lokaal Minnestreet) | Inschrijven aan het onthaal of op 056 24 45 45



Gratis huisvuilzakken en incontinentieforfait

Wist je dat Stad Kortrijk een mooi aanbod heeft voor thuiswonende mensen met incontinentie? Vraag een attest bij het onthaal van het wijkteam en laat dat invullen en ondertekenen door je huisarts. Met dat attest kan je bij het wijkteam of in het OC 40 gratis grote of kleine huisvuilzakken krijgen. Per kalenderjaar kan je een aanvraag doen.

Bovendien kan het wijkteam bekijken of je recht hebt op een incontinentieforfait van het RIZIV. Als je aan de voorwaarden voldoet, kan je € 199,27 of € 610,53 krijgen. Het loont dus zeker de moeite om dit te laten controleren.

› Tijdens de openingsuren van het onthaal | Gratis | Onthaal van OC De Troubadour



Pedicure

Een goede voetverzorging is belangrijk, zeker bij het ouder worden. Voorkom pijn en andere klachten, en laat je voeten regelmatig verzorgen. Een medisch pedicure geeft een basis onderhoudsbehandeling van 30 minuten.

› Om de 2 weken op donderdag | € 19,5 standaardtarief - € 11,5 sociaal tarief - € 2 extra sociaal tarief | Kazerne bij OC De Troubadour (zaal Muze) | Vooraf inschrijven aan het onthaal of op 056 24 45 45

Infomoment Groeipakket

Heb je vragen over het Groeipakket dat je krijgt voor je kind(eren), de vroegere kinderbijslag? Weet je niet of je recht hebt op een toeslag? Kom langs en stel je vraag.

› Vrijdag 12 januari | 13.30 tot 16.30 uur | gratis en zonder inschrijving | Kazerne van OC De Troubadour (lokaal Minnestreet)

Activiteiten

jan - feb - maa 2024

ALLEMAAL DIGITAAL: DIGI-WADDE

1. Betalen met Payconiq

Je leert hoe je Payconiq kan installeren en gebruiken.

› Dinsdag 30 januari van 9 tot 11 uur

2. Muziek beluisteren met Spotify

Je leert Spotify kennen, wat de mogelijkheden zijn, hoe je een eigen playlist kan maken ...

› Dinsdag 27 februari van 9 tot 11 uur

3. Gratis wifi

Je leert hoe je elders verbinding kan maken met gratis wifi, zodat je mobiele data niet te snel opgebruikt zijn.

› Dinsdag 26 maart van 9 tot 11 uur

› Alle Digi-Waddes zijn gratis en vinden plaats in Kazerne van OC De Troubadour (lokaal Minnestreel).

› Graag vooraf inschrijven aan het onthaal, op 056 24 45 45 of wijkteam.bissegem@kortrijk.be

CURSUS: 'WEER MEE MET JE PC'

Je leert alles over Windows 11: hoe je start en stopt en hoe je programma's en apps opent en zoekt. Komen ook aan bod: internet en e-mail, bestanden maken en opslaan, OneDrive en je persoonlijke instellingen.

› Vanaf maandag 29 januari (16 lessen) elke week van 8.45 tot 12 uur | Kazerne van OC De Troubadour (lokaal Minnestreel)

› € 50 voor wie in groot-Kortrijk woont en € 125 voor wie daarbuiten woont | Inschrijven aan het onthaal, op 056 24 45 45 of wijkteam.bissegem@kortrijk.be

COMPUTER-ASSISTENTIE

Wil je na de korte sessies van de Digi-Waddes oefenen? Volgde je al een cursus met de PC, tablet of smartphone, maar wil je je kennis opfrissen of oefenen? Of zit je vast in een programma? Wil je extra uitleg over online bankieren? Met deze en andere vragen kan je gratis terecht bij onze vrijwillige computerassistenten.

› Elke dinsdag van 9 tot 11 uur | Kazerne bij OC De Troubadour (buurtbib) | Gratis, geen inschrijving nodig



W. - WITSE: DE FILM

Na zijn pensioen keert Witse terug naar zijn geboortestreek in West-Vlaanderen om de moordenaar van zijn nichtje te vinden. Oude familiewonden worden opengezet. Terwijl Witse op zoek gaat naar de sadistische moordenaar, die mogelijk meerdere slachtoffers heeft gemaakt, ontdekt hij een doofpotoperatie. Het duurt niet lang voordat hij in aanvaring komt met de lokale politie. I.s.m. OKRA.

› Maandag 15 januari | 14.30 uur start de film | Cafeteria van OC De Troubadour | € 4 (met koffie) | Inschrijven aan het onthaal, op 056 24 45 45 of wijkteam.bissegem@kortrijk.be

CURSUS 'ITALIAANS VOOR OP REIS'

Wekelijks les vanaf woensdag 24 januari van 9 tot 11.30 uur

› € 70 | Kazerne van OC De Troubadour (lokaal Minnestreel) | Inschrijven rechtstreeks bij CVO MIRAS (www.miras.be) of ga langs bij hun onthaal op het Nelson Mandelaplein

WORKSHOP: GEZOND, BETAALBAAR EN ORIGINEEL DE BROODDOZEN VULLEN

Wil je iets anders dan boterhammen in de brooddoos van je kind steken? Vind je het belangrijk dat je kind gezond luncht? Wil je de lunch betaalbaar houden? Mis je inspiratie? Volg samen met je kind deze workshop en maak enkele voorbeelden! Kinderen vanaf 6 jaar volgen de workshop mee. De allerkleinsten houden we in een ander lokaal bezig terwijl de ouder de workshop volgt.

› Vrijdag 8 maart (lokale vrije dag school De Tandem) | Start om 14.30 uur | € 5 per deelnemer - € 1 met UITPASKorting | Inschrijven tot 29 februari aan het onthaal van het wijkteam, of op 056 24 45 45 | Kazerne van OC De Troubadour (cafeteria) | Breng per deelnemer een aardappelmessje en eventueel een schort mee



Het wijkteam is er voor jou

Nieuw in het OC? Afspraak met een van onze medewerkers? Sociale of financiële hulpvraag? Meld je aan het onthaal. De onthaalmedewerker luistert naar je vraag, geeft informatie en maakt voor jou een afspraak bij de juiste dienst- of hulpverlener.

Vrijwilligers gezocht!

Het wijkteam organiseert heel wat activiteiten. We zijn altijd op zoek naar helpende handen. Help je met plezier met wat logistieke taken zoals tafels en stoelen zetten? Ben je enthousiast om als chauffeur aan de slag te gaan? Doe je graag boodschappen? ... Dan zoeken we jou!

> Meer info: els.dewitte@kortrijk.be



DOWNLOAD NU DE RECYCLE!-APP

Mis zo geen enkele afvalophaling in je buurt.

Deze app is **gratis** via Google Play of App Store.

Wijkteam Bissegem werkt vanuit:

OC De Troubadour

Vlaswaagplein 3, 8501 Bissegem



Openingsuren balie

Nieuwe openingsuren vanaf 3 januari 2024

MA: gesloten

Di: van 9 tot 12 uur

WO: gesloten

DO: van 9 tot 12 uur en van 13.30 tot 16.30 uur

VR: van 13.30 tot 16.30 uur

- > 056 24 45 45
- > wijkteam.bissegem@kortrijk.be
- > Kom langs tijdens de openingsuren van de balie.

Als vrijwilliger aan de slag?

- 056 24 45 45
- els.dewitte@kortrijk.be

Meer info:

Meer nieuws van ons lees je in de dorpskrant. Onze maandelijkse activiteitenkalender kan je ophalen in ons wijkcentrum.

Fb.com/wijkteamBissegem
[kortrijk.be/wijkgericht-social-werk](https://www.kortrijk.be/wijkgericht-social-werk)