












































# WARME PLEKKEN

Voedselhulp en ontmoetingsplekken

WAAR?	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG	WAT?
<b>De Lage Drempel</b>	14 - 17u 	14 - 17u 	/	14 - 17u 	14 - 17u 	9 - 12u 	/	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ontmoeting</li> <li>• Koffie en thee</li> <li>• Krant</li> <li>• Computer</li> </ul>
<b>De Keeting</b>	9 - 13.30u  	/	/	9 - 13.30u  	9 - 13.30u  	/	9 - 12u  (winter)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ontmoeting</li> <li>• Koffie en thee</li> <li>• Kleding</li> <li>• Wasmachine</li> <li>• Douche</li> </ul>
<b>De Refuge</b>	11.30 - 16u 	11.30 - 16u 	11.30 - 16u 	11.30 - 16u 	11.30 - 16u 	/	/	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Warme maaltijd voor 3,5 euro met UiTPAS met kansentariaf *</li> </ul>
<b>Ldc Den Deigem</b>	8.30 - 17u 	8.30 - 17u 19.30 - 21u 	8.30 - 17u 	8.30 - 17u 	8.30 - 16u 	/	/	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Warme maaltijd aan € 7 **</li> </ul>
<b>Ldc De Rooster</b>	9 - 17u 	9 - 17 u 	9 - 17u 	9 - 17u 	9 - 16u 	/	/	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Warme maaltijd aan € 7 **</li> <li>• Douche</li> <li>• Wasmachine</li> </ul>
<b>Ldc Den Abeel</b>	9 - 17.30u 	9 - 17.30u 	9 - 17.30u 	9 - 17.30u 	9 - 16u 	/	/	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Warme maaltijd aan € 7 **</li> <li>• Douche</li> <li>• Wasmachine</li> </ul>
<b>Ldc De Schijf</b>	9 - 17u 	9 - 17u 	9 - 17u 	9 - 18u 	9 - 16u 	/	/	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Warme maaltijd aan € 7 **</li> </ul>
<b>De Herberg</b>	/	/	/	/	10 - 12u 	/	/	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Warmte</li> <li>• Koffie en thee</li> <li>• Eten</li> </ul>
<b>Koraalhuis</b>	9 - 12u 	9 - 12u 	9 - 12u 14 - 16u 	/	/	/	/	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ontmoeting</li> <li>• Brood</li> <li>• Soep (winter)</li> <li>• Douche</li> </ul>

\* Zie pagina 9.

\*\* Reserveer ten laatste de dag ervoor tot 12u.

## DE LAGE DREMPEL



We zijn een vereniging waar arme mensen het woord nemen. Samen zetten we ons in tegen armoede en uitsluiting. Je kan bij ons terecht voor een babbel met een kop koffie of thee. Je kan ook de krant lezen en de computers gebruiken. Heb je een vraag? Dan zoeken we samen naar een antwoord. Op zaterdag zijn we open in de voormiddag. Je kan in de winter ook bij ons terecht voor een lekkere kom soep.

🏠 Onze-Lieve-Vrouwestraat 43, 2800 Mechelen  
☎ 015 34 43 77 ✉ [delagedrempel@telenet.be](mailto:delagedrempel@telenet.be)  
💻 [www.delagedrempel.be](http://www.delagedrempel.be)



## DE KEETING



In De Keeting bestrijden we armoede. Dat pakken we in de eerste plaats aan door mensen in armoede met elkaar in contact te brengen. In de ontmoetingsruimte kan je tijdens de openingsuren terecht voor een kopje koffie, internet, de was, een maaltijd ... maar ook voor een goede babbel met een van de andere bezoekers of met een sociaal werker. Daarnaast kan je deelnemen aan activiteiten, infosessies en vormingen.



### GRATIS:

- Koffie en thee
- Telefoneren naar diensten en sociale organisaties
- De computer gebruiken
- De kledinghoek
- Een douche of bad nemen
- Meedoen met vorming, infosessies, bijeenkomsten
- Deelname aan (vrijetijds)activiteiten
- Dekens, slaapzakken en lakens voor thuisloze mensen

### JE BETAALT EEN KLEINE SOM VOOR:

- Een maaltijd met boterhammen op maandag en donderdag (1 euro)
- Warme maaltijd op vrijdag (2,5 euro, reserveren op donderdag)
- Privé bellen
- Gebruik van de wasmachine en droogkast
- Huisvuil- en PMD-zakken per stuk

🏠 Kroonstraat 64-66, 2800 Mechelen  
☎ 015 27 09 25  
💻 [www.dekeeting.be](http://www.dekeeting.be) en [www.facebook.com/dekeeting](https://www.facebook.com/dekeeting)

## SAMEN AAN TAFEL

Elke maand kan je op een vaste dag genieten van een lekkere, gezonde en betaalbare maaltijd. Je eet gezellig samen met mensen uit de buurt. Ontdek de locaties en menu's op [mechelen.be/samen-aan-tafel](http://mechelen.be/samen-aan-tafel).

## DE LOKALE DIENSTENCENTRA

In een lokaal dienstencentrum ontmoeten mensen uit dezelfde buurt elkaar. Iedereen is hier welkom voor ontspanning en gezellige activiteiten. Daarnaast biedt elk dienstencentrum specifieke diensten aan zoals warme maaltijden, bad of douche, een pedicure ... Daarvoor moet je op voorhand reserveren. Het aanbod verschilt van centrum tot centrum.

### ZORGOACH




De zorgcoach is het centraal aanspreekpunt voor al jouw zorgvragen, zoals warme maaltijden aan huis, een personenalarm en vervoer op maat. Samen gaan jullie op zoek naar een antwoord. Meer info vind je terug op [www.zorgbedrijfvrievierenland.be/lokale-dienstencentra](http://www.zorgbedrijfvrievierenland.be/lokale-dienstencentra).


### WARME MAALTIJD




Een warme maaltijd in een dienstencentrum kost 10 euro. Mensen met recht op een verhoogde tegemoetkoming betalen 7 euro. Ben je niet zeker of je daar recht op hebt? Neem dan een kleefbriefje van je mutualiteit mee. Een maaltijd vraag je minimaal een dag op voorhand aan, ten laatste om 12 uur 's middags.







**Lokaal dienstencentrum De Rooster**   
Zorgcoach • warme maaltijd • computer • douche • wasmachine (3 euro)  
en droogkast (2 euro) • vuilzakken per stuk

 Klein Begrijnhof 16, 2800 Mechelen  015 20 89 76  
 [derooster@zbrivierenland.be](mailto:derooster@zbrivierenland.be)


**Lokaal dienstencentrum Den Deigem**   
Zorgcoach • warme maaltijd • computer • douche • wasmachine (3 euro)  
en droogkast (2 euro) • vuilzakken per stuk

 Karmelietenstraat 13, 2800 Mechelen  015 27 33 43  
 [dendeigem@zbrivierenland.be](mailto:dendeigem@zbrivierenland.be)

**Lokaal dienstencentrum Den Abeel**   
Zorgcoach • warme maaltijd • bad en douche • wasmachine (3 euro) en  
droogkast (2 euro) • vuilzakken per stuk

 Jozef Verbertstraat 61, 2800 Mechelen  015 44 65 90  
 [denabeel@zbrivierenland.be](mailto:denabeel@zbrivierenland.be)





**Lokaal dienstencentrum De Schijf**   
Zorgcoach • warme maaltijd • vuilzakken per stuk

 Lijsterstraat 2-4, 2800 Mechelen  015 21 10 90  
 [deschijf@zbrivierenland.be](mailto:deschijf@zbrivierenland.be)






## HET KORAA LHUIS

In het Koraalhuis is iedereen welkom. Het is een plek van ontmoeting voor mensen in nood. Met een kopje koffie of thee en een luisterend oor zoeken wij mee een antwoord op je vragen. Je kan bij ons terecht voor een gesprek of gewoon wat gezelschap, maar ook voor gratis brood, een douche, Nederlandse les, soep in de winter ... Ook met vragen over geloof helpen wij je graag verder.

 Hoviusstraat 1, 2800 Mechelen (ingang langs Fonteinstraatje)  
 015 29 19 00  [koraalhuis@gmail.com](mailto:koraalhuis@gmail.com)  
 [www.koraalhuis.be](http://www.koraalhuis.be)


## DE HERBERG

Elke vrijdag van 10 tot 12u ben je welkom in De Herberg. Er is gratis koffie en thee en je vindt er altijd een luisterend oor.

 Nieuwe Beggaardenstraat 46, 2800 Mechelen  
 0486 41 73 76  
 [herbergmechelen@gmail.com](mailto:herbergmechelen@gmail.com)

## SOCIAAL RESTAURANT DE REFUGE

In De Refuge kan iedereen 's middags terecht voor een gezonde lunch in goed gezelschap. Mechelaars met een UiTPAS met kansentarieff eten een dagschotel aan een verminderd tarief van 3,5 euro (vegetarische, vis-, of vleeschotel). Je kan ook een goedkope soepmaaltijd eten of kiezen uit de menukaart met vaste gerechten, zoals soep, broodjes, croque monsieur ...

 Onze-Lieve Vrouwestraat 52  015 41 81 28  
 [refuge@groepintro.be](mailto:refuge@groepintro.be)  [facebook.com/refugemechelen](https://facebook.com/refugemechelen)



## UITPAS MET KANSENTARIEF

Woon je in Mechelen en heb je recht op een verhoogde tegemoetkoming? Dan krijg je een gratis UiTPAS met kansentarieff. Daarmee krijg je automatisch korting bij de UiTPAS-partners, zoals de bibliotheek, het zwembad, musea, de schaatsbaan ... Je betaalt ongeveer 20 % van de basisprijs.

**Je kan je UiTPAS ophalen bij:**

- UiT in Mechelen  
Vleeshouwerstraat 6, 2800 Mechelen
- Het Sociaal Huis  
Lange Schipstraat 27, 2800 Mechelen

Neem je identiteitskaart en een geldig attest van het statuut van verhoogde tegemoetkoming mee. Dat attest kan je aanvragen bij je mutualiteit.



## VOEDSELHULP NODIG?

Dan heb je een doorverwijzing of attest nodig. Anders kunnen organisaties die voedselhulp aanbieden, zoals een sociale kruidenier, je niet helpen.

Voedselhulp is voorbehouden voor Mechelaars met een lopend begeleidingstraject bij een erkende armoedeorganisatie of de sociale dienst van het OCMW. Verhoogde tegemoetkoming hebben of ervoor in aanmerking komen is **niet** voldoende.

### Wil je doorverwezen worden naar voedselhulp? Dan kan je terecht bij:

- Je maatschappelijk assistent van het Sociaal Huis
- De sociale dienst van je mutualiteit, als je daar actief opgevolgd wordt
- De Lage Drempel
- De Keeting
- WGC Wel & Wee
- Oikonde
- Straathoekwerk
- Blijhuis
- CAW

### Goed om weten:

- Het attest is een jaar geldig voor een van de initiatieven.
- Ieder initiatief is anders georganiseerd (maandelijks of wekelijks voedselhulp, een vast pakket of vrije keuze, betalend of volledig gratis). Ga erover in gesprek met je doorverwijzer.
- Het kan dat je op een wachtlijst terecht komt.

## ONLINE

Er bestaan heel wat Facebookgroepen waar regelmatig gratis voedsel wordt aangeboden. Interesse? Hou dan deze pagina's in het oog:

### ZONDER HONGER NAAR BED: MECHELEN EN OMSTREKEN

- Een groep waar Mechelaars vaak voedseloverschotten posten die je kan afhalen.
- [www.facebook.com/groups/zhnbm Mechelen](http://www.facebook.com/groups/zhnbm Mechelen)

### FOODSAVERS

- Ook Foodsavers deelt regelmatig overschotten uit. Die kan je ter plekke afhalen, Guido Gezellelaan 20, 2800 Mechelen.
- [www.facebook.com/FoodsaversMechelen](http://www.facebook.com/FoodsaversMechelen)

## ZIT JE MET VRAGEN?

Heb je geen inkomen of is je inkomen te laag? Heb je hulp nodig om je kind in te schrijven voor school? Andere hulp nodig? Het ID-team zoekt samen met jou naar antwoorden op de vragen waarvan je niet weet waarmee je er terecht kan. Aarzel niet om je vraag te stellen. Het team van maatschappelijk assistenten van het Sociaal Huis bekijkt samen met jou wat er mogelijk is.

Je hoeft geen afspraak te maken. Opgelet: het ID-team geeft geen doorverwijzing naar voedselhulp, dat kan alleen als je een vaste maatschappelijk assistent bij het Sociaal Huis hebt.

 **Sociaal Huis, Lange Schipstraat 27, 2800 Mechelen**

### OPENINGSUREN

maandag	van 9.30 tot 11.30, van 13.30 tot 18.30
dinsdag	van 9.30 tot 11.30
woensdag	van 9.30 tot 11.30, van 13.30 tot 15.30
donderdag	van 9.30 tot 11.30, van 13.30 tot 18.30
vrijdag	van 9.30 tot 11.30, van 13.30 tot 15.30
zaterdag	gesloten
zondag	gesloten



# HULP NODIG?

 **CAW**   
Maurits Sabbestraat 119

 **LDC DE ROOSTER**       
Klein Begijnhof 16

 **HET KORAAHUIS**       
Hoviusstraat 1

**LDC DEN DEIGEM**       
Karmelietenstraat 13


 **DE KEETING**  
Kroonstraat 64-66  
     
   


 **SOCIAAL HUIS**    
Lange Schipstraat 27


 **DE LAGE DREMPEL**      
Onze-Lieve-Vrouwstraat 43

 **DE REFUGE**   
Onze-Lieve-Vrouwstraat 52

## Legende:


 Koffie en thee / coffee and tea / café et thé


 Warme maaltijd / hot meal / repas chaud


 Broodmaaltijd / bread meal / pain


 Krant / newspaper / journal


 Computer / computer / ordinateur


 Ontmoetingsplek / meeting point / point de rencontre


 Wasmachine / washing machine / lave-linge


 Douche / shower


 Pedicure / pédicure

 Kapper / hairdresser / coiffeur

 Zorgcoach / care coach / coach de soins

 Vuilniszakken / trash bags / sacs à ordures

 Kleding / clothes / vêtements

 Nachtopvang / night shelter / refuge de nuit