

HUURDESKRANT

SOCIAAL VERHUURKANTOOR WAASLAND
EDITIE 4 – ZOMER 2017



21 JUNI: ZOMER !!!

Beste huurders,

De temperatuur stijgt, het is volop zomer!

Eind juni breekt de Sint-Niklase zomer door met een topweekend. Hieronder vind je de activiteiten terug. Meer informatie: www.sint-niklaaszomert.be

Terrasjesdagen van 23 tot 26 juni

Speciale aanbiedingen van de deelnemende winkels. Zondagsopening op 25 juni van 14 uur tot 18 uur.

Beachvolley van 23 tot 27 juni

Op 6 terreinen, aangelegd met zeezand, kan er volleybal worden gespeeld.

Meer informatie: www.beachvolleyhappening.be

Kantien Royal van 23 tot 25 juni

Een festival met foodtrucks. Op 23 juni van 16 uur tot 23.30 uur, 24 en 25 juni van 14 uur tot 23.30 uur

Nieuwstraat Midi op 24 juni

De Nieuwstraat wordt voor één dag betoverd door zuiderse sferen. Er zijn drankjes, hapjes en muziek.

Fiesta Esplanada op 25 juni

Een zuiders feest op het Stationsplein met optredens, eetkraampjes en een terras. Van 13 uur tot 22 uur.



WARME DAGEN

De temperaturen blijven stijgen en in de stad wordt het overdag warmer dan op het platteland. 's Nachts koelt het minder af. Daarom is het belangrijk om je in de stad (en ook buiten de stad) te voorzien op erg warme dagen. Hieronder tips:

- drink voldoende: minstens 1,5 liter water per dag
- sluit ramen en gordijnen. Open ramen als het buiten afkoelt ('s morgens, 's avonds en 's nachts)
- gebruik een ventilator
- gebruik minder elektrische toestellen: computer, oven, ... want die geven warmte af
- verplaats je naar een koelere plek buitenshuis bvb. park, kerk, bibliotheek,...

Naast voldoende water drinken is het belangrijk dat je het niet te warm krijgt. Enkele tips:

- zoek koele plekken op. Vermijd zo veel mogelijk de zon en gebruik zonnecrème
- zware fysieke inspanningen bewaren voor 's morgens of 's avonds
- loszittende en lichtgekleurde kledij, een hoofddeksel en een zonnebril dragen
- lichaam laten afkoelen door een lauwe douche of voetbad

Meer informatie: www.warmedagen.be

Zon in overvloed,
verzorg jezelf en anderen goed.
warmedagen.be



OH-KAART

De Oh-kaart is de klantenkaart van Sint-Niklaas waarmee inwoners bij meer dan 100 handels- en horecazaken in hun stad en ver daarbuiten, terecht kunnen. Met deze kaart kan je punten sparen die je kan inwisselen (zwembeurt, parkeertijd,...) of kortingen mee kan verkrijgen.

De Oh-kaarten worden via het Oh-magazine bedeeeld.

Meer informatie: www.insintniklaas.be



TAND-EM: GEZOND BEGINT IN DE MOND

Tand-em, is een mondzorgproject in Sint-Niklaas en de rest van Vlaanderen. De doelgroep zijn mensen die geen vaste tandarts hebben of al meer dan drie jaar geen bezoek aan de tandarts brachten.

Je dient wel te voldoen aan 1 van de onderstaande voorwaarden:

- recht hebben op een Verhoogde Tegemoetkoming
- in schuldbemiddeling of schuldhulpverlening zijn
- OCMW-cliënten waarbij het OCMW borg staat voor de betaling.

Jouw hulpverlener van het Welzijnshuis of een huisarts van het Wijkgezondheidscentrum de Vlier kan jou doorverwijzen. Het tandartsenbezoek is kosteloos.

Tand-em in het nieuws:

<http://www.hln.be/regio/nieuws-uit-sint-niklaas/ook-witte-glimlach-voor-kansarmen-a3101388>



TAND-EM
Gezond begint in de mond

Wijkgezondheidscentrum De Vlier

Truweelstraat 114

9100 Sint-Niklaas

tel: 03 766 18 38

e-mail: info@wgcdevlier.be

BLOED GEVEN

Bloed geven doet leven! Het Rode Kruis van Sint-Niklaas zoekt mensen die bloed geven. Andere afdelingen natuurlijk ook. Dagelijks hebben mensen bloed, plasma of bloedplaatjes nodig. Bent u tussen 18 en 66 jaar en in goede gezondheid, aarzel dan niet om bloed te geven.



**Rode Kruis
Vlaanderen**

Sint-Niklaas

Meer informatie: www.rodekruis.be/afdeling/sint-niklaas of www.rodekruis.be

CONTACTGEGEVENS

Sociaal Verhuurkantoor Waasland

welzijnshuis ~ Abingdonstraat 99 ~ 9100 Sint-Niklaas

info@svkwaasland.be ~ 03 778 62 50 ~ 0478 05 09 65

www.svkwaasland.be ~ www.facebook.com/svkwaasland