

TURNHOUT

Stadsmagazine
maart 2024

ACTUA

Haal jodiumtabletten
in huis

ARTIKEL

Inloophuis
met een hart

BELEID

Gebruik het
openbaar domein

18

DAAR IS DE LENTE, WAAR IS HET GROEN



08

IN BEELD

Dank je wel,
vrijwilliger!

09

VRAAG HET HAAR ZELF

Knipoogproject
van DINAMO wordt 20

16

DE ROUTE

Rondje
Stadsboerderij



MAAK VAN JOUW STRAAT EEN SPEELSTRAAT

Tijdens de zomervakantie kan jouw straat voor een of meerdere dagen omgevormd worden tot een verkeersvrije speelstraat. Auto's maken plaats voor spelende kinderen en voor buurtbewoners die een praatje maken.

Spreek met je buren af wanneer jullie de straat willen afsluiten en wie zich kandidaat stelt als peter of meter van de speelstraat.

Iets voor jouw buurt? Inschrijven kan online tot 3 april.

➔ www.turnhoutspeelt.be/speelstraten

SCHRIJF JE KINDEREN IN VOOR DE VAKANTIE

Voor het eerst is er Wollebos in de paasvakantie! Kinderen van 6 tot 16 jaar zijn welkom om in het Raadsherenpark te gaan ravotten. Er is geen inschrijvingsstop en ze geraken er gratis met de Wollebos-bus. Kleuters kunnen dan weer terecht bij Kinderopvang Turnhout (ook lagereschoolkinderen mogen daarheen).

De online inschrijvingen voor de kinderopvang én speelpleinwerking Wollebos starten op woensdag 6 maart om 19 uur via jouw i-Activeaccount.

➔ www.turnhoutspeelt.be



HAAL DE LENTE IN HUIS

Bijna voorjaar (en tijd voor een grote schoonmaak?) Dikke jassen en wollen truien mogen stilaan naar de zolder verhuizen, zodat je plaats hebt voor de fleurige kleuren en kleren van de lente. De Turnhoutse handelaars hangen hun nieuwe collectie voor je klaar. Tijdens het shoppingweekend van 16 en 17 maart kan je extra genieten van je winkelbezoeken dankzij animatie in de straten. Kinderen willen zeker naar de springkastelen op de Grote Markt. Op zaterdag gelden de gewone openingsuren, op zondag zijn de winkels open van 13 tot 18 uur.

HAAL JODIUM-TABLETTEEN IN HUIS

JE KRIJGT EEN GRATIS DOOSJE JODIUMTABLETTEEN BIJ DE APOTHEKER



Het grootste deel van Turnhout ligt binnen een zone van twintig kilometer rond de nucleaire sites in Mol, Dessel en Geel. De kans op een nucleair ongeval in die installaties is klein, maar niet volledig uit te sluiten. Als het toch gebeurt, dan is het mogelijk dat de federale overheid je vraagt om een jodiumtablet in te nemen. Zorg daarom dat je een doosje met die tabletten in huis hebt.

WAAROM JODIUMTABLETTEEN?

Radioactiviteit is een natuurlijk verschijnsel: je lichaam krijgt elke dag een dosis straling van de aarde en uit het heelal en dat kan geen kwaad. Als er echter een radioactieve wolk zou vrijkomen na een ongeluk in een nucleaire installatie, dan zou de besmetting

of bestraling wél ernstig genoeg kunnen zijn om je gezondheid te schaden.

Een van de mogelijke bestanddelen van zo'n wolk is radioactief jodium. Als je jezelf niet beschermt, dan zou je lichaam dat radioactieve jodium kunnen opnemen en opstapelen in je schildklier. Dat verhoogt het risico op schildklierkanker, vooral bij kinderen.

Door jodiumtabletten in te nemen, zorg je ervoor dat je schildklier verzadigd is met 'stabiel' (of niet-radioactief) jodium. Die kan dan geen 'onstabiel' (of radioactief) jodium meer opnemen. Zo bescherm je jouw schildklier. Dat werkt echter alleen als je de tabletten op het juiste moment inneemt. Doe dat dus nooit op eigen initiatief, wacht altijd op de uitdrukkelijke en officiële instruc-

ties van de Belgische overheid. Die krijg je via radio of tv, via BE-Alert of via de officiële websites en socialemediakanalen.

GA NAAR DE APOTHEKER

Je kan een gratis doosje jodiumtabletten afhalen bij de apotheker. In een zone van twintig kilometer rond nucleaire installaties, dus onder meer in Turnhout, is dat sterk aanbevolen, zeker als je kinderen in huis hebt. Als je in maart of april bij een apotheker komt, zal die jou spontaan een

doosje aanbieden. Je mag er ook zelf naar vragen.

Heb je al jodiumtabletten in huis, controleer dan de productiedatum. Zijn jouw tabletten gemaakt in 2011 of vroeger, ga ze dan gratis omruilen bij de apotheker. Je oude doosje mag je daar achterlaten. Vraag de apotheker ook gerust om meer uitleg.

OUDER DAN 40 JAAR

Ben je ouder dan veertig jaar, vraag dan het advies van je arts. Doordat de werking van je schildklier vanaf ongeveer

veertig jaar ontregeld kan zijn, is het risico namelijk groter dat jodiumtabletten ongewenste bijwerkingen hebben. Het risico op schildklierkanker verkleint dan weer naarmate je ouder wordt. De dokter kan je vertellen wat je het best kan doen.

- ➔ www.nucleairrisico.be
- ➔ www.be-alert.be



DANK JE WEL, VRIJWILLIGER!

Dank aan alle vrijwilligers, binnen de stedelijke diensten en ver daarbuiten! In de Week van de Vrijwilliger, van 3 tot 10 maart, verdienen zij extra aandacht. Denk jij ook aan de

vrijwilligers actief in je buurt, je vereniging, je bedrijf?

Jean-Pierre Maes (op de foto) is een van de zwerfvuilverwilligers van Stad Turnhout. Zij maken

hun straat of buurt regelmatig proper en krijgen daarvoor opruimmateriaal van de stedelijke milieudienst.

- ➔ www.turnhoutvrijwilligt.be
- ➔ www.turnhout.be/nette-stad

VRAAG HET HAAR ZELF

Mayke Verstraelen,
Knipoogvrijwilliger bij DINAMO

Heb je een concrete vraag die ook interessant is voor een andere Turnhoutenaar? Bezorg die dan via www.turnhout.be/vraaghethemzelf. Je leest hier het antwoord!

KNIPOOGACTIVITEITEN VAN DINAMO: WAT ZIJN DAT?

Al twintig jaar proberen we een deel van onze activiteiten extra toegankelijk te maken voor mensen met een licht tot matige verstandelijke beperking of een psychische kwetsbaarheid. Zo geven we hen de kans om zoveel mogelijk 'gewoon' te functioneren in de samenleving.

HOE PAKKEN JULLIE DAT CONCREET AAN?

Knipoogactiviteiten hebben een beperkte duur en een laagdrempelig onderwerp. Er is altijd iemand van ons aanwezig ter ondersteuning. Als knipogers interesse hebben voor andere activiteiten, dan bekijken we of dat zou kunnen, met of zonder onze hulp. Die inclusiviteit typeert DINAMO.

De Knipoogactiviteiten herken je aan de tag 'Knipoog' op de website dinamo.warande.be





INLOOPHUIS MET EEN HART

Sinds enkele maanden kan je elke laatste vrijdag van de maand terecht in het inloophuis voor mensen met (jong)dementie. Dat is een informatiepunt en ontmoetingsplaats voor mensen met (jong)dementie, voor hun familieleden en voor alle mensen die hen mee ondersteunen of verzorgen. In het inloophuis zijn zorgprofessionals en vrijwilligers aanwezig: zij wijzen de weg naar een zorgaanbod op maat en luisteren naar ieders verhaal.

Sonja kan getuigen hoe belangrijk het is om op die manier geholpen te worden. Nadat bij haar man **Fred**, na jaren zoeken, uiteindelijk de ziekte van Alzheimer werd vastgesteld, waren zij en haar familieleden op zichzelf aangewezen. 'Niemand vroeg wat onze specifieke noden waren, niemand legde spontaan uit waar we aanspraak op konden maken. Als we zelf geen vragen stelden, hadden we niets: geen opvang, geen

financiële steun, geen parkeerkaart enzovoort. Ik hoop dat het inloophuis een gemakkelijker traject biedt, zodat mensen dat soort zorgen niet meer hoeven te hebben.'

Uiteindelijk vonden Sonja en de andere mantelzorgers van Fred een aanspreekpunt bij Alzheimer Liga Vlaanderen; ze houden nog steeds contact.

ERKENNEN EN HERKENNEN

Laura Weyns, Alzheimer Liga Vlaanderen: 'Het verhaal van Freds familie is herkenbaar. Met het inloophuis willen we daar een antwoord op geven. Veel bezoekers zoeken in eerste instantie concrete hulp; ze willen bijvoorbeeld weten waar ze terecht kunnen voor hulp aan huis. Dan is het informatiepunt



converseren. Hij kan niet meer verwoorden wat hij wil zeggen en ik versta hem niet. Dan wordt hij soms boos, maar dat is pure frustratie. Het is alsof je iemand langzaam en meermaals verliest. Je rouwt elke dag.

Maar hij kan nog vrolijk en goed-gehumeurd zijn. We spreken bijvoorbeeld nog regelmatig af met twee andere koppels en in hun gezelschap kan hij vooral luisteren. Zij betrekken hem wel bij hun verhaal, maar tegelijk moet hij zelf niet veel meer

zeggen. Van die avonden kan hij écht deugd hebben. Hetzelfde met de vereniging waarin hij meer dan twintig jaar mee sportevenementen organiseerde: de bestuursleden

vergaderen hier en halen hem altijd weer in de kring. Als hij niet goed uit zijn woorden komt, is dat voor hen geen probleem. Zij kennen hem door en door en laten hem altijd in zijn waarde.'

JE BEPAALT ZELF WAAR JE NOOD AAN HEBT

belangrijk. Naderhand blijven ze echter ook terugkomen voor een babbel met lotgenoten. Dat is onze ontmoetingsfunctie, die draait om erkenning en herkenning; de mensen die hier komen, hebben vaak aan één woord of één blik genoeg om elkaar te begrijpen. Daarom zien we ook graag mensen komen die ondertussen al veel kennis hebben verworven, zoals Sonja en haar familie. Zij hebben misschien minder concrete vragen, maar mogen niet onderschatten hoeveel antwoorden zij ondertussen zelf kunnen bieden aan lotgenoten. Dat is van onschatbare waarde.'

HET BELANG VAN GOED GEZELSCAP

Sonja: 'Het moeilijkste voor mij is dat ik niet meer met Fred kan

folders kan evengoed. Ben je binnen, maar voel je je niet op je gemak, dan mag je zo weer buitengaan. Wil je elke maand terugkomen en steeds andere vragen stellen: dat mag. Dementie verandert, het is vanzelfsprekend dat je met nieuwe problemen te maken krijgt. Blijf vragen stellen, er zal altijd iemand naar je luisteren.'

DROOMSCENARIO

Laura: 'Op dit moment draait het inloophuis op de goodwill van de partnerorganisaties die er mensen en middelen voor vrijmaken: Stad Turnhout, Zorggroep Orion, AZ Turnhout, Regionaal Expertisecentrum Dementie Tandem en wij van de Alzheimer Liga Vlaanderen. Het engagement is bij iedereen sterk, maar het zou goed zijn om te evolueren naar vaste subsidies. Andere steden zijn ons daarin voorgegaan en dat hopen we nu voor Turnhout: dat de dienstverlening haar nut bewijst en bestendigd wordt.'

➔ www.turnhout.be/inloophuis-dementie

Inloophuis dementie, lokaal dienstencentrum De Wissel, Dokter Nand Peetersstraat 33
Laatste vrijdag van elke maand, 13.30 tot 16.30 uur, geen afspraak nodig

DE TWEE



Op 8 maart is het Internationale Vrouwendag. Enkele dagen eerder, op 2 maart, vraagt Turnhout aandacht voor (de nood aan) vrouwenrechten met onder meer sketches en flashmobs in de Gasthuisstraat. Want vrouwenrechten zijn nog altijd niet overal vanzelfsprekend.

www.turnhout.be/internationale-vrouwendag

Roel Huibrechts
Voorvechter van vrouwenrechten

MANNEN KRIJGEN MINDER TE MAKEN MET VOOROORDELEN

Zelf heb ik bijvoorbeeld nauwelijks last van agressieve klanten, vrouwelijke collega's horen toch vaker denigrerende opmerkingen.

Natacha Goemans
Ook voorvechter van vrouwenrechten

VROUW IN EEN MANNENWERELD? ZO ZIE IK DAT NIET

Voor mij is er geen verschil tussen vrouwen- en mannenjobs. Mijn job is fysiek wel zwaar, maar ik daag mezelf uit en vind altijd een weg.



DE ROUTE



RONDJE STADSBOERDERIJ

De Stadsboerderij wordt gerund door een collectief van ondernemers en verenigingen. In het Stadsmagazine van oktober kwamen de ondernemers aan bod, nu zijn enkele verenigingen aan de beurt. Maar het loont nog veel meer de moeite om ter plaatse te gaan kennismaken!

www.stadsboerderijturnhout.be



"VELT" ECOLOGISCH LEVEN, KOKEN, TUINIEREN

Volwassenen en kinderen kiezen uit diverse workshops. Zoet koken zonder suiker of spreads maken: leer het bij Velt.

"DE ROSSE BIE" DE PASSIE VAN IMKERS

De gepassioneerde imkers van De Rosse Bie brengen niet enkel bijen terug in onze stad, maar leren je ook alles wat je wil weten over deze fascinerende dieren.

"KRUIDIG VOLK" EEUWENOUDE KRUIDENKENNIS (EN NIEUWE)

Deze experts verzorgen de kruidenbakken op het erf en brengen hun uitgebreide kennis naar de Stadsboerderij.

"COMPOSTMEESTERS" HULP BIJ THUISCOMPOSTEREN

Verwerk je groente-, fruit- en tuinafval tot compost. Wat je daarmee kan doen, vraag je aan de Tuinrangers, ook op de Stadsboerderij.

GEBRUIK HET OPENBAAR DOMEIN

De openbare ruimte is van iedereen. Je staat er misschien niet bij stil, maar Turnhout zit vol plekken waar iedereen gebruik van kan maken. Parken en pleinen, maar ook picknickbanken in het groen of zitmeubilair in de straten. Je kan er spelen, sporten, wandelen, muziek maken, picknicken, lezen of gewoonweg mensen ontmoeten. Het stadsbestuur draagt zorg voor al die plaatsen en maakt ze ook aangenaam en geschikt voor allerlei doeleinden.

Jan Van Otten, schepen van Buurten en Wijken: 'Door de publieke ruimte goed in te richten en te onderhouden, werken we aan het welzijn van de inwoners, zowel fysiek als mentaal. Bewegen, ontspannen, frisse lucht en sociaal contact: daar worden mensen gezonder en gelukkiger van.'

VERBONDENHEID

'Als we beslissingen nemen over openbare plaatsen, dan brengen we medewerkers samen van uiteenlopende stedelijke diensten. Samen zorgen zij ervoor dat de beschikbare ruimte zo

positief, veilig en constructief mogelijk wordt ingericht. Als het kan, betrekken we daar ook het doelpubliek bij. Uit bevestigingen hebben we bijvoorbeeld geleerd dat we beter belevings- en ontmoetingspleinen aanleggen dan louter speelpleinen. Kinderen gaan het liefst naar plekken waar 'van alles te beleven is' en waar 'allerlei mensen samenkomen'. Dus installeren we picknickbanken en barbecues of maken we straten autovrij. Dat zulke ontmoetingsplaatsen de verbondenheid versterken tussen stadsgenoten van verschillende generaties en met uiteenlopende achtergronden, is voor

ons een extra motivatie om bedachtzaam om te gaan met de ruimte die we allemaal delen.'

RESPECT

'Ik roep alle Turnhoutenaren van harte op om zoveel mogelijk te profiteren van de gastvrije plekken die de stad hen biedt. Uiteraard vraagt dat wederzijds respect. Als we met velen gebruikmaken van dezelfde ruimte, dan moeten we er ook samen zorg voor dragen. Zodat iedereen zich thuis kan voelen op propere en veilige plaatsen waar het plezant is om te komen.'

GENIET VAN DE PUBLIEKE RUIMTE IN DE STAD

*Jan Van Otten,
schepen van Buurten
en Wijken*



RECYCLEER OUDE KLEDING

Kleding wordt zes keer per jaar aan huis opgehaald in oranje zakken. IOK Afvalbeheer geeft het opgehaalde textiel een tweede leven via de Kempense kringwinkels. Ruim je tussentijds je klerkast op, dan mag je jouw oude textiel ook in afgesloten zakken gaan afleveren bij de kringwinkel of in het recyclagepark. Daarnaast zijn er kledingwinkels die oude kleren inzamelen; je vindt die informatie online.

ZOMERSCHOOL ZOEKT LEERKRACHTEN

De focus van de zomerschool ligt op extra taalondersteuning voor kinderen uit het lager onderwijs. Maak jij twee weken tijd voor hen?

➔ Mail naar onderwijs@turnhout.be



KORT

DAAR IS DE LENTE, WAAR IS HET GROEN

Einde maart gaat de tweede editie van start van het Vlaams kampioenschap 'Tegelwippen'. Stad Turnhout gaat dan op zoek naar (jullie) initiatieven om de stad te vergroenen.

LET OP VOOR TEKEN

Het tekenseizoen komt eraan, controleer daarom na elke wandeling of je gebeten bent. Op www.tekennet.be kan je tekenbeten melden en opvolgen hoe groot het risico op elk moment is.

Ben je gebeten, verwijder de teek dan rustig en in één beweging. Volg daarna een maand lang op of je symptomen krijgt die kunnen wijzen op de ziekte van Lyme: een groter wordende rode vlek rond de beet, griepachtige verschijnselen. Als de diagnose op tijd wordt gesteld, kan de ziekte goed behandeld worden. Raadpleeg dus je huisarts.

➔ www.tekenbeten.be

#INSTADSKRANT



laureyntom
Ochtend in Turnhout ...



meul2300
Begijnhof



bieteutje
#turnhoutsvennengebied



finnesview
Looking back to Turnhout by Night



rolandjoris
#turnhoutsepatriotten
#turnhoutbynight




digit.all.photo
"Turnhout by Night"

Nog gauw nostalgisch terugblikken op Turnhout by Night, want stilaan worden de nachten alweer veel korter. Wie verheugt zich op de lente? Laat het zien in je foto's en blijf ze openbaar delen via Instagram met #instadskrant.



REDACTIE

Communicatie, Stadskantoor, Campus Blairon 200, Turnhout, 014 44 33 45, lieve.quadflieg@turnhout.be
www.turnhout.be

 Volg ons op Facebook via www.facebook.com/stadturnhout

Verantwoordelijke uitgever
Paul Van Miert,
Campus Blairon 200, Turnhout

GEDRUKT DOOR GROEP JOOS

✓ ISO 14001
✓ 100% GERECYCLEERD PAPIER
✓ MVO GECERTIFICEERD



PRAKTISCH

De diensten werken op afspraak. Je kan online een tijdstip reserveren of telefoneren naar 014 44 33 11.

Stadskantoor	014 44 33 11	www.turnhout.be/loketten
OCMW Turnhout	014 47 47 47	www.turnhout.be/loketten
Welzijnsonthaal	014 47 11 00	www.turnhout.be/loketten
Recyclagepark	014 42 48 81	www.iok.be/afval

Iedereen Leest
presenteert

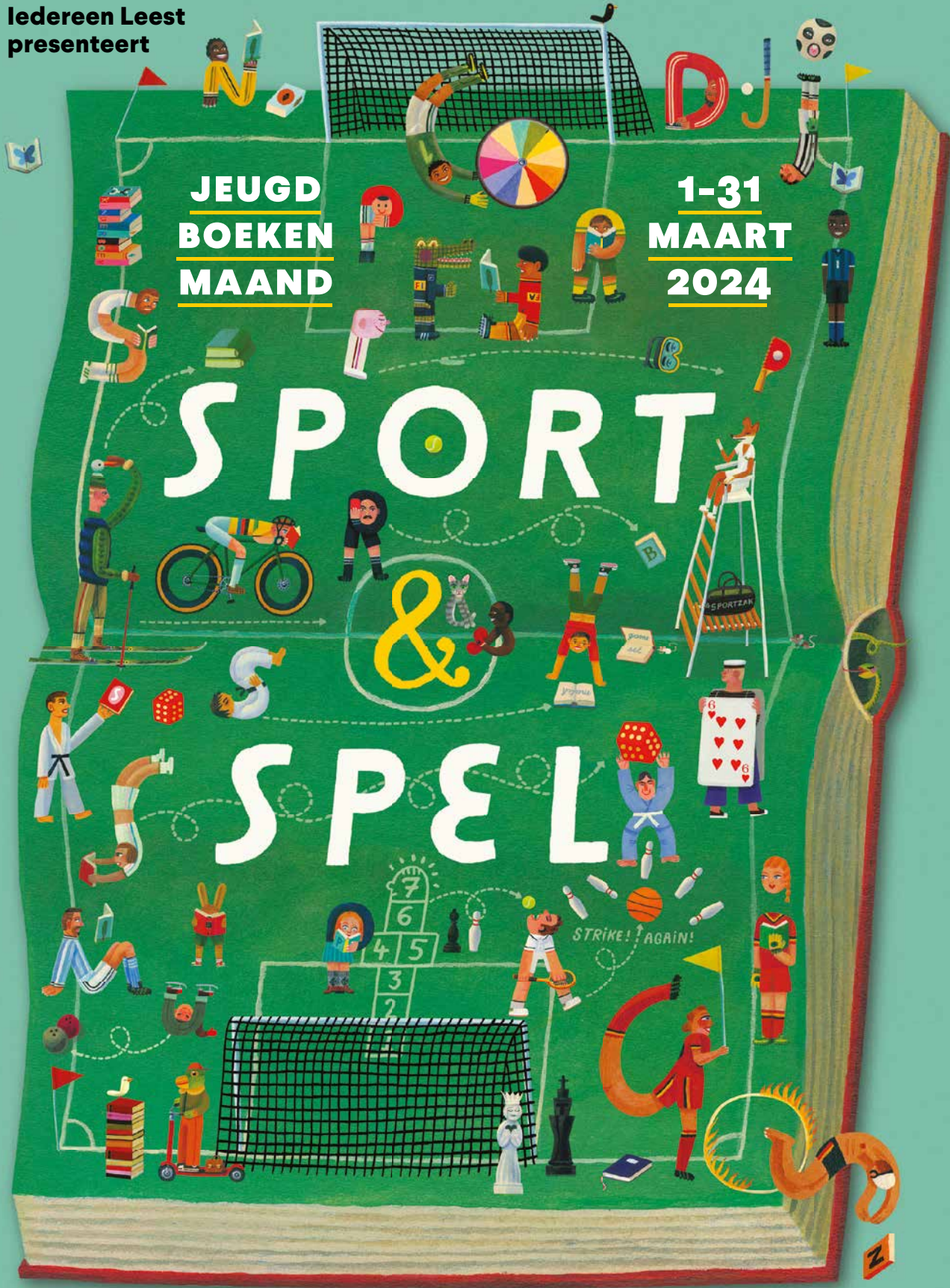
**JEUGD
BOEKEN
MAAND**

**1-31
MAART
2024**

S P O R T

&

S P E L



Jeugdboekenmaand.be



Een initiatief van Iedereen Leest, Iedereen Leest wordt gesubsidieerd door Literatuur Vlaanderen - v.o. Sylvia Dhame, Lange Leemstraat 63 2018 Antwerpen - Illustratie Tom Schamp - vorm Kira Demey

iedereenleest.be