



**WEGWIJSGIDS**  
**STAD ANTWERPEN**  
**DURF HULP VRAGEN!**





**WEGWIJSGIDS**

**STAD**

## Voorwoord

Iedereen heeft het wel eens moeilijk. Dat hoort bij het leven. Iedereen is anders en elk probleem is anders. Het is vaak een hulp om daar met iemand over te praten, maar een babbel met familie, een buur of een vriend is niet altijd voldoende. Je voelt je alleen met je zorgen. Vaak durven we dan niet aankloppen bij iemand of weten we gewoon niet bij wie we terecht kunnen. Soms is het ook geld dat ons tegenhoudt... Het is echter belangrijk om op tijd de juiste hulp te vinden en te krijgen. Het is vaak een grote steun om te praten over je leven, je vragen en je problemen met iemand die je echt kan verder helpen.

Wij willen jou graag wegwijs maken in het landschap van de geestelijke gezondheidszorg.

In deze gids vind je adressen van organisaties en wat meer uitleg. Elk op hun eigen manier bieden deze organisaties hulp aan iedereen, vooral aan mensen in armoede. Weten waar, wanneer en tegen welke prijs je ergens terecht kan, maakt dikwijls het verschil tussen ziek blijven en gezond worden.

Dit zijn echter niet alle diensten in Antwerpen. Voor adressen in Antwerpen-Noord of Antwerpen-Zuid kun je beroep doen op twee reeds bestaande wegwijsguiden.

Je kan dit boekje gebruiken om alleen of samen met iemand anders op zoek te gaan naar de juiste hulp. Je kan bij de meeste diensten gewoon langsgaan en je verhaal vertellen aan de medewerkers van de diensten in dit boekje. Zij zoeken samen met jou naar een oplossing voor je problemen.

Logo Antwerpen bedankt alle mensen die hebben meegewerkt aan deze gids. Onze speciale dank gaat uit naar Chris Leenaerts en de leden van Recht-Op Deurne.

Lezer of gebruiker, wij wensen jou graag heel veel succes!

## Hoe werkt dit boekje?

### Tekens

Bij elke dienst staan deze **tekens**.  
Ze geven je **extra info** over de dienst.



Deze dienst is gratis. Je moet niets betalen.



Je moet eerst een afspraak maken.  
Pas dan kan je langs gaan.



Deze dienst heeft een wachtlijst.  
Je kan er niet zomaar op gesprek.



Je mag altijd iemand meenemen die je vertrouwt,  
een vriend, of iemand van de familie.



Je mag je kinderen meenemen naar deze dienst.



Je mag je hond meenemen naar deze dienst.

## **In dit boekje staan de diensten samen per soort**

Behalve met tekens, wordt in dit boekje ook gewerkt met kleurtjes. Elke soort dienst heeft namelijk een andere kleur. De bladzijde staat er hieronder telkens bij. Zo kan je alles gemakkelijk opzoeken. Vooraan in dit boekje staat de inhoudstafel. Daar staan alle diensten op een rij.

### **Je huisdokter**

**p. 10**

Heb je een probleem met je gezondheid? Ga dan eerst naar je huisdokter. Ook met je 'kopzorgen' kan je bij hem terecht. Het is een groot voordeel dat je huisdokter jou, je gezin en je omgeving kent. Hij kan je ook doorverwijzen als dat nodig is.

### **Diensten waar je altijd kan binnenlopen**

**p. 12**

Hier ben je altijd welkom. Je kan hier zomaar binnen en buiten wandelen, niks moet. Je krijgt er vaak een kop koffie, soms ook soep. Je kan er telefoneren, of je kan er gewoon rustig zitten. Er is altijd iemand die wil luisteren als je een babbel wil doen. Praten kan, maar het moet niet.

### **Diensten waar iemand naar je luistert, gratis en anoniem**

**p. 18**

Wil je je hart eens luchten? Wil je je verhaal eens kunnen vertellen? In deze diensten werken veel vrijwilligers. Zij kunnen tijd voor je maken. Je kan er gewoon langsgaan, zonder afspraak. Meestal kan je er meteen met iemand praten.

### **Diensten voor wie psychische problemen heeft**

**p. 22**

Heb je stress of emotionele problemen, of zit je erdoor? Zie je het niet meer zitten en wil je professionele hulp? Bij deze diensten kan je terecht met psychische problemen. Je moet een afspraak maken en regelmatig op gesprek komen. Meestal zijn er wachtlijsten en krijg je niet meteen begeleiding.

## **Diensten voor problemen met je gezondheid** **p. 32**

### **Dienst voor problemen met geweld**

### **Diensten voor problemen met verslaving**

Voor wie problemen heeft met zijn gezondheid, geweld, drugs, alcohol en verslaving.

## **Ziekenhuizen voor wie psychisch ziek is** **p. 42**

Gaat het mis in je hoofd? Weet je geen raad meer met jezelf? Zie je de zin van het leven niet meer? Wie een zwaar psychisch probleem heeft of in een ernstige crisis zit, kan naar een psychiatrisch ziekenhuis. Je kan er gewoon naar de dokter gaan, of je kan opgenomen worden.

## **Diensten per telefoon** **p. 46**

Wil je dat iemand naar je luistert? Heb je info nodig? Of wil je gewoon je verhaal eens doen? Deze diensten werken enkel per telefoon.

## **Zelfhulpgroepen** **p. 50**

Mensen die hetzelfde meemaken, begrijpen elkaar beter. Door samen te praten, voel je je minder alleen. Lotgenoten kunnen je ook vaak helpen om een oplossing te zoeken. De groepen waar over drugs en alcohol gepraat wordt, zijn het meest gekend. Maar er zijn ook andere groepen.

## **Algemene diensten** **p. 58**

Weet je niet waar je terecht kan? Dan kan je hier terecht. Deze diensten bekijken samen met jou het probleem en gaan na wat je kan doen. Ze zoeken ook uit waar je terecht kan voor extra hulp.

## **Wegwijsgidsen** **p. 62**

Bestaande wegwijsgidsen met organisaties in andere regio's



## Inhoud

Elke soort dienst heeft in dit boekje een andere kleur. De uitleg over de gebruikte kleur per dienst vind je op pagina 5 en pagina 6. Hieronder staan alle diensten nog eens opgesomd. De bladzijde staat er telkens bij. Zo kan je alles gemakkelijk opzoeken.

## Inhoudstafel

Voorwoord

p. 2

Hoe werkt dit boekje?

p. 3

Inleiding

p. 9

### Je huisdokter

p. 10

### Diensten waar je altijd kan binnenlopen

p. 12

Filet Divers - onthaal en ontmoetingsruimte

p. 13

Inloopcentrum De Vaart (Centr. Alg. Welzijnswerk)

p. 14

Centrum Kauwenberg

p. 15

Onthaal Sint-Antonius

p. 16

'T Vlot - straatpastoraat

p. 16

Welzijnsschakels Borgerhout

p. 17

### Diensten waar iemand naar je luistert, gratis en anoniem

p. 18

Aanwezigheid

p. 19

Luisterhuis de open deur

p. 19

Tele-dienst

p. 20

### Diensten voor wie psychische problemen heeft

p. 22

Centrum Geestelijke Gezondheidszorg Andante

p. 23

Team jeugd Berchem

p. 23

Team jeugd Merksem

p. 24

Team volwassenen Berchem

p. 24

Team volwassenen Deurne

p. 25

Team volwassenen Merksem

p. 25



Team ouderen Merksem	p. 26
Centrum Geestelijke Gezondheidszorg Vagga	p. 26
Maatschappelijk zetel Vagga	p. 26
Afdeling kinder- en jeugdzorg	p. 27
Afdeling volwassenen- en ouderenzorg	p. 27
Afdeling ouderenzorg	p. 28
Afdeling categoriale zorg: verslavingszorg	p. 28
Verslavingszorg jongeren, jongvolwassenen & vroeginterventie	p. 28
Verslavingszorg volwassenen & ouderen	p. 28
Centrum Geestelijke Gezondheidszorg ANDANTE – Instuif	p. 29
Team levens- en gezinsvragen	p. 30
Huis van de mens	p. 31
<b>Diensten voor problemen met je gezondheid</b>	<b>p. 32</b>
Sociaal Steunpunt Gezondheid Kiel	p. 33
Sociaal Steunpunt Gezondheid Noord	p. 33
Sociale dienst van de Christelijke Mutualiteit	p. 34
Sociale dienst van de Liberale Mutualiteit	p. 35
Sociale dienst van de Onafhankelijke Mutualiteit	p. 35
Sociale dienst van de Voorzorg	p. 36
<b>Dienst voor problemen met geweld</b>	<b>p. 37</b>
Centrum Algemeen Welzijnswerk – Algemeen Onthaal	p. 37
Centrum Algemeen Welzijnswerk – Centrum Slachtofferdienst	p. 38
<b>Diensten voor problemen met drugs, drank of gokverslaving</b>	<b>p. 39</b>
Antwerpse Drugs Interventie Centrum ADIC	p. 39
De Sleutel – dagcentrum	p. 39
Free Clinic – Medisch Sociaal Opvangcentrum	p. 40
<b>Ziekenhuizen voor wie psychisch ziek is</b>	<b>p. 42</b>
Sint-Vincentius - psychiatrisch ziekenhuis	p. 43
Stuivenberg - psychiatrisch ziekenhuis	p. 44
Eenheid Psychiatrische Spoed Interventie EPSI - Stuivenberg	p. 45

<b>Diensten per telefoon</b>	p. 46
Druglijn	p. 47
Tele-Onthaal 106	p. 47
Zelfmoordlijn	p. 47
Holebifoon	p. 48
Awel	p. 49
Hulplijn misbruik, geweld en kindermishandeling	p. 49
<b>Zelfhulpgroepen</b>	p. 50
AA - Anonieme Alcoholisten	p. 51
Al-Anon – voor familie en vrienden van alcoholisten	p. 51
Trefpunt Zelfhulp	p. 52
Gesloten gespreksgroep voor nabestaanden na zelfdoding	p. 53
Online gesprekken voor nabestaanden na zelfdoding (Werkgroep Verder)	p. 53
Praatgroep ouders van een overleden kind	p. 54
<b>Algemene diensten</b>	p. 58
Centrum Algemeen Welzijnswerk – Algemeen Onthaal	p. 59
Onthaal dakloze druggebruikers ODD (Centrum Algemeen Welzijnswerk)	p. 60
Sociaal Infopunt	p. 60
<b>Wegwijsgidsen</b>	p. 62

## Inleiding

Wie weet waar hij of zij hulp kan krijgen, kan zijn of haar problemen beter aan. Wacht niet tot het te laat is. Lees daarom de informatie in dit boekje. Je bent bij elk van deze diensten welkom. Duid de diensten aan waar je terecht zou kunnen. Welke spreken je aan? Zijn ze dicht bij jou in de buurt? Of zijn ze gemakkelijk te bereiken? Durf hulp vragen!

Vergeet ook je huisdokter niet. Ook daar kan je terecht.

In dit boekje zitten enkele lege blaadjes. Daar kan je zelf dingen opschrijven:

- je kunt er het telefoonnummer noteren van mensen die je kunnen helpen;
- je kunt er afspraken opschrijven;
- je kunt er extra info bijhouden.

## Wat is nu precies het verschil tussen een psycholoog en een psychiater?

Een **psychiater** is iemand met een medische achtergrond. Hij of zij heeft geneeskunde gestudeerd en koos daarna voor een specialisatie in de psychiatrie. Omdat een psychiater arts is, kan hij medicatie voorschrijven en wordt een psychiatrisch consult gedeeltelijk terugbetaald.

Een **psycholoog** heeft evenals een psychiater een universitaire studie achter de rug, maar is geen arts. Een psycholoog heeft een universitaire opleiding in de psychologie gevolgd. De psychologie is de wetenschap die het gedrag van de mens bestudeert. Dit houdt niet enkel in wat mensen doen en hoe ze het doen, maar ook wat mensen voelen, denken en hoe ze tot beslissingen komen. Vaak hebben psychologen naast hun universitaire opleiding ook een therapieopleiding gevolgd.

# ► Je huisdokter



## Huisdokter

Je kiest best een vaste huisdokter. Ben je ziek of heb je vragen over je gezondheid of die van iemand in je gezin? Ga dan altijd eerst naar je huisdokter. Hij kan je meestal helpen. Als hij dat niet kan, stuurt hij je naar een specialist, naar het ziekenhuis of naar iemand anders die je kan helpen. Hij blijft altijd op de hoogte over hoe het met je gaat.

Heb je nog geen vaste huisdokter, dan kan je altijd eens een kijkje nemen op: **[www.gezondheidsgids.be](http://www.gezondheidsgids.be)**. Daar kan je een arts opzoeken.

Vul hier de gegevens van jouw huisdokter in:

Naam: .....

Adres: .....

Telefoon: .....

Gsm: .....

Open: .....

### Je huisdokter houdt je 'globaal medisch dossier' (GMD) bij.

Je moet hem wel eerst je toestemming geven! In het GMD staat alles over je gezondheid en behandelingen die je kreeg. Zo weet je huisdokter altijd hoe het met je gaat. En zo vermijd je onnodige onderzoeken of behandelingen. Wie een GMD heeft, krijgt meer geld terug van het ziekenfonds. Het kost dus minder als je naar de dokter gaat of als hij je doorstuurt naar een specialist. Heb je een laag inkomen, dan heb je recht op het OMNIO-statuut. Door dit statuut krijg je nog meer geld terug van je ziekenfonds. Bijvoorbeeld: je gaat naar je huisdokter en betaalt 21,53 euro. Met een GMD en een OMNIO-statuut betaalt je ziekenfonds 20,54 euro terug! Vraag het OMNIO-statuut aan bij je ziekenfonds.

# ► Diensten waar je altijd kan binnenlopen



## FILET DIVERS

### Vereniging waar armen het woord nemen

Wil je gewoon even binnen lopen om iets te drinken of een babbeltje te doen? Je krijgt een hartelijk onthaal, zowel van vrijwilligers als van andere bezoekers. Je komt wanneer je zin hebt en je bent altijd welkom. Je kan je verhaal vertellen en tips krijgen om je problemen aan te pakken. De bezoekers steunen elkaar.

**Adres:** Rolwagenstraat 49, 2000 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 233 06 84 of 0486 84 93 49  
**Mail:** info@filetdivers.be  
**Website:** www.filetdivers.be  
**Open:** maandag van 09u00 tot 12u30  
 woensdag van 09u00 tot 12u30 en van 13u30 tot 15u00

#### Bereikbaar:

- bus: 20, 21, 244, N14 , halte 'Provinciestraat'
- bus: 32, halte 'Lamorinièrestraat'
- tram: 9, halte 'Zurenborg'
- tram: 11, halte 'Plantin & Moretuslei'



GRATIS





GRATIS



## INLOOPCENTRUM DE VAART

### Centrum Algemeen Welzijnswerk Antwerpen

Ben je momenteel dakloos? Leef je in armoede? Kom gerust eens langs. Je mag altijd binnen en je kan voor 0,60 euro een warm drankje of iets fris drinken. Er zijn douches en kastjes om iets op te bergen. Voor 1 euro kan je je was doen maar je moet wel op voorhand reserveren. Hou wel rekening met een wachttijd van een week. Er is telefoon en internet. Dit adres kan fungeren als postadres (niet je woon- of verblijfadres!).

Zie je het niet meer zitten? Als je problemen hebt en even wil praten, dan vind je hier altijd iemand. Ons centrum is een inloophuis dus kan je iedere weekdag binnen zonder een afspraak op voorhand te maken.

**Adres:** Italiëlei 69, 2000 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 234 07 50  
**Mail:** vaart@cawantwerpen.be  
**Website:** [www.cawantwerpen.be/de-vaart-1](http://www.cawantwerpen.be/de-vaart-1)  
**Open:** maandag van 08u45 tot 12u00  
dinsdag tot vrijdag van 08u45 tot 13u45

#### Bereikbaarheid:

- bus: 1, 13, 31, 35, 36, 37, 68, N65, N86 halte 'Tunnelplaats'
- bus: 600, 601, 602, 605, 610, 620, 621, 629, 640, 641, 642, halte 'Noorderplaats'

## CENTRUM KAUWENBERG VZW

### Vereniging waar armen het woord nemen

Leef je in armoede en wil je lotgenoten ontmoeten? Je kan hier elke weekdag terecht tijdens de instuif. Je bent altijd welkom en krijgt gratis koffie of thee. Heb je zin in een praatje? Of wil je je verhaal kwijt? Dat kan altijd bij een van de medewerkers. Als zij je niet kunnen helpen, zoeken ze iemand die dat wel kan.

**Adres:** Korte Winkelstraat 1, 2000 Antwerpen (ossenmarkt)  
**Telefoon:** 03 232 72 96  
**Mail:** info@kauwenberg.be  
**Open:** maandag en vrijdag van 13u30 tot 15u00  
 dinsdag en donderdag van 18u00 tot 19u30  
 woensdag van 14u00 tot 17u00 voor ouders met kinderen

#### Bereikbaar:

- Iedere bus met de halte 'Rooseveltplaats'

In Centrum Kauwenberg komen mensen samen die in armoede leven. Door met elkaar te praten zoeken ze oplossingen. Ze doen ook activiteiten ter ontspanning. Er zijn groepen voor mannen en voor vrouwen. Voor kinderen en jongeren is er een aparte werking.



GRATIS



GRATIS



## ONTHAAL SINT-ANTONIUS

Heb je een vraag of een probleem? In het onthaal is er iemand die naar je kan luisteren. De eerste dinsdag van de maand is er 'koffiebabbel'.

Wie in Antwerpen onder het postnummer 2000, 2060 en 2050 woont, kan er terecht voor een voedselpakket. Je moet dan wel eerst bij de assistente langs gaan voor de inschrijving.

Mensen met geldige papieren en zij die geregulariseerd zijn kunnen best eerst dinsdag langs komen voor de inschrijving. Mensen die nog niet geregulariseerd zijn en mensen zonder papieren komen best de eerste donderdag langs. Om de drie maanden is er een tweedehandsmarkt (meestal zaterdag) vooral van kleren, huishoudgerief en dergelijke aan democratische prijzen...

**Adres:** Paardenmarkt 109, 2000 Antwerpen

**Telefoon:** 03 231 74 23

**Mail:** rita.somers@scarlet.be

**Open:** dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag van 10u00 tot 11u30

### Bereikbaar:

- bus: 1, 13, 34, 600, 601, 602, 605, 610, 620, 621, 629, 640, 641, 642, N62, N65, N86 halte 'Paardenmarkt'
- bus: 17, 30, 34, halte 'Rodestraat'
- bus: 31, 35, 36, 37, 413, 600, 601, 602, 610, 621, 730, 771, 775, N77, halte 'Sint-Jansplein'

GRATIS



## 'T VLOT

### Straatpastoraat

Ben je momenteel dakloos? Heb je moeilijkheden met een verslaving? Of wil je gewoon even met iemand praten? Kom dan langs, de soep staat klaar. Het is vlak boven de kapel. Je kunt er even tot rust komen. En er is altijd iemand die luistert.

**Adres:** Lange Beeldekenstraat 20, 2000 Antwerpen (boven de weekkapel)

**Telefoon:** 03 225 02 26 of 0486 84 18 15

**Open:** dinsdag en donderdag van 14u00 tot 16u00

**Bereikbaar:**

- bus: 30, halte 'De Coninck'
- bus: 34, halte 'Sint-Elisabethstraat'
- tram: 2, 3, 5, 6, halte premetrostation 'Elisabeth'
- tram: 12, 30, 11, halte 'De Coninck'

## WELZIJNSSCHAKEL BORGERHOUT

### Mattheüshuis

Heb je het momenteel niet zo gemakkelijk? Wil je even op adem komen? Wil je je verhaal kwijt? Kom dan gerust langs. Elke dinsdag in de voormiddag ben je welkom. Je moet geen afspraak maken. De eerste en de derde dinsdag van de maand is er ook soep. Ben je op zoek naar de juiste dienst om je te helpen? Hier helpen ze je verder.

**Adres:** Sint-Mattheusstraat 41, 2140 Borgerhout

**Telefoon:** 03/ 235.47.23

**Open:** dinsdag van 09u30 tot 11u30

**Bereikbaar:**

- bus: 30, 31, 410, 411, 412, N24, halte 'Borgerhout De Roma'
- bus: 34, halte 'Borgerhout Turnhoutsebaan'
- bus: 242, 420, 421, 422, 423, halte 'Borgerhout Stenenbrug'
- tram: 10, 24, halte 'Borgerhout De Roma'

Deze dienst is enkel voor wie in Borgerhout woont!



► **Diensten waar  
iemand naar je  
luistert, gratis  
en anoniem**



**WE LISTEN**

## AANWEZIGHEID

Heb je een persoonlijk probleem? Maak je je zorgen over iets? Heb je pijn of verdriet en wil je daarover eens praten? Dan ben je welkom. Er is altijd iemand die bereid is naar jou te luisteren. Het is gratis en anoniem. Een goed gesprek kan echt deugd doen, ook via de telefoon.

**Adres:** Schoenmarkt 8, 2000 Antwerpen (Schoenmakerskapel op de 1ste verdieping)  
**Telefoon:** 03 231 63 15  
**E-Mail:** [aanwezigheid.luisterhuis@gmail.com](mailto:aanwezigheid.luisterhuis@gmail.com)  
**Open:** maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 13u30 tot 17u00

### Bereikbaar :

- bus: 22, 180, 181, 182, 183, halte 'Groenplaats'
- bus: N2, N32, halte 'Meirbrug'
- tram: 3, 5, 9, 12, 15, halte 'Groenplaats'
- tram: 4, halte 'Meirbrug'

Deze dienst is boven het Schoenmakerskappelleke. Je geraakt enkel langs de trap naar de eerste verdieping.

## LUISTERHUIS DE OPEN DEUR

Wil je met iemand praten, gratis en anoniem? Je kan hier altijd terecht zonder afspraak, met om het even welk verhaal. Ongeveer dertig vrijwilligers staan klaar om mensen een luisterend oor te bieden. Soms is er iemand die zo goed luistert, dat het genoeg is om verder te kunnen. Is dat niet het geval, dan zoeken ze samen met jou uit waar je terecht kunt.

GRATIS



GRATIS

**Adres:** Pelgrimsstraat 27, 2000 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 233 62 73  
**Mail:** deopendeur@skynet.be  
**Website:** www.deopendeur.be  
**Open:** maandag tot zaterdag van 14u00 tot 18u00, en donderdag van 14u00 tot 21u00

**Bereikbaar:**

- bus: 22, 180, 181, 182, 183, halte 'Groenplaats'
  - tram: 3,4, 12, halte 'Groenplaats'
  - tram: 3, 5, 9, 15, halte premetrostation 'Groenplaats'
- (Iedere bus of tram met halte 'Groenplaats')

GRATIS



## TELE-DIENST

Heb je het moeilijk en wil je in vertrouwen met iemand kunnen praten? Je kan altijd langsgaan zonder afspraak, telefoneren kan ook. Er is altijd een vrijwilliger die tijd voor je maakt en luistert. Als je een probleem hebt, zoekt hij of zij mee naar een oplossing.

**Adres:** Schermersstraat 7, 2000 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 230 78 78 of 03 230 78 79  
**Mail:** teledienst@skynet.be  
**Website:** www.tele-dienst.be  
**Open:** maandag tot vrijdag van 09u30 tot 13u00

**Bereikbaar:**

- bus: 22, halte 'Kronenburgstraat'
- bus: 1, 13, 290, 500, N29 halte 'Nationale Bank'
- tram: 4, 7, halte 'Mechelseplein'
- tram: 12, 24, halte 'Nationale Bank'

Tele-dienst biedt ook budgetbegeleiding. Dat gebeurt op afspraak en het kan dat je eerst op een wachtlijst komt. Je kan hier ook terecht voor voedselhulp (voor de zone 2000 en 2018).





# ► **Diensten voor wie psychische problemen heeft**



## CENTRUM GEESTELIJKE GEZONDHEIDS- ZORG (CGG) ANDANTE



### JEUGDTEAM

Het jeugdteam staat klaar voor kinderen en jongeren van 3 tot 18 jaar en hun ouders. Heeft je kind bijvoorbeeld angsten? Is het depressief? Was het slachtoffer van misbruik of verwaarlozing? Heeft het slaapproblemen? Wordt het soms heel kwaad? Denkt je kind soms aan zelfmoord? Voor zulke problemen kunnen ouders, kinderen en jongeren hier terecht. Voor een eerste gesprek kan je binnen de maand langsgaan. Dan kan je vertellen waarover je je zorgen maakt en hoe hulp kan geboden worden. Tijdens het eerste gesprek wordt een afspraak gemaakt voor een tweede gesprek. Je betaalt volgens je inkomen: €0, €4, of €11 euro.

Voor meer informatie kan je terecht op de website [www.andante.be](http://www.andante.be).

### TEAM JEUGD BERCHEM

**Adres:** Herculustraat 17, 2600 Berchem

**Telefoon:** 03 270 37 73

**Mail:** [jeugdteam.berchem@andante.be](mailto:jeugdteam.berchem@andante.be)

Aanmelding is mogelijk elke werkdag van 09u00 tot 12u15 en van 13u15 tot 17u00 (liefst telefonisch).

Mogelijk te werken met tolk!

### Bereikbaar:

- bus: 31, 51, 52, 53, N14 halte 'Groenenhoek'
- bus: 20, halte 'Neptunusstraat'
- bus: 21, 30, 32, 34, 38, 90, 91, 92, 298, halte 'Station'
- tram: 4, 9, halte 'Groenenhoek'
- tram: 11, halte 'Keerlus Groenenhoek'

## TEAM JEUGD MERKSEM

**Adres:** Bredabaan 579, 2170 Merksem

**Telefoon:** 03 620 10 20

**Mail:** jeugdteam.merksem@andante.be

**Open:** aanmelding is mogelijk van 10u00 tot 11u00 op maandag, woensdag en vrijdag en van 13u30 tot 14u30 op dinsdag en donderdag.

Mogelijkheid te werken met tolk.

### **Bereikbaar:**

- bus: 33, 600, 601, 602, 605, 610, 620, 621, 629, 648, 658, 670, 778, halte 'Oudebareel'
- bus: 605, 648, 658, 670, halte 'Victor Roosens'
- tram: 2, 3, halte 'Victor Roosens'

## TEAM VOLWASSENEN

Heb je een psychisch of psychiatrisch probleem? Lijdt je dagelijks functioneren hieronder of ondervindt jouw omgeving moeilijkheden? Heb je bijvoorbeeld angsten? Ben je depressief? Ben je slachtoffer van misbruik of verwaarlozing? Voor zulke problemen kan je hier terecht. Ook patiënten die uit een psychiatrische kliniek komen, zijn welkom. Voor een eerste gesprek proberen ze je binnen de 14 dagen te laten langskomen. Dan kan je vertellen wat je probleem is. Omdat er een wachtlijst is, volgt een tweede gesprek pas na enkele weken of maanden. In geval van hoog risico op ernstige schade voor u of uw omgeving, zal Andante (indien mogelijk) je al binnen de week uitnodigen voor een eerste gesprek.

## TEAM VOLWASSENEN BERCHEM

**Adres:** Belpairestraat 50A, 2600 Berchem

**Telefoon:** 03 239 39 39

**Mail:** volwassenen.berchem@andante.be

**Open:** maandag tot vrijdag van 09u00 tot 17u00

Mogelijkheid te werken met tolk of hulpverleners die verschillende talen spreken.

**Bereikbaar:**

- bus: 30, 34, halte 'A. Grisarstraat'
- bus: N32, halte 'De Merode'
- bus: 21, 32, halte 'De Villegasstraat'
- tram: 7, 15, halte 'De Merode'

**TEAM VOLWASSENEN DEURNE****Adres:** Van Amstelstraat 90, 2100 Deurne**Telefoon:** 03 325 69 05**Mail:** volwassenen.deurne@andante.be**Open:** maandag tot vrijdag, van 16u00 tot 17u00 (liefst telefonisch)

Mogelijkheid te werken met tolk.

**Bereikbaar:**

- bus: 19, 413, halte 'Van Deynsestraat'
- bus: N65, halte 'Sportpaleis'
- tram: 2, 3, 5, 12, halte 'Sportpaleis'

**TEAM VOLWASSENEN MERKSEM****Adres:** Bredabaan 579, 2170 Merksem**Telefoon:** 03 620 10 20**Mail:** volwassenen.merksem@andante.be**Open:** maandag, woensdag, donderdag en vrijdag van 11u00 tot 12u00 (liefst telefonisch)  
dinsdag van 16u00 tot 17u00 (liefst telefonisch)

Mogelijkheid te werken met tolk of een hulpverlener die meerdere talen spreekt.

**Bereikbaar:**

- bus: 33, 600, 601, 602, 605, 610, 620, 621, 629, 648, 658, 670, 778, halte 'Oudebareel'
- bus: 605, 648, 658, 670, halte 'Victor Roosens'
- tram: 2, 3, halte 'Victor Roosens'

## TEAM OUDEREN

Heb je een psychisch of psychiatrisch probleem? Lijdt je dagelijks functioneren hieronder of ondervindt jouw omgeving moeilijkheden? Heb je bijvoorbeeld angsten? Ben je depressief? Ben je slachtoffer van misbruik of verwaarlozing? Voor zulke problemen kan je hier terecht. Dit team voorziet enkel een zorgaanbod voor ouderen (60-plussers).

## TEAM OUDEREN MERKSEM

**Adres:** Bredabaan 579, 2170 Merksem  
**Telefoon:** 03 620 10 20  
**Mail:** ouderenteam.merksem@andante.be  
**Open:** maandag tot vrijdag van 09u00 tot 17u00 (liefst telefonisch)

### Bereikbaar:

- bus: 33, 600, 601, 602, 605, 610, 620, 621, 629, 648, 658, 670, 778, halte 'Oudebareel'
- bus: 605, 648, 658, 670, halte 'Victor Roosens'
- tram: 2, 3, halte 'Victor Roosens'

## CENTRUM GEESTELIJKE GEZONDHEIDS- ZORG (CGG) VAGGA

Heb je een psychisch of psychiatrisch probleem? Lijdt je dagelijks functioneren hieronder of ondervindt jouw omgeving moeilijkheden? Heb je bijvoorbeeld angsten? Ben je depressief? Ben je slachtoffer van misbruik of verwaarlozing? Voor zulke problemen kan je hier terecht. Ook patiënten die uit een psychiatrische kliniek komen, zijn welkom. Je betaalt volgens je inkomen: €0, €4, of €11 euro. Voor meer informatie, bezoek de website [www.vagga.be](http://www.vagga.be)

## MAATSCHAPPELIJK ZETEL VAGGA

**Adres:** Boomgaardstraat 7, 2018 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 256 91 00  
**Mail:** [cgg@vagga.be](mailto:cgg@vagga.be)

**Bereikbaar:**

- bus: 30, 34, halte 'Haringrodestraat'
- tram: 7, 15, halte 'Berchem De Merode'

**AFDELING KINDER- EN JEUGDZORG****Adres:** Belgïelei 147A, 2018 Antwerpen**Telefoon:** 03 256 91 20**Mail:** info.belgielei@vagga.be of jeugdzorg@vagga.be**Bereikbaar:**

- bus: 17, 191, 507, halte 'Harmonie'
- tram: 2, 6, 15, halte 'Lange Leemstraat'
- tram: 4, halte 'Belgïelei'

**Adres:** Handelslei 173, 2980 Zoersel**Telefoon:** 03 256 91 60**Mail:** info.zoersel@vagga.be of kinderteam.zoersel@vagga.be**Bereikbaar:**

- bus: 410, 411, 412, 413, 414, halte 'Sint-Antonius A. Vesaliuslaan'

**AFDELING VOLWASSENEN- EN OUDERENZORG****Adres:** Belgïelei 147A, 2018 Antwerpen**Telefoon:** 03 256 91 20**Mail:** info.belgielei@vagga.be of volwassenenzorg@vagga.be**Bereikbaar:**

- bus: 17, 191, 507, halte 'Harmonie'
- tram: 2, 6, 15, halte 'Lange Leemstraat'
- tram: 4, halte 'Belgïelei'

**Adres:** Handelslei 173, 2980 Zoersel**Telefoon:** 03 256 91 60**Mail:** info.zoersel@vagga.be of  
volwassenenteam.zoersel@vagga.be



**Bereikbaar:**

- bus: 410, 411, 412, 413, 414, halte 'Sint-Antonius A. Vesaliuslaan'

**AFDELING OUDERENZORG**

**Adres:** Belgïelei 147A, 2018 Antwerpen

**Telefoon:** 03 256 91 20

**Mail:** info.belgielei@vagga.be of ouderenzorg@vagga.be

**Bereikbaar:**

- bus: 17, 191, 507, halte 'Harmonie'
- tram: 2, 6, 15, halte 'Lange Leemstraat'
- tram: 4, halte 'Belgïelei'

**AFDELING CATEGORIALE ZORG: VERSLAVINGSZORG****Verslavingszorg jongeren, jongvolwassenen & vroeginterventie**

**Adres:** Boomgaardstraat 7, 2018 Antwerpen

**Telefoon:** 03 256 91 00

**Mail:** info.boomgaardstraat@vagga.be of  
verslavingszorg@vagga.be of vroeginterventie@vagga.be

**Bereikbaar:**

- bus: 30, 34, halte 'Haringrodestraat'
- tram: 7, 15, halte 'Berchem De Merode'

**Verslavingszorg volwassenen & ouderen**

**Adres:** Boomgaardstraat 7, 2018 Antwerpen

**Telefoon:** 03 256 91 00

**Mail:** info.boomgaardstraat@vagga.be of  
verslavingszorg@vagga.be

**Bereikbaar:**

- bus: 30, 34, halte 'Haringrodestraat'
- tram: 7, 15, halte 'Berchem De Merode'



## CGG ANDANTE - INSTUIF

Het leven is niet altijd even makkelijk. Sta je er even alleen voor en wil je lotgenoten ontmoeten? Heb je zin in een praatje? Door het organiseren van activiteiten geeft Instuif de bezoeker de mogelijkheid om binnen een beschut milieu contacten te leggen en een vriendenkring uit te bouwen. Je kan er maandag terecht voor een koffie- en theekrans en vrijdag kan je langskomen tijdens het open praatcafé. Voor 2 euro krijg je à volonté koffie, thee, water, brood en gebak.

Wil je graag meedoen met activiteiten in groep? Er zijn uitstappen, feestjes, bezoeken, gesprekken,...

De groep bepaalt zelf het programma. Om lid te worden betaal je 12 euro per jaar.

**Adres:** Lamorinièrestraat 183, 2018 Antwerpen

**Telefoon:** 03 218 68 26

**Mail:** [instuif@andante.be](mailto:instuif@andante.be)

**Website:** [www.andante.be](http://www.andante.be)

### **Telefonische bereikbaarheid en aanmelding:**

maandag van 11u00 tot 17u00

dinsdag van 12u00 tot 20u00

woensdag van 19u00 tot 22u00

donderdag van 11u00 tot 17u00

vrijdag van 12u00 tot 17u00

Voor een kennismakingsgesprek zijn nieuwe personen welkom op maandagnamiddag van 14u00 tot en met 17u00 of op vrijdagavond van 19u30 tot en met 23u30.

### **Bereikbaar:**

- bus: 30, 34, halte 'A. Grisarstraat'
- tram: 4, halte 'Lamorinièrestraat'
- tram: 2, 6, 15, halte 'Lange Leemstraat'

GRATIS



## TEAM LEVENS- EN GEZINSVRAGEN ANTWERPEN

### Centrum Algemeen Welzijnswerk Antwerpen

Je zit met vragen over je eigen leven, je relatie, je kinderen of je ouders? Je voelt je niet goed in je vel en je hebt last van stress? Je denkt aan een mogelijke scheiding maar hebt nog veel vragen? Je voelt je depressief, bang, ontgoocheld? Je bent meer dan welkom in het team Levens- en Gezinsvragen. De gesprekken zijn gratis. Hou rekening met een mogelijke wachtlijst dus maak best eerst een afspraak. Elke vrijdag kan je hier terecht met juridische vragen over bemiddeling bij echtscheiding en ouderschap.

**Adres:** Lange Lozanastraat 200, 2018 Antwerpen

**Telefoon:** 03 326 00 00

**Open:** je kan een afspraak maken elke werkdag van 10u00 tot 13u00 en op maandagavond van 17u00 tot 20u00.

#### **Bereikbaar:**

- bus: 22, 30, N2, halte 'Van Schoonbekestraat'
- tram: 2, 6: halte 'Markgravelei'

## HUIS VAN DE MENS

Heb je het erg lastig met jezelf of met je omgeving? Zie je het zwart in? Zit je met een probleem? Blijf dan niet bij de pakken zitten, maar praat er met iemand over. Bij een moreel consulent kan je altijd terecht. Ze vragen gegevens voor in een dossier, maar dit is wel in vertrouwen.

- Adres:** Jan Van Rijswijcklaan 96, 2018 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 259 10 80  
**Mail:** antwerpen@deMens.nu  
**Chat:** [www.cawantwerpen.be/chat-met-een-hulpverlener](http://www.cawantwerpen.be/chat-met-een-hulpverlener)  
 Elke werkdag kan je chatten met een CAW-hulpverlener.  
 Gratis en anoniem.
- Open:** maandag tot vrijdag van 09u00 tot 17u00

### Bereikbaarheid:

- bus: 17, halte 'Jan Van Rijswijcklaan'
- bus: 22, 30, 34, N2, halte 'Markgravelei'
- bus: 38, 298, halte 'De Singel'
- tram: 2, 6, halte 'Markgravelei'

GRATIS



# ► Diensten voor problemen met je gezondheid



## Diensten voor problemen met geweld, drugs en verslaving

### SOCIAAL STEUNPUNT GEZONDHEID

Heb je vragen over ziekte en gezondheid? Hier kan je informatie en tips krijgen. Als je wil, kan er iemand meegaan naar de dokter of je thuis komen bezoeken. Je kan ook je bloeddruk en gewicht laten nakijken. Je kan hier altijd gewoon langsgaan. Een warm bad of een douche nemen, is gratis. Voor andere diensten betaal je volgens je inkomen. Je kan een afspraak maken bij een sociaal verpleegkundige of diëtiste.

#### Sociaal steunpunt gezondheid Kiel

**Adres:** De Bosschaertstraat 4, 2020 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 259 50 70  
**Mail:** ssgkiel@ocmw.antwerpen.be  
**Open:** maandag tot vrijdag van 09u00 tot 12u30 en van 13u00 tot 15u30.

#### Bereikbaar

- bus: 290, 291, 295, 298, N29, halte 'Abdijstraat'
- tram: 4, 24, halte 'Abdijstraat'

Dit steunpunt is er vooral voor mensen van het Kiel, Hoboken en Wilrijk-Valaar.

#### Sociaal steunpunt gezondheid Noord

**Adres:** Schoolstraat 14, 2060 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 270 33 44  
**Mail:** ssgnoord@ocmw.antwerpen.be  
**Open:** maandag tot vrijdag van 09u00 tot 12u30 en van 13u00 tot 15u30



**Bereikbaar:**

- bus: 34, halte 'Handel'
- bus: 19, 23, halte 'Van Helmontstraat'
- tram: 2, 3, 5, 6 halte premetrostation 'Handel'
- tram: 12, halte 'Stuivenberg'

Dit steunpunt is er vooral voor mensen uit de regio 2060 of de wijk Stuivenberg.

## SOCIALE DIENSTEN

Heb je vragen over ziekte, handicap, ouderdom of sociale wetten? Heb je sociale of materiële moeilijkheden? Heb je hulp nodig met je papieren? Dan kan je hier terecht bij een maatschappelijk werker. Op elke vraag zoeken ze een antwoord. Ook al ben je geen lid van deze mutualiteiten of ziekenfondsen, je kan hier altijd terecht.

De maatschappelijk werkers zoeken samen met jou naar de beste oplossing voor je probleem. Geen vraag is te gek! Je krijgt advies en informatie, hulp bij het invullen van je documenten, enz. Indien nodig, zorgen ze ervoor dat je naar de juiste organisatie of persoon wordt doorverwezen.

GRATIS



### Sociale dienst van de Christelijke Mutualiteit

**Adres:** Molenbergstraat 2, 2000 Antwerpen

**Telefoon:** 03 221 95 55 of 03 221 93 39

**Mail:** mw.antwerpen@cm.be

**Open:** van maandag tot vrijdag van 09u00 tot 12u00

**Bereikbaar:**

- bus: 1, 13, 600, 601, 610, 620, 621, 629, ... halte 'F. Rooseveltplaats'
- bus: N2, N32 halte 'Jezusstraat'
- tram: 10, 11, halte 'Jezusstraat'
- tram: 12, 24, halte 'F. Rooseveltplaats'

De uren van de zitdagen kunnen plaatselijk verschillen. Wil je weten welke sociale dienst er in jouw buurt is? Bel dan 03 221 95 55.



## Sociale dienst van de Liberale Mutualiteit

**Adres:** Lange Nieuwstraat 109, 2000 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 203 76 00  
**Mail:** info@lmpa.be  
**Open:** maandag tot donderdag van 08u30 tot 16u00  
vrijdag van 08u30 tot 12u00

### Bereikbaar:

- bus: 1, 13, 640, halte 'F. Rooseveltplaats'
- bus: N2, N32, halte 'Jezusstraat'
- tram: 10, 11, halte 'Jezusstraat'
- tram: 12, 24, halte 'F. Rooseveltplaats'
- tram: 3, 5, 9, 15, halte premetrostation 'Opera'

Wil je weten welke sociale dienst er in jouw buurt is?  
Bel dan 03 203 76 50.

## Sociale dienst van de Onafhankelijke Ziekenfonds – Provincie Antwerpen

**Adres:** Boomsesteenweg 5, 2610 Wilrijk  
**Telefoon:** 03 201 84 80  
**Mail:** socialedienst@oz.be  
**Open:** maandag, dinsdag en donderdag: van 09u00 tot 12u30 en  
van 13u30 tot 16u30  
woensdag van 09u00 tot 12u30 en van 13u30 tot 18u00  
vrijdag van 09u00 tot 12u30

**Telefonische bereikbaarheid:** Elke werkdag doorlopend van 08u30 tot  
16u30 (woensdag tot 18u00 en vrijdag  
tot 16u00)

### Bereikbaar:

- bus: 500, halte 'Cyriel Buyssestraat'
- bus: 2, 22, N2, halte 'De Bosschaert'
- tram: 2, 6, halte 'Olympiade'

GRATIS



GRATIS



GRATIS



## Sociale dienst van de Voorzorg

**Adres:** Nationalestraat 130, 2000 Antwerpen

**Telefoon:** 03 260 96 75 / 03 285 43 74

**Open:** maandag, woensdag en donderdag van 09u00 tot 11u30  
en

woensdag namiddag van 14u00 tot 16u00

### Bereikbaar:

- bus: 22, 180, 181, 182, 183, N2, N32, halte 'Tropisch Instituut'
- tram: 4, 12, halte 'Tropisch Instituut'

Wil je weten welke sociale dienst er in jouw buurt is? Bel dan 03 285 43 74.

## CAW ANTWERPEN - ALGEMEEN ONTHAAL

Bij het Algemeen Onthaal kan elke volwassene (+ 25 jaar) gratis en anoniem terecht met elke vraag of probleem. Het Algemeen Onthaal bestaat uit twee teams: het onthaalteam en het begeleidingsteam. Er is bijzondere aandacht voor mensen die betrokken zijn bij familiaal geweld en mensen in kwetsbare huisvestingssituaties. Deze dienst werkt enkel op afspraak, na telefonisch contact!

GRATIS



**Adres:** Vrijdagmarkt 11, 2000 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 232 16 19  
**Mail:** [Onthaal@cawantwerpen.be](mailto:Onthaal@cawantwerpen.be)  
**Website:** [www.cawantwerpen.be](http://www.cawantwerpen.be)  
**Open:** maandag, woensdag en donderdag van 10u00 tot 17u00  
dinsdag en vrijdag van 13u00 tot 17u00

Na de openingsuren en in het weekend neemt het crisisteam de permanentie over. Hiervoor kan men terecht op het gratis nummer 0800 25922.

### Bereikbaar:

- bus: 22, 180, 181, 182, 183, N2, N32, halte 'Sint-Andries'
- tram: 3, 5, 9, 15, halte premetrostation 'Groenplaats'
- tram: 4, 12, halte 'Sint-Andries'

GRATIS



## SLACHTOFFERHULP

### Centrum Algemeen Welzijnswerk Antwerpen

Werd je bedreigd? Geslagen? Aangerand? Verwond? Dan kan je hier terecht voor begeleiding. Ook mensen die met moord of zelfdoding te maken krijgen – als getuige of als nabestaande – krijgen begeleiding. Je kan altijd zelf een afspraak maken. Als de feiten pas gebeurd zijn, maakt de politie of de huisdokter vaak een afspraak voor jou.

**Adres:** Cornelis Schutstraat 28, 2100 Deurne

**Telefoon:** 03 328 20 30

**Mail:** [slachtofferhulp@cawantwerpen.be](mailto:slachtofferhulp@cawantwerpen.be)

**Open:** Telefonische afspraak noodzakelijk! Je kunt bellen op:  
maandag, woensdag, donderdag en vrijdag van 09u00 tot 12u30 en van 13u00 tot 16u00  
dinsdag van 13u00 tot 16u00

#### Bereikbaar:

- bus: 33, halte 'Atheneum'
- tram: 5, halte 'Craeybeckx'

## ANTWERPS DRUGS INTERVENTIECENTRUM ADIC

Heb je problemen met drugs? Je kan hier terecht voor ambulante begeleiding of voor opname, om te ontwennen of voor een behandeling. Wanneer je telefoneert, stelt men je eerst enkele vragen, dan ziet men of de start van een ambulante begeleiding of een opname op een afdeling van ADIC een oplossing kan zijn voor je moeilijkheden.

**Adres:** Venusstraat 11, 2000 Antwerpen

**Telefoon:** 03 225 26 27

**Website:** [www.adicvzw.be](http://www.adicvzw.be)

**Open:** je kan bellen voor informatie of voor een afspraak:  
maandag tot vrijdag van 09u00 tot 21u00

### Bereikbaar:

- bus: 17, 30 en 34 halte 'Hessenbrug'
- bus: N62, N86, halte 'Felixarchief'

## DE SLEUTEL

Heb je problemen met drugs? Hier kan je terecht om na te gaan waar je momenteel staat. Je krijgt ook advies over verdere hulpverlening die aansluit op jouw vraag en situatie. De bedoeling is dat je opnieuw een plek vindt in de maatschappij.

**Adres:** Dambruggestraat 78, 2060 Antwerpen

**Telefoon:** 03 233 99 14

**Mail:** [dca.info@fracarita.org](mailto:dca.info@fracarita.org)

**Website:** [www.desleutel.be](http://www.desleutel.be)

**Open:** aanmelden voor een afspraak kan telefonisch, per mail, per brief of ter plaatse  
maandag, woensdag en vrijdag van 09u30 tot 13u00 van 14u00 tot 18u00  
dinsdag en donderdag van 14u00 tot 21u00  
zonder afspraak kan je dagelijks terecht voor een eerste gesprek van 14u00 tot 17u00



**Bereikbaar:**

- bus: 19, 23, 31, 242, 410, 411, 412, 414, 415, 416, 417, 418, 420, 421, 422, 423, 427, 429, N24, halte 'Centraal Station Antwerpen'
- bus: 30, halte 'De Coninck'
- tram: 12, halte 'De Coninck'
- tram: 2, 3, 5, 6, halte premetrostation 'Elisabeth'
- tram: 11, halte 'Ommeganck'

Soms betaalt de mutualiteit een deel van de kosten. Dit wordt besproken bij de eerste aanmelding.



GRATIS

## FREE CLINIC

### Medisch Sociaal Opvangcentrum (MSOC)

Heb je problemen met illegale drugs (heroïne, cocaïne, ...)? Hier kan je terecht voor hulp. Het eerste doel is stabiliteit brengen in je situatie. Dat kan o.a. via vervangingsmedicatie (methadon) en begeleiding door een multidisciplinair team. Verder gaan we samen na hoe we verbetering kunnen brengen in je situatie op verschillende domeinen.

**Adres:** Schijnpoortweg 14, 2060 Antwerpen

**Telefoon:** 03 201 12 60

**Mail:** [info@free-clinic.be](mailto:info@free-clinic.be)

**Website:** [www.free-clinic.be](http://www.free-clinic.be)

**Open:** maandag, woensdag en vrijdag van 10u00 tot 13u00 en van 14u00 tot 18u45  
dinsdag en donderdag van 10u00 tot 13u00 en van 16u30 tot 18u45  
zaterdag van 10u30 tot 12u30

Gratis en anoniem spuitenruil tijdens openingsuren  
Extra spuitenruilmomenten op woensdag van 15u00 tot  
17u00 en vrijdag van 17u00 tot 20u00.

**Bereikbaarheid:**

- bus: 19, 23, 38, 413, N65, halte 'Schijnpoort'
- tram: 2, 3, 5, 6, halte premetrostation 'Schijnpoort'
- tram: 12, halte 'Schijnpoort'

# ► **Ziekenhuizen voor wie psychisch ziek is**





## SINT-VINCENTIUS: PSYCHIATRISCHE AFDELING

Heb je psychische of emotionele problemen? Hier kan je elke dag terecht. Je moet verschillende dingen meebrengen:

- Je identiteitskaart
- Je SIS-kaart

Aanmelding verloopt het liefst na **verwijzing** door uw **huisdokter**. Zo kan er dan op korte termijn een afspraak worden gepland of bij spoed een consultatie worden besproken.

Indien je er ernstig aan toe bent, kan je in het ziekenhuis blijven. Als het dringend is, kan je via spoed binnenkomen. Is je probleem niet dringend, maak je best eerst een afspraak. Je moet dan enkele weken wachten, omdat er een wachtlijst is. Als er problemen zijn met je behandeling of opname, helpt de sociale dienst van het ziekenhuis je verder.

**Adres:** Sint-Vincentiusstraat 20, 2018 Antwerpen

**Telefoon:** 03 285 20 00

**Mail:** [sint.vincentius@gza.be](mailto:sint.vincentius@gza.be)

**Website:** [www.gvagroup.be](http://www.gvagroup.be)

**Open:** maandag van 07u30 tot 17u30  
dinsdag tot vrijdag van 08u30 tot 17u30  
zaterdag van 08u30 tot 20u30  
zondag van 12u30 tot 20u30

### Bereikbaar:

- bus: 17, 191, 507, halte 'Harmonie'
- tram 2, 6, 7, 15, halte 'Harmonie'
- tram: 4, halte 'Sint-Vincentius'





## ZNA STUIVENBERG

Heb je psychische of emotionele problemen? Hier kan je elke dag terecht. Je moet volgende zaken meebrengen:

- Je identiteitskaart
- Je SIS-kaart

Is je probleem wel ernstig maar niet dringend, dan maak je best eerst een afspraak. Als het erg dringend is, kan je via spoed binnenkomen. Indien je er ernstig aan toe bent, kan je in het ziekenhuis blijven. Je moet dan enkele weken wachten omdat er een wachtlijst is. Als er problemen zijn met je behandeling of opname, helpt de sociale dienst van het ziekenhuis je verder.

Aanmelding verloopt het liefst na **verwijzing** door uw **huisdokter**. Zo kan er dan op korte termijn een afspraak worden gepland of bij spoed een consultatie worden besproken.

**Adres:** Lange Beeldekensstraat 267, 2060 Antwerpen

**Telefoon:** 03 217 71 11

**Website:** [www.zna.be](http://www.zna.be)

**Open:** maandag tot vrijdag van 08u00 tot 20u00  
zaterdag van 08u00 tot 12u00

**Bereikbaar:**

- bus: 19, 23, 30, 34, halte 'AZ Stuivenberg'

## EENHEID PSYCHIATRISCHE SPOED INTERVENTIE EPSI

EPSI (Eenheid voor Psychiatrische Spoedinterventie) is een belangrijk aanspreekpunt voor verwijzers uit de omgeving, omdat dit voor vele (maar zeker niet alle) patiënten de toegangspoort is tot de afdeling psychiatrie van ZNA. Het team bestaat uit verpleegkundigen, psychologen, een psychiater en een arts-assistent. We richten ons op de acute opvang van mensen met een psychisch probleem. Ongeveer de helft van de mensen wordt na aanmelding opgenomen op EPSI. De opnames duren in de regel maximaal 3 nachten. Na opname gaat de patiënt ofwel terug naar huis ofwel wordt door ons een ambulante of residentiële vervolgbehandeling voorzien.

Aanmelding verloopt het liefst na **verwijzing** door uw **huisdokter**. Zo kan er dan op korte termijn een afspraak worden gepland of bij spoed een consultatie worden besproken.

**Adres:** Lange Beeldekensstraat 267, 2060 Antwerpen

**Telefoon:** 03 217 72 70

**Open:** iedere dag open, 24 uur op 24 uur.

### Bereikbaar:

- bus: 19, 23, 30, 34, halte 'AZ Stuivenberg'



# ► **Diensten per telefoon en online diensten**



## DE DRUGLIJN

Heb je vragen over drank, drugs, pillen of gokken? Op zoek naar informatie of documentatie? Op zoek naar hulp? Of een eerste advies?

De DrugLijn helpt je graag op weg.

Anoniem, objectief en zonder te oordelen of veroordelen. Je krijgt steeds een antwoord op maat.

**Telefoon:** 078 15 10 20 bereikbaar van maandag tot vrijdag, van 10u00 tot 20u00

**Chat/Mail:** [www.druglijn.be/contact.aspx](http://www.druglijn.be/contact.aspx)

**Website:** [www.druglijn.be](http://www.druglijn.be)

## TELE-ONTHAAL 106

Heb je persoonlijke problemen en wil je er met iemand over praten?

Je kan steeds je verhaal kwijt bij één van de vrijwilligers van Tele-Onthaal. Ze geven geen kant-en-klare oplossingen, maar helpen je om alles op een rijtje te zetten. Zo nodig geven ze je informatie over verdere hulp.

**Telefoon:** 106

**Open:** dag en nacht bereikbaar

Via [www.tele-onthaal.be](http://www.tele-onthaal.be) kan je op vaste tijdstippen anoniem chatten.

## DE ZELFMOORDLIJN

Je wilt snel met iemand praten? Ken je iemand die een zelfmoordpoging gaat ondernemen? Je hebt iemand verloren door zelfdoding? Je kent iemand die aan zelfmoord denkt? Je kunt hier terecht met al je vragen en zorgen over zelfmoord.

GRATIS

**Telefoon:** 1813

dag en nacht, ieder uur van de dag beschikbaar

**Website:** [www.zelfmoord1813.be](http://www.zelfmoord1813.be)

**Chat:** link tot chat te vinden op website, elke dag van 19u30 tot 21u30.

Tijdens de uren dat deze dienst online zijn kan je met één van onze opgeleide vrijwilligers een open gesprek voeren over je moeilijkheden of zelfdodinggedachten.

Er wordt je eerst gevraagd een (schuil)naam in te geven, dat praat gemakkelijker. Bij "extra informatie" kan je het probleem waar je nu (het meest) mee zit, ingeven. We raden aan om ook dit in te vullen.

GRATIS

## DE HOLEBIFOON

De Holebifoon luistert naar iedereen die vragen heeft over zijn of haar seksuele geartheid en biedt ook aan de omgeving (ouders, leerkrachten, hulpverleners,...) hulp en informatie.

Bij de Holebifoon wordt geluisterd zonder vooroordelen. Geen enkele overtuiging of levenswijze wordt hoger ingeschat dan een andere. Objectiviteit, luisterbereidheid en correctheid staan centraal. Wat verteld wordt, blijft tussen jou en de vrijwilliger en beide blijven anoniem.

**Telefoon:** 0800 99 533

**Open telefonisch:** maandag en woensdag van 18u30 tot 21u15

**Chat:** [www.cavaria.be/holebifoon/chatten](http://www.cavaria.be/holebifoon/chatten)  
maandag, woensdag en donderdagavond tussen 18u30 en 21u15

**Open Mail:** [vragen@holebifoon.be](mailto:vragen@holebifoon.be)

**Website:** [www.holebifoon.be](http://www.holebifoon.be)

## AWEL

Awel luistert naar alle kinderen en jongeren met een vraag, een verhaal of een probleem.

Alle kinderen en jongeren kunnen hen anoniem contacteren over alles wat hen bezighoudt. We zijn er voor hen door te luisteren, mee te voelen en mee te denken.

**Telefoon:** 102

**Bellen:** elke dag van 16u00 tot 22u00, behalve op zon- en feestdagen

**Chat:** [www.awel.be/chat](http://www.awel.be/chat)  
Elke weekavond van 18u00 tot 22u00 (niet op feestdagen)

**Mail:** [brievenbus@awel.be](mailto:brievenbus@awel.be)

**Website:** [www.awel.be](http://www.awel.be)

GRATIS

## HULPLIJN MISBRUIK, GEWELD EN KINDERMISHANDELING

Ben je slachtoffer van geweld? Ben je bezorgd om iemand anders of zit je met een vermoeden van geweld? Heb je ooit geweld meegemaakt en zit het je nog altijd dwars? Ben je bang dat je soms je zelfbeheersing kwijt raakt en iemand ongewenst pijn doet? Doe je mee met een groep pesters en voel je je daar schuldig over?

1712 is een hulplijn voor wie vragen heeft over geweld, misbruik en kindermishandeling.

Ervaren hulpverleners van de centra voor algemeen welzijnswerk en de vertrouwenscentra kindermishandeling staan je bij. Ze geven je informatie en advies of verwijzen je door naar verdere hulp. Het gesprek is gratis. Het gesprek is discreet, jouw oproep naar 1712 verschijnt niet op de telefoonrekening en je hoeft niet te zeggen wie je bent.

**Telefoonnummer:** 1712

Bereikbaar van maandag tot vrijdag en van 09u00 tot 17u00

**Online Mail:** [www.1712.be/bel-of-mail-1712](http://www.1712.be/bel-of-mail-1712)

GRATIS

# ► Zelfhulpgroepen





## ANONIEME ALCOHOLISTEN

Heb je een drankprobleem? En wil je daar samen met anderen iets aan doen? Je kunt hier terecht om je ervaring, kracht en hoop met elkaar te delen en zo je drankprobleem op te lossen. Gratis en anoniem. AA heeft verschillende groepen.

Voor adressen en vergaderdata: raadpleeg de website of contacteer telefonisch.



GRATIS



### Algemeen Dienstbureau

**Adres:** Grotesteenweg 149, 2600 Berchem

**Telefoon:** 03 239 14 15

**Mail:** [info@aavlaanderen.org](mailto:info@aavlaanderen.org)

**Website:** [www.aavlaanderen.org](http://www.aavlaanderen.org)

**Open:** Elke werkdag van 10u00 tot 12u00 en van 12u30 tot 15u30

Bellen kan je dag en nacht en iedere dag van de week

### Bereikbaar:

- bus: 21, 32, N32 halte 'Driekoningen'
- tram: 7, 15, halte 'Driekoningen'

## AL-ANON FAMILIEGROEPEN EN ALATEEN VOOR KINDEREN VAN ALCOHOLISTEN

Ondervind je problemen met het drinken van partner, ouder, familie of vriend(in)? Dan doet het vaak deugd om daar met anderen eens over te kunnen praten. Het is vaak een hulp als je weet dat je niet alleen bent met je probleem. Bel of mail, het is gratis en anoniem. Je krijgt uitleg over de werking en je wordt doorverwezen naar een groep in je omgeving.

## **Algemeen Dienstbureau Alanon en Alateen**

**Adres:** Helenalei 24, 2018 Antwerpen (gelijkvloers)

**Telefoon:** 03 218 50 56

**Mail:** info@al-anonvl.be

**Website:** www.al-anonvl.be

**Open:** van maandag tot vrijdag, van 09u00 tot 22u00

### **Bereikbaar:**

• bus: 30, 34, halte 'A. Grisarstraat'

## **TREFPUNT ZELFHULP**

Er zijn duizenden zelfhulpgroepen in Vlaanderen, over verschillende thema's. Mensen komen dan samen om elkaar te steunen. Wil je weten of er zelfhulp bestaat voor jouw probleem en wie je daar meer kan over vertellen? Bel of mail!

**Telefoon:** 016 23 65 07

### **Telefonisch bereikbaar op:**

maandag 09u00 tot 13u00

woensdag 09u00 tot 13u00 en van 14u00 tot 18u00

vrijdag van 09u00 tot 13u00 en van 14u00 tot 18u00

**Mail:** trefpunt.zelfhulp@soc.kuleuven.be

**Website:** www.zelfhulp.be

Als je links in het menu klikt op 'gegevens van een zelfhulpgroep' en vervolgens bij 'selecteer een probleem' het onderwerp kiest waar je een zelfhulpgroep voor zoekt, krijgt u suggesties en de contactgegevens van de overeenkomende zelfhulpgroepen.

**Open en bereikbaarheid:** afhankelijk van zelfhulpgroep

## **GESLOTEN GESPREKSGROEP VOOR NABESTAANDEN NA ZELFDODING**

Wanneer je iemand verliest door zelfdoding, blijf je soms achter met moeilijke gevoelens en vele vragen. Soms is het moeilijk om er met iemand in je omgeving over te spreken. Wil je hierover praten met lotgenoten? Dan kan je inschrijven in deze praatgroep.

**Adres:** Lange Lozanastraat 200, 2018 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 281 81 42  
**Mail:** nazelfdoding.antwerpen@werkgroepverder.be  
**Open:** De praatgroepen komen meestal samen op zaterdagvoormiddag van 10u00 tot 12u00

### **Bereikbaar:**

- bus: 22, N2, halte 'Van Schoonbekestraat'
- tram: 2, 6, halte 'Markgravelei'

Wil je graag deelnemen aan deze groep of heb je nog vragen, maak dan een afspraak voor een individueel kennismakingsgesprek.

## **ONLINE GESPREKKEN VOOR NABESTAANDEN NA ZELFDODING (WERKGROEP VERDER)**

Werkgroep Verder ondersteunt in alle Vlaamse provincies gespreksgroepen voor nabestaanden na zelfdoding. Dat zijn groepen waar mensen begrip, herkenning en erkenning kunnen vinden bij mensen die hetzelfde meegemaakt hebben. Hier hoor je hoe anderen proberen de zelfdoding te verwerken en kun je anderzijds zelf ook je verhaal kwijt.

Voor sommige mensen is het echter om één of andere reden moeilijk om naar een gespreksgroep te komen.



Werkgroep Verder biedt daarom de mogelijkheid om deel te nemen aan een online gespreksgroep. In een veilige omgeving kun je anoniem in contact komen met andere nabestaanden, onder begeleiding van ervaren medewerkers.

[www.werkgroepverder.be](http://www.werkgroepverder.be)

Online gespreksgroep: elke laatste woensdagavond van de maand met andere nabestaanden. Deelnemen kan via bovenstaande website. Klik in het menu (rechts op het scherm) op 'Gespreksgroep' en volg de link naar de chatsessie.

GRATIS

## **PRAATGROEP OUDERS VAN EEN OVERLEDEN KIND**

Ouders van een overleden kind is een vereniging van en voor alle ouders die een kind verloren hebben, ongeacht leeftijd of doodsoorzaak. De werking van de vereniging is gebaseerd op zelfhulp. Van daaruit willen wij als vereniging:

- luisteren en meeleven met het verdriet van andere ouders
- trachten te helpen bij het verlies van een kind
- zoeken naar wegen om het rouwen meer bespreekbaar te maken in onze maatschappij.

Via **het centraal contactadres** kunnen ouders kennis maken met de vereniging, kunnen ze hun verhaal doen (schriftelijk of mondeling), kunnen ze informatie vragen, kunnen ze verder in contact komen met provinciale en plaatselijke medewerkers. Je kan ook gebruik maken van het contactformulier op de website. Bij **het provinciaal contactadres** kunnen ouders in contact komen met ouders; zij kunnen er terecht met hun nood aan meer begrip, meer hoop en inzicht. Het uitgangspunt is en blijft zelfhulp: ouders helpen elkaar het verlies te verwerken. Er bestaat ook een tijdschrift, nl. 'Vergeet-mij-nietje' waarop je je kan abonneren.

**Centraal Contactadres:****Adres:** Nieuwstraat 41, 3360 Korbeek-Lo**Telefoon:** 016 / 89 07 56**Mail:** info@ovok.be**Website:** www.ovok.be**Provinciaal contactadres:****Adres:** Wasburg 1, 2910 Essen**Telefoon:** 016 89 07 56**Mail:** info@ovok.be**Website:** www.ovok.be**Bereikbaar:**

- bus: 444, 670, 674 halte 'Atheneum'

**Praatgroepen in Antwerpen:****Deurne: Dienstencentrum Silsburg****Adres:** Herentalsebaan 597, 2100 Deurne**Telefoon:** 0485 86 35 47 of 0486 98 66 96**E-Mail:** ralf.dua@telenet.be of yvonne.brosens@gmail.com**Wanneer:** om de twee maanden (vanaf vrijdag 21/02/2014 om 20u)**Bereikbaar:**

- bus: N24, halte 'Dassastraat'
- bus: 242, 420, 421, 422, 423, halte 'Silsburg'
- bus: 244, halte 'Wommelgem Krijgsbaan'
- tram: 4, 24, halte 'Dassastraat'

**Wuustwezel: GC Blommaert**

**Adres:** Gemeentepark 22, 2990 Wuustwezel.  
**Telefoon:** 03 663 68 83 ('s avonds bellen)  
**E-Mail:** Staes.r@pandora.be  
**Wanneer:** elke eerste vrijdag van de maand (vanaf vrijdag 03/01/2013 om 20u)

**Bereikbaar:**

• bus: 640, 641, 648, 659, halte 'G. Gezellelaan'

**Mechelen**

**Adres:** Persoonshoek 9, 2800 Mechelen  
**Telefoon:** 03 844 14 35  
**E-Mail:** swa.baetens@telenet.be  
**Wanneer:** vrijdag 31/01/2013 en vrijdag 14/03/2013 om 20u

**Bereikbaar:**

• bus: 286, 287, halte 'Adegempoot'

**Turnhout**

**Adres:** Stationstraat 62, 2300 Turnhout  
**Telefoon:** 0485 41 26 52 of 014 75 50 87  
**E-Mail:** helsen.ludo@telenet.be of sem.vanbroekhoven@telenet.be  
**Wanneer:** elke tweede vrijdag van de maand (vanaf vrijdag 10/01/2014 om 20u)

**Bereikbaar:**

• bus: 410, 415, 416, 417, halte 'Turnhout Station'



# ► Algemene diensten





## CAW ANTWERPEN - ALGEMEEN ONTHAAL

Bij het Algemeen Onthaal kan elke volwassene (+ 25 jaar) gratis en anoniem terecht met elke vraag of probleem. Het Algemeen Onthaal bestaat uit twee teams: het onthaalteam en het begeleidingsteam. Er is bijzondere aandacht voor mensen die betrokken zijn bij familiaal geweld en mensen in kwetsbare huisvestingssituaties. Deze dienst werkt enkel op afspraak, na telefonisch contact!



GRATIS



**Adres:** Vrijdagmarkt 11, 2000 Antwerpen  
**Telefoon:** 03 232 16 19  
**Mail:** Onthaal@cawantwerpen.be  
**Website:** www.cawantwerpen.be  
**Open:** maandag, woensdag en donderdag van 10u00 tot 17u00  
 dinsdag en vrijdag van 13u00 tot 17u00

Na de openingsuren en in het weekend neemt het crisisteam de permanentie over. Hiervoor kan men terecht op het gratis nummer 0800 25922.

### Bereikbaar:

- bus: 22, 180, 181, 182, 183, N2, N32 halte 'Groenplaats'
  - tram: 4, 12 halte 'Groenplaats'
  - tram: 3, 5, 9, 15, halte premetrostation 'Groenplaats'
- (Iedere bus of tram met halte 'Groenplaats')

GRATIS

## ONTHAAL DAKLOZE DRUGGEBRUIKERS ODD

### Centrum Algemeen Welzijnswerk Antwerpen

Heb je vragen rond verslaving, inkomen, woonst, gezondheid, welzijn, ...? ODD werkt mobiel en kan met je meegaan naar de juiste dienst. Ze luisteren naar je vraag en gaan mee op zoek naar de beste oplossing voor jouw probleem. Tijdens de openingsuren kan je je hulpvraag stellen en een afspraak krijgen. De hulp- en dienstverlening zijn gratis.

**Adres:** Koningin Astridplein 35 (2de verdiep), 2018 Antwerpen

**Telefoon:** 03 232 48 34

**Mail:** outreachteam@cawantwerpen.be

**Open:** maandag tot vrijdag, van 09u00 tot 17u00

#### Bereikbaarheid:

- bus: 19, 23, 31, 68, 242, 410, 411, 412, 414, 415, 416, 417, 418, 420, 421, 422, 423, 427, 429, halte 'Centraal Station'
- tram: 2, 3, 5, 6, halte premetrostation 'Astrid'
- tram: 10, 11, 12, 24, halte 'Centraal Station'

Wil je iemand van ODD ontmoeten op een neutrale plaats in de stad? Dat kan. Maak dan eerst een afspraak per telefoon of op het onthaal.

GRATIS

## SOCIAAL INFOPUNT

Heb je hulp nodig om werk te vinden of een huis? Heb je vragen over gezondheid, vrije tijd, onderwijs of de opvoeding van je kinderen? Wie niet weet waar hij terecht kan met zijn vragen, kan naar hier komen. Je hoeft geen afspraak te maken en je mag altijd binnenlopen. Ze helpen je dan verder, door te zoeken bij welke dienst je best aanklopt. Ze maken dan samen met jou een afspraak bij die dienst.

## Districtshuis Antwerpen

**Adres:** Lange Gasthuisstraat 21, 2000 Antwerpen

**Telefoon:** 03 22 11 333 (kies optie 2)

**Website:** [www.antwerpen.be/afspraak](http://www.antwerpen.be/afspraak)

Afspraak kan u zowel telefonisch als via de website maken.

**Open:** dinsdag en woensdag, van 8 tot 17 uur  
 Donderdag, van 12 tot 20 uur  
 Vrijdag, van 8 tot 14 uur  
 Zaterdag, om de 2 weken van 8 tot 13 uur (raadpleeg website voor deze zaterdagen)

### Bereikbaarheid:

- bus: N2, N32, halte 'Meibrug'
- tram: 4, 7, halte 'Oudaan'

## Districtshuis Borgerhout

**Adres:** Moorkensplein 19, 2140 Borgerhout

**Telefoon:** 03 338 17 11

**Mail:** [district.borgerhout@stad.antwerpen.be](mailto:district.borgerhout@stad.antwerpen.be)

**Open:** dinsdag en woensdag van 8u00 tot 17u00  
 donderdag van 12u00 tot 16u00  
 vrijdag van 8u00 tot 14u00

### Bereikbaar:

- bus: 30, 34, halte 'Langstraat'
- bus: 31, 242, 410, 411, 412, 414, 415, 416, 417, 418, 420, 421, 422, 423, 427, 429, halte 'Drink'
- tram: 10, 24, halte 'Drink'

Er zijn meerdere sociale infopunten in Antwerpen. Bel of mail naar onderstaande om te weten waar je in jouw buurt terecht kunt.

**Telefoon:** 03 338 45 83

**Mail:** [sociaalinfopunt@stad.antwerpen.be](mailto:sociaalinfopunt@stad.antwerpen.be)

# ► Wegwijsgidsen



Naast deze wegwijsgids is er ook een gids voor de regio Antwerpen Noord en Antwerpen Zuid.

Deze kan je bestellen bij Logo Antwerpen of downloaden op de website [www.logoantwerpen.be](http://www.logoantwerpen.be).

Logo Antwerpen  
Lange Leemstraat 372  
2018 Antwerpen  
[info@logoantwerpen.be](mailto:info@logoantwerpen.be)  
03 605 15 82





