

Nieuwe stiltekamer geeft Odisee-studenten in Aalst ruimte om even tot rust te komen

Datum 8.10.2026
Subjekt Odisee Hogeschool
Kontakt <h3>Lisa Stemgée</h3> <div>Persmedewerker Aalst</div>
lisa.stemgee@odisee.be 0478 53 62 29
Region België
Kategorie Gesellschaft und Lebensstil, Bildung, Universitäten

Nieuwe stiltekamer en vernieuwde ontspanningsruimte geven studenten verschillende plekken om tijdens een drukke campusdag even op te laden.

Even de ogen sluiten tussen twee lessen door, mediteren, bidden of gewoon de drukte even ontvluchten. Odisee-hogeschool in Aalst opent vandaag een inclusieve stiltekamer waar studenten en medewerkers terecht kunnen voor een moment van rust. Ook de ontspanningsruimte voor studenten kreeg een upgrade, met onder meer een massagestoel en een roeimachine. Zo maakt de hogeschool op de campus meer ruimte voor rust en ontspanning.

Een plek voor stilte, op ieders manier

De nieuwe stiltekamer is vrij toegankelijk tijdens de openingsuren van de campus. Studenten en medewerkers kunnen er de ogen sluiten, mediteren of bidden, minder prikkels ervaren of gewoon even alleen zijn. De ruimte is comfortabel ingericht met zitplaatsen, kussens en zachte verlichting. Er is ook materiaal aanwezig om tot rust te komen of te bidden.

"Deze ruimte schrijft niet voor hoe stilte gebruikt moet worden, ze maakt stilte mogelijk. We zijn op onze campus in de eerste plaats een gedeelde leer- en werkgemeenschap, maar iedereen brengt andere noden en ervaringen mee. Met de stiltekamer willen we daar ruimte voor maken."

Karen De Leenheer, campusbeheerder Odisee Aalst.

De stiltekamer kadert binnen het inclusiebeleid van Odisee-hogeschool. De hogeschool wil dat iedereen zich welkom voelt en wil ruimte bieden aan studenten en medewerkers die om uiteenlopende redenen nood hebben aan stilte.

Ontworpen in dialoog met studenten

De stiltekamer in Aalst maakt deel uit van een breder initiatief van Odisee. Op elke campus is er een stiltekamer of wordt eraan gewerkt. Voor het concept van de nieuwe ruimtes ging de hogeschool in gesprek met studenten en medewerkers. Bijna 400 studenten gaven hun mening in een bevraging.

"Studenten zijn allemaal verschillend. We verschillen in hoe we studeren, hoe we omgaan met stress, wat ons energie geeft en wat ons helpt om opnieuw in balans te komen. Tegelijk herkennen velen momenten waarop we nood hebben aan rust, voor gebed, meditatie of gewoon om even stil te staan. Met deze ruimte willen we daar letterlijk plaats voor maken."

Caroline Verschueren, diensthoofd Studentenvoorzieningen

Naast de nieuwe stiltekamer beschikt Odisee Aalst al over een prikkelarme ruimte voor studenten

die daar omwille van specifieke ondersteuningsnoden behoefte aan hebben. Ook de wilgenhut op de campus biedt een plek voor stilte en rouw, omringd door de natuur.

Ook ruimte om te ontspannen

Tot rust komen hoeft niet voor iedereen hetzelfde te betekenen. Daarom kreeg ook de ontspanningsruimte voor studenten in Aalst recent een upgrade. Studenten kunnen er voortaan ontspannen in een nieuwe massagestoel, wat energie kwijt op de roeimachine of zich uitleven op de boksbal. Daarnaast zijn er ook een kickertafel, een pingpongtafel en een darts.

Zo biedt de campus verschillende mogelijkheden om tussen de lessen door even op adem te komen. Waar de ene student nood heeft aan stilte of even alleen zijn, krijgt de andere net nieuwe energie door te bewegen of wat tijd door te brengen met medestudenten.

Niet voor publicatie

Voor verdere vragen kun je contact opnemen met persmedewerker Lisa. Zij brengt je graag in contact met de betrokken personen.

- Karen De Leenheer: campusbeheerder Aalst
- Caroline Verschueren: diensthoofd Studentenvoorzieningen

<https://pers.odisee.be/nieuwe-stiltekamer-geeft-odisee-studenten-in-aalst-ruimte-om-even-tot-rust-te-komen>