



courant

WWW.VIEF.BE | DRIEMAANDELIJKS MAGAZINE VAN VIEF VZW | 42E JAARGANG | HERFSTEDITIE '24



**Leer meer over AI
tijdens Viefs digitale week**



- 03 5 redenen waarom het belangrijk is om je stem uit te brengen bij de lokale verkiezingen
- 04 Levenswijs – Een reis door de tijd met Christiane De Boeck
- 06 Vrijwilligers in de kijker: Albert Beerens & Christiane Goubert – Vief Opwijk
- 09 Waarvoor kan je Google Lens allemaal gebruiken?
- 11 Inloophuizen dementie
- 12 Vief-nieuws
- 14 Nieuws uit de knooppunten
- 21 Activiteitenkalender

COLOFON

Courant is het gratis magazine van Vief vzw in samenwerking met LM.

Redactie:

Frederik Fluyt, Céline Vanderlinden,
Charlotte De Spiegeleer,
Lise Reniers, Kathleen D'Herde,
Linde Meirlaen

Teksten: C. Vanderlinden,
L. Reniers, C. De Spiegeleer,
L. Meirlaen, P. Lauwrijs,
M. Van den Bossche, N. Fiems,
K. D'Herde, medewerkers Vief
Oost-Vlaanderen, Liever Thuis LM,
N. Truyers

Hoofdredacteur:

Frederik Fluyt

Abonnementen:

U kan een abonnement, digitaal
of op papier, aanvragen via
info@vief.be of via [www.vief.be/
abonnement-courant](http://www.vief.be/abonnement-courant)

Verantwoordelijke uitgever

Frederik Fluyt, Livornostraat 25,
1050 Brussel

Druk

Drukkerij Perka, Maldegem
Telefoon: 050 71 60 71





5 redenen waarom het belangrijk is om je stem uit te brengen bij de lokale verkiezingen

Het initiatief **Stem Ervaren** motiveert ouderen om hun stem uit te brengen bij de lokale verkiezingen die plaatsvinden op zondag 13 oktober. Er wordt dan gestemd voor de gemeenteraad, de provincieraad en in stad Antwerpen voor de districtsraad. Door het decreet 'Versterking lokale democratie' zijn er enkele zaken gewijzigd. Een van de belangrijkste wijzigingen is dat er geen opkomstplicht meer is. Er wordt verwacht dat een groot deel van de bevolking, waaronder de ouderen, hun stem niet zullen uitbrengen. We zetten vijf redenen op een rijtje waarom het toch belangrijk is om te gaan stemmen.

1. Stemmen is een recht

Ondanks dat de opkomstplicht niet langer geldt voor de lokale verkiezingen, heb je nog wel stemrecht. Dat klinkt vanzelfsprekend, maar dat is het zeker niet altijd geweest. Het algemeen enkelvoudig stemrecht is pas ingevoerd in 1948 en was het resultaat van een lange geschiedenis van sociale en politieke strijd. Het stemrecht waarbij burgers mee de verkiezingsresultaten bepalen vormt de kern van onze democratie. **Door te stemmen draag je eveneens bij aan de toekomst van onze samenleving. Door je stem uit te brengen, eer je die strijd voor het stemrecht en verzeker je dat jouw stem wordt gehoord in het democratische proces.**

2. 65+'ers zijn meer dan een kwart van de kiezers

65-plussers zijn een grote demografische bevolkingsgroep. Momenteel is 21% van de Vlaamse bevolking 65 jaar of ouder, dat is meer dan 1 op 5. Dit cijfer zal de komende jaren enkel nog stijgen. Het is belangrijk dat de verkiezingsuitslag een weerspiegeling is van de voorkeuren en meningen van de diversiteit van de bevolking. Dan kan men spreken van een representatieve uitslag. Dit geldt ook op vlak van leeftijd, waardoor het belangrijk is dat een aanzienlijk deel van de ouderen gaat stemmen. Als je kijkt naar de kiesgerechtigden, zie je dat 27% van de kiesgerechtigde bevolking ouder is dan 65 jaar, dat is meer dan 1 op 4. **Door je stem uit te brengen, zorg je ervoor dat de stem van de ouderen meer vertegenwoordigd is wat leidt tot een meer representatieve verkiezingsuitslag.**

3. Lokaal beleid beïnvloedt het dagelijks leven

De lokale verkiezingen, meer specifiek de gemeenteraadsverkiezingen, zijn van groot belang omdat de lokale besturen en het daaruit vloeiende beleid directe invloed hebben op het dagelijks leven van de inwoners.

Enkele gemeentelijke bevoegdheden zijn openbare werken, sociale bijstand, ordehandhaving, huisvesting, onderwijs, sociale activiteiten... Het lokaal beleid bepaalt hoe deze diensten georganiseerd worden en toegankelijk gemaakt worden. Omdat lokale besturen dichter bij de burgers staan, kunnen ze beter inspelen op de specifieke noden en zorgen van ouderen in de gemeenschap. **Door je stem uit te brengen kan je kiezen voor een beleid dat aansluit bij de noden en behoeften uit jouw eigen leven.**

4. De voorkeurstemmen hebben grotere en directere invloed

Een andere nieuwigheid deze lokale verkiezingen is dat de lijststemmen niet meer zullen verdeeld worden over de kandidaten. De lijststemmen zullen enkel nog tellen als stem voor de partij. De voorkeurstemmen, de stemmen op specifieke kandidaten, zullen dus een grotere rol spelen. Als een kandidaat genoeg voorkeurstemmen krijgt, kan die een zetel in de gemeenteraad veroveren, zelfs als die kandidaat op een lage plaats op de lijst stond. Dit geeft de kiezer meer invloed om specifieke personen in de raad te krijgen, los van de volgorde die de partij zelf heeft vastgesteld. **Door je stem uit te brengen, kan je meer druk uitoefenen op wie er daadwerkelijk verkozen wordt.**

5. Niet stemmen is een verloren kans

Tot slot is het niet uitbrengen van je stem een verloren kans het beleid te beïnvloeden. Elke stem die niet wordt uitgebracht, betekent dat anderen beslissen hoe jouw gemeente wordt bestuurd, zonder dat jouw mening wordt gehoord. In een democratie telt elke stem en door niet te stemmen geef je jouw inspraak weg en zal er dus geen rekening mee gehouden worden. **Door je stem uit te brengen zorg je ervoor dat jouw stem invloed heeft en dus niet verloren gaat.**



Een reis door de tijd met Christiane De Boeck

De kamer van Christiane De Boeck in het woonzorgcentrum Moretus in Berchem is er een zoals er heel veel zijn. Mooi, maar klein. Best gezellig ook, maar redelijk beperkt. Er staan een TV, een zetel, een bed en een kast vol fotoalbums en herinneringen. De voetverzorgster is net de pedicure van Christiane aan het verzorgen als we aankloppen. "Ik betaal dit zelf. Als de pedicure één keer per maand langskomt, is dat altijd een fijn moment. Zoals ik het ook fantastisch vind als ik eens naar de kapper kan. Of als ik bezoek krijg. Ik ben onderweg naar de 100, maar wil ik dat wel worden? Ik weet het niet", klinkt het vertwijfeld. Daarmee is de toon van deze babbel gezet. Wat volgt schetst een mooi tijdsbeeld van Wereldoorlog II tot corona.



We ondergingen als kind die oorlog, we stonden er niet bij stil.

■ Feesten en banketten

Christiane is een pronte, nette, lieve dame. Je geeft haar haar leeftijd niet. Haar kapsel is duidelijk steeds mooi gecoiffeerd, ze straalt klasse uit. Het kan niet anders, dan dat ze van goeie komaf is. Dat is ook zo. Haar vader, moeder en nonkel baatten de feestzalen De Boeck in Antwerpen uit, vertelt ze met trots. "We verzorgden feesten en banketten. We plaatsten ook markiezen bij de kerk en legden rode lopers voor het bruidspaar. Achteraf kwamen ze dan bij ons feesten. Als kind had ik bij de baron gewerkt, tot mijn ouders zelfstandigen werden en ik ging meehelpen. Ik deed die job echt graag. De uit-

Vief heeft een podcast gemaakt getiteld **Levenswijs**. De podcast bestaat uit 9 afleveringen waarin telkens het kleurrijke levensverhaal van een 65-plusser centraal staat. In **Courant** zullen we het verhaal van een van de deelnemers opnemen. In dit nummer staat de aflevering van **Christiane De Boeck** centraal.

straling ervan sprak me aan.

Het was niet zoals nu. Nu dragen kelners gescheurde jeans

en zo, wij droegen heel mooie kleren en witte hand-

schoenen. Als je een vuil hemd aan had, kwam je er niet in. Op alles was controle, ook op het bestek. De glazen waren van kristal en het eetgerei van zilver. Dat moest allemaal stuk voor stuk gepoetst worden. Het zilver werd eerst met een borsteltje proper gemaakt. Het was tijdrovend en intensief, maar best aangenaam. Ik deed dat graag. We hebben nog voor de koning gewerkt", klinkt het fier.

■ Engelse radio

Christiane was 16 jaar toen de Tweede Wereldoorlog uitbrak. "Het is raar om te zeggen maar wij waren toen helemaal niet zo slecht af. Armoede en ellende hebben we eigenlijk niet gekend. Ook niet op de zwaarste momenten van de oorlog. Eigenlijk ging het leven van elke dag zijn gewone gang. Ik weet natuurlijk ook wel dat sommigen tijdens de oorlog wél miserie kenden, maar wij gelukkig niet. We hadden toen familie op de buiten, heel lieve mensen. Die brachten ons aardappelen en vlees. Wij hadden nooit iets tekort. We moesten wel oppassen dat de Duitsers er niet achter kwamen, want dan werd alles afgepakt. Zo mochten we ook niet naar de Engelse radio luisteren, dat was ten stelligste verboden. We moesten maar eens op de hoogte zijn van de gang van zaken. We luisterden bijgevolg helemaal in het geheim. En als de uitzending erop zat, werd de

radio in de kast verstopt. Soms hadden we rechtstreeks met de Duitsers te maken omdat die bij ons hun feesten wilden organiseren. Maar dan zei mijn mama dat de kinderen *krank*, ziek waren. Dan waren ze sneller weg dan ze gekomen waren. Wat ik me ook nog herinner zijn de vliegende bommen die de Duitsers stuurden. Je hoorde ze van ver komen aanvliegen. Dat gaf zo'n vreemd zoemend geluid. We moesten dan snel zo'n bunker of schuilkelder in, allemaal dicht bijeen. Mijn papa had de gewoonte om op zo'n momenten op straat te gaan rondlopen, hij vond dat veiliger. Een paar keer sloeg die bom dichtbij in, maar gelukkig niet bij ons. We ondergingen als kind die dingen, we stonden er niet bij stil."

■ Rode kaart

Terugdenken aan de oorlog, doet bij Christiane veel herinneringen terugkomen. "Op een bepaald moment werd een Joodse buurvrouw van ons opgehaald door de Duitsers. We zagen haar nooit nog terug. En een kozijn van mijn papa kwam in een concentratiekamp terecht. Ook hem zagen we nooit meer weer. Op een bepaald moment werd ik zelf ook opgeëist door de Duitsers. Ik kreeg een rode kaart, neen niet zo eentje als in het voetbal, maar een oproepingsbevel. Ik moest me melden op de Meir in hartje Antwerpen. Mijn mama was in alle staten. *Je gaat niet. Dat deugt niet*, zei ze. Ze ging in mijn plaats. Ze had dat goed gezien. Het waren allemaal jonge meisjes die zich meldden en aanschoven. Tot ze mijn mama zagen en haar leeftijd. Ze was rapper buiten dan binnen. Ik kreeg nooit nog zo'n kaart. Het ergste was dat mijn papa op een bepaald moment door het militaire Rode Kruis werd opgeëist. Hij had een kleine camion en moest naar het front in Frankrijk om er de gekwetste soldaten op te pikken en naar het militair ziekenhuis te brengen. Hij was heel lang weg. Ondertussen probeerde mijn mama thuis de zaak draaiende te houden. Als er mensen trouwden, dan bleven we markiezen zetten en tapijten uitrollen. We laadden die dan op een stootkar en duwden die voor ons uit. Het waren geen gemakkelijke tijden, maar eigenlijk vonden we het best leuk", vertelt Christiane.

■ Corona

Het is raar, maar Christiane vergelijkt de oorlog constant met corona. Dat is duidelijk haar oorlog nu. "Corona, corona, corona. Slechter dan de oorlog, echt waar. Ik meen het. In oorlogstijd waren de mensen lief voor elkaar, ze hielpen mekaar, ze staken elkaar een handje toe. Als je iets tekort had, was er altijd iemand die hielp. Je stond er nooit alleen voor. Er was altijd iemand die deelde in je pijn en verdriet. We mochten ook uitgaan, we konden ons een beetje amuseren, we deden leuke dingen. Nu met corona werden we drie weken lang opgesloten op de vijfde verdieping. We mochten met niemand contact

hebben. Hele dagen zaten we tussen vier muren. Mijn schoondochter bracht me normaal altijd mooie kleren en zo, dat kon plots niet meer. Bezoek was evenmin mogelijk. In oorlogstijd heb ik me nooit verdrietig en eenzaam gevoeld, nooit. Nu wél. Ik werd in het begin van de jaren veertig ook nooit opgesloten. Eigenlijk was ik zo vrij als een vogel. We mochten weliswaar niet zeggen wat we wilden, maar dat mochten we nu ook niet. De corona-eenzaamheid voelde heel zwaar aan. We konden evenmin naar de kapper, onze voeten werden niet verzorgd. Corona is echt slecht. *Allez, wat zeg je nu?*, hoor ik, als ik het nog maar eens herhaal. Maar zo voel ik het aan, echt waar."

■ 100 jaar

Christiane is een gezellige vertelster. Het rolt er allemaal uit, alleen over 100 jaar worden weigert ze te praten. Die dag is nog vier jaar weg, maar ze schuift hem duidelijk voor haar uit. "Ik ga geen 100 worden. Het is niet meer lang, ik weet het. Een jaar is niets. En gaan ze wel een feestje mogen organiseren? Misschien zal corona er steeds weer een stokje voorsteken. Zoals corona er ook voor zorgde dat ze me geen eten van bij de traiteur konden brengen. Voordien werd ik ook regelmatig bedolven onder de mooiste bloemen, tot niemand meer mocht langskomen."



Ik wil uitgestrooid worden op een mooi plekje.

■ Euthanasie

Het blijft me intrigeren dat Christiane geen 100 jaar wil worden. Ze blijft dat onderwerp categoriek wegduwen. "Ik weet niet hoe oud ik zal worden, ik weet wél dat, als de dag komt dat ik infusies moet krijgen en overal plastieken darmpjes heb hangen, ik een spuitje zal vragen. Dan wil ik niet meer leven. Ik wil voorzien dat ik euthanasie kan krijgen. Wat ze dan met mijn lichaam moeten doen? Me in geen geval begraven. Dat nooit, want dan zullen op een dag mijn botten anoniem opgegraven worden. Ik wil dat niet, echt niet. Dat heeft toch geen zin. Ik vraag liever dat ze me uitstrooien op een plekje waar het heel mooi is. Dan wil ik dat de vogeltjes in de natuur blij zijn met mij. Dat zou fijn zijn. Dan ga ik gelukkig zijn."

Beluister het verhaal van Christiane op de website www.levenswijs.be of scan de QR-code.



N. Truyers



Vrijwilligers
in de kijker:
Albert Beerens
& Christiane
Goubert -
Vief Opwijk

Op een zonnige vrijdagvoormiddag ging ik langs bij het sympathieke koppel Albert Beerens en Christiane Goubert, oprichters van de liberale seniorenvereniging in Opwijk. Het werd een gezellig dubbelinterview waarbij Albert en Christiane elkaar spontaan aanvulden. Ze zijn allebei 73 jaar en beide erg actief (geweest) in de lokale politiek. Albert is verschillende termijnen burgemeester of schepen geweest in Opwijk en zetelt nu nog in de gemeenteraad en de politieraad, Christiane was vroeger actief in de OCMW-raad. Albert heeft er een professionele carrière op zitten bij de Regie der Gebouwen, Christiane heeft bij de Liberale Mutualiteit gewerkt.

■ **Dag Albert en Christiane, Vief Opwijk bestaat pas sinds 2023, maar de lokale seniorenvereniging bestaat al langer. Kunnen jullie me eens meenemen in de geschiedenis van de vereniging?**

Albert: Wij hebben samen met twee vrienden de liberale bond van de gepensioneerden in Opwijk opgericht in 1976, wij waren toen beide 25 jaar. Het idee was om sociaal-culturele liberale verenigingen op te richten om het liberale gedachtegoed verder uit te dragen en te stimuleren. Sociale media bestond in die tijd nog niet, het verenigingsleven was een ideale manier daarvoor. Er werd een liberale jongerenvereniging, vrouwenvereniging en ouderenvereniging opgericht.

Christiane: Wij hebben vanaf het begin in 1976 tot op heden in het bestuur gezeten van de ouderenvereniging, Albert als voorzitter, ik als secretaris-penningmeester. Er werd altijd al nauw samengewerkt met de liberale mutualiteit en sinds 2023 zijn we officieel onder de Vief-koepel getreden.

■ **Waarom zijn jullie bij Vief aangesloten?**

We hebben contact gehad met Kathleen D'Herde, regiomedewerker van Vief Brabant, ze heeft ons kunnen overtuigen met het uitgebreide educatieve aanbod dat Vief heeft. Vroeger boden we minder vaak educatieve activiteiten aan omdat de

kostprijs van sprekers vaak erg hoog lag. Via het activiteitsaanbod van Vief kunnen we kwaliteitsvolle cursussen, workshops en voordrachten boeken op maat van ons publiek aan een heel democratische prijs. We hebben dit jaar al een voordracht over wilsverklaring en zorgvolmacht, de lokale verkiezingen (Stem Ervaren) en over de rol van de ouderen in de samenleving gehad. In het najaar staat er nog een voordracht over slaapproblemen en een cursus leren werken met de smartphone op de planning. Dit komt ook tegemoet aan de vraag van de leden, we merken dat er meer vraag is naar educatieve activiteiten. Daarnaast is het fijn dat we onze autonome werking gewoon nog verder kunnen zetten.

■ **Dat is een interessante evolutie dat er nu meer vraag is naar educatieve activiteiten, zijn er nog zaken die jullie hebben zien veranderen in die 48 jaar?**

Vroeger stond sociaal contact en gezellig samenzijn centraal bij de vereniging. De senioren waren toen veel meer lokaal gebonden, ze hadden bij wijze van spreken nog maar amper hun eigen gemeente verlaten. Het deelnemen aan georganiseerde uitstappen en buitenlandse reizen viel dan ook echt in de smaak. Onze eerste vliegtuigreis was naar Almeria (Spanje), dat was voor 90% van de groep de eerste keer dat ze in een luchthaven waren. We merken dat

de meeste senioren nu veel zelfstandiger zijn en dat ze al zelf zo'n vakantie hebben ingericht, al dan niet met behulp van een reisbureau. Het sociaal contact blijft belangrijk, maar er is ook meer vraag naar culturele en educatieve activiteiten.

■ **En de vereniging zelf, is die geëvolueerd?**

Uiteraard is de vereniging erg gegroeid in aantal. Op ons hoogtepunt hadden we 550 leden. Door de coronapandemie hebben we een enorme slag gekregen, nu hebben we nog 350 leden, wat nog steeds een mooi aantal is. We zijn ooit eens op daguitstap geweest met 200 ouderen, dat vergde een hele organisatie maar gaf veel voldoening.

■ **Wat een mooi ledenaantal! Merken jullie veranderingen in het aantrekken van nieuwe leden?**

Het aantrekken van nieuwe leden wordt moeilijker. Vroeger kon men al op brugpensioen gaan vanaf 55 jaar en vanaf toen kwam men bij de



We zijn ooit eens op daguitstap geweest met 200 ouderen, dat vergde een hele organisatie maar gaf veel voldoening.

seniorenvereniging. Dat ligt nu anders. Al moeten we zeggen dat het educatieve aanbod ook wel jonggepensioneerden aantrekt. Onze voornaamste ledenwervingsmethode is mond-tot-mondreclame, de leden die tevreden zijn vertellen het door aan hun omgeving waardoor we nieuwe leden kunnen ontvangen.

■ Bij zo een grote vereniging, hoort waarschijnlijk ook een grote vrijwilligersploeg?

We zijn in totaal met 15 vrijwilligers. Het is een grote ploeg maar dat is nodig aangezien wij persoonlijk contact met onze leden hoog in het vaandel dragen. We werken met wijkverantwoordelijken die persoonlijk langsgaan bij de leden om hen uit te nodigen voor de activiteiten. Het sociale contact wordt zowel door de leden als door de vrijwilligers erg geapprecieerd. Daarnaast vertegenwoordigen de wijkverantwoordelijken ook de leden en geven ze input over hun wensen in de vergaderingen.

■ Hoe zorgen jullie ervoor dat de vrijwilligers gemotiveerd blijven?

Wij zorgen regelmatig voor bedankingsinitiatieven zoals een etentje waar de vrijwilligers met hun partners aan mogen deelnemen. In september gaan we ook naar de verwendag van Vief Brabant. Daarnaast vinden we het belangrijk dat alle vrijwilligers inspraak hebben en dat ze zich gehoord voelen. We zorgen ervoor dat de vergaderingen aangenaam zijn

en bieden een drankje aan. Elke vrijwilliger moet zich belangrijk voelen want dat is ook de realiteit.

■ Jullie zitten al 48 jaar in de vereniging, dan hebben jullie ook al heel wat activiteiten meegedaan. Wat zijn jullie favoriete activiteiten/herinneringen?

Albert: Mijn favoriete herinneringen zijn de buitenlandse reizen. Het vergde telkens veel voorbereiding want we gingen altijd tweemaal op voorhand de locatie bezoeken om alles te verkennen en te boeken. Daarna gingen we een derde keer op locatie met de groep. We bleven 's avonds altijd in het hotel ter beschikking voor moesten er problemen of vragen zijn, dat stelde de groep op hun gemak. Christiane moest ook elke reis minstens een keer naar het ziekenhuis met iemand. Op den duur werden er grapjes over gemaakt "Christiane, ben je al naar het ziekenhuis geweest deze reis?".

Christiane: Ik heb de beste herinneringen aan de eendagsreizen. Vroeger organiseerden we deze helemaal zelf en gingen we ook alles eerst verkennen. Nu werken we meestal samen met een busmaatschappij die de uitstap tot in de puntjes regelt. Wat we wel missen van vroeger zijn de dancings voor senioren, op de terugweg van de dagreis stopten we met de bus aan een dancing waar de deelnemers nog enkele uren konden dansen, dat was heel tof!

■ Die dancings klinken inderdaad heel leuk. Nu een heel ander onderwerp. Vinden jullie het belangrijk dat ouderen participeren aan het beleid?

Albert: Dat is uitermate belangrijk. Ouderen hebben het meeste ervaring. Daarnaast is het een feit dat een groot deel van de bevolkingsgroep ouder dan 65 jaar is, het is dan ook belangrijk dat dit weerspiegeld wordt in de vertegenwoordigers. Op de politieke lijst waarvoor ik opkom, Vivo Opwijk, zijn meer dan een kwart van de kandidaten ouder dan 65 jaar. Tot slot is het belangrijk dat de beleidsmakers luisteren naar de noden en behoeften van ouderen. Dit kan o.a. door langs te gaan bij de ouderenvereniging en daar in gesprek te gaan met de leden.

■ Dat zijn inderdaad goede argumenten die jullie aanhalen! Zijn er nog zaken die jullie graag aan het interview willen toevoegen?

We willen graag nog toevoegen dat we enorm veel dankbaarheid ervaren van de senioren. Na een activiteit krijgen we tientallen bedankjes en dat motiveert ons enorm om door te gaan. Op onze beurt zijn wij ook erg dankbaar voor de deelnemers voor al het vertrouwen en de vrijwilligers voor alle goede hulp.

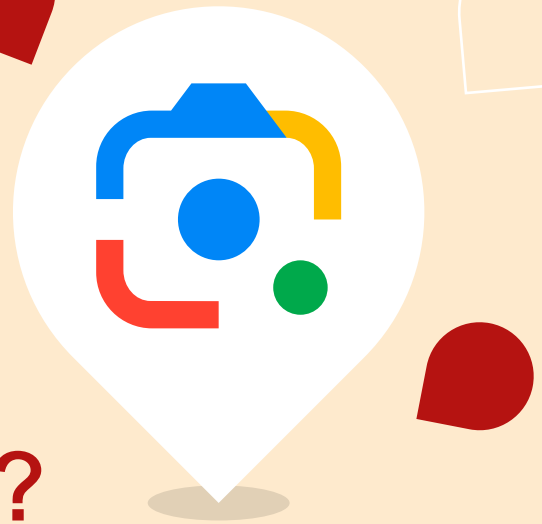
■ Dankbaarheid staat dus duidelijk centraal bij jullie, erg mooie afsluiter, bedankt.



Wat we wel missen van vroeger zijn de dancings voor senioren.

Lise Reniers
Vief vzw

Waarvoor kan je Google Lens allemaal gebruiken?



Wil je vlot een QR-code scannen, informatie rond een bepaald beeld opzoeken of woorden vertalen? Dan is deze veelzijdige applicatie degene die je moet gebruiken.

Google Lens is een applicatie die jou door middel van beeldherkenning allerlei informatie kan bezorgen. Het principe is het volgende: je wil bijvoorbeeld meer te weten komen over het standbeeld of gebouw dat je tegenkomt op een dagtrip. Met behulp van Google Lens dien je enkel een foto te nemen van dit standbeeld of gebouw en de applicatie doet al het opzoekwerk voor jou. Ook voor andere aspecten is deze applicatie handig. Vooraleer je de applicatie kan gebruiken dien je hem te installeren als dit nog niet automatisch gebeurd is. Android-gebruikers kunnen de applicatie rechtstreeks installeren via de Playstore. Apple-gebruikers kunnen de applicatie enkel via een omweg hanteren. Je installeert in de Appstore de applicatie 'Google'. Na de installatie klik je in de applicatie op het camera-icoon aan de rechterkant in de Google-balk. Vervolgens opent zich Google Lens.

■ Woorden vertalen

Met Google Lens kan je gemakkelijk woorden vertalen. Dat kan handig zijn als er tijdens een buitenlandse reis geen Nederlandstalige menukaart is.

Hiervoor tik je in de app op het tabblad 'vertalen'. Vervolgens kies je bovenaan de gewenste brontaal (= de taal van waaruit je graag wil vertalen) en doeltaal (= de taal waar je graag naar zou willen vertalen). Vaak zal er bij brontaal 'taal herkennen' staan, Google Lens probeert hierbij automatisch de brontaal te herkennen. Als doeltaal wordt er vaak door de app automatisch voor Engels gekozen. Beide kan je veranderen door op 'taal herkennen' te tikken en uit het lijstje de gewenste brontaal aan te tikken. Als je de doeltaal wil veranderen tik je op 'Engels' en kan je uit het lijstje de gewenste doeltaal aantikken.

Hierna kan je beginnen vertalen, dit kan op twee manieren:

Je houdt de camera van je smartphone op de woorden die je wil vertalen, meteen (zonder ergens op te moeten tikken) verschijnt de vertaalde tekst op je smartphone. Maar opgelet: als je de camera ergens anders op richt zal de vertaalde tekst echter verdwijnen.

Je kan er ook voor kiezen om eerst een foto te nemen van de woorden die je wenst te vertalen. Hiervoor dien je de camera van je smartphone boven de woorden te houden die je wil vertalen waarna je op de sluitknop tikt. Vervolgens zie je de vertaalde tekst op je smartphone verschijnen.

Google Lens kan enkel vertalingen uitvoeren wanneer je verbonden bent met wifi of mobiele data/4G. Wil je echter ook offline (= zonder internetverbinding) gebruik te maken van deze app, dan dien je de gewenste taal eerst te downloaden. Hiervoor dien je uit de lijst met talen op het download-icoon te tikken naast de gewenste taal. Kies daarna voor 'als wifi beschikbaar is' en tik vervolgens op 'downloaden'. Staat er geen download-icoon naast de gewenste taal, dan is de taal niet offline beschikbaar en kun je deze enkel bij vertalingen gebruiken wanneer je verbonden bent met het internet.



■ QR-code scannen

Alsmaar vaker zijn menukaarten enkel te raadplegen via een QR-code. Ook hiervoor kan je Google Lens gebruiken. Je hoeft dus geen aparte QR-codescanner te installeren als de camera van je smartphone dit niet standaard kan. Onder een QR-code zit een bepaalde link die gelezen kan worden en naar waar je doorgestuurd wordt.

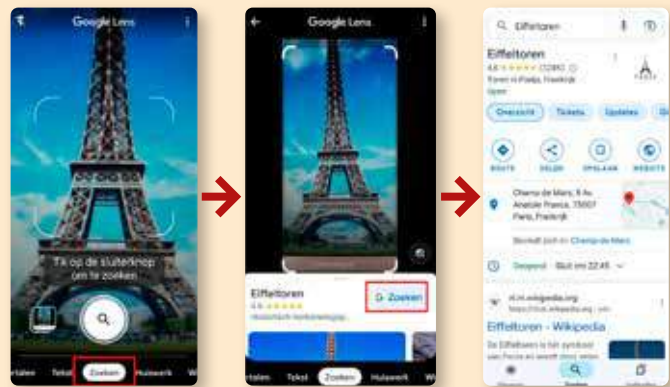
Om een QR-code te scannen, tik je in de app op het tabblad 'zoeken'. Hou vervolgens de camera van je smartphone op de QR-code (je dient nog nergens op te tikken). Tik daarna op het webadres dat (in het blauw) verschijnt. Vervolgens zal je naar de bijbehorende website worden gebracht. Dat kan dus een website zijn waar een menukaart op te vinden is.



■ Standbeelden en gebouwen herkennen

Google Lens slaagt er ook in om standbeelden en gebouwen te herkennen. Dit is nuttig als je in een vreemde stad bent en graag meer informatie wenst over een standbeeld of gebouw dat je tegenkomt.

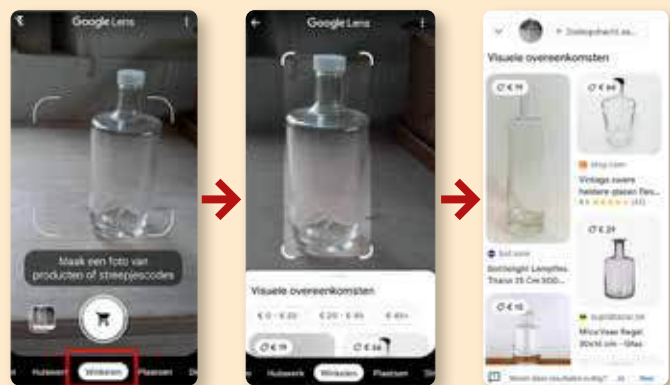
Zorg er opnieuw voor dat je in de app op het tabblad 'zoeken' bent. Hou vervolgens de camera van je smartphone voor het gewenste standbeeld of gebouw. Tik daarna op de sluitknop. Hierna zal je onderaan (door van onder naar boven te vegen) meer informatie kunnen terugvinden over het desbetreffende standbeeld of gebouw.



■ Producten herkennen

Een mooie fles gezien op restaurant en wil je weten waar je deze kan kopen? Met Google Lens kan je een product online zoeken en meteen kopen en in detail bekijken.

Hiervoor tik je in de app op het tabblad 'winkelen'. Hou vervolgens de camera van je smartphone op het product dat je online wil opzoeken. Tik vervolgens op de sluitknop. Hierna zal je onderaan een nieuw venster kunnen openen (door van onder naar boven te vegen). Je ziet daarna alle producten (die Google Lens linkt aan het product waarvan je een foto nam) die je online kan kopen.



Zoals je kan zien is Google lens een zeer veelzijdige applicatie die je het leven toch wel net iets gemakkelijker kan maken. Probeer het zeker uit. Je zal er geen spijt van hebben.

Linde Meirlaen
Vief vzw

Inloophuizen dementie

Een inloophuis Dementie is een informatie- en een ontmoetingspunt voor mensen met (een vermoeden van) dementie en hun naasten. Het doel van het inloophuis is te luisteren naar vragen van mensen enerzijds en hen wegwijs te maken in het aanbod anderzijds. Hieronder vind je het aanbod van inloophuizen Dementie in Vlaanderen:

Stad/gemeente	Adres inloophuis dementie
Antwerpen	Grote Kauwenberg 33, 2000 Antwerpen
Mol	Gasthuisstraat 14, 2400 Mol
Mechelen	Lijsterstraat 2, 2800 Mechelen
Gent	Meersemdries 4, 9050 Gent
Leuven	S'Hertogenlaan 97, 3000 Leuven
Ingelmunster	Weststraat 51, 8770 Ingelmunster
Peer	Markt 25, 3990 Peer
Waasland	Kalkstraat 48, 9100 Sint-Niklaas
Turnhout	Dokter Nand Peetersstraat 33, 2300 Turnhout
Asse	Gemeenteplein 26, 1730 Asse



Voor meer informatie over de inloophuizen kan je terecht op de website van Alzheimer Liga Vlaanderen: <https://www.alzheimerliga.be/nl> of telefonisch op 014/43/50/60.

© 123RF



Van "We gaan de waaghals niet uithangen."

Tot "Nog eens beugelen, nee merci!"

Een **tandzorgverzekering**
voor ieder LevensMoment
> lm.be/onze-verzekeringen



**Jouw ziekenfonds voor
ieder LevensMoment**



Resultaten van de digitus-studie

Eind mei 2023 lanceerde Vief een oproep om een online vragenlijst in te vullen die peilde naar de digitalisering van het dagelijkse leven bij 60-plussers in het kader van het onderzoeksproject "Digital ageing". Met deze bevraging wouden de onderzoekers leren hoe digitale toepassingen het leven vergemakkelijken of net moeilijker maken en een beter zicht krijgen op de digitale inclusie van ouderen. Het onderzoek was gericht op ouderen die al digitaal actief waren. De resultaten van de studie zijn onlangs gepubliceerd.

Het is belangrijk om mee te geven dat het enkel respondenten betreft die zelf kozen om deel te nemen, het is geen gerandomiseerde steekproef waardoor er geen algemene uitspraken over de oudere bevolking gedaan kunnen worden. Toch komen er enkele interessante cijfers en bevindingen uit het onderzoek.

Zo beschikken bijna 2/3^e van de deelnemers over minstens 5 verschillende digitale toestellen, waarbij de computer, de gsm/smartphone en digibox of een andere televisieontvanger het meest populair zijn. Een grote meerderheid gebruikt het internet om online het nieuws te raadplegen, online streamingdiensten zijn daarentegen nog niet erg populair. E-mails versturen en online bankzaken regelen zijn intussen ook goed ingeburgerd bij de ouderen die digitaal actief zijn.

Naast het gebruik peilde het onderzoek ook naar de houding tegenover digitale toestellen en diensten en de digitalisering van de maatschappij. Dit waren open vragen, waardoor de deelnemers hun antwoorden konden nuanceren. Zelfs ouderen die digitaal mee zijn, kijken met gemengde gevoelens naar die nieuwe technologieën en de toenemende digitalisatie van de samenleving. De digitaal actieve ouderen ervaren technologie wel vaak als makkelijk(er), maar vinden het tegelijk onpersoonlijk, verplichtend, moeilijk te volgen, uitsluitend, ... Verschillende deelnemers vragen zich af of ze wel gaan kunnen blijven volgen naarmate de digitalisatie alsmaar sneller gaat.

Je vindt alle resultaten terug op www.vief.be/digitus.

Online koffieklets

De toekomst van de ouderenzorg

Vrijdag 15 november 2024

om 14 uur

Gratis deelname

Inschrijven op:

www.vief.be/koffieklets-november

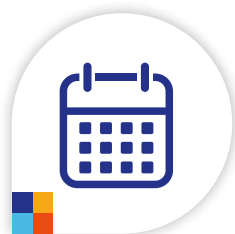
vief

Praat mee over de toekomst van de ouderenzorg

In aanloop van de Ouderenweek staan we bij Vief graag stil bij een levendig topic: de toekomst van de ouderenzorg. Tijdens een informeel babbelmoment kan je je mening hierover geven. Hoe ervaar je de huidige ouderenzorg? Wat vind je de belangrijkste elementen van goede ouderenzorg? Welke uitdagingen verwacht je in de toekomst? Hoe zie je de rol van technologie in de toekomst van de ouderenzorg? Wat zijn jouw gedachten over de betaalbaarheid hiervan in de toekomst?

De online koffieklets is gratis en vindt plaats op vrijdag 15 november om 14 uur. Deze zal begeleid worden door onze leercoaches Linde en Charlotte. Inschrijven doe je via www.vief.be/koffieklets-november. Enkele dagen voordien ontvang je dan een e-mail met de link om deel te nemen.





Vief organiseert digitale week rond AI

Naar jaarlijkse traditie organiseert Vief ook in 2024 een digitale week, deze keer met “artificiële intelligentie” als thema. Artificiële intelligentie, AI, kunstmatige intelligentie... De termen duiken geregeld op in de krantenkoppen. Acht op de tien Vlamingen zegt kennis te hebben van het bestaan van artificiële intelligentie volgens de recentste Digimeter, maar daarom begrijpen we niet noodzakelijk wat het net inhoudt.

Tijdens de digitale week van **25 tot 29 november 2024** nodigt Vief daarom VUB-onderzoeker en filosofe Marijke Van Vlasselaer uit. Ze schrijft een doctoraat over artificiële intelligentie en zal haar expertise delen tijdens een **gratis** voordracht in elke provincie. Wat betekent AI nu precies? Wat zijn de voordelen? Welke toepassingen zijn er nog naast chatbots en spraakassistenten? Zullen we in de toekomst nog het onderscheid kunnen maken tussen wat door de mens en wat door AI ontwikkeld is? Deze kwesties worden verduidelijkt tijdens de voordracht en nadien kunnen de aanwezigen ook nog vragen stellen. Zien we je daar?

■ Locaties en data:

- Maandag 25 november 2024 om 14u in het auditorium van ACLVB Gent, Koning Albertlaan 93, 9000 Gent (**Oost-Vlaanderen**)
- Dinsdag 26 november 2024 om 14u in CC De Kruisboog, Sint-Jorisplein 20, 3300 Tienen (**Vlaams-Brabant**)
- Woensdag 27 november 2024 om 14u in zaal de Meirminne, LM Plus Antwerpen, Lange Nieuwstraat 109, 2000 Antwerpen (**Antwerpen**)
- Donderdag 28 november 2024 om 14u in zaal Markies, LM Plus Limburg, Geraetsstraat 20, 3500 Hasselt (**Limburg**)
- Vrijdag 29 november 2024 om 14u in een zaal van LM Plus Brugge, Revillpark 1, 8000 Brugge (**West-Vlaanderen**)

De infosessies zijn gratis en toegankelijk voor iedereen, breng dus gerust familie en vrienden mee. Om praktische redenen vragen we je om in te schrijven voor 20 november 2024. Dit kan door een mailtje te sturen naar info@vief.be of via het webformulier op www.vief.be/digitaleweek.

Vlaanderen
verbinding werkt

VOORDRACHT
ARTIFICIËLE
INTELLIGENTIE

Door Marijke Van Vlasselaer
VUB-onderzoeker en filosofe

GRATIS deelname
Startuur: 14 uur
Meer info en inschrijven (noodzakelijk)
voor 20/11 via
www.vief.be/digitaleweek

Maandag 25/11/24 - Gent, ACLVB auditorium
Dinsdag 26/11/24 - Tienen, CC De Kruisboog
Woensdag 27/11/24 - Antwerpen, LM Antwerpen
Donderdag 28/11/24 - Hasselt, LM Hasselt
Vrijdag 29/11/24 - Brugge, LM Brugge

vief
seniorenknooppunt

Nieuws

uit de

knoop- punten

Hieronder vind je een overzicht van de diverse activiteiten die de voorbije maanden hebben plaatsgevonden en een blik op de werking van de afdelingen.

■ Vief Edegem viert 60-jarig jubileum



Proficiat aan Vief Edegem met hun 60-jarig bestaan, wat een bijzondere mijlpaal! Zestig jaar, dat is een indrukwekkende prestatie en een ware getuigenis van de kracht en de vitaliteit van deze seniorenvereniging.

Op deze speciale dag werden niet alleen alle bestuursleden in de bloemetjes gezet door het provinciaal Vief-secretariaat maar eveneens in het bijzonder werd Maurice Van Linden, erevoorzitter en stichter van deze vereniging uitgenodigd en gevierd. Er werd niet alleen stil gestaan bij het verleden waarbij de vele mooie momenten die zij samen hebben gedeeld werden gevierd maar er werd ook vooruit gekeken naar de toekomst.

De genodigden konden genieten van een feest met lekker eten en muziek waarbij de dansvloer eer werd aan-

gedaan. Een toast op nog vele gelukkige en gezonde jaren vol vriendschap, plezier en verbondenheid.

■ Vakantiepauze voor de lijndansgroep van Vief Wommelgem



De muziek en het dansen zit in het bloed van deze Wommelgemse leden. Wekelijks staat deze groep dan ook paraat om te lijndansen. We laten ze dan ook van hun welverdiende rust genieten tijdens de vakantiemaanden. Maar in september staan ze alweer klaar om de beentjes los te dansen.

■ Provinciale Ledendag Vief Antwerpen



De hele week regen en slecht weer behalve op ... 19 juni. Op deze dag was een boottocht gepland van Temse naar Dendermonde en terug als provinciale Antwerpse-ledendag.

Vijf bussen gingen de Vief-leden over heel de provincie ophalen om naar het vertrekpunt in Temse te brengen. Aan boord werd iedereen verwelkomd met een lekker tasje koffie en kon men genieten van een mooie vaartocht. Ze gingen eerst naar Rupelmonde om daarna langs de Scheldestadjes Mariekerke, Sint-Amands en Baasrode te varen. Na de lunch werd halt gehouden in de stad van het Ros Beiaard, Dendermonde. Daar stonden 8 lokale gidsen de leden op te wachten voor een wandeling in het centrum. Jammer genoeg moesten deze wandelingen abrupt beëindigd worden, want wegens het snelle hoogtij was het noodzaak om de boot vroeger te laten vertrekken dan gepland. En gelukkig was iedereen op tijd op de boot want het varen onder enkele bruggen scheelde letterlijk geen haar. De terugtocht naar Temse verliep vlot en iedereen kon nog genieten van het zonnetje op het boven- en achterdek.

■ Zeeland ontdekken met Vief Brabant



Vief Brabant trok deze zomer met maar liefst 150 senioren op daguitstap naar Zeeland. Ze genoten van een verkennende wandeling door Zierikzee, een boeiende boottocht en natuurlijk mochten de lekkere mosselen op het menu niet ontbreken. Een meer dan geslaagde uitstap.

■ De wekelijkse wandeling van Vief Herent



Ook in de zomer houdt Vief Herent vast aan de wekelijkse gewoonte om een stevige wandeling te doen.

■ Vief Meise-KOB-Wolvertem op bezoek bij Microbrouwerij Den Triest

Het bestuur genoot samen met enkele van de Vief-leden van een alcoholvrije Kriek bij Microbrouwerij Den Triest. Een echte aanrader.

Vief Meise-KOB-Wolvertem op bezoek bij Microbrouwerij Den Triest



■ Vief Opwijk trok de taalgrens over



Vief Opwijk organiseerde een reis naar Wallonië en ging op uitstap naar Ciney en Durbuy.

■ Een heerlijke barbecue bij Vief Sint-Pieters-Leeuw



Bij Vief Sint-Pieters-Leeuw organiseerden ze hun jaarlijkse BBQ. Het werd weer een succesvolle editie, veel volk, heel lekker eten en de zon was van de partij.

■ Een gezellige lunch voor Vief Tienen



Vief Tienen liet zich verwennen door de leerlingen van PISO tijdens een verrassend lekkere lunch.

■ Vief Vilvoorde op uitstap in Beringen



Vief Vilvoorde op bezoek in Beringen, op het pad van de mijnwerkers in BE-Mine en daarna op wandeling door de Blue Berryfields.

■ Vief Brabant doet een gegidste wandeling in het Colomapark

Op verkenning in de grootste rozentuin van Europa, nl. in het Colomapark in Sint-Pieters-Leeuw, waar jaarlijks maar liefst 3.000 verschillende soorten rozen bloeien, samen goed voor wel 300.000 rozen.

Vief Brabant doet een gegidste wandeling in het Colomapark



■ Moeders in de bloemetjes bij Vief Zwalm



Op zaterdag 4 mei, een week voor moederdag, organiseerde Vief ASV Zwalm een gezellig moederdagfeest met koffie en gebak. De aanwezige moeders kregen een leuk cadeautje, aangevuld met een prachtig optreden van Selina, een zangeres uit de buurt. We genoten allemaal van deze sfeervolle viering.

■ Vief ASV Zwalm leert bij over zorgvolmachten



De infosessie rond Zorgvolmacht op woensdag 24 april was een schot in de roos. Bijna 100 leden van Vief ASV Zwalm kwamen luisteren naar notaris Brigitte Vermeersch. Vief ASV Zwalm organiseert als vervolg op maandagavond 16 september een gratis infosessie rond erven, erfbelasting en successieplanning. De uitnodiging hiervan vind je terug bij de toekomstige activiteiten.

■ Vief Zele geniet van een travestieshow



Vief Zele genoot op dinsdag 11 juni van een lekkere lunch in hun vaste zaal Palermo. Na hun smakelijk middagmaal kwam Madame Zaza Project pronken met een schitterend optreden. 48 leden konden meegenieten van deze travestieshow gevuld met humor en ambiance.

■ Gegidste boottocht voor Vief Oost-Vlaanderen



Vief Oost-Vlaanderen organiseerde op 27 en 30 mei een gegidste boottocht vanuit de Wilfordkaai in Temse. Verspreid over twee dagen hebben 22 Vief-afdelingen, goed voor 538 leden, genoten van de Vlaamse uitzichten langs de Schelde voorbij Antwerpen tot in het Deurganckdok.

■ Culturele wandeling in Deurle

Vief Regio Gent maakte op 6 juni een culturele wandeling in Deurle, het mooie Leiedorp. Deze begeleide wandeling startte aan de Pastorie en eindigde in het Museum Gevaert-Minne. Naar goede gewoonte werd de wandeling afgesloten met een drankje.



■ Vief Regio Gent genoot van een show tijdens de Gentse feesten

Woensdag 24 juli ging Vief Regio Gent met 44 leden tijdens de Gentse Feesten genieten van de voorstelling van Koen Crucke en Luk De Bruyker: 'Kieze veur meziek'. Deze 'twie Hieres van Stand' werden vergezeld van een live orkest in de Minard Schouwburg.

■ Vief Lochristi trekt eropuit met de fiets

6 juni trokken 31 leden van Vief Lochristi hun wieleroeffits aan voor een prachtige fietstocht. De route was uitgestippeld om via het Provinciaal Domein Puyenbroeck naar de eerste stopplaats Zuiddorpe te gaan. Daar namen ze pauze voor een heerlijk aspergemenù in restaurant 'Onder De Linden'. Via landelijke wegen en een tussenstop in Zaffelare werd er terug naar de beginplaats gefietst. In totaal fietsten ze zo'n 50 km in een aangenaam zonnetje en vooral in heel goed gezelschap.

■ Kampioenviering bij Vief Kluisbergen



Ieder jaar viert Vief Kluisbergen hun kaarting-kampioenen met een heus Kampioenenfeest. Deze editie die doorging op 23 juni was extra speciaal omdat ook de 100-jarige Julien in de bloemetjes werd gezet. Naast onthaal met koffie en gebak werd er uitgebreid gedanst op de muziek van vaste DJ Pink Panter. De feestavond werd afgesloten met een heerlijk diner.

■ 15 jaar Vief Anzegem



Op zaterdag 20 april 2024 was het feest bij Vief Anzegem met 101 aanwezigen.

Na een lekkere ontvangst zorgden Alpenfever en voorzitter Frieda Tomme voor de nodige ambiance. Na het optreden volgde een uitgebreid kaasbuffet.

Secretaris Marc Ronsse werd voor zijn 15 jaar trouwe dienst beloond met een geschenk van Vief Anzegem en gedecoreerd met een medaille van de Provincie West-Vlaanderen.

■ Vief Roeselare bezoekt de zorgboetiek van LM Plus




Op donderdag 25 april 2024 werden negen leden van Vief Roeselare verwelkomt met een koffie en gebak door Fien Hendryckx, medewerker dienst communicatie in de zorgboetiek van LM Plus Roeselare. Er volgde een boeiende uiteenzetting van de ruime voorraad aan zorgmateriaal en handige hulpmiddelen voor alle leeftijden. Het geheel werd afgesloten met een begeleid bezoek aan de zorgboetiek. De aanwezigen werden bedankt met een goodiebag.

■ Tienjarig bestaan voor Vief Deerlijk



Op zondag 2 juni 2024 genoten meer dan 60 leden van een culinair avontuur bij Maison Maurice naar aanleiding van het tienjarig bestaan van Vief Deerlijk. De viering werd voorafgegaan door een welkom van voorzitter Marianne Verbeke, een historische schets door Nadine



 *Daguitstap op zoek naar het witte goud*

Fiems, coördinator Vief West-Vlaanderen vzw, een presentatie over vitaal ouder worden door Tom De Clercq, algemeen directeur vzw De Gavermeersen en finaal de situering van Vief in Deerlijk door schepen van senioren Louis Vanderbeken. Secretaris Moniek Vandezande sloot de academische zitting af.

■ **Daguitstap op zoek naar het witte goud**

Verspreid over 13 dagen genoten meer dan 600 Vief leden van een boeiende uitstap met als thema 'Op zoek naar asperges'. Eerst bracht men een bezoek aan een aspergebedrijf in Nederland waar men uitleg kreeg over het kweekproces van asperges om vervolgens met de huifkar naar het veld te trekken. Een heerlijke lunch met verse asperges ontbrak niet. In de namiddag stond een rondrit door het Verdronken land van Saeftinghe en vrije tijd in de stad Hulst op het programma.

■ **Vief Travel trok naar het zonnige Kos**



Van zondag 19 mei 2024 tot en met zondag 26 mei 2024 vertrok onderstaande enthousiaste groep Vief leden en leden van LM Plus naar het mooie Kos in Griekenland. Heerlijk genieten van natuur en strand, dagelijks overgoten met deugddoende zonnestralen. Naast een vijfsterren hotel en uitstappen was er de goede Vief reisbegeleiding. Op naar een volgende zonnige bestemming.

■ **Een terugblik op een zonnige provinciale verwendag van Vief West-Vlaanderen**



Het hoogtepunt van het jaar, de jaarlijkse verwendag. Maar liefst 150 vrijwilligers genoten van deze jaarlijkse traditie. Voor de 24ste keer organiseerde Vief West-Vlaanderen vzw dit feest. Het was opnieuw een onvergetelijke verwendag met alles erop en eraan: culinair genieten, ambiance, stralende gezichten en heel veel vriendschap en ook de zon kwam langs. Place to be was het Kasteel van Eernegem, een toplocatie.



Activiteitenkalender

Antwerpen

Concert Just the three of us

Blankenberge



Donderdag 24 oktober 2024

Just The Three of Us is een band met Ben Crabbé, Filip Bollaert en Eric Melaerts.

Drie straffe kerels, die elk hun strepen verdiend hebben, samen op het podium.

Verwacht u aan goede muziek.

De lunch voor aanvang concert, is niet meer mogelijk wegens volzet.

Er wordt provinciaal busvervoer ingelegd.

Tijdstip: 14 uur aanvang concert

Locatie: Casino Blankenberge

Prijs: € 15 concert of
€ 35 concert en busvervoer

Inschrijven of informatie:

03 206 36 54

info@viefantwerpen.be

www.viefantwerpen.be

Workshop Vief helpt je op weg met Itsme

Antwerpen



Dinsdag 12 november 2024

Itsme is een app op je smartphone waarmee je gemakkelijk kan aanmelden op allerlei beveiligde platformen, zoals websites van jouw bank of van de mutualiteit. Met Itsme heb je geen verschillende wachtwoorden meer nodig of een identiteitskaartlezer en e-id. Tijdens deze workshop leer je op welke manier je de app kan gebruiken en waarvoor. In het eerste gedeelte wordt je individueel geholpen met de installatie en activatie van de app. In het tweede gedeelte gaat het over de concrete werking/gebruik van de app + enkele toepassingen.

Tijdstip: 9 uur

Locatie: LM Plus Antwerpen,
Lange Nieuwstraat 109,
Antwerpen

Prijs: € 7

Inschrijven of informatie:

03 206 36 54

info@viefantwerpen.be

www.viefantwerpen.be

Workshop Bankieren met je smartphone

Antwerpen & Hemiksem



12 en 18 november 2024

Banken sluiten helaas hun kantoren, digitaal (en mobiel) bankieren wordt de norm.

Tijdens deze workshop leer je de bankapp op jouw smartphone te hanteren om rekeningen te bekijken of overschrijvingen te doen.

Indien nodig wordt gestart met de installatie en activatie van de gewenste bankapp.

Op 12 november vindt de workshop plaats in Antwerpen, op 18 november in Hemiksem.

Tijdstip: 14 uur (12/11)

9 uur (18/11)

Locatie 12/11: LM Plus Antwerpen,
Lange Nieuwstraat 109, Antwerpen

Locatie 18/11: LM Plus Hemiksem,
Heuvelstraat 59, Hemiksem

Prijs: € 7

Inschrijven of informatie:

03 206 36 54

info@viefantwerpen.be

www.viefantwerpen.be

Hier vind je de activiteitenkalender van onze provinciale en lokale afdelingen. Het meest actuele overzicht kan je steeds raadplegen op de Vief-website (www.vief.be/activiteiten) of neem contact op met jouw lokale vereniging.

Brabant

Concert Laura Lynn 'Tienerklanken'

Vilvoorde



Dinsdag 1 oktober 2024

Is 'Tien om te Zien' een mijlpaal in de geschiedenis van populaire muziek op televisie, dan was 'Tienerklanken' in de jaren zestig en zeventig het oerprogramma. En niemand beter dan Laura Lynn om terug te grijpen naar die oorsprong in haar theatertournee. Leuke plaatjes, goede maatjes. Dat was een onderdeel van 'Tienerklanken'. Laura Lynn speelt in dit concert haar koninklijke schlagercharme helemaal uit en kiest resoluut voor de vrouwelijke nachtegalen van de hoogdagen van het programma. Koffie en gebak zijn voorzien tijdens de pauze.

Tijdstip: 14u30

Locatie: CC Bolwerk,
Bolwerkstraat 17, 1800 Vilvoorde

Prijs: €14 te betalen op rek.

BE87 3100 1507 4694

van Vief Brabant

Inschrijven of informatie:

Kathleen.dherde@vief.be

0493/37 80 12

Vief Happening 'Just The Three of Us'

Blankenberge



Donderdag 24 oktober 2024

Just The Three of Us is een band met Ben Crabbé, Filip Bollaert en Eric Melaerts. Drie straffe kerels, die elk hun strepen verdiend hebben, samen op het podium. Alle drie zijn ze zot van muziek en van elkaar. Met z'n drieën pakken ze het podium en het publiek in, zingen en spelen ze samen in vele talen én treden ze uit hun comfortzone. Verwacht u aan goede muziek, tout court. Verwacht u aan van alles en veel! Voor degene die wensen voorzien we om gezamenlijk met de trein van Brussel Zuid naar Blankenberge te sporen.

Tijdstip: Aanvang 14u, vertrekuur
trein nog te bevestigen

Locatie: Casino Blankenberge,
Zeedijk 150, 8370 Blankenberge

Prijs: € 15 te betalen op rek.

BE87 3100 1507 4694

van Vief Brabant

Inschrijven of informatie:

Kathleen.dherde@vief.be

0493/37 80 12

Concert Riet Muylaert 'Heb het leven lief'

Vilvoorde



Dinsdag 12 november 2024

Riet Muylaert (aka JackoBond) en Stefan Wellens brengen samen met de strijkers van het Sun Sun Sun Orchestra een ode aan Liesbeth List. Als pas afgestudeerd jong veulen mocht Riet met Liesbeth, dé Grande Dame van het Nederlandse chanson, mee op tournee. Het leven was niet altijd lief voor Liesbeth, maar toch zong ze bij elk optreden vol overtuiging, overgave en emotie 'Heb het leven lief'. Zij gaf de wereld zoveel schoonheid en Riet zoveel levenslessen. En daarom blijft Riet haar lied zingen, zodat de mensen haar niet vergeten. Koffie en gebak zijn voorzien tijdens de pauze

Tijdstip: 14u30

Locatie: CC Bolwerk,
Bolwerkstraat 17, 1800 Vilvoorde

Prijs: € 14 te betalen op rek.

BE87 3100 1507 4694

van Vief Brabant

Inschrijven of informatie:

Kathleen.dherde@vief.be

0493/37 80 12

Theater 'Leen Persyn brengt Angélique'

Machelen



Dinsdag 19 november 2024

Ijzersterke Theatermonoloog van Erik Vlamincx. Een ouder wordende vrouw leeft met haar hebben en houden in opvangtehuizen. Ooit is zij als jonge kloosterzuster naar het toen nog Belgisch Congo getrokken en begin jaren van de zestig, allesbehalve ongeschonden, eens terug in België uitgetreden. Ism. Vief Machelen

Tijdstip: 15u

Locatie: Site Bosveld,
Heirbaan 10, 1830 Machelen
Prijs: € 10 te betalen op rek.
BE87 3100 1507 4694
van Vief Brabant

Inschrijven of informatie:
kathleen.dherde@vief.be
0493/37 80 12

Concert van Frank Galan en Christel

Tienen



Woensdag 20 november 2024

Optreden van Frank Galan en Christel in het kader van de seniorenweek, in samenwerking met Vief Tienen.

Tijdstip: Vanaf 13u30

Locatie: CC Kruisboog
Zaal Manège, St.Jorisplein,
3300 Tienen
Prijs: €5 (koffie en taart inc.)
te betalen op rek.
BE87 3100 1507 4694
van Vief Brabant

Inschrijven of informatie:
kathleen.dherde@vief.be of
0493/37 80 12

Cabaret in het Circus

Boom



Donderdag 28 november 2024

Cabaret in het Circus is een circus-cabaret voorstelling met een wereld van top acts vol verrassingen. Een voorstelling met poëzie en magie met een sensueel tintje. Bovendien bieden wij dit aan met een VIP-arrangement zodat u bij aankomst en tijdens de pauze een drankje aangeboden krijgt en na de voorstelling kunt genieten van hapjes en drankjes in de sfeervolle circuslounge.
INBEGREPEN: Vervoer met luxe autocar naar de Schorre in Boom, Matineevoorstelling "Cabaret in het Circus" en VIP-arrangement. De plaatsen zijn beperkt.

Tijdstip: Vertrekkur bus nog te bevestigen

Locatie: opstapplaatsen op basis van de inschrijvingen in de provincie
Prijs: € 65 te betalen op rek.
BE87 3100 1507 4694
van Vief Brabant

Inschrijven of informatie:
kathleen.dherde@vief.be of
0493/37 80 12

Voorstelling 'Sinterklaas in Winterwonderland'

Dilbeek



Dinsdag 3 december 2024

Naar goede gewoonte komt Sinterklaas ook dit jaar de senioren in Dilbeek groeten met een resem aan eregasten om het podium te delen. Jelle Cleymans en Sam Verhoeven serveren vrolijkheid met bekende klassiekers, van Wim Sonneveld tot Bobbejaan. Connie Neefs en haar dochter Hannelore vervulden de affiche, aangevuld met dansers van Ballet Caseshow, zanger Jan Wuytens, Micha Mara en de goedheilig man zelf. Met: De Lassies, Micha Mara, Jan Wuytens, Ballet Showcase, Connie Neefs & Hannelore, Jelle Cleymans en Sam Verhoeven

Tijdstip: 14u

Locatie: Theaterzaal CC Westrand, Kamerijklaan 46, 1700 Dilbeek

Prijs: € 20 te storten op rek.

BE87 3100 1507 4694

van Vief Brabant

Inschrijven of informatie:

kathleen.dherde@vief.be of

0493/37 80 12

Muziekhappening Vief Limburg

Lummen



Donderdag 3 oktober 2024

Welkom op de muziekhappening van Vief Limburg. Ambiance, lachende gezichten, veel pret en plezier. De enthousiaste Davy Gilles van de Romeo's en zangeres Sasha nemen je mee op sleeptouw. Schrijf je snel in want er zit muziek in. Ambiance verzekerd!

Tijdstip: 14u00 – 17u30

Locatie: CC Oosterhof - Dr. Vanderhoeydonckstraat 56, 3560 Lummen

Prijs: € 5 inclusief koffie en taart

Inschrijven of informatie:

info.limburg@vief.be of

011/70 53 37

Aperitieven wandeling

Maaseik



Zondag 13 oktober 2024

Kom Maaseik op een luchtige manier ontdekken! We wandelen door de oude stadskern van Maaseik onder begeleiding van een gediplomeerde gids. We starten om 11 uur aan het toeristisch onthaalcentrum en sluiten af met, hoe kan het ook anders, een heerlijk streekdrankje als aperitief en een streekproduct als hapje.

Tijdstip: 11u00 – 13u00

Locatie: Balie Toerisme Markt 45, 3680 Maaseik

Prijs: €6

Inschrijven of informatie:

info.limburg@vief.be of

011/70 53 37

Bezoek Het Belang van Limburg en TV Limburg

Hasselt

**HET
BELANG
VAN
LIMBURG**

Vrijdag 18 oktober 2024

Ben je benieuwd welke processen vooraf gaan aan het uitzenden van een programma of het publiceren van een krant? Schrijf je dan zeker in voor de rondleiding van Het Belang van Limburg en TV Limburg. Je bezoekt samen met de gids de redactie van Het Belang van Limburg, de redactie van TVL en de studio van TVL. Het bezoek wordt afgesloten met een drankje.

Tijdstip: 14u00 – 16u00

Locatie: Het Belang van Limburg
Herckenrodesingel 10,
3500 Hasselt

Prijs: €9

Inschrijven of informatie:
info.limburg@vief.be of
011/70 53 37

Yoga

Hasselt



Dinsdag 5 november 2024

Yoga zorgt voor evenwicht tussen lichaam en geest en voor een toename van energie. Het geheim van yoga zit in het strekken van de spieren en niet, zoals bij de meeste sporten, in het spannen ervan. Als je elke dag enkele minuten aan yoga doet, krijg je een lenig en gezond lichaam. De bewegingen zijn langzaam en weloverwogen, zodat de kans op blessures heel klein is.

Tijdens deze sessie maak je kennis met enkele yoga-oefeningen.

Tijdstip: 14u00 – 17u00

Locatie: LM - Geraetsstraat 20,
3500 Hasselt

Prijs: leden LM € 3, niet-leden € 5

Inschrijven of informatie:
info.limburg@vief.be of
011/70 53 37

Gelukswandeling

Destelbergen



Maandag 30 september 2024

Aan de hand van een begeleide wandeling gaan we in groep de Damvallei en een stukje Destelbergen rond. We wandelen 5,5 km in de natuur, waar we onderweg letterlijk en figuurlijk even stilstaan bij de geluksdriehoek. Met de geluksdriehoek willen we informeren en inspireren. We voorzien een flesje water voor elke deelnemer.

Tijdstip: 13u45

Locatie: Gemeentehuis Destelbergen,
Dendermondesteenweg 430,
9070 Destelbergen

Prijs: Gratis

Inschrijven of informatie:
via mail naar vief.ov@lm.be Wie inschrijft vóór 23 september ontvangt een goodiebag!

Bezoek Kringwinkel Ateljee

Gent



Dinsdag 1 oktober 2024

Onder begeleiding bezoeken we de grootste kringwinkel van Ateljee (regio Gent). We krijgen een unieke blik achter de schermen en een woordje uitleg over de werking van Ateljee. Om deze werking te steunen wordt aan elke deelnemer gevraagd om iets mee te brengen om te doneren aan de Kringwinkel. Dat kan gaan van een kledingstuk tot decoratie, van een boek tot proper beddengoed; zolang het opnieuw verkoopbaar is. Naast de werking van de Kringwinkel valt het sociaal restaurant Balenmagazijn ook onder de werking van Ateljee. Om 12u worden we daar verwelkomd voor een heerlijke lunch.

Tijdstip: 10u30

Locatie: Kringwinkel Ateljee, Getouwstraat 5, 9000 Gent

Prijs: €13 + donatie van voorwerp

Inschrijven of informatie: voor 24 september via mail naar vief.ov@lm.be

Infosessie: erven, erfbelasting en successieplanning

Zwalm



Maandag 16 september 2024

Notaris Brigitte Vermeersch werpt een licht op veel gestelde vragen rond de thema's erven, erfbelastingen en successieplanning. Ze bespreekt in begrijpbare taal welke stappen er nodig zijn bij nalatenschap.

Tijdstip: 19u45

Locatie: GC De Munk, Sportlaan 3, 9630 Zwalm (Munk-Zwalm)

Prijs: Gratis inkom en consumptie

Inschrijven of informatie: Niet nodig

Ledendag Vief Oost-Vlaanderen

Dendermonde



9 en 10 oktober 2024

We verzamelen aan het station in Dendermonde. Onder begeleiding van een gids bezoeken we vier kenmerkende culturele plaatsen in Dendermonde: Onze-Lieve-Vrouwekerk, Sint-Alexiusbegijnhof, de Lakenhalle & het Stads museum Vleeshuis. Na twee bezoeken nemen we pauze voor een plaatselijke lunch (soep, hoofdgerecht en koffie). De locaties bevinden zich binnen een straal van 2 km vanuit de begin- en eindplaats, namelijk het station van Dendermonde.

Tijdstip: 10u

Locatie: Ingang station Dendermonde

Prijs: €42

Inschrijven of informatie: voor 1 oktober via mail naar vief.ov@lm.be

West- Vlaanderen

Ensors stoutste dromen in het KMSKA

Antwerpen



Dinsdag 26 november

Het KMSKA sluit deze herfst het Ensorjaar af met een van de grootste Belgische Ensor tentoonstellingen ooit. In 2024 is het 75 jaar geleden dat we afscheid namen van James Ensor, maar in de grootste Ensorcollectie ter wereld leeft de avant-garde kunstenaar verder in Antwerpen. In anderhalf uur neemt de gids je mee op reis door Ensors meesterwerken en die van zijn impressionante concurrenten. Ontdek hoe Ensor de spelregels brak en ga mee op zoek naar de satire en spottende humor in zijn oeuvre.

Tijdstip: 15u

Locatie: KMSKA, Leopold de Waelpplaats 1, 2000 Antwerpen

Prijs: €42

Inschrijven of informatie: voor 19 november via mail naar vief.ov@lm.be

Vief Happening

Blankenberge



Donderdag 24 oktober 2024

Just The Three of Us is een band met Ben Crabbé, Filip Bollaert en Eric Melaerts. Drie straffe kerels, die elk hun strepen verdiend hebben, samen op het podium. Alle drie zijn ze zot van muziek en van elkander. Met z'n drieën pakken ze het podium en het publiek in, zingen en spelen ze samen in vele talen én treden ze uit hun comfortzone. Verwacht u aan goeie muziek. Voor het concert kan u, indien gewenst, genieten van een heerlijke lunch. In samenwerking met de Blankenbergse Vief verenigingen.

Tijdstip: 11u30 voor de lunch, concert vanaf 14u.

Locatie: Casino Blankenberge, Zeedijk 150, 8370 Blankenberge

Prijs: € 15 voor het concert, € 45 voor het concert met de lunch

Inschrijven of informatie:

056 25 72 61
info.west@vief.be
www.viefwest.be

Workshop - Een facebook-pagina voor uw Vief-vereniging

Deerlijk of De Panne



5 of 8 november 2024

Tijdens deze kadervorming wordt dieper ingegaan op de werking van Facebook en hoe u een Facebook pagina kan aanmaken voor uw Vief vereniging. Samen met Vief leercoach Linde Meirlaen ontdekt u hoe u het best communiceert en hoe u uw pagina kan promoten. Deelnemers nemen hun eigen smartphone of tablet of laptop mee.

Deze vorming is enkel bedoeld voor Vief-vrijwilligers

Tijdstip: 14 u

Locatie: OC D'leffe, Hoogstraat 122, 8540 Deerlijk (5/11) of De Korre, Koninklijke Baan 7, 8660 De Panne (8/11)

Prijs: € 5, Inclusief koffie/thee en versnaperingen

Inschrijven of informatie: 056 25 72 61 - info.west@vief.be - www.viefwest.be. Inschrijven is betalen 10 dagen voor datum.



Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven

Omdat je liever van de natuur geniet dan van een virus.



Als 65-plusser wil je graag gezond ouder worden. Je vaccineren in de herfst tegen corona en griep is de beste bescherming om niet ernstig ziek te worden. Ook als je je gezond en sterk voelt.

Vaccineren? **Jij** weet waarom.



Meer weten over Vief?

Vief is de liberale vereniging van en voor 60-plussers en gepensioneerden. Via een netwerk van aangesloten verenigingen nemen leden deel aan allerhande vrijetijds- en vormingsactiviteiten. Leden van Vief vinden het fijn om elkaar te ontmoeten, om samen van een snuifje cultuur te genieten en om nieuwe leerervaringen op te doen. Bestuursleden en vrijwilligers benutten bovendien de kans om hun jarenlange ervaring, kennis en vaardigheden in te zetten binnen of namens de vereniging.

Meer info: www.vief.be

Lid worden?

Wil je een activiteit bijwonen of lid worden van één van onze verenigingen? Neem dan contact op met het Vief-secretariaat in jouw provincie.

Landelijk secretariaat Vief vzw

Livornostraat 25 – 1050 Brussel
tel.: 02/538 59 05 – info@vief.be
www.vief.be

Vief Provincie Antwerpen vzw

Lange Nieuwstraat 109 - 2000 Antwerpen
tel.: 03/206 36 54 - info@viefantwerpen.be
www.viefantwerpen.be

Vief Brabant vzw

Livornostraat 25 - 1050 Brussel
tel.: 0493/37 80 12 - info.brabant@vief.be
www.viefbrabant.be

Vief Limburg vzw

Geraetsstraat 20 - 3500 Hasselt
tel.: 011/70 53 37 - info.limburg@vief.be
www.vief limburg.be

Vief Oost-Vlaanderen vzw

Brabantdam 109 - 9000 Gent
tel.: 09/235 72 90 - vief.ov@lm.be
www.vief oost.be

Vief West-Vlaanderen vzw

Groeningelaan 40 - 8500 Kortrijk
tel.: 056/25 72 61 - info.west@vief.be
www.vief west.be

