



courant

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

Toerist in eigen land met Vief





- 03 Vormingen tot stemambassadeur
- 04 De verkiezingen en volmachten, hoe zit dat nu?
- 06 Levenswijs – Het bijzondere verhaal van Maryse Marchal
- 08 Maak kennis met de nieuwe voorzitter van Vief vzw, André Vanhex
- 11 Het sociaal internetaanbod
- 12 Bankieren met je smartphone, een stijgende trend?
- 13 Aan de slag met je gezondheid
- 14 De trein van Edgard, de bijzondere escapegame over dementie
- 15 2024, het Ensorjaar
- 17 Vief-nieuws
- 19 Nieuws uit de knooppunten
- 29 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, K. Eerdekens,
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



Vlaanderen
verbeelding werkt



De vormingen tot stemambassadeur

In maart en april gaven Vief-medewerkers Lise en Kathleen vormingen tot stemambassadeur. Ze geven graag enkele weetjes over de vormingen.

- Er hebben 14 vormingen over heel Vlaanderen plaatsgevonden. Van Blankenberge tot Genk, ouderen uit alle Vlaamse provincies werden bereikt.
- Er waren in totaal 234 deelnemers. De meeste deelnemers waren uiteraard ouderen, maar er hebben ook enkele gemeenteraadsleden en leerkrachten deelgenomen.
- Bijna alle deelnemers, op enkele uitzonderingen na, waren reeds van plan om te gaan stemmen bij de lokale verkiezingen. De personen die niet de intentie hebben om te gaan stemmen, bereiken we niet met deze vormingen. De stemambassadeurs gaan hen moeten overtuigen.
- Vrouwen hebben pas algemeen stemrecht sinds 1948, dat is eigenlijk nog niet zo heel lang. Veel oudere vrouwen vinden dit dan ook een belangrijke reden om te gaan stemmen.
- 27% van de kiesgerechtigde bevolking is 65 jaar of

- ouder. Dat is meer dan 1 op 4. Om een representatieve en democratische uitslag te krijgen, is het belangrijk dat een groot deel van de ouderen gaat stemmen.
- Verschillende stemambassadeurs gaven aan dat ze vermoeden dat ook andere generaties minder zullen gaan stemmen. Stemambassadeur zijn beperkt zich niet enkel tot het overtuigen van ouderen, ook (klein-) kinderen, burens, kennissen, mogen zeker aangesproken worden.
- De campagne Stem Ervaren loopt nog tot de lokale verkiezingen, veel informatie uit de vormingen en nog meer kan je lezen op de website www.stemervaren.be.



Website
Stem Ervaren

Lise Reniers
Vief vzw



De verkiezingen en volmachten, hoe zit dat nu?

Kiezers die zelf niet naar het stembokje kunnen gaan, kunnen in bepaalde omstandigheden een volmacht geven. Daarvoor zijn een volmachtformulier en een bijhorend attest vereist:

- Het volmachtformulier A95 waarmee de volmachtgever een volmacht geeft aan de volmachtkrijger. Beide personen moeten het volmachtformulier ondertekenen.
- Een attest dat bewijst dat de volmachtgever niet zelf naar het stemlokaal kan gaan. Welk attest dat is, hangt af van de reden waarom de kiezer een volmacht geeft. Dat attest moet bij het volmachtformulier gevoegd worden.

De volmachtkrijger moet die documenten op de verkiezingsdag meebrengen naar het stembureau. Om misbruik van volmachten te voorkomen, wordt een lijst opgesteld van de kiezers die een volmacht hebben uitgeoefend. Het ronselen van volmachten is strafbaar.

Een volmacht geldt voor alle verkiezingen waarvoor de volmachtgever uitgenodigd is. De volmachtkrijger moet dus stemrecht hebben voor minstens dezelfde verkiezingen als die waarvoor de volmachtgever stemrecht heeft. De volmachtkrijger mag slechts 1 volmacht aanvaarden.

Kiezers zijn niet verplicht om een volmacht te geven als ze, om eender welke reden, niet naar het stemlokaal kunnen gaan om te stemmen. Kiezers zijn ook niet verplicht om attesten of bewijsstukken in te dienen als ze niet gaan stemmen en ook geen volmacht geven.

Kiezers kunnen wel alleen een volmacht geven als ze niet zelf naar het stemlokaal kunnen gaan omwille van een van onderstaande redenen, die ze moeten aantonen met het bijhorende attest:

- De kiezer is omwille van medische redenen niet in staat om naar het stembureau te gaan of er naartoe gevoerd te worden. De kiezer voegt dan een medisch attest bij de volmacht. Een arts die zelf kandidaat is, mag geen attest geven.
- De kiezer is om beroeps- of dienstredenen in het buitenland. De kiezer voegt dan bij de volmacht een attest van de werkgever met de bevestiging dat hij op 13 oktober 2024 om beroeps- of dienstredenen niet kan gaan stemmen. Ook de leden van het gezin of het gevolg van de kiezer die met hem in het buitenland verblijven, kunnen op basis van dat attest een volmacht geven.
- De kiezer is in België, maar moet op de dag van de verkiezingen werken. De kiezer voegt dan bij de volmacht een attest van de werkgever met de bevestiging dat hij op 13 oktober 2024 om beroeps- of dienstredenen niet kan gaan stemmen.
- De kiezer oefent het beroep van schipper, marktkramer of kermisreiziger uit. De kiezer voegt dan bij de volmacht een attest waaruit de uitoefening van het beroep blijkt. De burgemeester van de gemeente waar de kiezer in het bevolkingsregister is ingeschreven levert het attest (formulier A96b) af. Ook de leden van het gezin die met de kiezer samenwonen, kunnen op basis van dat attest een volmacht geven.

- De kiezer verkeert ten gevolge van een rechterlijke maatregel in een toestand van vrijheidsbeneming. De kiezer voegt dan bij de volmacht een attest van de directie van de inrichting waar hij zich bevindt.
- De kiezer kan niet naar het stemlokaal gaan om redenen in verband met zijn geloofsovertuiging. De kiezer voegt dan bij de volmacht een attest van de religieuze overheid met de bevestiging dat hij op 13 oktober 2024 niet kan gaan stemmen.
- De kiezer is student en kan om studieredenen niet naar het stemlokaal gaan. De kiezer voegt dan bij de volmacht een attest van de directie van de instelling waar hij studeert.
- De kiezer verblijft tijdelijk in het buitenland om andere redenen dan hierboven vermeld. De kiezer voegt dan bij de volmacht een attest van de burgemeester of van zijn gevolmachtigde waarmee deze de onmogelijkheid om op 13 oktober 2024 naar het stemlokaal te gaan, vaststelt. De kiezer vraagt dat attest (formulier

A96a) aan bij de burgemeester uiterlijk op 12 oktober 2024 en voegt bij zijn aanvraag de nodige bewijsstukken. Deze bewijsstukken kunnen bijvoorbeeld zijn: een reservatie bij een reisbureau, een kopie van een hotelvoucher, een kopie van een vliegtuigticket, een bewijs van boeking of een reservatie van een hotel of kamplaats via internet etc.

De volmacht met een verklaring op erewoord is afgeschaft. Dit werd gebruikt wanneer een kiezer geen bewijsstukken kon voorleggen dat die in het buitenland zat. De verklaring op erewoord kan vanaf de eerstvolgende lokale verkiezingen niet meer gebruikt worden om een volmacht te geven. De enige mogelijkheid die het Kiesdecreet vermeldt, is het voorleggen van bewijsstukken.

Lise Reniers
Vief vzw



Vief is gestart met een podcast 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 gedeeltelijk opnemen. In dit nummer staat de aflevering van Maryse Marchal, kersvers bestuurslid van Vief vzw, centraal. Je kan het volledige verhaal van Maryse beluisteren via www.levenswijs.be



Het bijzondere verhaal van Maryse Marchal

Het levensverhaal van Maryse begint met de verhuis van de familie naar Congo. “Mijn ouders hadden al vier kinderen en mama was in verwachting van het vijfde, een zoon, toen ze vertrokken. Ruzie met de familie was eraan voorafgegaan. Gevolg was dat ze wilden vertrekken. Vraag was: waar naartoe? Het toeval wilde dat mijn jongere oom op dat moment samen met zijn vrouw al in Congo zat. Hij gaf daar les, hij had het goed. ‘Jullie moeten naar hier komen. Je bent heel technisch aangelegd, er is hier werk zat’, had hij tegen mijn vader gezegd. En zo gebeurde, maar enkele jaren later keerden we terug. Toen in Congo de problemen begonnen en de Belgen zich uit de voeten maakten.”

Maryse was twee jaar oud toen ze in België, in Limburg, arriveerde. “We belandden in Wellen niet zo ver van Sint-Truiden, in volle Haspengouw. Vanaf dag één werden we goed ontvangen. We waren dat gezin met die twee bruine kindjes. Ik kan me voorstellen dat dat toch iets moet geweest zijn voor zo’n klein dorp. We spreken over 1958 he, maar neen, nooit iets negatiefs. Hier en daar vroegen ze zich wel af of we misschien ge-

adopteerd waren. Ikzelf maakte daar geen enkel geheim rond: neen, ik was niet geadopteerd. Binnen ons eigen huisgezin waren er ook nooit problemen rond. Nooit. Vijf kinderen waren blank, twee bruin, so what. We waren twee kinderen die er anders uitzagen. Mijn broer en ik zijn enorm goed opgenomen door de biologische vader van mijn blanke broers en zussen. Hij was in mijn ogen mijn vader. Hij was een fantastisch man. Ik bewonder hem, echt waar. Nooit heeft hij er wat van gezegd. Ik denk zelfs dat ik, zoals vaak met het jongste kind het geval is, zijn lieveling was, zoals ook mijn broer. We waren binnen onze familie erg geliefd.”

■ De eerste confrontatie met racisme

Op een bepaald moment kwam ook voor Maryse natuurlijk het besef dat ze anders was dan de andere kinderen, dat ze bruin was tussen heel veel blanke jongens en meisjes. Het is dan dat racisme een eerste keer opdoek. “Het gebeurde in het eerste studiejaar. Ik zat toen in de klas bij zuster Lucienne. Op een bepaald moment plaatste ze me vooraan in de klas op de lessenaar naast het missiebusje met het knikkende kopje dat we allemaal



Waarom zou ik wonden openrijten of zoeken naar iets wat me verdriet zou kunnen brengen?

goed kennen. Als je er geld in stopte, knikte het dank u. Ze zette me te kijk. Dat was echt niet leuk, heel vernederend zelfs. Toen had ik zoiets van: wat doet die, wat gebeurt hier? Mijn spontaniteit kennende, mijn openheid kennende, zal ik toen naar huis gehold zijn. Ik zal daar zeker tegen mijn mama over begonnen zijn.

Het is met ouder worden dat Maryse vaker racisme tegenkwam. Soms uit heel onverwachte hoek. “Ik was een meisje met veel vriendinnen. Die ene dag gingen we met de bus naar Brussel. Tijdens onze wandeling kwamen we een Congolese mevrouw in typische klederkracht tegen. Ze duwde een baby'tje in de buggy voor zich uit. Ik vond dat zo mooi dat ik ernaar toe stapte, maar wat gebeurde? Die vrouw trok de buggy onmiddellijk bij me weg. Ze stapte achteruit en spuwde voor me op de grond. Ik was helemaal verbouwereerd. Ik dacht: oh, wat is dat hier? Achteraf kwam ik natuurlijk tot het besef waarom: zij was een volle, echte Congolese, ik was maar een halfbloed en dat moeten ze niet. Heel raar, maar de echte zwarte Congolese vrouwen houden niet van mulatten. Je kan wel denken waarom. De wereld zit raar in elkaar. Ik herinner me dat als een pijnlijk moment.”

Ze kwam ook weinig leeftijdsgenoten met een andere huidskleur tegen. “Niet in ons dorp, niet tijdens mijn studietijd. Tegenwoordig zie je overal kleurlingen, destijds niet. Ook niet tijdens mijn hogere studies. En als ik zo iemand ontmoette, was dat moeilijk. Ik herinner me dat ik na een trip met de trein van Diest naar Hasselt op de bus naar huis wachtte. Plots stond daar die Congolese jongen. Hij dacht dat ik zijn taal zou verstaan en begon tegen me te praten. Neen, ik verstond hem niet. Ik zag dat hij boos werd. Ik was op dat moment 18 jaar. Ik ben toen vanachter in de bus gaan zitten. Ik heb de hele tijd achteromgekeken of hij me niet volgde. Zo angstig was ik.”

■ Terug naar de roots

Je verwacht dat ze op een bepaald moment op zoek zou zijn gegaan naar haar roots, maar dat is niet het geval. Veel kinderen van een andere origine dan hun ouders reageren zo, maar niet zij. “Het klinkt misschien gek, maar ik heb nooit die behoefte gehad. Mijn broer wel, ikzelf niet. Ik weet daardoor ook niet zoveel over mijn afkomst. Ik was twee jaar toen we terug naar België kwamen, van voordien heb ik geen enkele herinnering. Wat ik weet is dat ik ergens aan de Congostroom ben geboren. Ik heb natuurlijk Congolese familie, maar ik ken ze niet. Ik heb

er nooit naar gezocht. Ik denk dan: moest mijn biologische vader de behoefte hebben gehad om mij te zien, dan zou hij wel gezocht hebben. Maar hij heeft dat nooit gedaan. Een ander gegeven is dat ik het altijd goed heb gehad in België. Waarom zou ik wonden openrijten of zoeken naar iets wat me verdriet zou kunnen brengen? Misschien is dit egoïstisch van mij, ik weet het niet. Ik had in elk geval nooit de behoefte. Ik ben ook nooit nog in Congo geweest.”

■ Voedingsleerkracht

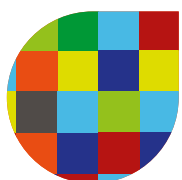
Maryse was heel haar loopbaan voedingsleerkracht. Ze gaf les in scholen in Maasmechelen en Genk, twee regio's waar heel veel multi-culturele gezinnen zijn. “De scholen waar ik les gaf waren een voorbeeld van hoe je dergelijk onderwijs best aanpakt. Ik gaf 40 jaar les. Ik werkte met heel veel verschillende nationaliteiten. In Maasmechelen had je veel leerlingen van Italiaanse, Poolse en Griekse origine, ook Turken. In Genk merkte je veel Marokkanen, Algerijnen en later ook kinderen uit de Balkan. Dat gaf een groot verschil. Er zijn nationaliteiten die fel uit elkaar liggen. In Maasmechelen overheerste de mentaliteit van de mensen die hier naartoe kwamen om in de mijnen te werken. Die hadden een nauwer contact met elkaar, die woonden ook samen in de zogenaamde cités. Alles wat er achteraf bijkwam, botste onder elkaar. Ook al zijn het moslims. Onderling is het moeilijk. De scholen waar ik les gaf, werkten daar hard aan. We deden ons best om multicultureel zijn als iets positiefs te doen ervaren. We waren gemeenschapsonderwijs en we ontvingen iedereen met open armen.”



Ik ben nooit anders behandeld.

Intussen is Maryse op pensioen, maar nog zeer actief, o.a. bij Vief. Het leven is gevorderd, maar ze kijkt blij terug. Ze is gelukkig, vat ze samen. “Heel gelukkig. Ik was en ben happy brown. (lacht) Ik had een heel mooie jeugd. Ik ben mijn ouders heel dankbaar voor wat ze me gaven. Ondanks mijn huidskleur kreeg ik eerlijke kansen. Ik ben nooit anders behandeld. Moest ik zwarte ouders hebben gehad, het zou wellicht niet hetzelfde geweest zijn. Ik zou meer in hun cultuur zijn opgegroeid. Veronderstel dat ik in Congo zou hebben geleefd, dan had ik de kansen van nu nooit gekregen. Dan zat ik nu misschien met tien kinderen en vijftig kleinkinderen om me heen. (lacht) Ik zou een andere Maryse zijn.”

Noël Truyers



Maak kennis met de nieuwe voorzitter van Vief vzw, André Vanhex.

Op 22 maart 2024 werd André Vanhex verkozen als nieuwe voorzitter van Vief. Ik ging langs in Alken om de nieuwe voorzitter beter te leren kennen. André is 79 jaar en is geboren en getogen te Wellen, maar is voor de liefde verhuisd naar Alken. Hij eindigde zijn professionele carrière als afdelingshoofd bij AGIO (agentschap voor infrastructuur in het onderwijs), voordien was hij leerkracht. In zijn vrije tijd hield hij zich bezig met fotografie en was hij kamprechter bij zwemwedstrijden. Deze hobby's oefent hij nu niet meer uit, maar dat wil niet zeggen dat hij nu

stil zit. Hij is recent verkozen tot voorzitter bij Vief, maar daarnaast is hij ook ondervoorzitter van LM Plus, gemeenteraadslid in Alken, doet hij sociaal dienstbetoon en spendeert hij veel tijd met zijn kinderen en kleinkinderen. Na 36 jaar gemeenteraadslid te zijn geweest, waarvan 18 jaar schepen, stopt hij dit jaar met de actieve politiek. Zijn belangrijkste bevoegdheden waren openbare werken, beheer gebouwen, beheer technische- en studiedienst, overheidsopdrachten, woon- en leefomgeving, ruimtelijke planning en ombudsdienst verkeer en mobiliteit.

■ Hoe bent u bij Vief terecht gekomen?

Ik werd lid van het bestuursorgaan van Vief Limburg als afgevaardigde van de Liberale Mutualiteit. Op vraag van voormalig voorzitter Jacky Raymaekers werd ik ondervoorzitter van Vief Nationaal, deze functie heb ik 12 jaar beoefend.

■ Waarom bent u voorzitter bij Vief geworden?

Als seniorenvereniging heeft Vief als voornaamste taak een ondersteunend en stimulerend netwerk te bieden aan senioren, zodat zij actief en betrokken kunnen blijven bij de samenleving. Het bestuursorgaan van Vief moet de motor zijn om deze taak ter harte te nemen. Als ondervoorzitter heb ik dan ook al vele jaren meegewerkt om deze doelstellingen te bereiken.

Nadat Gilbert Raymaekers zich terugtrok als kandidaat-voorzitter, een kandidatuur die ik steunde, vond ik dat ik mijn verantwoordelijkheid moest nemen. Ik heb dat tijdens mijn volledige beroeps carrière, maar ook als politiker, steeds gedaan en indien de gelegenheid zich aandienende ook zelf het roer in handen genomen.

■ Waar hecht u belang aan als voorzitter bij Vief?

Voorzitter ben je nooit alleen. Ik hecht enorm veel belang aan een gezonde discussie, binnen onze bestuursorganen en te luisteren naar de suggesties, feedback en de behoeftes van onze vereniging. Na de inspraak en inbreng van de bestuursleden moet men ook tot een besluit komen en dit uitvoeren. Ook hecht ik veel belang aan regelmatig vergaderen en behalve de klassieke dagordepunten ook tijd vrijmaken om allerlei thema's toe te lichten rond de regelgeving van onze werking, maar ook te debatteren rond belangrijke maatschappelijke problemen.

Als voorzitter vind ik het zeer be-

langrijk goed te luisteren naar de bekommernissen van onze directeur en de andere Vief-medewerkers, die allen als startpositie 100% mijn vertrouwen hebben en voor mij ook de belangrijkste medestanders zijn voor de uitvoering van ons beleid.

■ Welke ervaring/herinnering bij Vief is u tot nu bijgebleven?

De positieve samenwerking binnen onze bestuursorganen en de ernst en inzet van onze bestuursleden, maar zeker ook de degelijkheid, kennis en inzet van onze medewerkers.

■ Wat zou u graag over enkele jaren bereikt hebben met de vereniging?

Ik heb wel enkele doelen voor ogen:

- Zorgen voor een solide financieel beheer om de duurzaamheid en stabiliteit van Vief te waarborgen en onze doelstellingen te realiseren. Hiertoe zal het nodig zijn om nieuwe inkomstenbronnen te zoeken.
- Misschien moeten wij nog meer inspanningen doen om een weerspiegeling te zijn van de diversiteit binnen de oudere gemeenschap zodat alle leden zich welkom en vertegenwoordigd voelen, ongeacht hun achtergrond, cultuur, religie of financiële situatie.
- Meer samenwerking met andere organisaties, instanties of belanghebbenden die zich inzetten voor de belangen van de ouderen. Hiermee kunnen wij de impact van onze vereniging nog vergroten en synergiën creëren om gemeenschappelijke doelen

te bereiken.

- Maar ook samenwerken met andere organisaties die vergelijkbare doelen hebben zoals Vvuur en de Liberale Mutualiteit waarbij wij onze middelen kunnen bundelen.
- Strategieën ontwikkelen om het aantal leden van Vief te vergroten en ervoor zorgen dat onze leden actief betrokken blijven en meer deelnemen aan de activiteiten van onze vereniging.

■ Ik heb nog wat vragen voor u in verband met het initiatief Stem Ervaren. Vindt u het belangrijk dat ouderen participeren aan het politieke beleid?

Ouderen hebben een ongelooflijke schat aan levenservaring en expertise opgebouwd zowel in hun persoonlijk als in hun professionele carrière. Hierdoor kunnen zij een essentiële bijdrage leveren om een beleid te ontwikkelen dat meer aansluit bij de behoeftes, belangen en uitdagingen van onze ouderen. Door ouderen actief te betrekken bij het beleid vergroot dit ook de legitimiteit en voelen zij zich meer sociaal betrokken bij de gemeenschap.

■ Dat is duidelijk. Vindt u het ook belangrijk dat de oudere bevolking hun stem uitbrengt bij de lokale verkiezingen?

Ja, het lokale beleid is het beleid dat het dichtst bij de burger staat en de oudere bevolking wordt in 2050 25% van de bevolking of één van de grootste demografische groepen.



Als seniorenvereniging heeft Vief als voornaamste taak een ondersteunend en stimulerend netwerk te bieden aan senioren.

Hoe groter de opkomst van de ouderen hoe groter hun politieke invloed zal zijn en hoe meer aandacht er zal gegeven worden aan de behoeften van onze oudere bevolking.

Lokale verkiezingen bepalen wie er in de gemeenteraad zit en wie de beslissingen neemt, die een directe en grote invloed hebben op alle inwoners, maar zeker ook van de ouderen. Door deel te nemen aan dit belangrijke democratische proces tonen ouderen ook hun betrokkenheid en dragen ze bij aan een levendige en inclusieve democratie.

■ Welke thematieken verdienen volgens u meer aandacht en waarom?

Er zijn voor mij verschillende thema's waar ik belang aan hecht vanuit een ouderenperspectief. Ik som ze graag op.

- **Leeftijdscriminatie:**

Als we de lijsten bekijken van de nakende verkiezingen blijkt dat de senioren bijna 25% van het kiespubliek vertegenwoordigen, maar heel sterk ondervertegenwoordigd zijn in de lijsten.

In heel veel statuten van allereerste organisaties, ook van de sociale, wordt vermeld dat de bestuursleden op een bepaalde leeftijd automatisch als ontslagnemend worden beschouwd. Kortom, onze maatschappij schrijft de senioren af op basis van hun leeftijd en niet op basis van hun kennis of kwaliteiten.

Het is zeker aan de seniorenverenigingen om deze problematiek onder de aandacht te brengen, en door middel van educatie en bewustwording de attitudes ten opzichte van ouderen te veranderen, maar ook initiatieven te nemen voor wetgeving die discriminatie verbiedt en handhaving van die wetten. Ook bedrijven kunnen profiteren van diversiteit in leeftijd, omdat oudere werknemers

vaak waardevolle ervaring, stabiliteit en een ander perspectief meebrengen naar de werkplek.

- **Langetermijndenken:**

Er is een groot gebrek aan langetermijndenken van onze politici over de kostprijs en noodzakelijkheid van hulp aan de oudere bevolking. Deze groep heeft immers specifieke gezondheidsbehoeften zoals chronische ziekten en langdurige zorg.

- **De sociale isolatie en de eenzaamheid van ouderen:**

Door beperkte sociale netwerken dreigt een belangrijke groep van onze bevolking steeds meer geïsoleerd te worden. Dat isolement kan verschillende oorzaken hebben: fysieke beperkingen zoals chronische gezondheidsproblemen, een verlies aan mobiliteit, gehoorverlies of verminderd gezichtsvermogen, het verlies van de partner, familieleden of vrienden, met pensioen gaan waardoor vele sociale contacten wegvallen, financiële beperkingen, de steeds meer gedigitaliseerde maatschappij, enz.

- **Pensioenzekerheid:**

Het waarborgen van een degelijk pensioeninkomen is essentieel om een waardig en comfortabel leven te leiden na pensionering. Daarom zal de toekomstige regering veel meer moeten inzetten op de pensioenhervormingen.

- **Huisvesting:**

Het faciliteren van geschikte huisvesting en het creëren van leefomgevingen die ouderen ondersteunen om zo lang als mogelijk zelfstandig te blijven wonen zijn van groot belang.

- **Digitale inclusie:**

Door de toenemende digitalisering zal de maatschappij ervoor

moeten zorgen dat ouderen toegang hebben en vertrouwd geraaken met de digitale technologieën en zo hun toegang tot bepaalde diensten kunnen behouden.

- **Euthanasie:**

Het zelfbeschikkingsrecht op het eigen levenseinde in alle omstandigheden, waarbij de persoon die euthanasie wenst dit zelfstandig, weloverwogen en consistent kan beslissen. Ook bij dementie kan deze beslissing bepaald worden op basis van duidelijke criteria op het ogenblik waarop zij/hij nog in staat is om zelfstandig eigen beslissingen (wilsbekwaam) te nemen. Deze moeten dan in een later stadium ook consequent uitgevoerd te worden. Ook indien de persoon nog onvoldoende kwaliteit van het leven ervaart of de omgeving ze niet meer kan bieden en zij/hij het leven als voltooid beschouwt, moet euthanasie mogelijk zijn. Het is tijd om ook hier het debat te voeren. Het kostenargument, het gebrek aan arbeidskrachten en de druk van de familie of omgeving mag echter nooit naar voorgeschoven worden als argument om het leven te beëindigen.

Dit zijn allemaal belangrijke thema's, bedankt voor het interview, voorzitter.

Lise Reniers
Vief vzw

Het sociaal internetaanbod

Op 1 maart 2024 lanceerde de Federale Overheid een nieuwe maatregel in het kader van digitale inclusie: het sociaal internetaanbod. Dat is een gunstig maximumtarief voor een vaste internetverbinding, bedoeld om personen of gezinnen in een kwetsbare situatie toegang tot het internet te geven. Het doel is om voor zoveel mogelijk mensen toegang tot het internet te garanderen. Ongeveer een half miljoen Belgen zou recht hebben op dit sociaal internetaanbod.

Om in aanmerking te komen voor het maximumtarief moet u aan enkele voorwaarden voldoen. Op de website van de FOD Economie staat een toepassing om zelf na te kijken of je recht hebt op het nieuwe tarief: <https://sociaalinternetaanbod.economie.fgov.be>. Jammer genoeg wordt het tarief niet automatisch toegekend aan alle rechthebbenden, je moet dus zelf nagaan of je in aanmerking komt. Voor ouderen zijn dit de voornaamste categorieën:

- iemand in het huishouden ontvangt een tegemoetkoming voor hulp aan ouderen (THAB)
- iemand in het huishouden ontvangt een zorgbudget voor ouderen met een zorgnood
- iemand in het huishouden ontvangt een inkomensgarantie (IGO) van de federale pensioendienst

■ Twee tarieven

Het sociaal internetaanbod voorziet twee tariefvormules:

1. Een maxumprijs van 19 euro per maand voor vast internet
2. Een maxumprijs van 40 euro per maand voor vast internet gecombineerd met 1 of meerdere aanvullende diensten zoals televisie of een gsm-abonnement.

Daarnaast is er ook een korting voorzien van 50% op de installatiekosten.

In Vlaanderen zijn Telenet en Proximus verplicht om het sociaal internetaanbod aan te bieden. Andere telecomoperatoren mogen het aanbieden, maar moeten het niet en doen het voornog daarom ook niet. Aan de hand van uw identiteitskaart of uw rijksregisternummer kan de telecomoperator nagaan of je in aanmerking komt wanneer je een aanvraag doet.

■ Het sociale telecommtarief

Het sociale telecommtarief kan vanaf 1 maart 2024 niet meer aangevraagd worden, maar het systeem met kortingen blijft wel bestaan. Je kan ervoor kiezen om niet over te schakelen naar het nieuwe systeem. Als je beslist om wel over te schakelen op het sociaal internetaanbod kan je dat nadien niet ongedaan maken, je blijft dan in de nieuwe regeling. Het is ook niet omdat je recht had op het sociale telecommtarief dat je in aanmerking komt voor het sociaal internetaanbod, de voorwaarden verschillen.

Omdat mensen die er recht op hebben, kunnen kiezen tussen twee formules én de optie hebben om het oude sociaal tarief te behouden, wordt dit sociaal internetaanbod niet automatisch toegekend. Het oude tarief werd echter ook niet automatisch toegekend, waardoor veel rechthebbenden er geen gebruik van maakten. Vief pleit ervoor, net als de Vlaamse Ouderenraad, om iedereen die er recht op heeft aan te schrijven en de nodige uitleg te verschaffen.

Céline Vanderlinden
Vief vzw





Bankieren met je smartphone, een stijgende trend?

De digimeter van Imec verschaft burgers, beleidsmakers enz. inzichten in digitale vaardigheden, attitudes, gewoonten en technologische trends van de Vlamingen. Dit doen ze aan de hand van een jaarlijkse grootschalige bevraging en de publicatie van een daaruit voortvloeiend rapport.

Wat blijkt uit het rapport van 2023? Maar liefst 63% van de Vlaamse bevolking geeft voor online bankzaken de voorkeur aan een smartphone. Van de smartphonegebruikers hanteert 54% de bankapp wekelijks om betalingen te verrichten. In 2022 bedroeg dit 42%, een stijging van 12% dus. Het wekelijkse gebruik van de smartphone voor betalingen via QR-code (bv. via Payconiq of de bankapp) bedraagt in 2023 44%, in 2022 40%.



Het wekelijks betalen via de smartphone neemt toe. Ondanks deze stijgende evolutie moeten we steeds alert zijn voor phishing. Oplichters slagen er namelijk in om frauduleuze QR-codes te maken. De bankenfederatie Febelfin geeft hieromtrent enkele tips:

- Verzeker dat de beveiligingssoftware op je digitaal toestel up-to-date is
- Doe betalingen steeds vanuit een officiële applicatie zoals Payconiq of de bankapp
- Werp een blik op de QR-code zelf: een sticker over een QR-code op een officiële kaart of poster is verdacht
- Wees op je hoede indien iemand je uitnodigt om een QR-code te scannen
- Indien de QR-code automatisch een overschrijving aanmaakt, controleer dan eerst nog eens het rekeningnummer
- Wees op je hoede met het invullen van persoonlijke informatie na het scannen van een QR-code
- Smartphones maken het webadres vaak eerst zichtbaar alvorens de link te openen. Bekijk dit webadres nauwkeurig. Een verkorte link (zoals bit.ly) in een QR-code is verdacht.

Bij Vief springen we graag mee op deze digitale trend. Op een veilige manier een verrichting bekijken, een overschrijving uitvoeren, een handelaar of vriend betalen via QR-code? Je leert het allemaal tijdens onze workshop 'Bankieren met je smartphone'. In het najaar staan er nog enkele op de agenda. Wil je graag weten waar en wanneer? Bekijk dan onze activiteitenkalender of mail voor meer informatie naar info@vief.be.

Charlotte De Spiegeleer
Vief vzw



Aan de slag met je gezondheid

Door regelmatig te bewegen en dit te combineren met een gezonde voeding, werk je aan een gezonde leefstijl, kan je een gezond gewicht aanhouden en je metabolisme stimuleren. Dit vermindert niet alleen de kans op het ontwikkelen van diabetes type 2, maar helpt je ook om andere gezondheidsproblemen te voorkomen, zoals hart- en vaatziekten, hoge bloeddruk en obesitas. Daarnaast draagt het bij aan een betere mentale gezondheid en verhoogt het je energieniveau.

■ Goede intenties

Veel pro's dus om aan de slag te gaan met je gezondheid, maar jezelf hiervan bewust zijn maakt nog niet dat je weet waar te beginnen. En vooral hoe je het kan volhouden.

Nochtans geven de meest recente cijfers van de Vlaamse preventiebarometer* aan dat vele Vlamingen de intentie hebben om binnen een jaar meer te bewegen en gezonder te eten. Hoe komt het dan dat het bij een intentie blijft?

■ Netwerk aan ondersteuning

Gelukkig sta je er niet alleen voor en kan je ondersteuning krijgen door een netwerk aan professionals (huisarts, diëtist, Bewegen Op Verwijzing-coach, ...) die voor je klaarstaan. Zij kunnen je verder informeren en doorverwijzen naar de juiste zorg. Bovendien staan ze in nauw contact met elkaar en kunnen

ze samen met jou bekijken hoe jij aan je gezondheid kan werken.

Zo zullen ze je ongetwijfeld ook vertellen over **HALT2Diabetes** en de groepssessies Gezonde Voeding op Verwijzing of het initiatief **Bewegen Op Verwijzing**. Zo krijg jij meteen het duwtje in de rug om meer of opnieuw te gaan bewegen!

In **HALT2Diabetes** worden personen met een verhoogd risico op diabetes type 2 en hart- en vaatziekten, opgespoord via een 2-stapsmethode én begeleid naar een gezonde leefstijl om dit risico aan te pakken.

Meer info: www.halt2diabetes.be.

Bewegen Op Verwijzing helpt mensen op weg naar meer beweging door middel van een persoonlijk coachingstraject en dit voor een lage kostprijs. Samen met een Bewegen Op Verwijzing-coach maak je een persoonlijk beweegplan op. De coach helpt je op weg en motiveert je. Daarna is het aan jou. De coach zet je aan om te gaan bewegen en weet welke activiteiten en sporten gemeentes en verenigingen aanbieden. Alle artsen (huisartsen en specialisten) mogen verwijzen naar de Beweging Op Verwijzing-coach. Ook andere (zorg)beroepen mogen verwijzen: apothekers, diëtisten, ergotherapeuten, kinesitherapeuten, maatschappelijk werkers, podologen, psychologen, verpleegkundigen en vroedkundigen.

Meer informatie: www.bewegenopverwijzing.be.

Centrum voor Gezondheidspromotie (dienst GVO),
Landsbond van Liberale Mutualiteiten

* www.sciensano.be/nl/biblio/preventiebarometer-beweging-en-sedentair-gedrag
www.sciensano.be/nl/biblio/preventiebarometer-eetgedrag

De Trein van Edgard

De bijzondere escape game over dementie

“Goeddag, mijn naam is Edgard. Ik heb een rijk leven gehad, maar meer en meer vergeet ik dingen. En daarom wil ik jullie meenemen op de trein van mijn leven. Ik neem jullie mee naar de belangrijke momenten. Kunnen jullie mij helpen de ontbrekende stukken weer op hun plaats te zetten?”

Zo luidt de start van de unieke, verplaatsbare escape game die in het teken staat van het thema dementie. Als speler krijg jij de kans om Edgard te helpen in zijn zoektocht naar de ontbrekende stukken van zijn levensverhaal, door het oplossen van raadsels. Elke puzzel heeft een link met dementie, waardoor je kunt ontdekken wat het betekent om te leven met deze aandoening.

Op verschillende data in de maand augustus organiseert de Liberale Mutualiteit, in samenwerking met haar part-

ner 'Liever Thuis LM' (erkende mantelzorgvereniging) haar tweede editie van de escape game 'De trein van Edgard' op verschillende locaties in Vlaanderen. Het spel duurt 1 uur (40 min. spel + indien gewenst: 20 min. nabespreking) en wordt gespeeld tussen 9u30 en 17u. Je kan een tijdslot reserveren via de reserveringslink. Het spel is toegankelijk voor alle leeftijden, maar kinderen jonger dan 12 jaar kunnen enkel deelnemen onder begeleiding van een volwassene. Inschrijven kan individueel of in groep (maximaal 8 personen). Schrijf jij je alleen in of met zijn tweeën? Wij zorgen ervoor dat de groepjes uit minstens drie personen bestaan.

Interesse om mee te reizen met Edgard en een dieper begrip van dementie te krijgen? Wacht niet langer en boek nu online via de link achter de QR-code of bel naar 0473/52 70 76.

M speelt deze zomer een spel... met als thema dementie

Schrijf je in vanaf **30/05/24** via de QR code of bel naar **0473/52 70 76**



Escape game De trein van Edgard

EDGARD VERGEET MEER EN MEER DINGEN... HELP DE ONTBREKENDE STUKKEN VAN ZIJN LEVENVERHAAL TERUG TE VINDEN!

- INTERACTIEVE PUZZELS & UITDAGINGEN MET LINK DEMENTIE
- GESCHIKT VOOR ALLE LEEFTIJDEN
- GRATIS DEELNAME

DATA & LOCATIES

20/08	Lokaal Dienstencentrum Den Hopstaak, Opwijk
21/08	Gebouw De ELM, Merchtem
23 & 26/08	Seniorcity O'Sea, Oostende
27 & 28/08	CC De Zwaan, Nazareth
29 & 30/08	Woonzorgcentrum De Vaeren, Rumst

V.U. Bart Dewael, Livornostraat 25, 1050 Elsene



Een initiatief van: **M** Liever Thuis

Realisatie door: **Paradis** **#AST**

Liever Thuis LM

2024, het Ensorjaar

In 2024 is het 75 jaar geleden dat James Ensor overleed in Oostende, de stad aan zee waar hij bijna z'n hele leven woonde en werkte. Het Ensorjaar brengt een eerbetoon aan de Oostendse grootmeester. Hij wordt niet enkel gevierd in zijn thuisstad Oostende, maar ook in Brussel, waar hij studeerde, en in Antwerpen. Ensor was een echte vernieuwer en is daardoor zo belangrijk voor de kunstgeschiedenis. Met tijdgenoten als Edvard Munch, Claude Monet of Odilon Redon behoort hij tot het kransje Europese avant-gardekunstenaars van de 19de eeuw: hun werk vormt een schakelmoment in de Europese kunstgeschiedenis en is daarom cruciaal om het ontstaan en de ontwikkeling van het modernisme in de loop van de 20ste eeuw beter te begrijpen.

Dat hij een belangrijk en interessant kunstenaar is, is ook Vief niet ontgaan. Verschillende provinciale afdelingen hebben de tentoonstelling *Rose, Rose, Rose à mes yeux. James Ensor en het stilleven in België 1830 - 1930* in Mu.ZEE in Oostende bezocht. Deze tentoonstelling betekende het startschot van het Ensorjaar, en het was een aftrap met een knal. De tentoonstelling concentreerde zich voor het eerst volledig op de zo gekende stillevens van James Ensor. In totaal werden er een vijftigtal van zijn schilderijen tentoon gesteld, daterend van de beginjaren tot vlak voor zijn dood.

■ Het stilleven

Ensors stillevens werden gecontrasteerd met de stillevens van voorgangers en tijdgenoten. Het stilleven had in de 19e eeuw geen artistieke waarde meer, het was louter decoratief geworden. Ensor en zijn tijdgenoten gaan hier verandering in brengen. Doorheen de tentoonstelling kon de bezoeker mooi de evolutie opmerken die Ensor doorgemaakt had. Waar hij in het begin nog nauw aansloot bij de stillevens van het begin van de 19e eeuw ontwikkelt hij na verloop van tijd zijn eigen kenmerkende stijl met carnavaleske taferelen en gedurfde kleurencombinaties. Het werd ook duidelijk hoe hij zijn tijdgenoten beïnvloed heeft of omgekeerd. In de laatste zaal werden dan stillevens getoond van kunstenaars die het 'theater van de dingen' opblazen, zoals René Magritte. Alle deelnemers vonden het een zeer interessante tentoonstelling en tevens een goede inleiding op het leven en werk van James Ensor.

■ Ensor, de veelzijdige artiest

Maar zoals gezegd was de tentoonstelling in Mu.ZEE nog maar het begin van zeer vele activiteiten. Als je geprikkeld bent door bovenstaande beschrijving, dan kan je de komende maanden nog op veel andere locaties terecht om het oeuvre van Ensor te ontdekken. Zijn volledig oeuvre is zeer omvangrijk, want Ensor was naast beeldend kunstenaar, ook

muzikant en schrijver. Kunstenaars gebruiken vandaag zonder voorbehoud allerlei media naast en door elkaar, maar dat gold evenzeer voor Ensor.

■ Het programma in Oostende

Tot september 2024 ligt het zwaartepunt van de activiteiten in Oostende, het is dus het ideale excuus om tijdens de zomer eens een uitstapje naar zee te maken. De agenda is zeer goed gevuld, je kan het volledige programma raadplegen op www.ensor24.be. We pikken er hier drie uit. Nog tot 31 augustus 2024 kan je in de Dominicanenkerk (Christinastraat 95) naar de lichtshow "James Ensor, Inspired by light" gaan kijken. Het interieur van de kerk wordt omgetoverd tot een wereld van kleur en beweging waardoor je middenin een schilderij van Ensor lijkt te bewegen. De show neemt je mee op een reis doorheen het leven van Ensor en zijn meesterwerken. Daarnaast is er natuurlijk ook het James Ensorhuis, de plaats waar hij woonde en werkte van 1917 tot aan zijn dood in 1949. Het huis is in originele staat gebleven, waardoor je er letterlijk in zijn voetsporen kan stappen. Tijdens dit Ensorjaar worden er verschillende tijdelijke tentoonstellingen georganiseerd.

In het Stadsmuseum Oostende opent op 15 juni 2024 een tentoonstelling die zich richt op de tijdgenoten van

Ensor. De expo “In de schaduw van de meester, tijdgenoten van Ensor” stelt een aantal kunstenaars in het daglicht die minder gekend zijn bij het grote publiek. Tijdens het leven van de grootmeester James Ensor transformeerde Oostende van kleine vissersstad tot mondaine badstad. Die ontwikkeling trok ook heel wat kunstenaars aan die mee op de kar sprongen om het cultureel aanbod te stimuleren. Dit inspireerde bekende tijdgenoten van Ensor zoals Henri Permeke, maar ook lokale artiesten. Deze krijgen allen aandacht tijdens deze tentoonstelling.

■ Ensor en Antwerpen

Op het eerste zicht is er geen link met Ensor en Antwerpen, maar vele van zijn werken komen nog tijdens zijn leven in Antwerpen terecht. Dit zou er toe leiden dat het KMSKA de rijkste Ensorcollectie ter wereld in huis heeft. In zijn oeuvre laat Ensor zich kennen als een game-changer: vaak met een knipoog, soms dwars en altijd innovatief. Eigenschappen die Ensor tijdloos en relevant maken. In Antwerpen kiezen ze daarom voor verrassende invalshoeken om zijn werk te belichten. Hoe zien we echo's van Ensor in de kunst, mode en fotografie? Hoe blijft hij inspireren en wat kunnen we vandaag nog van hem leren? Deze vragen staan centraal in vier verschillende expo's:

1. *Ensors stoutste dromen. Het impressionisme voorbij in het KMSKA van 28/9/24 t.e.m. 19/1/25*

Ze duiken hierbij niet alleen in het rijke oeuvre van Ensor, maar tonen hem zij aan zij met werk van internationale kunstenaars die Ensor inspireerden en en met wie hij zich wil meten. Want bovenal wou Ensor altijd de beste zijn. Zelfs al heten zijn concurrenten Claude Monet, Edvard Munch of zelfs Jheronimus Bosch en Francisco Goya.

2. *Maskerade, make-up en Ensor in het MOMU van 28/9/24 t.e.m. 19/1/25*

In deze tentoonstelling worden Ensors ideeën rond de maskerade, (valse) coquetterie, verleiding, misleiding, het artificiële en het vergankelijke doorgetrokken naar vandaag. MoMu viert de schilders van de mode: het vakmanschap en de onuitputtelijke creativiteit van make-up en haarartiesten in een multimediale tentoonstelling waarin licht, kleur, kunst, mode en make-up elkaar ontmoeten.

3. *Cindy Sherman in het FOMU van 28/9/24 t.e.m. 02/02/25*

FOMU sluit aan bij ENSOR 2024 door de vraagstukken uit James Ensors oeuvre te vertalen naar een hedendaagse artistieke context. De Amerikaanse kunstenaar Cindy Sherman (US, 1954) staat

net als Ensor bekend om haar kritische en ironische commentaar op maatschappelijke conventies door maskerades.

4. *Staten van verbeelding. Ensor en het grafisch experiment in het Museum Plantin-Moretus van 28/09/24 t.e.m. 05/01/25*

Deze tentoonstelling richt zich op Ensors opmerkelijke grafische avontuur. De jonge Ensor experimenteert enkele jaren uitbundig met etstechnieken. Ensor was geen rasechte prentmaker, maar hij ontwikkelt al snel een unieke benadering van het medium. Met voorgangers als Rembrandt in zijn achterhoofd slaat Ensor een geheel eigen weg in. Zijn atelier wordt een proeflabo voor experimenten waar ook het toeval soms een rol speelt.

Céline Vanderlinden, Vief vzw

WIN EEN MUSEUMPAS

Het Ensorjaar ten volle beleven? Tijdens de zomervakantie volop de toerist uithangen in eigen land? Met de museumPAS is er altijd vanalles te doen! Bovendien deelt museumPASSmusées een cadeau-tje uit: één lezer van Courant maakt kans op een museumPAS t.w.v. € 59. Daarmee krijg je een jaar lang toegang tot meer dan 240 Belgische musea, wanneer je wil en zo vaak je wil. En je krijgt er heel wat extra voordelen bovenop, zoals treintickets aan halve prijs of een gratis koffie in het museumcafé.



**MUSEUM
PASS
MUSÉES**

Deelnemen kan van 13 juni 2024 om 00u00 t.e.m. 30 juni 2024 om 23u59 via de website www.museumpassmusees.be/wedstrijd-VIEF. De winnaar wordt na afloop persoonlijk op de hoogte gebracht via e-mail.



Een week vol boeiende en ontspannende ontmoetingen

Van 25 tot en met 29 maart 2024 vond een nieuwe editie van onze diversiteitsweek plaats, deze keer richtten we ons op de enorme diversiteit aan etnisch-culturele achtergronden bij ouderen. In Vlaanderen heeft 14 procent van de 65+'ers een migratieachtergrond, in Brussel is dat zelfs 50%.

Op maandag 25 maart ging de diversiteitsweek van start in het centrum van Antwerpen met theeworkshops. De twee lesgeefsters waren Juani Ramirez en Maria Cristina Marticorena, beide afkomstig uit Peru. Ze namen ons mee op een denkbeeldige reis naar Zuid-Amerika. We wisselden uit welke plaats thee heeft in de verschillende culturen en voor welke redenen het allemaal gedronken wordt. Daarnaast leerden we veel bij over de thee en de ingrediënten hiervan. Wist je bijvoorbeeld dat het kruid oregano kan helpen tegen buikpijn?

Op woensdag en donderdag hielden we interculturele spelletjesnamiddagen in Gent en Brussel. Er werden typische Vlaamse spelletjes gespeeld zoals sjoelbak, mannetjesspel, hamertjesspel... Daarnaast waren er ook Afrikaanse spelen aanwezig. Een spel dat erg in de smaak viel was Awele. Het is een erg tactisch spel waar we veel plezier aan hebben beleefd. Het was fijn om op een speelse manier in dialoog te treden met elkaar.

De week werd afgesloten met een gespreksnamiddag in Oostende. We gingen in gesprek over wat een thuis voor ons betekent aan de hand van foto's. Op deze manier werden er interessante gesprekken aangeknoopt over tradities, hobby's, eten en drinken... We leerden bij over de verschillen tussen de culturen maar merkten voornamelijk dat er ook veel gelijkenissen zijn.

Kortom, we kunnen spreken van een heel geslaagde diversiteitsweek en we kijken alvast uit naar toekomstige samenwerkingen.



Nieuwe editie GensConnect

Voor het project Gensconnect zijn we met Vief-vrijwilligers op 6 februari naar een school in Antwerpen geweest en op 18 april naar een school in Lommel. In beide scholen gingen de Vief-vrijwilligers in gesprek met jongeren uit het 5e middelbaar. Ook deze keer hebben zowel de jongeren als de ouderen enkele aanwezige vooroordelen kunnen bijschaven. 'De jongere' of 'de oudere' bestaat namelijk niet. Jongeren schrokken bijvoorbeeld van de muzieksmaak van een van de vrijwilligers. Ze hadden niet direct verwacht dat ouderen ook graag naar Rammstein luisteren. Daarnaast doen niet enkel ouderen vrijwilligerswerk, maar ook jongeren. Jongeren helpen bijvoorbeeld kinderen met onderwijs in de moskee, ze helpen in buurthuizen... Vervolgens dacht een jongere dat een oudere veel las, terwijl dit niet zo is. Sommige jongeren lasen zelfs meer dan de ouderen. Een jongere gaf ook aan dat eenzaam zijn en eenzaamheidsgevoelens niet hetzelfde zijn. Je kan bijvoorbeeld bij vrienden vertoeven of online veel vrienden hebben, maar je toch eenzaam voelen. Eenzaamheid is een gevoel.

Er kwamen dus heel veel interessante gesprekken naar boven. Zowel ouderen als jongeren vonden het boeiend om eens fysiek met elkaar in gesprek te gaan. Zo leer je namelijk de persoon achter het gezicht kennen en ontdek je hun verhalen.

Dit is natuurlijk ook het doel van dit prachtig project. Elk persoon heeft een eigen verhaal dat niet altijd met stereotypen strookt. Door in gesprek te gaan met elkaar leert iedereen hierover bij.



Wist je dat...

Vief ook actief is als belangenbehartiger? We doen dit niet enkel door opiniestukken te verspreiden en communicatiecampagnes op te zetten, maar zetelen ook in zeer veel adviesraden waarmee we mee onze stempel willen drukken op het beleid van de Vlaamse en de federale regering.

De twee belangrijkste organen zijn de FAVO (Federale Adviesraad voor Ouderen) en de Vlaamse Ouderenraad. De FAVO geeft de ouderen inspraak op het federale niveau en dit voor alle federale aangelegenheden die senioren aangaan. De Federale Adviesraad is samengesteld uit 25 stemgerechtigde leden-organisaties, organisaties met deskundigheid op het vlak van ouderenbeleid. Vief is een van deze leden. Naast de plenaire vergadering waar de beslissingen worden genomen, zijn er ook verschillende commissies met aandacht voor volgende thema's: pensioenen, gelijke kansen, sociale integratie en bestrijding van kansarmoede, toegankelijkheid van de gezondheidszorgen en mobiliteit.

De Vlaamse Ouderenraad is dan weer het advies- en inspraakorgaan van ouderen bij de Vlaamse regering. De vzw is een overlegplatform van diverse organisaties van en voor ouderen. Ze streven naar een sterk ouderenbeleid in Vlaanderen, over alle beleidsdomeinen heen. De Vlaamse Ouderenraad telt momenteel 34 lidorganisaties waar Vief er ook een van is. Daarnaast hebben we ook een vertegenwoordiger in het dagelijks bestuur en zetelt er een vertegenwoordiger van Vief in verschillende commissies met als thema's Wonen, Mobiliteit en Omgeving, Lokale Ouderenbeleidsparticipatie, Inclusie en Participatie, Sport en Bewegen en Welzijn, Gezondheid en Zorg.

Op die manier geven we adviezen, maar we nemen ook belangrijke tendensen en informatie mee naar onze eigen werking. Nuttige weetjes voor het lokaal beleid verspreiden we dan ook verder naar onze vertegenwoordigers in lokale adviesraden via een elektronische nieuwsbrief. Heb je interesse in beleidsparticipatie en/of zetel je in een lokale adviesraad en ontvang je deze nieuwsbrief nog niet? Dan kan je je inschrijven via www.vief.be/nieuwsbrief-beleidsparticipatie.



Van links naar rechts op de foto: Gilbert Raymaekers, Jan De Clercq, Frederik Fluyt, Maryse Marchal, André Vanhex, Chris Smolders, Eddy Devisscher en François Seigers.

NIEUW bestuur voor Vief vzw

Eind maart 2024 werd er een nieuw Vief-bestuur verkozen. Na 6 jaar voorzitterschap geeft Gilbert Raymaekers de fakkel door aan André Vanhex, met wie jullie eerder in deze Courant al konden kennismaken. We willen Gilbert bedanken voor zijn tomeloze inzet de voorbije jaren. Hij zal zijn kennis en ervaring blijven inzetten, want hij is herverkozen als bestuurder. Daarnaast bestaat de bestuursploeg uit enkele bekende gezichten en ook twee nieuwe krachten. We wensen hen allen veel succes.

Boek



Recht op grijs. Bouwen aan ouderenbeleid

21 maart 2024 stelde de initiatiefgroep die ijvert voor een ouderenrechtencommissaris samen met enkele partnerorganisaties hun nieuwste publicatie voor: *Recht op grijs. Bouwen aan ouderenbeleid*. De publicatie verkent perspectieven van ouderen in uiteenlopende levensdomeinen, zoals huisvesting, ruimtelijke ordening, zorg, politiek... Het brengt essentiële inzichten samen voor wie niet om de vergrijzing heen kan, waaronder ook de ouderen zelf. We mogen drie exemplaren van het boek verloten onder de lezers van Courant. Wil je graag een boek winnen? Stuur dan een mailtje naar info@vief.be met "Recht op grijs" als onderwerp.



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 Niel en Vvuur Niel vieren 1 mei feest

Feest in Niel. Vief en Vvuur vieren samen 1 mei!



■ Vief Antwerpen in beweging bezoekt het Illusiemuseum

In het illusiemuseum van Antwerpen is niets wat het lijkt. Het is een interactief museum van verwondering. En verwonderd waren ze! Met exposities die je zintuigen uitdagen, je geest verbijsteren of blijkt het pure magie te zijn? De leden hebben zich kunnen onderdompelen in al deze illusies door aanraking, alles zelf uit te testen en zelfs foto's of video's te maken die de realiteitszin tarten.



■ Pasen bij Vief Mechelen

De leden van Vief Mechelen werden weer aangenaam verrast met een heleboel lekkers tijdens hun jaarlijks Paasfeest.





Vief Brabant was de afgelopen maanden weer heel actief.

■ 5x op stap met de diamant- en juwelenwandering

Wegens grote belangstelling richtte Vief Antwerpen 5x een diamant- en juwelenwandering in met 'De gouden straatjes'. In het historische hart van Antwerpen startte deze tour in de 16e eeuw en leidde hen rond door het Antwerpse juwelen- en diamanterfgoed tot in de moderne tijd. Tijdens de wandeling hebben de deelnemers enkele toegewijde ambachtslieden ontmoet die zich inzetten om de tradities van handgemaakte sieraden levend te houden.



■ Vief Brabant was de afgelopen maanden weer heel actief.

Ze brachten een bezoek aan de tentoonstelling van Margritte in Brussel en een bezoek aan de tentoonstelling van James Ensor in Oostende. Verder zaten zij in het publiek in de studio tijdens de opname van Blokken, juist toen wereldkampioen snooker Luca Brecel kandidaat was. Ze zongen en dansten er op los tijdens de matineevoorstellingen 'Houden van..', The Philips en de lenteshow. De daguitstap naar Halle met een bezoek aan het distributiecentrum van Colruyt was enorm leerrijk, gevolgd door een wandeling door de prachtige natuur van het Hallerbos.

■ Vief Diest had weer een goedgevuld programma

Bij Vief Diest weten ze hun leden afwisseling te brengen, van een lekkere lunch tot een bedrijfsbezoek, voor elk wat wils.



■ Verkeersles bij Vief Galmaarden



Bij Vief Galmaarden werden de verkeersregels opgefrist tijdens hun bijeenkomst.

■ Vief Herent op uitstap

Vief Herent ging op ontdekking in Leuven onder de deskundige begeleiding van ervaren gids Lucie Mertens.



Vief Lennik liet zich onderdompelen in de gebeurtenissen van 1950 tot 1970 tijdens de voordracht 'De Tijd van Toen'.



Ook bij Vief Tienen blikten ze terug tijdens deze voordracht, er werden heel wat herinneringen opgehaald.

■ Een reis terug in tijd



■ Herinneringen ophalen bij Vief Meise-Wolvertem-Kapelle-op-den-bos

Ze hadden geluk met het weer en konden tijdens de vorming 'Al spelend in gesprek over vroeger' tevens genieten van het voorjaarszonnetje.

 Herinneringen ophalen bij Vief Meise-Wolvertem-Kapelle-op-den-bos



■ **Paasfeest bij Vief Opwijk en bij Vief Sint-Pieters-Leeuw**



Bij Vief Opwijk weten ze wat feesten is, tijdens hun Paasfeest was de zaal weer goed gevuld en genoten ze met z'n allen van een travestieshow.



Ook bij Vief Sint-Pieters-Leeuw organiseerden ze een heus paasmaal en zorgden ze voor de muzikale noot.

■ **Vief Vilvoorde op ontdekking in de Marollen**



Vief Vilvoorde bezocht de Marollenwijk in Brussel. De weergoden zorgden ervoor dat het een kletsnatte wandeling werd, maar de lunch zorgde voor warmte en gezelligheid.

■ **Vief Sint-Truiden ontvangt tips over de brandveiligheid**

Tijdens het bezoek achter de schermen van de brandweer van Sint-Truiden wordt uitleg gegeven over brandveiligheid maar ook enkele EHBO-oefeningen toegepast. Verder worden de vele stappen uitgelegd om als brandweerman vliegensvlug paraat te staan bij een oproep. Een aanrader!



■ **Culinaire parel**

Culinair nieuwe smaken ontdekken, originele recepten uitproberen. Vief Culinair onderneemt het allemaal. De workshop 'hapjes maken voor de feesttafel' was een overheerlijk succes. Het driegangenmenu in de hotel-school Ter Kapermolen is zeer verfijnd en wordt in stijl geserveerd door de leerlingen in opleiding. Ben je benieuwd naar al dit lekkers, wil je eens mee gaan proeven, houd zeker de activiteiten van Vief Culinair in het oog via www.vieflimburg.be.

■ **Vief verkent gerechtsgebouw De Hazelaar in Hasselt**

Op vrijdag 12 april bezochten we met een 35 deelnemers het opvallend bouwwerk naast het station, dat gebouw met een opvallende vorm. De stad Hasselt koos voor het (vrij nieuw) gerechtsgebouw met een heuse boomstructuur omdat die zowel verwijst naar de gerechtsboom waar vroeger recht werd gesproken, als naar de boomeenheid in het Hasselts wapenschild. 2

kundige gidsen van de Stad Hasselt schetste het historisch ontstaan alsmede de herkomst van de benaming "De Hazelaar". Tijdens de rondleiding werden de diverse aanwezige rechtbanken benoemd met enige verklaring van hun taken, zowel van de lagere als hogere rechtbanken. Ook de video-conferentiezaal werd bezocht. Deze zaal wordt gebruikt voor zittingen die elders in het land plaatsvinden en waar slachtoffers/daders kunnen ondervraagd worden van op afstand. Er moeten aldus geen nodeloze verplaatsingen gebeuren.

Het gerechtsgebouw beschikt ook over een uitgebreide bibliotheek die beheerd wordt door de UHasselt, waarbij de studenten van faculteit Rechten hier werken kunnen komen raadplegen.

Volgens de gidsen werken er een 400-tal personeelsleden in dit gebouw en zijn er een 500-tal advocaten ingeschreven aan de balie.

Aan het einde van rondleiding werden de gidsen van harte bedankt voor hun rondleiding door dit eigenaardig architecturale gebouw.

■ Vief Dilsen-Stokkem viert de lente!

De Senioren Vief Dilsen-Stokkem hielden met 90 aanwezigen een zeer geslaagd jaarlijks Lentefeest in Hotel Beau-Sé-Jour in Lanklaar. Zij werden onthaald door de bestuursleden met een kleine receptie. In het onthaal werd eerbeton gebracht aan de overledenen en de beste wensen overgedragen aan zij welke niet aanwezig konden zijn. Ook onze vrijwilligers ontvingen huldeblijken voor het geleverde werk want zonder hun gaat het moeilijk.



Na een oproep voor nog meer beweging en samenhang begon de feestnamiddag. Lekker genieten van een heerlijk middagmaal, stevig bijpraten met oude en nieuwe kennissen en gelijktijdig genieten van de spannende muziek met Johnny. Hij bracht in "Nostalgie met Johnny" bekende nummers uit de "tijd van toen"; dansnummers en meezingers. Het ging er plezierig aan

toe, met de massapolonaise door de zaal. Ook onze burgemeester, Schepen Sniijckers en Gemeenteraadslid Jos Opendakker waren aanwezig.

Zelfs onze minister Lydia Peeters waagde de sprong en genoot mee in de polonaise.

Een dag om niet te vergeten!

■ Vief Tongeren spot F-16 bij militaire vliegbasis Kleine-Brogel

Met een groep van 55 deelnemers ontdekt Vief Tongeren de vele stappen die vooraf gaan aan een flight van de F-16. Daarbovenop wordt er van heel dichtbij een take off voorzien, een unieke beleving om deze straaljager vanop zo een korte afstand voorbij te zien vliegen. In de officiersmess, de eetzaal van de militairen, kon men 's middags mee genieten van het dagmenu. Tot slot werd er een bezoek gebracht aan het Air Force Museum.

Een unieke belevenis!



■ Creatieve duizendpoten bij Vief Bilzen



In Bilzen maken ze verschillende creatieve werkjes, steeds iets anders maar steeds heel mooi en origineel. Wat denk je van deze glazen flessen die werden omgetoverd tot decoratielampje?

■ Vief Stapt met veel ijver en plezier



Gezellig wandelen in aangenaam gezelschap telkens op een andere plaats in Limburg. De afstand van de wandeling bedraagt een 4 à 5 km rekening houdend met het tempo van iedere deelnemer.

Als afsluiter wordt er meestal genoten van een drankje. Kom zeker eens mee!

De wandelingen gaan 1 keer per maand door meestal elke voorlaatste vrijdagvoormiddag van de maand. Het volledige programma kan men terugvinden op de website.

■ Vief Alken viert Moederdag



Op woensdag 8 mei was het weer gezelligheid troef tijdens de 2- wekelijkse bijeenkomst van Vief Alken. Voorzitter Josée maakte van de gelegenheid gebruik om de leden te trakteren ter gelegenheid van haar 50-jarige huwelijksjubileum.

Tevens ontvingen alle vrouwelijke leden een geschenk ter ere van moederdag. Als blijk van waardering ontvingen Josée en haar partner een geschenk van de leden. Onze leden hebben met volle teugen genoten en kijken al halsreikend uit naar de volgende bijeenkomst.

■ Vief Hasselt Extra jureert voor UCLL

Met veel plezier jureren enkele bestuursleden mee voor het project van de studenten van de hogeschool UCLL. De studenten hebben een fictief project uitgewerkt om senioren meer te betrekken bij de digitalisering. Daarvoor wil men een bordspel ontwerpen en zo de link maken naar digitalisering. Een dikke proficiat voor het geleverd werk. En ook voor de Viefers is het eens iets anders om in een aula plaats te nemen tussen de studenten. Een boeiende en leerrijke ervaring.



■ Vief Limburg volgt de opleiding/studiedag Recht op Grijs in Vlaams Parlement



Na het boek Ongehoord en ongezien. Hoe Vlaanderen vergrijsd heeft de coalitie Ouderenrechten een

tweede publicatie klaar: *Recht op grijs*. Bouwen aan ouderenbeleid. Hoewel de vorige publicatie al een lijk en interessant boek was, werd het al snel duidelijk dat er nog hiaten waren. Die zullen in dit boek aangepakt worden met een twintigtal wetenschappelijke bijdragen van academici. Vief Limburg was aanwezig op de boekvoorstelling.

■ Vief Landen WW viert 50-jarig bestaan



Proficiat aan Vief Landen WW met hun 50-jarig bestaan. Veel dank voor alle inzet en nog veel verenigingsplezier gewenst. De genodigden konden genieten van een feest met lekker eten, de nodige animo en muziek.

■ Paasfeest Vief Regio Gent



Op 19 maart vierde Vief Regio Gent haar paasfeest in samenwerking met I-mens in de terraszaal van de Tijgerstraat te Gent. Pastoor Gus en Zuster Vaselien gaven het beste van zichzelf met hun Gentse muziekshow: Tupe Tegoire. Ze brachten enkele Gentse klassiekers aangevuld met hun eigen repertoire. De 45 aanwezigen genoten ondertussen van koffie met mini boules de Berlin.

■ Paasfeest Vief Zottegem



Op 21 maart vierde Vief Zottegem haar paasfeest met 105 aanwezigen in feestzaal De Linde. Na de koffie met boterkoeken werd er uitvoerig gedanst onder muzikale begeleiding van de DJ. Als afsluiter was er een prachtig paasgeschenk te winnen.

■ Paasfeest Vief Oost-Vlaanderen



Op 28 maart vierde Vief Oost-Vlaanderen haar jaarlijks paasfeest met 300 deelnemers in Salons Mantovani. Het eerste deel van het programma werd verzorgd door buikspreker Bart Boullart, die ook de nieuwe collega van Vief Oost-Vlaanderen Wout Smekens op het podium haalde. Samen met collega Stefanie werd hij de slotact van Bart zijn show.

Na een korte pauze werd er heerlijk gedanst onder begeleiding van DJ William. Alle deelnemers namen een paasgeschenk mee naar huis en velen vielen in de prijzen bij de tombola.

■ Wafelbak met volksspelen in Vief Kluisbergen



Op 11 april genoot Vief Kluisbergen, Vief Kluisbergen Koor en Vief Kluisbergen S.P.E.L. samen van een gezellige namiddag met wafels à volonté. De 50 deelnemers gingen de strijd aan bij verschillende volksspelen en op het einde werden er 3 prijzen uitgereikt.

■ Vief Heusden en Vief Regio Gent bakt Geutelingen

Op 23 april heeft Vief Heusden samen met Vief Regio Gent een bezoek gebracht aan het ovenmuseum in Brakel. Daar kregen ze een woordje uitleg over de geschiedenis van het heerlijke streekproduct en konden de leden hun eigen geuteling bakken. Na het bakken werd er geproefd onder het genot van een koffie.



Vief Heusden en Vief Regio Gent bakken Geutelingen

■ Vief Creatief door Vief Wetteren



Op 27 april organiseerde Vief Wetteren een prachtige Vief Creatief. Authentieke ambacht werd tentoongesteld onder begeleiding van de kunstenaar. De bezoekers konden genieten van onder andere tekeningen, schilderijen, beeldhouwwerk, lederwaren, zijdewerk, ... Het was een zeer gezellige dag!

■ Vief Lokeren bezoek Mylène





Vief Hooglede-Gits viert 15e verjaardag

Op 25 april 2024 bracht Vief Lokeren een bezoek aan het cosmeticabedrijf Mylène in Heist-op-den-Berg. Een enthousiaste medewerkster gaf ons een rondleiding in het bedrijf en de nodige duiding bij het vervaardigen van het uitgebreide gamma aan producten. Het was leerrijk, interessant en boeiend.

■ Paasfeest Vief Aalst



Bij Vief Aalst vierden ze Pasen met een geslaagd optreden van Eveline Cannoot. Blijven stilzitten was voor velen onmogelijk.

■ Heropfrissing van het verkeersreglement bij Vief Temse



Tijdens de bijeenkomst van april werd bij de leden van Vief Temse het geheugen nog eens opgefrist en kregen ze toelichting bij de recente wijzigingen in het verkeersreglement door Vief-medewerker Kathleen.

■ Vief Hooglede-Gits viert 15e verjaardag

Op maandag 4 december 2023 vierde Vief Hooglede-Gits hun 15-jarig bestaan. Het werd een fantastisch feest. Op de foto zien we van links naar rechts Francine Tanghe, schepen Frederik Sap, voorzitter Marleen Desnoux, Ameye Bernadette, Maenhaut Dominique, Monteyne Roger, Lammertyn Frans, Degryse José en Denise Van den Broucke.

■ Vief Oostende Blauwe Diamanten en Vvvoor starten het nieuwe jaar in Oostende

Vief Oostende Blauwe Diamanten en Vvvoor organiseerden samen een nieuwjaarsreceptie. Veertig aanwezigen konden genieten van culinaire hapjes en een lunch. Beide verenigingen slaan de handen in elkaar en versterken hun banden. Voorzitter Ingrid Busselen benadrukte dat iedereen welkom is om het de ouderen zo aangenaam en interessant mogelijk te maken.



■ Vief Ieper stelt nieuwe voorzitter voor

Op dinsdag 16 januari 2024 stelde Vief Ieper hun nieuwe voorzitter Gilbert Vanraes voor tijdens hun nieuwjaarsreceptie met 81 aanwezigen. Gewezen voorzitter Noël Vandebroucke werd uitvoerig bedankt voor zijn 21 jaar toewijding aan Vief Ieper. Op de foto zien we van links naar rechts: Ondervoorzitter Noël Vandebroucke, voorzitter Gilbert Vanraes, secretaris Arlette Clicque, penningmeester Raphaël Vandenameele en bestuurslid Pierre De Hasque.



Vief Ieper stelt nieuwe voorzitter voor

■ **Vief Poperinge start 2024 met een vernieuwd bestuur**



Vief Poperinge is klaar voor een jaar vol boeiende activiteiten met een vernieuwd bestuur.

Op de foto zien we van links naar rechts: voorzitter Geert Desmadryl, adjunct-secretaris Christelle Vanmaercke, secretaris Patrick Devinck en penningmeester Johan Vermeesch.

■ **Vvvoor en Vief Wingene vieren samen internationale vrouwendag**

Op vrijdag 8 maart 2024 werden alle powervrouwen in de kijker gezet tijdens de internationale vrouwendag. Vvvoor en Vief Wingene brachten vrouwen van verschillende nationaliteiten samen tijdens een gezellige namiddag te Wingene. Er werd gedanst, gepraat en genoten van lekkere hapjes.



■ **Voorzitter Vief Roeselare stelt nieuwe brochure voor**



Dit jaar wordt een belangrijk politiek jaar: op zondag 9 juni 2024 zijn er de Europese, federale en regionale verkiezingen. Op zondag 13 oktober 2024 volgen de provinciale en lokale verkiezingen. Voor deze laatste is er zelfs niet langer een opkomstplicht.

De oudere bevolking wordt niet alleen groter in onze maatschappij, maar ook belangrijker. Hun betrokkenheid en participatie bij het beleid zijn noodzakelijk.

Een nieuwe brochure "Ouder worden - De vergrijzing draait op turbosnelheid", geschreven door Geert Messiaen, bespreekt een aantal pijnpunten van de ouderen en woonzorgcentra. Ouderen moeten een stem krijgen in het maatschappelijk debat. Al te vaak worden er voor ouderen keuzes gemaakt door derden in plaats van ouderen hun eigen keuzes te laten maken. Een nuttig document in aanloop naar de verkiezingen in 2024. De brochure kost € 5 en kan besteld worden via geert_messiaen@hotmail.com.



Activiteitenkalender

Antwerpen

Vief-Fotozoektocht

Antwerpen



Van 1 juni 2024 tot
30 september 2024

Na het grote succes van onze vorige drie edities, richt onze provinciale organisatie Vief Antwerpen vzw, een 4de editie in van deze zoektocht. Er zijn weer 50 foto's te zoeken over een parcours van zo'n 5 km in de binnenstad van Antwerpen en er is weer een mooie prijs te winnen.

Vraag tijdig uw boekje aan bij het provinciaal Vief-secretariaat of een plaatselijk LM Plus kantoor in de provincie Antwerpen.

Tijdstip: Van 1 juni 2024 tot
30 september 2024

Locatie: Groenplaats te Antwerpen

Prijs: Gratis

Inschrijven of informatie:

03 206 36 54

info@viefantwerpen.be

www.vief.be/fotozoektocht

Ledendag ZOO Planckendael

Muizen (Mechelen)



Donderdag 5 september 2024

Breng samen met Vief een onvergetelijke dag door in ZOO Planckendael.

Onze seniorenvereniging Vief mag dit jaar 50 kaarsjes uitblazen en dat willen we vieren samen met onze leden. We wensen daarom onze leden een heerlijke daguitstap vol dierenplezier aan te bieden in ZOO Planckendael aan voordeeltarief. Er wordt provinciaal busvervoer ingelegd.

Tijdstip: 10 uur

Locatie: ZOO Planckendael,
Leuvensesteenweg 582,
2812 Muizen (Mechelen)

Prijs: € 30 inkom & busvervoer,
€ 15 inkom zonder busvervoer, € 15
enkel busvervoer zonder inkom

Inschrijven of informatie:

03 206 36 54

info@viefantwerpen.be

www.viefantwerpen.be

Wandeling Hotelhoppen

Antwerpen



Dinsdag 17 september 2024

De laatste jaren zijn er in Antwerpen heel wat hotelkamers bijgekomen, vooral in het luxesegment. Met een gids gaan we op stap langs enkele bijzondere hotels, vaak in historische panden waar een verhaal aan verbonden is: hotelhoppen dus.

Wandel met ons mee en ervaar het wauw-effect bij het binnengaan in deze bijzondere hotels... en ontdek daardoor nog wat onbekende stukjes van Antwerpen! De meeste van deze hotels beslaan meerdere panden en binnenplaatsen, wat zorgt voor interessante zichten. Drankje na afloop in Sapphire House is voor eigen rekening.

Tijdstip: 14 uur

Locatie: Standbeeld Jacob
Jordaens - Oever - Antwerpen

Prijs: € 14

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 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!

Voor het concert kan u, indien gewenst, genieten van een heerlijke lunch (soep - hoofdgerecht - dessert) in hotel Liberty. Er wordt provinciaal busvervoer ingelegd.

Tijdstip: 12 uur aanvang lunch, 14 uur aanvang concert

Locatie: Casino Blankenberge

Prijs: € 15 concert, € 45 lunch & concert, € 65 lunch & concert & busvervoer

Inschrijven of informatie:

03 206 36 54

info@viefantwerpen.be

www.viefantwerpen.be

Bezoek aan de Rozentuin

Sint-Pieters-Leeuw



Dinsdag 2 juli 2024

We ontdekken de prachtige rozentuin Coloma in Sint-Pieters-Leeuw onder leiding van een professionele gids. Deze rozentuin is één van de grootste en belangrijkste in Europa. Jaarlijks bloeien hier meer dan 3.000 verschillende soorten rozen, goed voor een rozenpracht met meer dan 300.000 stuks. De rondleiding duurt ongeveer 2u, je komt er alles te weten over de geschiedenis van het kasteel, informatie over de boomgaard, geschiedenis van de rozen(tuin) en uitleg over de rozen.

Tijdstip: Start rondleiding om 14 uur, bijeenkomst om 13u45

Locatie: Kasteel Coloma, J.Depauwstraat 11, 1600 Sint-Pieters-Leeuw

Prijs: €4 te betalen op rek. BE87 3100 1507 4694 van Vief Brabant

Inschrijven of informatie:

Kathleen.dherde@vief.be

0493/37 80 12

Herent ontdekken

Herent



Woensdag 24 juli 2024

We ontdekken de natuur in Herent onder begeleiding van Jean, voorzitter van Vief Herent. We maken een wandeling van ongeveer 5 km.

Tijdstip: 14 uur

Locatie: Parking van voetbalclub KFC Herent, Mechelsesteenweg naast huisnummer 630 te 3020 Herent (rechtover warenhuis Okay)

Prijs: Gratis, maar graag inschrijven

Inschrijven of informatie:

Kathleen.dherde@vief.be

0493/37 80 12

Limburg

Boottocht en mosselen

Zierikzee



Vrijdag 2 augustus 2024

Zierikzee is van een kleine nederzetting in de 10e eeuw uitgegroeid tot een belangrijke stad met handel, nijverheid en visserij. De rijkdom aan 569 monumenten en een middeleeuws stratenpatroon wordt gezien als een kostbaar bezit. We doen een stadswandeling met een gids. Een rondvaart is één van de leukste uitjes in Zeeland. Ervaar zelf waar Zeeland om bekend staat: natuur, rust en ruimte. We smullen van de lekkere mosselen met frietjes of brood, voor de niet mosselfans wordt er een biefstuk voorzien (dit moet wel bij inschrijving worden doorgegeven)

Tijdstip: Tussen 8u en 9u afhankelijk van de locatie.

Locatie: opstapplaatsen in Diest, Tienen, Meise en Vlezenbeek

Prijs: € 69 te betalen op rek. BE87 3100 1507 4694

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

Digitale wandeling

Hasselt



Woensdag 4 september 2024

Via een digitale wandeling in Hasselt leer je omgaan met een smartphone. Je ervaart tijdens de wandeling dat deze apparaten best wel aangenaam, handig en speels kunnen zijn. Je maakt kennis met de verschillende elementen van dergelijk digitaal toestel en je krijgt daarbij ook de tijd om van de mooie omgeving te genieten. Tijdens de digitale wandeling is er ruimte om een drankje te nuttigen. Neem zeker je eigen smartphone (Android of Apple) mee zodat je er meteen mee aan de slag kan. Deze wandeling is bedoeld voor deelnemers die reeds enige ervaring hebben met het gebruik van een smartphone.

Tijdstip: 14 uur

Locatie: Hasselt, de startlocatie wordt later meegedeeld

Prijs: gratis

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

Heropfrissing van het verkeersreglement

Hasselt



Donderdag 5 september 2024

De wegcode staat niet stil. Elk jaar komen er nieuwe geboden en verboden bij. Wat mag en wat mag niet op de openbare weg? In deze interactieve workshop wordt niet alleen een update gegeven van de laatste wijzigingen in de wegcode, ook jouw kennis wordt grondig opgefrist. Zeer nuttig om je kennis van de wegcode up-to-date te houden als weggebruiker.

Tijdstip: 14 uur

Locatie: LM Plus, Geraetsstraat 20, 3500 Hasselt

Prijs: leden van Vief en LM gratis, € 7 niet-leden

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

Verblijf aan zee

Blankenberge



16 t.e.m. 23 september 2024

Traditiegetrouw trekken we opnieuw met de bus naar Blankenberge, waar we all-inclusive verblijven in het mooie hotel Liberty, gelegen op wandelafstand van de zeedijk en het casino. Bij aankomst genieten we meteen van de mid-daglunch tot het ontbijt op de dag van vertrek. Prijzen zijn inclusief busvervoer.

Tijdstip: Aankomst vanaf 11u
Locatie: Liberty Hotel
 Langestraat 55, 8370 Blankenberge
Prijs: Double room € 745 p.p. leden LM, € 825 p.p. niet-leden, Single room € 105 supplement
Inschrijven of informatie:
 info.limburg@vief.be
 011/70 53 37

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: 14 uur
Locatie: CC Oosterhof,
 Dr. Vanderhoeydonckstraat 56,
 3560 Lummen
Prijs: € 5 inclusief koffie en taart
Inschrijven of informatie:
 info.limburg@vief.be
 011/70 53 37

Concert Sweet (?) Revenge

Gent



Woensdag 26 juni 2024

De studenten van de International Opera Academy Gent geven in een geënceneerd concert het beste van zichzelf. Wraak: een te verantwoorden menselijke reactie? Onbewust of bewust? Zonder effect of met een onomkeerbare uitkomst? In dit programma ontrafelen we verschillende facetten van wraak. Niet enkel aan de hand van grote dramatische wraakaria's, maar ook met werken die de meer genuanceerde psychologie van dit thema vatten. Na de voorstelling kan je, in de foyer, gezellig napraten met de talentvolle artiesten uit eigen huis.

Tijdstip: Start voorstelling om 19u, vanaf 18u15 worden de tickets verdeeld.
Locatie: Opera Gent,
 Schouwburgstraat 3, 9000 Gent
Prijs: € 18
Inschrijven of informatie:
 vief.ov@lm.be of 09 235 72 90
 (inschrijven t.e.m. 19 juni)

Lezing over Parkinson

Gent



Zaterdag 29 juni 2024

De ziekte van Parkinson of kortweg Parkinson. Velen worden er rechtstreeks of onrechtstreeks mee geconfronteerd. De impact op de persoon met de ziekte en zijn omgeving valt niet te onderschatten en vaak weten zij die erdoor getroffen worden niet waar te beginnen. In samenwerking met de Vlaamse Parkinson Liga.

Tijdstip: 14 uur

Locatie: LDC De Horizon,
Ferdinand Lousbergkaai 12,
9000 Gent

Prijs: € 5, consumptie tijdens de pauze inbegrepen

Inschrijven of informatie:
vief.ov@lm.be of 09 235 72 90
(inschrijven t.e.m. 25 juni
of volzetting)

Burlesqueshow Zoe Bizoe & Friends

Capitole Gent



Zondag 21 juli 2024

Zoe Bizoe en haar vrienden toveren op de nationale feestdag Capitole Gent om tot de heetste zaal van het land. Wat mogen we verwachten? Burlesque van de bovenste plank. Een avond vol humor, liefde en betoverende, maar hilarische burleske acts.

Tijdstip: 20 uur

Locatie: Ingang Capitole Gent

Prijs: € 35

Inschrijven of informatie:
vief.ov@lm.be of 09 235 72 90
(inschrijven t.e.m. 12 juli of
volzetting)

Koen Crucke en Luk De Bruycker – Kieze veur muziek

Gent



Woensdag 24 juli 2024

In 'Kieze veur meziek' maken Koen Crucke en Luk De Bruycker samen met het publiek een selectie uit de meer dan 100 liedjes die ze reeds jaren samen zingen. Het wordt een interactief programma want het publiek kiest iedere voorstelling zelf 10 nummers.

De 'partij meziek' met als kopmannen de twee Gentse Hieres van Stand zorgen anderhalf uur voor een gevarieerd liedprogramma met 'evergreens' van Romain Decoinck, Walter De Buck, Harry Vandernoot, Will Ferdy, Freek Neiryck maar ook, internationale kleppers als Brel en Piaf ... begeleid door een live orkest onder leiding van Dirk Peeters.

Tijdstip: 14 uur 30

Locatie: Minard Schouwburg,
Korianderstraat 13,
9000 Gent

Prijs: € 18/persoon

Inschrijven of informatie:
vief.ov@lm.be of 09 235 72 90
(inschrijven t.e.m. 15 juli of
volzetting)

West-Vlaanderen

De Klokkenluider van de Notre Dame

Berlare Donkmeer



Maandag 26 augustus 2024

Na 20 jaar in totale afzondering verlaat Quasimodo stiekem de klokkentoren van de kathedraal voor het dwazenfestival. Wat een feest zou moeten worden, onttaardt in een dramatisch muzikaal verhaal over uitsluiting, ware liefde en dodelijke jaloezie. Vindt Quasimodo eindelijk het geluk bij zigeunerin Esmeralda? Of verovert aartsdiaken Frollo op sluwe wijze haar hart en is de klokkenluider gedoemd tot een kluzenaarsbestaan? Verwacht je aan een groots openluchtspektakel met de meeslepende musicalsongs uit de Disney-klasieker.

Tijdstip: 21 uur

Locatie: Donklaan, 9290 Berlare

Prijs: €44,5

Inschrijven of informatie:

vief.ov@lm.be of 09 235 72 90
(inschrijven t.e.m. 19 augustus of volzetting)

Cursus handige applicaties op de smartphone

Oudenburg of Anzegem



Verschillende data

We kunnen de computer niet meer wegdenken uit ons dagelijkse leven. Sociale netwerksites (Twitter, Facebook, Skype, Instagram), tablet, apps, smartphone, digitale fotografie... Kan u nog volgen? In deze cursus staan enkele handige apps op de smartphone centraal. Het aantal deelnemers is beperkt, dus wees er snel bij. Voor de cursussen is er per deelnemer een syllabus voorzien. De cursus in Oudenburg vindt plaats op woensdag 4, dinsdag 10 en woensdag 18 september 2024 en in Anzegem dinsdag 24 september, 1 en 8 oktober 2024.

Tijdstip: 3 sessies van 3u, startuur afhankelijk van de locatie

Locatie: : LDC Biezenbilk, Ettelgemsestraat 24, 8460 Oudenburg of De Linde, Lindeplein 1, 8570 Anzegem

Inschrijven of informatie:

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

Vief helpt je op weg met Itsme

De Panne of Houthulst



9 september of
12 september 2024

Itsme is een app op uw smartphone waarmee u gemakkelijk kan aanmelden op allerlei beveiligde platformen, zoals websites van uw bank of van uw mutualiteit. Met Itsme heeft u geen verschillende wachtwoorden meer nodig of een identiteitskaartlezer en e-id. Tijdens deze workshops leert u op welke manier u de app kan gebruiken en waarvoor. Deelnemers brengen een eigen smartphone of tablet mee en uw identiteitskaart met pincode. Pincode vergeten? Vraag dan zeker vier weken voor aanvang van de workshop een nieuwe aan bij uw gemeente.

Tijdstip: 9u30 op 9 september en 14u op 12 september

Locatie: De Korre, Koninklijke Baan 7, 8660 De Panne (9/9/24) of LDC De Schakel, Broeders Xaverianenstraat 12, 8650 Houthulst (12/9/24)

Inschrijven of informatie:

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

Vorming tot stemambassadeur

Oudenburg



Vrijdag 13 september 2024

Tijdens de vorming wordt het historisch en hedendaags belang van stemmen aangekaart. Verder wordt er ingegaan op enkele praktische kwesties zoals de regelgeving rond volmachten, mogelijkheden tot vervoersregeling, wettelijke veranderingen bij de lokale verkiezingen. We hopen je met deze vorming te inspireren om de boodschap verder te verspreiden in je omgeving, lokale dienstencentra, woonzorgcentra ... en zo stemambassadeur te worden. Je bent aan geen enkele verplichting gebonden door het volgen van deze vorming, als je gewoon wil komen luisteren ben je ook meer dan welkom.

Tijdstip: 14 uur
Locatie: LDC Biezenbilk, Ettelgemsestraat 24, 8460 Oudenburg
Prijs: Gratis
Inschrijven of informatie:
056 25 72 61
info.west@vief.be
www.viefwest.be

Beleef gastronomie in de Trapegeer

De Panne



Dinsdag 15 oktober 2024

We staan stil bij jongeren en hun opleiding, hun talenten en hoe ze deze opleiding leren. U maakt kennis met de hotelschool en met een rondleiding. Vervolgens wordt u verwend door jong talent van eigen bodem. U kan kiezen voor een rondleiding/introductie gevolgd door een lunch of enkel de lunch. Gelieve vooraf uw keuze door te geven.

Tijdstip: 11u45
Locatie: Didactisch restaurant Trapegeer, Sint-Elisabethlaan 4, 8660 De Panne
Prijs: € 65 voor lunch met aangepaste wijnen, € 53 voor lunch met water
Inschrijven of informatie:
056 25 72 61
info.west@vief.be
www.viefwest.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



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.viefwest.be

