



NIEUWSBRIEF SENIORENRAAD DILBEEK

Nr. 41 – 30 november 2023



WZC QUIETAS
DILBEEK

INTERNATIONALE DAG VAN HET VRIJWILLIGERSWERK 2023

Op 5 december is het de Internationale Dag van het Vrijwilligerswerk! Op deze dag zetten we vrijwilligers in de bloemetjes en vieren we het vrijwilligerswerk.

Dit jaar is het thema "Vrijwilliger, jij verdient een dikke duim!".

Vrijwilligers verdienen dan ook alle lof en waardering voor hun dagelijkse inzet.



STEEDS MEER SENIOREN HEBBEN HET MOEILIK OM DE EINDJES AAN ELKAAR TE KNOPEN

België is een rijk land. In de lijst van landen op basis van het bruto nationaal product per hoofd van de bevolking van het Internationaal Monetair Fonds, staat België hoog gerangschikt. Helaas profiteren niet alle senioren daar ten volle van. Steeds meer senioren hebben het moeilijk om de eindjes aan elkaar te knopen. Dat schrijft Stefaan Van Laere op SeniorenNet in november 2023. Hier volgt een samenvatting van zijn bevindingen en standpunten.

Er is in ons land een aanzienlijke inkomensongelijkheid tussen de verschillende bevolkingsgroepen ondanks de vele sociale voorzieningen. Cijfers van de FOD Economie tonen aan dat het mediaan netto belastbaar inkomen van de bevolking van 65 jaar en ouder 1.791 euro per maand bedroeg in 2019 tegenover 2.046 euro voor de hele bevolking. En cijfers van Eurostat tonen aan dat in 2019 maar liefst 15,4% van de Belgische bevolking van 65 jaar en ouder als 'risico op armoede of sociale uitsluiting' werd beschouwd. Dit percentage is ontvondtend en duidt op een aanzienlijke financiële kwetsbaarheid. De stijgende kosten van gezondheidszorg, huisvesting en levensonderhoud kunnen sommige senioren in een financieel benarde positie brengen.

ARMOEDERISICO

België bevindt zich onder het gemiddelde van de Organisatie voor Economische Samenwerking en Ontwikkeling (OESO) als het gaat om het armoederisico onder senioren. Volgens de OESO bedroeg het armoederisico voor senioren in België in 2018 13,3%. Dat is lager dan het gemiddelde van 13,5%. Dit is op zichzelf positief, maar het betekent niet dat er geen ruimte is voor verbetering. In Nederland was het armoederisico onder senioren in 2018 slechts 3,3%, in Duitsland 9,6%.



De levensfase van de ouderen in België is niet altijd de gouden tijd die men zich zou kunnen voorstellen. Ondanks het bestaan van een uitgebreid sociaal vangnet, worden senioren in toenemende mate geconfronteerd met financiële uitdagingen die vaak over het hoofd worden gezien. Het pensioen is niet altijd voldoende om een waardig en comfortabel leven te garanderen. Senioren die geen aanzienlijke spaargelden hebben opgebouwd tijdens hun werkzame jaren worden vaak geconfronteerd met een nog grotere financiële druk. Deze groep ouderen heeft vaak geen financiële buffer om onverwachte uitgaven, zoals medische noodgevallen, te dekken. Ze moeten soms moeilijke keuzes maken zoals het uitstellen van medische behandelingen of het beperken van essentiële uitgaven.

HUISVESTING

Een andere grote financiële hindernis voor senioren is huisvesting. Terwijl sommige ouderen ervoor kiezen om in hun eigen woning te blijven, kiezen anderen voor verpleeghuizen of rusthuizen wanneer hun gezondheid verslechtert. De kosten van verpleeghuizen en rusthuizen kunnen aanzienlijk zijn. Dit dwingt sommige senioren om in minder geschikte omstandigheden te blijven wonen, wat hun levenskwaliteit kan beïnvloeden.



PENSIOEN

Het pensioenstelsel in België is ontworpen om senioren een zekere financiële zekerheid te bieden na hun werkzame leven. In 2019 bedroeg het mediaan pensioeninkomen voor mannen in België 1.380 euro per maand, voor vrouwen ging het om 955 euro. Voor vele senioren is hun pensioen niet voldoende om een waardig en comfortabel leven te leiden. Stijgende medische kosten, huisvestingskwesaties en essentiële uitgaven maken het leven van vele ouderen financieel uitdagend. Het is van cruciaal belang dat de overheid en de samenleving als geheel deze kwesaties serieus nemen en streven naar beleidsmaatregelen die senioren helpen om een waardig en comfortabel leven te leiden in hun latere jaren.

NIEUWBOUW WOONZORGCENTRUM BREUGHELDAL WORDT IN VRAAG GESTELD

Consternatie en bezorgdheid waren er toen de leden van de seniorenraad vorige woensdagochtend vergaderden in woonzorgcentrum Breugheldal en vernamen dat alle dure plannen die in het verleden werden gesmeed over de bouw van een nieuw woonzorgcentrum, in de prullenmand worden gegooid. Ook bij het personeel van Breugheldal waren er ontsteltenis en verwarring. De enige informatie die wij hierover hebben is de tekst van een persmededeling die dinsdag 28 november werd verspreid en die we hieronder integraal afdrukken. (bm)



De plannen die het gemeentebestuur Dilbeek had voor de nieuwbouw van het woonzorgcentrum Breugheldal worden in vraag gesteld. Het college van burgemeester en schepenen Dilbeek heeft de intentie om de bouw van het nieuwe woonzorgcentrum op basis van de huidige plannen stop te zetten. Dit heeft geen impact op de huidige werking van het woonzorgcentrum.

Deze avond (nvdr: 28 november) wordt de gemeenteraad hiervan op de hoogte gebracht. **De formele beslissing wordt voorgelegd aan de gemeenteraad op 19 december.**

DILBEEK FINANCIËEL GEZOND HOUDEN

Door de economische context van vandaag, heeft ook gemeente Dilbeek te kampen met sterk stijgende kosten, bijvoorbeeld door vele loonindexeringen en hogere energie- en grondstofprijzen.

Aan de andere kant, koos het college ervoor om de belastingen voor de Dilbeekse burger de afgelopen 5 jaar niet te verhogen. Om Dilbeek financieel gezond te houden zonder belastingen zwaar te verhogen, moeten er vandaag dus moeilijke keuzes gemaakt worden.

“Geen belastingverhoging voor de burger is een zeer bewuste keuze geweest, waar we nog steeds achter staan. We willen Dilbeekse gezinnen én bedrijven niet nog meer onder financiële druk zetten”, verduidelijkt Marc Wilen, schepenen voor financiën en lokale economie.

TE HOGE DAGPRIJS

De kostprijs voor het bouwen van het nieuwe woonzorgcentrum is ook dermate gestegen dat een nieuwbouw op basis van de huidige plannen zou resulteren in een veel te hoge dagprijs voor onze bewoners.

“Als bestuur kunnen we niet achter deze dagprijs staan. We willen betaalbare en toegankelijke zorg voor elke burger kunnen bieden”, aldus David De Freyne, schepenen voor senioren en patrimonium.

Dilbeek wil daarom het komende jaar verschillende pistes onderzoeken om verdere betaalbare keuzes te maken voor het woonzorgcentrum.

Ondertussen blijft de werking van het woonzorgcentrum onveranderd met kwalitatieve zorg als absolute prioriteit.

MAAK KENNIS MET JONAH RYS, CONSULENT PARTICIPATIE

Wie ben ik?

Mijn naam is Jonah Rys, en sinds augustus dit jaar ben ik bij de gemeente Dilbeek aan de slag als consulent participatie.

Wat houdt dat in, een 'consulent participatie'?

Vorig jaar heeft de gemeente Dilbeek ervoor gekozen om een nieuwe weg in te slaan met het participatiebeleid. De bedoeling is dat het betrekken van burgers bij het beleid systematisch overwogen en zo vaak mogelijk wordt toegepast, waar dat mogelijk en nuttig is. Dat is voor vele teams in de administratie een nieuwe manier van werken. Er is wel al heel wat ervaring aanwezig, maar die is verspreid, en tot nu toe mochten alle teams hun eigen aanpak kiezen. Mijn rol bestaat er daarom vooral in die teams te ondersteunen zodat ze volop participatief kunnen werken, en te zorgen voor de coördinatie van het participatiebeleid over de hele administratie. Ik werk dus vooral 'achter de schermen', maar soms kom ik ook een beetje op de voorgrond, zoals bijvoorbeeld op ons burgerforum.

Hoe waren de eerste maanden?

Druk! Ik neem veel tijd om de verschillende teams in de administratie te leren kennen, om te ontdekken waar ze mee bezig zijn en hoever ze al staan qua participatie. Ik was alvast heel blij om te horen dat veel collega's echt openstaan voor de nieuwe aanpak. Daarnaast probeer ik ook contacten te leggen met burgers. Het zijn immers zij die we meer willen betrekken, dus ik ben ook benieuwd naar hun mening en hun ervaringen. Ik ben zelf niet afkomstig van Dilbeek (ik woon met mijn vriendin en drie kindjes in Anderlecht), dus ik vind het des te belangrijker om te luisteren naar wie zich hier al jaren inzet. Ik hoop dan ook velen van jullie tegen te komen op onze participatiemomenten de komende jaren.

Kun je contact met mij opnemen?

Voor informatie over specifieke participatie-initiatieven (zoals bijvoorbeeld de laatste maanden rond de nieuwe subsidie- en erkenningsreglementen) neem je best contact op met de teams die daarvoor verantwoordelijk zijn. Die info vind je op ons platform <http://doemee.dilbeek.be>. Maar verder zijn alle vragen, opmerkingen of ideeën over het Dilbeekse participatiebeleid altijd welkom op participatie@dilbeek.be.



SENIOREN BESLISSEN MEE OVER DE MEIREIZEN VAN 2024

In 2024 zijn er weer meireizen en je kunt mee beslissen welke de bestemming zal zijn. Het Lokaal Dienstencentrum selecteerde 9 daguitstappen waarvan je hieronder een korte samenvatting vindt. Tot en met donderdag 7 december kun je [HIER](#) op een stemformulier laten weten welke 3 uitstappen jouw voorkeur genieten. Maar je kunt ook via mail jouw voorkeur meedelen (ldc.inkompanie@dilbeek.be), of telefonisch (02 451 43 70), of fysiek in de cafetaria van Breugheldal. Alle info over de data van de meireizen, de uiteindelijke bestemming, prijs enz. zal in het vroege voorjaar gecommuniceerd worden. Nog even geduld dus!

1. HEUVELLAND

Wij gaan op bezoek bij een wijnboer. Daarna rijden we onder de begeleiding van een streekgids langs landelijke wegen door Frans-Vlaanderen. Bovenop de Catsberg staat de Cisterciënzerabdij waar trapistenkaas wordt gemaakt.

2. BOOTTOCHT DE ZANDER EN DE NACHTWAKER

Vaar mee met de Zander langs de Kempense kanalen en de sluizen. In de namiddag rijden we naar Diest waar de Nachtwaker je vertelt over het Diest in de 19^e eeuw.

3. KAASMAKERIJ DISCHHOF EN NIEUWPOORT

Kom alles te weten over de bio-kaasmakerij Dischhof, bekend van o.a. de kaas Keiems bloempje. In de namiddag rondrit met gids doorheen Diksmuide en Nieuwpoort.

4. HARTELIJK

HOOGSTRATEN EN AARDBEIEN

Wie Hoogstraten zegt, denkt ongetwijfeld aan aardbeien, aan het begijnhof of aan de Sint-Katharinakerk: hoogstaand erfgoed gecombineerd.

5. AAN DE SCHREVE MET 'EIGEN KWEEK'

Bezoek aan het fruitbedrijf Hoeve Siam te Zillebeke. We sluiten het bezoek af met een geschenk (1 kg appels). De gids zal u unieke verhalen vertellen over

het prachtige groene heuvelland met zijn authentieke dorpen.

6. LUIKSE MAASVALLEI EN LUIK

Rondrit onder begeleiding van een streekgids langs het stroomgebied van de Limburgse en Luikse Maasvallei gevolgd door een rondrit in de vurige stede Luik en langs het H.S.T.-station Guillemins.

7. ASPERGES EN SLUIS

Bij ons worden asperges vooral in de streek rond Mechelen en Puurs geogst. Daarna rijden we naar Sluis, een echt smaakvol stadje, een oude vestingstad waar alle dagen iets te beleven valt.

8. GOES EN MIDDELBURG

Goes, een zeer oud stadje met 220 schitterende monumenten, waaronder het 18de-eeuwse stadhuis, de grote markt en de laatmiddel-

eeuwse Maria Magdalenakerk. Daarna Middelburg: het hart van Zeeland met als blikvanger "De Lange Jan", de hoge toren van de abdij.

9. VERKENNING VAN DE CONDROZ

Als hoofdstad van de Condroz-Famenne is Ciney een levendige stad te midden van een prachtige groene omgeving. Daarna bezoek aan Durbuy, de kleinste stad van de Ardennen.



MINDER ZORGBEHOEVENDE OUDEREN STRAKS NIET MEER WELKOM IN WOONZORGCENTRA?

Om de toenemende vergrijzing op te vangen, zijn er tegen 2030 7.000 extra kamers nodig in de Vlaamse woonzorgcentra. Dat zei Margot Cloet, topvrouw van Zorgnet Icuro. De zorgkoepel stelt ook voor om in de toekomst in een andere woonzorgvorm te voorzien voor mensen met een 'lichter' zorgprofiel.

Zorgnet Icuro wil de minst zorgbehoevende bejaarden, de zogenaamde O- en A-profielen, geleidelijk uit de woonzorgcentra weren. Zij maken vandaag nog 15 procent van de rusthuisbewoners uit. "Deze mensen kunnen via andere vormen van ouderenzorg opgevangen worden, zoals thuis- en gezinszorg", zegt Cloet. Wij deden daarom een navraag bij alle Dilbeekse woonzorgcentra naar de huidige bezettingsgraad. Ziehier het resultaat.

Rusthuisbedden

Breugheldal: van de 101 bedden zijn er 9 vrij.
(Kamers vrij gehouden door personeelstekort)
De Verlosser: alle 56 bedden bezet.
Koning Albert: alle 67 bedden bezet.
Quietas: alle 120 bedden bezet.
Maria Assumpta: alle 127 bedden bezet.
Het Witte Huis: alle 63 bedden bezet.
Dilhome: van de 94 bedden zijn er 3 vrij.

Assistentiewoningen

Quietas, De Verlosser en Dilhome hebben geen assistentiewoningen.
Breugheldal: alle 81 woningen bezet.
Koning Albert: van de 43 woningen zijn er 2 vrij.
Maria Assumpta: alle 24 woningen bezet.
Het Witte Huis: alle 36 woningen bezet.
Residentie Wivina: van de 41 woningen zijn er 9 vrij.
Dil'flats: van de 14 woningen zijn er 7 vrij. (bm/sk)

DIGI-TAAL: WEETJES

BESCHERM JE COMPUTER

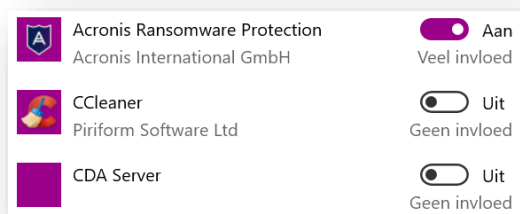
Je computer beschermen tegen virussen is van cruciaal belang. Dat moet echter geen geld kosten want er zijn zeer degelijke antiviruspakketten die gratis en voor niks voldoende bescherming bieden. Zo is er het pakket Microsoft Defender dat gratis wordt meegeleverd met Windows. Je computer is hiermee voldoende beveiligd en presteert evengoed of zelfs nog beter dan met sommige betalende pakketten. Ook gratis en steengoed is Bitdefender, al is het iets belastender voor je pc. Ook Avast biedt een degelijke antivirusbescherming maar je moet de publiciteit die onrechtstreeks binnenkomt er wel bijnemen.

VOOR TWIJFELAARS

Op www.iktwijfel.be vind je tips over hoe je online goed kunt zoeken, aan wie je raad kunt vragen of met wie je kunt praten over je twijfels. Zo wil de campagne de vaardigheden van internetgebruikers versterken en hen wegwijs maken in de veelheid aan nieuws, (des)informatie en meningen online.

ACHTERGRONDAPPS UITSCHAKELEN

Je computer kan na verloop van tijd trager worden, zeker als je veel apps hebt toegevoegd. Sommige apps starten automatisch bij het opstarten van je computer en die zorgen onnodig voor die vertraging. Om te kiezen welke apps op de achtergrond mogen/moeten worden uitgevoerd kies je bij de instellingen voor "Apps", vervolgens voor "Opstarten". Bij heel wat apps kun je de knop op "Uit" zetten omdat je de app kunt oproepen op het ogenblik dat die echt nodig is.



BATTERIJ SLIM GEBRUIKEN

De batterij van je gsm of laptop helemaal leeg maken om dan opnieuw te laden tot 100% is geen goed idee. De batterij zal langer meegaan als die tussen 20% en 85% is opgeladen. Dus liever niet opladen tot 100%.

TABLADEN VERTRAGEN JE BROWSER

Als je te veel tabbladen tegelijk opent, kan dat een negatieve invloed hebben op de prestaties van je browser en zelfs op het energieverbruik van je computer. (bm)

COMPUTER- & TABLETCURSUSSEN VOOR SENIOREN

2^e SEMESTER 2024

De computerlessen voor senioren, georganiseerd door de Seniorenraad in samenwerking met Kisp Merchtem-Ternat zijn zeer gegeerd door de senioren uit Dilbeek en omgeving. Dit succes is zonder twijfel te danken aan de kwaliteit, op maat en ritme van senioren, geboden door enthousiaste en professionele leerkrachten. Het tweede semester van het schooljaar 2023-2024 start op 30 januari 2024.

PROGRAMMA 2023-2024 2^e SEMESTER (eind januari – juni 2024)

PowerPoint - beginners	dinsdag	9:00 - 11:45	30/01/2024	18/06/2024
Aan de slag met je Windows computer	dinsdag	12:30 – 15:30	30/01/2024	18/06/2024
Doe meer met je smartphone/tablet	woensdag	9:00 - 11:45	31/01/2024	19/06/2024
Online diensten 3.0	donderdag	9:00 - 11:45	1/02/2024	20/06/2024
Herontdek je smartphone	donderdag	12:30 – 15:30	1/02/2024	20/06/2024
Online diensten 5.0	vrijdag	9:00 - 11:45	2/02/2024	21/06/2024

Prijs per cursus bedraagt 105 euro. Inschrijven kan door betaling van het lesgeld op rekeningnummer BE44 0682 0996 8045 van Seniorenraad Dilbeek. Na betaling kan contact worden opgenomen met Kisp Ternat: 02 582 86 29 – ternat@kisp.be – www.kisp.be



AAN DE SLAG MET JE WINDOWS COMPUTER **Beginnerscursus dinsdagnamiddag**

Omwille van de grote vraag, bieden wij opnieuw een starterscursus aan. We helpen je vanaf de eerste stap. Onze lesgevers gebruiken een eenvoudige, duidelijke taal en je krijgt volop de gelegenheid om vragen te stellen.

In deze cursus voor beginners bouwen we stap voor stap én op een rustig tempo je vertrouwen op. Zo geraak je helemaal mee met de mensen rondom jou.

In de cursus leer je werken met het toetsenbord en de muis en leer je documenten opslaan in mapjes en bestanden.

Je maakt kennis met het internet, je leert er surfen, informatie downloaden en websites openen en gebruiken.

Uiteraard leer je ook e-mails opstellen en versturen.

Besturingssysteem: Windows 10. Maar ook senioren die

thuis een computer met Windows 11 hebben kunnen zonder probleem deelnemen.

Er is voor elke cursist een computer in het klaslokaal.

Niet iedereen heeft een computer thuis. Maar daarvoor zijn er oplossingen. Bijvoorbeeld in de bibliotheek staan er computers ter beschikking van iedereen. Tijdens de cursus krijg je hierover de nodige informatie.

KORT EN BONDIG

- Sommige senioren maken zich ongerust omdat ze de **nieuwe senioren**gids nog niet in hun brievenbus hebben gevonden. Er is geen reden tot ongerustheid. Omwille van de beperkte opslagruimte die we ter beschikking kregen, moet de bedeling deelgemeente per deelgemeente gebeuren. Momenteel wordt Dilbeek bediend. De andere deelgemeenten volgen snel. Maar ook de vele regendagen van de jongste weken maken het voor de vele vrijwilligers niet gemakkelijk.
- Woonzorgcentrum **Maria Assumpta** (H. Moeremanslaan 8, Dilbeek) organiseert op vrijdag en zaterdag 15 en 16 december, telkens van 14 tot 18 uur, een **kerstmarkt**. Kom langs voor een lekker glaasje glühwein, een hapje tartiflette of koop heerlijke artisanale producten. Nieuw is alleszins de verkoopstand van de breiclub in samenwerking met 'Madame Assorti'.
- Het Lokaal Dienstencentrum In Kompanie organiseert een **kerstmarkt in woonzorgcentrum Breugheldal** (Itterbeeksebaan 208, Itterbeek). Afspraak in de inkomhal op woensdag 20 december van 15 tot 18 uur. Leuk cadeautje nodig? Of genieten van de kerstsfeer en een lekkere pannenkoek? Ontdek een heleboel lokale standhouders met zelfgemaakte spullen en lekkers. Meer info: ldc.inkompanie@dilbeek.be of 02 451 43 70.
- Op donderdag 28 december organiseert het Lokaal Dienstencentrum In Kompanie van 14 tot 15.30 uur een **kerstoptreden** in welzijns-campus Nieuwenbos in Groot-Bijgaarden (Bosstraat 84). Kom genieten van de vrolijke tonen van Rudi Tastenoe die het publiek altijd weer weet in te pakken met zijn leuke meezingers en accordeon. Meer info: ldc.inkompanie@dilbeek.be of 02 451 43 70.
- De **vzw Dil'flats** beheert sinds kort de assistentiewoningen aan de d'Arconatistraat, die voorheen behoorden tot dezelfde groep als Parkresidentie Wivina. Zaterdag 9 december organiseert de vzw een **opendeurdag met bijhorende kerstmarkt**. Je komt er alles over te weten door te klikken op deze link: <https://dilflats.be>.
- Ter herinnering: op dinsdag 5 en donderdag 7 december 2023 (telkens om 14 uur) blaast **Sinterklaas** samen met Lissa Lewis, Luc Caals, Sam Verhoeven, Marijn De Valck en Showcase Showballet 50 Westrandkaarsjes uit. Tickets kun je [HIER](#) bestellen.
- Tijdens een sessie van het **Smart Café** ga je aan de slag met je tablet of smartphone. Het is geen cursus maar een gezellig en leerrijk moment één keer per maand op zaterdag van 10 tot 13 uur in bibliotheek De Wolfspuit met telkens een ander onderwerp. Op zaterdag 16 december gaat het over kopen en verkopen met je toestel. Prijs 5 euro. Inschrijven via www.westrand.be.
- Noteer in je agenda dat de **Dag van de Dilbenaar** volgend jaar plaatsvindt op zaterdag 1 juni op de parking van Westrand.
- Ken jij iemand die graag onze **nieuwsbrief** ontvangt? Geef dan zijn/haar mailadres door op volgend mailadres: seniorendilbeek@telenet.be.

CARDSTOP

In de nieuwe senioren-gids 2024-2027 die momenteel wordt rondgedeeld, is een fout geslopen: het telefoonnummer van cardstop is **078 170 170**