



NIEUWSBRIEF SENIORENNET DILBEEK

Nr. 47 – 29 mei 2024



WAT JE ZEKER MOET WETEN OVER DE KOMENDE VERKIEZINGEN

We zitten in een belangrijk verkiezingsjaar. We moeten/mogen twee keer gaan stemmen, op 9 juni en op 13 oktober. Het is belangrijk dat ouderen hun stem uitbrengen want zij vertegenwoordigen meer dan een vierde van de kiezers. Daarom zetten we nog enkele praktische zaken op een rijtje temeer omdat enkele spelregels gewijzigd zijn.

Op 9 juni zijn we verplicht om naar het stembokje te trekken en wel voor 3 verkiezingen: voor het Europees parlement, voor het federaal parlement en voor het Vlaams parlement. Normaal heb je in de loop van deze maand hiervoor een stembrief ontvangen in je brievenbus. Als dat niet het geval is, dan moet je in de week van de verkiezingen (niet vroeger) een duplicaat van de stembrief aanvragen bij het gemeentebestuur.

WIJZIGINGEN

Eén van de wijzigingen is dat er voor de lokale en provinciale verkiezingen in oktober niet langer een stemplicht is. Maar op die verkiezingen komen we later zeker terug. Voor de 3 verkiezingen in juni blijft die stemplicht. Nieuw is wel dat voor de Europese verkiezingen die stemplicht geldt vanaf 16 jaar. Voor de federale en de Vlaamse verkiezingen blijft de leeftijdsgrens op 18 jaar.

VOLMACHT

Het gebeurt dat je niet in de mogelijkheid verkeert om je stem uit te brengen om medische redenen, door verblijf in het buitenland, zelfs om studie- en beroepsredenen enz. In dat geval kun je een volmacht geven aan een andere kiezer van dezelfde



kieskring. Een kiezer kan slechts één volmacht uitoefenen. De volmachtgever moet eerst zelf stemmen in zijn eigen stembureau. Vervolgens kan hij of zij zich aanmelden in het stembureau van de volmachtgever. Hij of zij moet in het bezit zijn van het ingevulde volmachtformulier, de eigen identiteitskaart en de eigen oproepingsbrief waarop de stempel staat van het eigen stembureau als bewijs dat hij/zij daar gestemd heeft. Voor een volmachtformulier kun je [HIER](#) terecht. (bm)

OKRA PUBLICEERT BAROMETER WOONZORGCENTRA

VLAAMSE OUDERENRAAD VRAAGT BETAALBAARHEID EN MEER TRANSPARANTIE

Ouderenvereniging OKRA vraagt regelmatig bij het Departement Zorg cijfers op over de prijs, het personeel en de bewoners van woonzorgcentra. Ook begin 2024 gebeurde dat.

In zijn nieuwsbrief van 3 mei 2024 dook de Vlaamse ouderenraad in de cijfers van Okra en wees op het belang van transparantie en betaalbaarheid.

Ziehier alvast de meest opvallende cijfers:

- Gemiddeld kost een Vlaams woonzorgcentrum 2.182 euro per maand. Er is verschil tussen publieke woonzorgcentra van steden en gemeenten (gemiddeld 2.045 euro per maand), non-profitinstellingen (gemiddeld 2.135 euro per maand) en commerciële instellingen (gemiddeld 2.296 euro per maand).
- Het gemiddeld netto pensioen in januari 2023 was 1.640 euro per maand (Bron: Federale Pensioendienst). Dat betekent dat een bewoner van een woonzorgcentrum gemiddeld 542 euro per maand moet bijpassen.



Wat is inbegrepen in de dagprijs?

De prijs die je betaalt voor een verblijf in het woonzorgcentrum wordt per dag berekend. Die dagprijs omvat een aantal verplichte kosten. Het gaat onder meer om de huur van je persoonlijke kamer en de gemeenschappelijke ruimtes, maaltijden, verpleging en animatie. Een overzicht van alle inbegrepen kosten vind je op de [website](#) van het Departement Zorg. In de dagprijs kan echter nog meer zitten. Het woonzorgcentrum kan immers nog supplementen aanrekenen zoals een kappersbezoek, het wassen van kledij, het televisieabonnement, telefoonkosten, enz.

Zorgbudgetten moeten de pijn verzachten

Enkele tegemoetkomingen moeten de kosten draaglijker maken. Zo ontvangt elke zorgbehoevende bewoner een zorgbudget van 140 euro per maand. Bewoners met een laag inkomen hebben daar bovenop recht op een bijkomende tegemoetkoming die kan variëren tussen 104 en 696 euro per maand. Hoe hoog de tegemoetkoming is, hangt af van inkomen en zorgzwaarte. Ondanks deze tegemoetkomingen blijven de facturen voor vele bewoners erg zwaar.

Vlaamse Ouderenraad vraagt betaalbaarheid en transparantie

Het thema van de betaalbaarheid van woonzorgcentra staat al jaren op de radar van de Vlaamse Ouderenraad. De belangrijkste bekommernis van de raad is dat zorg kwalitatief moet zijn én voor iedereen beschikbaar ongeacht het inkomen. Bovendien moeten bewoners een duidelijke opsplitsing krijgen van enerzijds de kosten voor wonen en leven in het woonzorgcentrum, anderzijds de kosten voor zorggerelateerde zaken.

De Vlaamse Ouderenraad is tevreden dat de Vlaamse overheid een aantal initiatieven heeft genomen om de sector transparanter te maken zoals de [bevraging](#) over de kwaliteit van wonen, zorg en leven, de lancering van een [waarderingsplatform](#) en de uitbreiding van de [Vlaamse sociale kaart](#). In die sociale kaart zijn uitgebreide

fiches te vinden van de woonzorgcentra. Toch is de raad van mening dat naast die transparantie ook de betaalbaarheid voorop moet blijven staan. Ook daar zou de Vlaamse overheid meer initiatieven moeten nemen, aldus de Vlaamse Ouderenraad. (bm)

1 JUNI: DAG VAN DE DILBEKENAAR

Het wordt andermaal een geweldig volksfeest waarbij Dilbekenaren en lokale handelaars en verenigingen elkaar ontmoeten. Jong en oud kunnen op zaterdag 1 juni van 15.00 tot 23.30 uur samen genieten van leuke activiteiten met een lekker hapje en een drankje erbij. Dit jaar is er een dubbel feest want cultuurcentrum Westrand viert zijn 50^{ste} verjaardag. Dat is de reden waarom het hele feestgebeuren plaatsvindt op de parking van Westrand en in het Westrandgebouw zelf. De toegang is gratis.



Ook gratis is het optreden van de 100-jarige Alice Toen van 14.00 tot 15.30 uur in het Westrandtheater. Tijdens dit hartverwarmende concert, dat ze samen met sopraan Françoise Vanhecke en gitarist Jean Van der Schueren opvoert, brengt ze met aanstekelijk enthousiasme liederen en teksten van o.a. Federico Garcia Lorca, Toon Hermans, Roel Richelieu, Jules De Corte, Manuel De Falla, ... Een uitgelezen kans om deze grande dame nog eens aan het werk te zien in Dilbeek. Deze voorstelling ging in première in de KVS met heel wat belangstelling vanuit de media. Tickets kun je [HIER](#) gratis bestellen. (bm)

VERLIES VAN GEHEUGEN \neq VERLIES VAN STEMRECHT

Vaak wordt er geredeneerd dat je niet meer mag of kunt gaan stemmen als je dementie hebt. Dat is een foute redenering. Volgens de expertisecentra Dementie is er geen enkele juridische basis om een diagnose van dementie gelijk te stellen met verlies van iemands kiesrecht.

De centra pleiten ervoor om maatschappelijke participatie van personen met dementie overeind te houden, al dan niet met bepaalde vormen van ondersteuning. Het uitgangspunt van de centra is dat personen met dementie meedoen met verkiezingen door zelf naar het stembureau te gaan, al dan niet geholpen door bijvoorbeeld mantelzorgers.

Personen met een beperking mogen overigens vragen een eigen begeleider mee te nemen in het stembokje. Ten slotte kan een persoon met dementie die zichzelf niet meer kan verplaatsen naar het stembureau, een volmacht geven aan iemand anders van dezelfde kieskring.



Besluit: indien iemand met dementie wil gaan stemmen, dan moeten we ervoor zorgen dat die persoon ook kan gaan stemmen, fysiek in een stembureau of via een volmacht. (bm)

Meer informatie hierover vind je op volgende adressen:

<https://www.dementie.be/nota-over-verkiezingen/>

<https://www.facebook.com/expertisecentrumdementievlaamsbrabant/>

SOCIAAL INTERNETAANBOD HELPT DE DIGITALE KLOOF TE DICHTEN

Elke burger moet toegang kunnen hebben tot het internet in deze steeds meer digitale samenleving. Het vroegere sociaal telecomtarief kon de digitale kloof niet overbruggen. Wellicht is het sociaal internetaanbod van de FOD Economie een stap in de goede richting.

Het sociaal internetaanbod is een gunstig vast maximumtarief voor een vaste internetverbinding. Er zijn 2 formules:

- Voor een maximumprijs van 19 euro per maand krijg je vast internet.
- Voor een maximumprijs van 40 euro per maand krijg je vast internet samen met 1 andere dienst, zoals televisie.



Er is ook een korting van 50% op de installatiekosten. Telenet en Proximus zijn verplicht het nieuwe aanbod toe te passen. Kleinere operatoren mogen meespeelen maar zijn dat niet verplicht.

VOORWAARDEN

De voorwaarden om een beroep te kunnen doen op het sociaal internetaanbod zijn dezelfde als voor het sociaal tarief voor energie: het gaat vooral om huishoudens waar iemand een zorgbudget voor ouderen met een zorgnood ontvangt van de zorgkas of een inkomstengarantie (IGO) van de federale pensioendienst.

Indien je meent recht te hebben op het nieuwe aanbod, dan ga je best langs bij Telenet of Proximus. Aan de hand van je rijksregisternummer kan de operator meteen nagaan of je rechthebbende bent en de zaak kan meteen worden geregeld. (bm)

HULP BIJ HET INVULLEN VAN JE BELASTINGAANGIFTE

Binnenkort is het weer zover: je belastingaangifte moet worden ingediend. Indien je die aangifte zelf invult op papier, dan verwacht de FOD Financiën die aangifte ten laatste op 30 juni 2024. Indien je de aangifte via het internet indient bij [MyMinfin](#), dan heb je tijd tot 15 juli 2024.

Indien je problemen hebt bij het invullen van die aangifte, dan kun je die tot en met 27 juni 2024 laten invullen door een medewerker van de FOD Financiën. Deze termijn wordt niet verlengd.

Een afspraak maken kan eenvoudig telefonisch via 02 572 57 57. Je kunt op dit telefoonnummer terecht van maandag tot vrijdag van 9.00 tot 17.00 uur. Voor het maken van een afspraak hou je best je identiteitskaart bij de hand.

Je moet je in principe niet verplaatsen voor die afspraak. De experts van de FOD Financiën bellen je op het afgesproken tijdstip terug om samen met jou de aangifte door te nemen en in te vullen per telefoon. Hetzelfde nummer kun je bellen als je een afspraak wenst te verplaatsen of te annuleren. (bm)



COMPUTERCURSUSSEN NAJAAR 2024

De computerlessen voor senioren worden georganiseerd door Seniorennet Dilbeek vzw in samenwerking met KISP. Al meer dan 20 jaar kennen deze cursussen een enorm succes. Dat is te danken aan de kwaliteit van de cursussen op maat en ritme van senioren, aangeboden door enthousiaste en professionele leerkrachten. De computerklas bevindt zich in lokaal 004 van cultuurcentrum Westrand. Het eerste semester van het schooljaar 2024-2025 start op donderdag 5 september 2024.

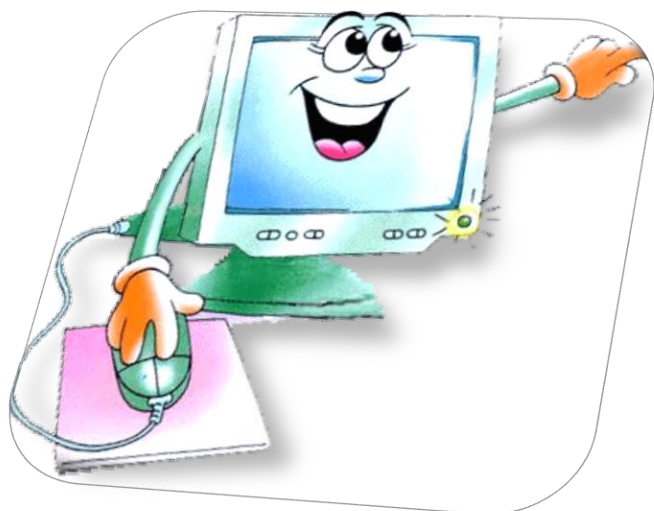
Goed om weten: maandagvoormiddag is er een nieuwe pc-cursus voor beginners en maandagnamiddag start een nieuwe cursus speciaal voor gebruikers van iPads en iPhones.

Het lesgeld voor *bijna* alle cursussen (ook voor de workshop) bedraagt 105 euro.

Maandag	9.00-11.45	NIEUW: Aan de slag met je Windows pc
	12.45-15.30	NIEUW: Aan de slag met iPad/iPhone
Dinsdag	9.00-11.45	ICT-Boost: Praktisch Office-gebruik
	12.45-15.30	Aan de slag met Android tablet/smartphone
Woensdag	9.00-11.45	Virtueel op stap met Android smartphone
Donderdag	9.00-11.45	Update Windows 11
	12.45-15.30	Kennismaken met Office online
Vrijdag	9.00-11.45	Herontdek je iPhone
	13.00-15.30	Workshop: EHBO PC: Zelf je PC onderhouden met Windows 11 (7 lessen vanaf 4 okt 2024)

Vanaf nu kan het lesgeld betaald worden op rekening BE44 0682 0996 8045 van Seniorennet Dilbeek met vermelding van naam, telefoon, rijksregisternummer en welke cursus. Na je storting kun je contact opnemen met KISP Ternat via tel. 02 582 86 29 op maandag, dinsdag en donderdag van 18.00 tot 21.00 uur of op woensdag van 14.00 tot 17.00 uur.

BESCHRIJVING VAN DE CURSUSSEN



Aan de slag met je Windows computer

Ma 9 sep 2024 - 27 jan 2025 – 9.00 - 11.45 uur

Maak kennis met de wondere wereld van de computer en het internet. Leer stap voor stap én praktijkgericht je Windows computer kennen om daarna zelfverzekerd en efficiënt aan de slag te gaan met jouw computer.

Aan de slag met je iPad/iPhone

Ma 9 sep 2024 - 27 jan 2025 – 12.45 - 15.30 uur

Benieuwd naar de mogelijkheden van je *iPad* of *iPhone*? In deze praktijkgerichte module leer je stapsgewijs de geheimen van je toestel te ontrafelen. Lesgeld: 130 euro.

ICT-Boost: Praktisch Office-gebruik

Di 10 sep 2024 - 28 jan 2025 – 9.00 - 11.45 uur

In deze cursus ontdek je de praktische toepassingen van *Word*, *Excel* en *PowerPoint*. We starten in verschillende programma's telkens met een opfrissing van de basis en breiden onze kennis uit. Zo ben je weer helemaal mee op *Office*-gebied.

Aan de slag met je Android tablet/smartphone

Di 10 sep 2024 - 28 jan 2025 – 12.45 - 15.30 uur

Benieuwd naar de mogelijkheden van je *Android* tablet of smartphone? In deze praktijkgerichte lessen ontdek je stapsgewijs de basismogelijkheden van je toestel en leer je talloze interessante apps kennen.

Virtueel op stap met Android smartphone/tablet

Wo 11 sep 2024 - 29 jan 2025 – 9.00 - 11.45 uur

Verken jouw omgeving en verbeter je digitale vaardigheden terwijl je op avontuur gaat met je smartphone. Met elke tik, swipe en zoom vergroot je niet alleen de kennis van de wereld om je heen, maar ook je handigheid met jouw toestel. Deze cursus is de perfecte combinatie van herontdekken en bijleren, allemaal binnen handbereik met jouw smartphone.

Update Windows 11

Do 5 sep 2024 - 23 jan 2025 – 9.00 - 11.45 uur

Houd je ICT-kennis up-to-date met deze opfrissingscursus en leer nu werken met de nieuwe Windows 11. Na een kennismaking met de verschillende nieuwigheden, breid je jouw kennis ook verder uit. Je ontdekt de belangrijkste vernieuwingen en apps. Zo leer je Windows 11 perfect afstemmen op jouw voorkeuren.

Kennismaken met Office online

Do 5 sep 2024 - 23 jan 2025 – 12.45 - 15.30 uur

Heb je een *Windows*-account? Wist je dat je dan ook automatisch toegang hebt tot de onlineversie van *Word*, *Excel* en *Powerpoint*? Deze cursus zet je op weg.



Herontdek je iPhone

Vr 6 sep 2024 - 24 jan 2025 – 9.00 - 11.45 uur

Heb je ooit de basismodules iPhone gevolgd maar weet je niet meer zo goed hoe je je instellingen kunt aanpassen? Sukkel je met contacten toevoegen of agenda-afspraken plannen? Of weet je niet meer hoe je de toegangscode van je toestel kunt instellen? In deze opfrismodule overlopen we opnieuw alle instellingen die je nodig hebt.

EHBO PC: Zelf je PC onderhouden met Windows 11 (Workshop 7 lessen)

Vr 4 okt 2024 - 29 nov 2024 – 13.00 - 15.30 uur

In deze workshop ontdek je de basis om je PC te beheren: basisinstellingen Windows 11, software en hardware installeren, back-ups maken, virusscanner installeren en andere mogelijkheden om je computer te beschermen. We bekijken ook hoe je je computer kunt herstellen en hoe je problemen kunt voorkomen. Kortom, veel praktische tips voor het onderhoud van je pc en heel veel weetjes en tips en trucs.

De workshop wordt gegeven op vrijdagen 4, 11, 25 oktober en 8, 15, 22 en 29 november 2024.

DRIE WOONZORGCENTRA HOUDEN EEN BARBECUE IN JUNI

Op zaterdag 8 juni houdt parkresidentie **Wivina** (Hendrik Pacestraat 43 in Groot-Bijgaarden) haar jaarlijkse “Spring into Summer Barbecue”. Bij aankomst word je een glaasje sangria aangeboden. Liefst reserveren ten laatste op 31 mei op 0470 29 84 93 of bij Emma op het mailadres e.keyaerts@orpea.net. De kostprijs is 35 euro per persoon.

Ook op zaterdag 8 juni is er vanaf 13.00 uur de “Familie Barbecue” van **Dil’Flats** (d’Arconatistraat 77A in Dilbeek). Kostprijs is 35 euro per persoon (kinderen jonger dan 14 betalen 17,50 euro). Inschrijven vóór 1 juni via de website <https://dil-flats.be/inschrijven/> of via 078 48 73 33 is nodig.

Residentie **Koning Albert I** (Keperenbergstraat 38 in Itterbeek) nodigt uit op zijn jaarlijkse barbecue op zaterdag 14 juni van 16.30 tot 21.30 uur. Kostprijs 30 euro (bewoners 22 euro, kinderen 16 euro (+ 8 jaar) of 10 euro (- 8 jaar). Inschrijven vóór 6 juni aan het onthaal of via joke.vandereeckt@armonea.be is nodig. Er worden 2 shifts voorzien: van 16.30 tot 18.30 uur en van 19.00 tot 21.30 uur. (bm)



KORT EN BONDIG

- **Save the date:** op maandag 23 september organiseert Seniorenet Dilbeek in samenwerking met het Lokaal Dienstencentrum In Kompanie een **verkiezingsdebat voor senioren** in de gemeenschapslokalen van Pede. We komen erop terug in de volgende nieuwsbrief maar noteer alvast de datum in je agenda.

- Op 9 juni 2024 moeten we in Dilbeek elektronisch gaan stemmen voor het federaal, het Europees en het Vlaams parlement. Op [deze website](#) vind je alle nodige uitleg over dat **elektronisch stemmen**, zelfs met een YouTube-filmpje.
- Het **kenniscafé** dat oorspronkelijk gepland was in de maand mei, werd uitgesteld naar maandag 24 juni, 19.30 uur in de feestzaal van Westrand. Er wordt extra duiding verschaft bij de vernieuwde reglementen voor erkenning en subsidiëring van verenigingen: welke zijn de concrete indiendata, hoe schrijf je een goed subsidiedossier, uitleg voor de Uitdatabank, en zo meer.
- Seniorennet Dilbeek is lid van de **Vlaamse Ouderenraad**. Wie geïnteresseerd is in die overkoepelende organisatie kan alle relevante documenten van de ouderenraad [HIER](#) terugvinden. Het gaat o.a. om het beleidsplan 20-25, het jaarverslag 2023 en verschillende beheersovereenkomsten met de Vlaamse overheid.
- De Vlaamse Ouderenraad schreef opnieuw, samen met vele andere organisaties waaronder Amnesty International Vlaanderen, een open brief aan eerste minister Alexander De Croo en minister voor Buitenlandse zaken Hadja Lahbib. In die brief wordt de Belgische regering opgeroepen om een actieve rol te spelen bij de totstandkoming van een apart **VN-verdrag voor de rechten van ouderen**.
- Ben of ken jij iemand met een **zorg- en ondersteuningsnood** in de ouderenzorg of personen met een handicap? En wil je jouw mening over deze zorg en ondersteuning graag delen met anderen? Dat kan vanaf nu op www.waarderingsplatform.be, een gloednieuw pilootproject van de Vlaamse overheid. De waardering die je schrijft is volledig anoniem.
- We herinneren aan de **bewegemarkt** voor Dilbeekse senioren in hogeschool Odisee op donderdag 8 juni van 12.30 tot 17.00 uur. Voor meer info verwijzen we graag naar de vorige nieuwsbrief of naar deze website: www.dilbeek.be/nl/nieuws/bewegemarkt-dilbeek
- Op dinsdag 18 juni om 19.30 uur is er in de feestzaal van Westrand een nieuw **burgerforum**. Die avond worden de belangrijkste resultaten van de burgerbevraging gepresenteerd. Het is ook de bedoeling om bepaalde thema's verder uit te diepen en te verhelderen.
- DNS Belgium maakt regelmatig campagnes waarbij mensen tips krijgen over **veiligheid op het internet**. Om die campagnes beter af te stemmen op de doelgroep wil de organisatie in gesprek gaan met een aantal 65-plussers. Wil je meedoen? Schrijf je dan [HIER](#) in.
- Zin in een toegankelijk uitstapje aan de kust? In juli en augustus vind je in de meeste kustgemeenten voorzieningen en assistenten die het strand toegankelijk maken. Per kustgemeente kun je nagaan welke voorzieningen er zijn om zorgeloos van een uitstapje naar zee te kunnen genieten. Klik [HIER](#) voor meer informatie.
- Op vrijdag 21 juni van 8.45 tot 9.45 uur, kun je als 65-plusser deelnemen aan **Aquagym**-sessies in het gemeentelijk zwembad in de Beeldhouwkunstlaan in Dilbeek. Deelnemen kost 3 euro,



cash te betalen aan de inkom. Inschrijven kan via ldc.inkompanie@dilbeek.be of 02 451 43 70. Meer informatie vind je [HIER](#).

- Je kunt nog steeds **lid worden** van Seniorennet Dilbeek vzw. Je bent 55+, je woont in Dilbeek en je bent bereid om deel uit te maken van een vereniging die zich inzet om het leven van Dilbeekse senioren mooier te maken? Klik dan op de link seniorennetdilbeek@telenet.be, geef ons jouw naam, voornaam, adres, telefoonnummer en klik op verzenden. Door lid te worden zorg je ervoor dat het netwerk meer impact heeft en meer invloed kan uitoefenen in en op het Dilbeekse gemeenschapsleven.
 - Door de transitie van seniorenraad naar Seniorennet Dilbeek vzw, werd ook de naam van de **website** gewijzigd in www.seniorennetdilbeek.be en het **mailadres** is voortaan seniorennetdilbeek@telenet.be.
 - Ken jij iemand die graag onze **nieuwsbrief** ontvangt? Geef dan zijn/haar mailadres door op seniorennetdilbeek@telenet.be.
-