

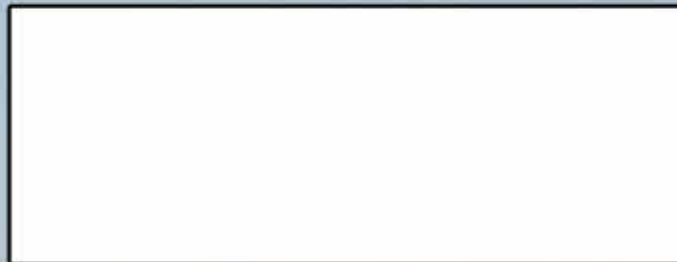
# Seniorennieuwsbrief

PUBLICATIE VOOR EN DOOR 55-PLUSSERS



PB-PP|B-24576  
BELGIE(N)-BELGIQUE

afgiftekantoor Hasselt



**Mooi weer? De fiets op!**  
**Zorgbudget voor hulpbehoevenden**

## VOORWOORD



**Guy Swennen**  
schepen van Senioren

Beste lezer

Het werkjaar loop op z'n einde. Dit jaar eindigen we niet traditioneel met het lentefeest voor senioren.

Op 12 juni vieren we namelijk het tienjarig bestaan van de seniorendansnamiddagen in De Kimpel. Met deze activiteit begon tien jaar geleden de uitbouw van de Seniorenwerking tot hetgeen we nu kennen. Iedereen is welkom op deze feestelijke editie.

Samen met tientallen vrijwilligers hebben we het Bilzerse seniorenbeleid uitgebouwd tot een voorbeeld voor

vele andere gemeenten.

Ik kan dan ook met enige fierheid terugkijken op de mooie realisaties.

Maar laten we vooral ook vooruit kijken: het activiteitsaanbod voor het nieuwe seizoen is helemaal gepland; vaste waarden worden afgewisseld met nieuwe activiteiten. Thema's als multimedia, gezondheid en bewegen komen zeker terug. Momenteel wordt alles gebundeld in de handige doe-gids. In deze nieuwsbrief meer hierover.

Veel leesplezier!

## CONTACT & OPENINGSUREN

### Seniorenwerking Bilzen

Het secretariaat is gehuisvest in het lokaal dienstencentrum De Wijzer: Eikenlaan 24, 3740 Bilzen.

Coördinator seniorenbeleid:

Ronny Sonck

089 39 96 20

0477 19 18 36

[senioren@bilzen.be](mailto:senioren@bilzen.be)

### Seniorenhuis

Camille Huysmansplein 14 bus 1  
3740 Bilzen

ma 9 - 12 uur & 13 - 16.30 uur

di 9 - 12 uur & 13 - 16.30 uur

wo 9 - 16.30 uur

do 9 - 12 uur & 13 - 16.30 uur

vrij 9 - 12 uur

Gesloten op feestdagen en tijdens schoolvakanties

### Lokaal dienstencentrum De Wijzer

Eikenlaan 24  
3740 Bilzen

ma 9 - 16.30 uur

di 9 - 16.30 uur

wo 9 - 16.30 uur

do 9 - 16.30 uur

vrij 9 - 14 uur

Gesloten op feestdagen

Gesloten van 21 juli tot 15 augustus

## Belangrijk om te weten

### Lentefeest senioren

Op maandag 4 en dinsdag 5 juni bouwen we een gezellig feestje in De Kimpel. Nostalgische muziek met een laagje humor krijgen we van Lia Linda en Albert.

Voor de ambiance zorgen de mannen van de Bouchées. Je herkent ze zeker van de Buurtpolitie.

Kaartjes kosten 8 euro en kan je nog steeds kopen in het Seniorenhuis.



2



### Fietsreparatiezuil

Tussen het zwembad en de bibliotheek van De Kimpel is een fietsreparatiezuil geplaatst.

De zuil met fietspomp is voorzien van basisgereedschap om kleine reparaties en aanpassingen aan de fiets snel en comfortabel zelf uit te voeren.

De fiets kan in de fietsreparatiestandaard worden gehangen waardoor er een goede werkhoogte ontstaat.

### Collectief verlof

De medewerkers en de vrijwilligers van de Seniorenwerking genieten van een welverdiende rust tijdens de zomervakantie. Het secretariaat en de De Wijzer zijn gesloten van 21 juli 2018 tot en met 15 augustus 2018. Het Seniorenhuis sluit de deuren van 1 juli 2018 tot 26 augustus 2018. Op maandag 27 augustus vindt er de proevertjesdag plaats.

# De buren op bezoek

De seniorenadviesraad zet zich constant in om de belangen van onze senioren te behartigen. Ze doet dat samen met de vijf werkgroepen en de vele vrijwilligers. Maar dat is geen nieuws voor jullie. Andere gemeenten kijken daar wel van op.

Nadat de seniorenraad van Lanaken ons in april vorig jaar bezocht, was het op woensdag 21 maart de beurt aan een grote afvaardiging van de seniorenraad van Kortesseem om te zien hoe wij werken. Ze maakten kennis met de Seniorenwerking, ze ontdekten het Seniorenhuis en De Wijzer. Uiteindelijk gingen ze huiswaarts met een rugzak vol ideeën en kennis.



# Vrijwilligers rijden

Het Sociaal Huis, gevestigd in de Hospitaalstraat 15 te Bilzen, biedt met de Minder Mobielen Centrale voordelige vervoermogelijkheden voor inwoners die geen gebruik kunnen maken van het openbaar vervoer. Vrijwilligers brengen je heen en terug naar huis.

Gehandicapten, senioren en mensen in een noodsituatie (ook met rolstoel of rollator) kunnen hierop een beroep doen door telefonisch (089 51 91 38) of per e-mail (mmc@bilzen.be) contact op te nemen.

Je betaalt eerst een jaarlijks lidgeld van 10 euro, beperkt tot 15 euro voor twee leden van hetzelfde gezin. Per afgelegde kilometer betaal je 30 cent en 50 cent administratiekosten per rit.

De afspraak moet minstens drie dagen vooraf gemaakt worden voor een eenmalige of permanente hulp. De dienst staat open voor een breed doelpubliek: voor een doktersbezoek, voor vriendenbezoek aan huis of in een ziekenhuis, voor wie de wekelijkse kaartnamiddag niet kan missen, voor boodschappen buiten de eigen gemeente... Gezien het aantal vrijwilligers-chauffeurs beperkt is (vooral in vakantieperiodes), wordt voorrang verleend aan oproepen om medische redenen.

# Familie Schoefs wint speurtocht Tijdsapsule

Niets is heerlijker dan te mijmeren over de goede oude tijd. Straffer nog: het is van groot belang dat we op tijd en stond stilstaan bij het leven zoals het vroeger was. Door erover te spreken, van ouder op kind en van grootouder op kleinkind, maken we er ergoed van.

De seniorenadviesraad van Bilzen ziet hiervan ook het belang in. Daar-

om stuurt ze - voor het derde jaar op rij - vrijwilligers naar scholen om te vertellen over hoe zij leefden als kind in de jaren '50 en '60.

Omdat beleving sterker is dan de vertellingen, werd een spelletjesnamiddag in het leven geroepen: De Tijdsapsule. Op erfgoeddag, 22 april, kon iedereen naar hartelust komen spelen. Verschillende groepen namen deel aan

een moeilijke, spannende speurtocht. De drie beste teams werden beloond met gezelschapsspellenpakketten.

De winnaar van dit jaar, de familie Schoefs uit Rijkhoven, ging aan de haal met de hoofdprijs: een pakket ter waarde van 125 euro. De families Moors en Delille vulden plaats twee en drie.



# Website in de kijker: vliegtuigradar



Als je af en toe eens naar omhoog kijkt, naar de lucht natuurlijk, dan heb je zeker al eens die witte strepen opgemerkt. Even zoeken en Wikipedia leert ons het volgende: “De witte **condensporen**, ook wel **vliegtuigstrepen** of **contrails** (een samenvoeging van de Engelse termen *condensation* en *trails*) genoemd, zijn kunstmatige wolken die ontstaan uit de uitlaatgassen van vliegtuigmotoren. De verbranding van vliegtuigbrandstof laat een spoor van uitlaatgassen met veel waterdamp en roetdeeltjes achter. Daar het op grote hoogte zeer koud is, condenseert de waterdamp. Er vindt wolkvorming plaats en het spoor wordt zodoende zichtbaar vanaf de aarde.”

Maar welk vliegtuig vliegt daar? Waar komt het vandaan? Waar vliegt het naartoe? Als je dat wil weten, moet je naar de website [www.flightradar24.com](http://www.flightradar24.com).

De eerste keer dat je daar bent, krijg je een stukje van de wereld te zien (Noorwegen/Zweden/Finland), maar ‘verhuizen’ gaat snel: in het zoekvakje ‘Search’ begin je met het typen van ‘Brussel’ ... en de luchthavens van Brussel en Charleroi komen in beeld. Klik maar op ‘Brussels Airport’ en je ziet dadelijk hoe druk het is in het Belgische luchtruim, om van te duizelen. Vliegtuigen zie je als vliegtuigjes (wat had je anders gedacht) en vliegvelden als blauwe druppelvormige markeerpunten.

Wil je iets meer weten over een luchthaven of over een bepaald vliegtuig: gewoon erop klikken! Inzoomen kan met de gebruikelijke knoppen rechts in beeld. Voor de rest moet je het allemaal zelf maar ontdekken! Prettige vlucht!

N.B: Iets soortgelijks bestaat ook voor het scheepvaartverkeer wereldwijd: ga maar eens snuffelen op [www.marinetraffic.com](http://www.marinetraffic.com) ... Goede vaart!



## Langer thuis wonen

Om een senior langer in de eigen woonst te laten verblijven zijn er mogelijkheden en tegemoetkomingen vanwege de overheid. De SAR (met de werkgroep ‘wonen’) organiseerde hierover een infonamiddag.

Volgende thema’s kwamen aan bod. **Zorgwonen**: een gedeelte binnen een bestaande woning wordt ingericht voor de huisvesting van een of twee zorgbehoevenden. Dat moet zelfs niet een familielid zijn. Voor een zorgwoning is er steeds een meldingsplicht. Een bouwdoossier is niet nodig, tenzij de woning uitgebreid wordt. Dan moet er een vergunning aangevraagd worden. De voordelen wat pensioen, uitkering en zo meer

betreft blijven behouden, want de zorgbehoevende woont afzonderlijk. Verdere info: Ruimtelijke Ordening, Berdine Billen, Schureveld 9

Om de **woning aan te passen** aan de behoeften van de senior zijn er premies voorzien. Er is de Vlaamse renovatiepremie voor een lijst van werkzaamheden (ook isolatie), en de Vlaamse Aanpassingspremie (voor 65+). Daarnaast zijn er energieprijzen van Infrac. Verdere info: Mieke Maes, Woonloket, Schureveld 9, elke maandag van 16 tot 18 uur.

Er zijn ook zuiver **financiële tegemoetkomingen** voor behoeftige

senioren: Inkomensgarantie voor ouderen (IGO), Inkomensvervangende tegemoetkomingen (IVT), Integratietegemoetkoming (IT), Vlaamse Zorgverzekering (VZ), Zorgbudget voor ouderen met zorgnoed, Vlaams agentschap voor personen met een handicap.

Wat gebeurt er met het pensioen bij feitelijke scheiding (bv. één partner in een woonzorgcentrum)? Voor info over deze tegemoetkomingen: Marleen Simons, Sociaal Huis, Hospitaalstraat 15.

In een laatste thema op deze infonamiddag lichtte Inge Vanbrabant van ‘Houtvast vzw’ toe hoe een **sociaal verhuurkantoor (SVK)** functioneert. Het kantoor huurt een woning op de privémarkt om het verder te verhuren aan personen die het moeilijk hebben. De huurprijs is steeds lager, er is woonzekerheid. Het SVK staat, als een tussenschakel, in voor de lasten. Er zijn natuurlijk voorwaarden en er is een wachtlijst. Voor meer informatie: Inge Vanbrabant, SVK, Brugstraat 26.



4 vlnr.: Mieke Maes, Marleen Simons, Inge Vanbrabant, Berdine Billen

# Zorgverzekering wordt zorgbudget

Sinds 2001 kennen we de Vlaamse zorgverzekering. Die komt bovenop de ziekteverzekering met het accent op 'zorg'. Je weet wel: die 'verzekering' voor niet-medische tegemoetkoming, waarvoor we verplicht 50 en vandaag 51 euro betalen (26 euro voor lagere inkomens). Wel, die 'zorgverzekering' heet nu 'zorgbudget'.

## Wat is dat ook alweer?

Wie ziek is, kan rekenen op de sociale zekerheid voor dokterskosten, medicatie- en andere ziektekosten. Voor ziekteverzekering vinden we al vele decennia de weg naar onze mutualiteiten. Vermits we steeds ouder worden, ontstonden zachtjesaan nieuwe kosten naast ziektekosten: woonzorgcentrum, rolstoel, thuiszorg, extra vervoerskosten, extra kosten voor hulpmiddelen, dieetvoeding, extra kinesitherapie, pedicure... Voor een tegemoetkoming voor deze zorgen bedacht 'men' de afzonderlijk tegemoetkoming: de zorgverzekering. Met 'men' verwijzen we graag naar de auteur, zijnde de schepen voor senioren van onze stad, Guy Swennen, al 30 jaar politicus en al langer jurist.

"4,5 miljoen personen – van alle leeftijden – betalen vandaag die zorgpremie waarmee 300 000 zorgbehoevenden maandelijks worden bijgestaan. Deze Vlaamse sociale bescherming wordt beheerd door de zorgkas. En ja, het concept werd bedacht aan onze Bilzense keukentafel." Met deze comfortformule werden we koploper inzake aandacht voor zorg in heel Europa.

## Zorg op maat vraagt complexe stuur- en controlemechanismen, maar ...

... die behandelen we liever niet in alle details in dit kort artikel. Concreet en praktisch feit is dat we, wanneer iemand in onze familiekring zorgnood krijgt,

begeleiding kunnen krijgen via onze mutualiteiten of het Sociaal Huis om na te gaan of die persoon recht heeft op een of meerdere aanvullende financiële extra's om de levenskwaliteit te verbeteren.

Gezien de vergrijzing evolueert het 'zorgsysteem' mee naar voorzieningen zoals gezinszorg, palliatieve equipen, geestelijke gezondheidszorg en zoveel meer. Eens de nood van een persoon gekend is en een budget toegezegd is, beslist die autonoom hoe het budget te besteden.

We onderscheiden drie criteria. Ze worden afgetoetst aan de situatie van de aanvrager:

- zwaar zorgbehoevenden, thuis of buitenshuis wonend;
- ouderen met een zorgnood (vroeger 'tegemoetkoming voor hulp aan bejaarden') voor 65-plussers volgens een schaal van zelfredzaamheid;
- mensen met een erkende handicap met een tegemoetkoming in de vorm van een basisondersteuningsbudget.

Soms zijn meerdere criteria van toepassing voor één persoon.

Resultaat kan zijn dat de tegemoetkoming het mogelijk maakt om zich voorzieningen 'toch' te kunnen permitteren niettegenstaande beperkte financiële slagkracht. En dat is goed nieuws voor vele senioren.

**Conclusie:** het loont de moeite om zich goed te informeren via zijn mutualiteit als aangewezen raadgever. Ook de medewerkers van ons Sociaal Huis kunnen helpen.

En... het loont zeker de moeite om die bijdrage van 51 euro per jaar te betalen. Ze is goed besteed. Domweg niet betalen levert je overigens een nutteloze boete op!



# De senior geniet weer op de fiets

De lentekriebels slaan weer toe, tijd om de fiets van stal te halen, te bewegen en te genieten.

Omdat we het veilig willen houden, hadden wij een gesprek met politie-inspecteur en verkeersdeskundige Johnny Greyn (foto).



Bij ongeveer alle verzekeringsmaatschappijen en pechverhelpers is het mogelijk om een **fietsverzekering** af te sluiten. De fietsverzekering dekt geen schade aan anderen. Daarvoor kan je een beroep doen op je Burgerlijke Aansprakelijkheid (BA)

‘familiale’ indien het gaat om een gewone fiets (zoals een stadsfiets, een citybike, een elektrische fiets...).

Als je eigenaar bent van een snelle elektrische fiets (pedelec of speed), dan ben je verplicht om een BA-motorrijtuigen af te sluiten. Bij schade aan anderen kan je dan een beroep doen op deze verzekering.

Als fietser is **je plaats steeds op het fietspad**, rechts van de rijrichting; is er geen fietspad dan rij je rechts in de rijrichting.

In de bebouwde kom mag je met twee naast elkaar (blijven) rijden, buiten de bebouwde kom moet je het achteropkomend verkeer voorrang verlenen en dan achter elkaar rijden.

Een fietssuggestiestrook, soms in een andere kleur, is géén fietspad en heeft dus geen enkele waarde. Op een rondpunt zonder fietspad fiets je veiliger als je niet uiterst rechts houdt. Let er wel op dat je tijdig

aangeeft wanneer je wil afslaan en dat je **voorrang** moet geven aan de weggebruikers op de rotonde bij het oprijden ervan.

Als je een zebrapad overfietst heb je, ondanks dat je een zwakke weggebruiker bent, géén voorrang. Steek je het zebrapad over met de fiets aan de hand, dan heb je wel voorrang. Als fietser ben je ook een bestuurder. Dat wil dus zeggen dat alle verkeersregels van toepassing zijn, ook de voorrang van rechts.

Je wordt niet als groep beschouwd wanneer je in groep fietst met minder dan 15 personen. Jullie worden beschouwd als individuele fietsers, die op het fietspad moeten fietsen.

Wees assertief. Hou het veilig en rijd niet te rechts, let op geparkeerde auto's en openslaande portieren. Wees zichtbaar en draag lichtgevende kledij of nog beter een reflecterend hesje. Geniet van je fietstocht.

## Fietsnieuwtjes

- Toerisme Limburg heeft het fietsparadijs nog wat verbeterd. Alle vernieuwingen werden samengebracht op een spiksplinternieuwe fietskaart 2018.
- In Bilzen is er één grote wijziging: tussen knooppunten 85 (Bilzen station/De Kimpel) en 84 (Eikerveldweg/Heesveld) is er een knoop bijgekomen: knooppunt 200 aan het kruispunt Broekem/Dell. Van hier uit heb je een verbinding via Munsterbilzen naar knoop 504. Dit is het gevolg van het streven naar het wegwerken van de oranje verbindingroutes.
- Ook over de provinciegrenzen heen (met name in de richting van het netwerk in de provincie Luik) zijn er extra aansluitingen gekomen.
- Het fietsinfoboekje dat bij de nieuwe kaart hoort, biedt tien toplussen, dé beste manier om een bepaalde regio te verkennen.
- Merk je tijdens het fietsen op het fietsroutenetwerk iets op dat niet in orde is (een bordje verdwenen of stuk, een put(je) in de weg of overhangende takken), dan kan je dat melden aan Toerisme Limburg. Ofwel gebruik je het gratis nummer 088 96 96 7, ofwel surf je naar [toerismelimburg.be/meldpunt](http://toerismelimburg.be/meldpunt), ofwel mail je gewoon naar [info@toerismelimburg.be](mailto:info@toerismelimburg.be).
- In 2017 kwamen 1204 meldingen binnen, waarvan meer dan de helft van fietspeters en -meters, en zo'n 30 % van toeristen. Als iedereen zijn steentje bijdraagt, blijft de kwaliteit van het fietsroutenetwerk gegarandeerd!



# Lin in 't groen

Wie Katrien Bruggeman nog niet ontmoette, heeft op een andere planeet geleefd! Deze professor-emeritus Medische Microbiologie uit Brugge woont met Wouter ten huize 'bij de Köster' in Martenslinde. Na haar actieve loopbaan als prof in Maastricht stichtte ze 'Lin in 't groen', leidt ze de Bilzerse milieuraad Alebi, is ze voorzitter van het Davidsfonds en van De Parenteel, lid van o.a. de heemkundekring Bilisium, van de Bomenwerkgroep van LIKONA en van de werkgroep medische geschiedenis van de universiteit van Maastricht.

In haar gedrevenheid om in haar dorp de natuurlijke leefomgeving aangenamer te maken heeft ze, samen met een team van jeugdige groene Linnenaren, zowel bij de schooljeugd als bij de dorpelingen, de aandacht gevestigd op de ecologische waarde van een beekvallei, een talud of stoep en niet in het minst van de centraal gelegen begraafplaats rond de kerk. De toevallige bezoekers kijken verwonderd op als Katrien met haar groep maandelijks afspreekt om rond de grafzerken de rust te creëren van een bloemrijk parklandschap; weg rode en grijze kiezelstjes tussen de graven. In de gewijde grond rusten is een normaal menselijk, biologisch proces. De bezoeker kan in die omgeving, als op een *Friedhof*, verwijlen bij de aflijvige aanwezigheid van het overleden familielid. Voor de vrijwilligers, waarbij zich geleidelijk ook familieleden aansluiten, is kruien op het kerkhof stimulerend en dat wordt naar waarde geschat door de overheid. Schepen en burgemeester moedigen aan, de dienst Begraafplaatsen trakteert met taart en koffie bij elke opknapbeurt.

En al stijgt, met de crematies, het aantal urnen en het gebruik van de strooiweide, Katrien gunt alle zerken een eeuwige grafduur. Ze hoopt erop dat de kerkhofganger op de godsakker in *Lin* ooit zal kunnen zitten mijmeren in de schaduw van een treurberk of -beuk bij de overleden familie.



# Luchtkwaliteit in de stad



Puffen in de zomer, met de paraplu op wandel in de herfst en winter! “De seizoenen zijn opgeschoven!” Niemand die nog kan ontkennen dat het met ons klimaat de bedenkelijke kant opgaat. Limburg probeert de hakken in de grond te zetten en die evolutie te beïnvloeden. Een recente maatregel is het planten van klimaatbomen. Laanbomen zijn esthetisch waardevol, verhogen de leefkwaliteit in de straat en de financiële waarde van je huis. Klimaatbomen zijn echter meer.

Een inheemse klimaatboom plant men op een open plek waar hij gedurende jaren duurzaam kan uitgroeien met een ruime kruin.

Een ruime kruin, want die moet de luchtkwaliteit in de stedelijke omgeving verbeteren, koolstofdioxide omzetten naar zuurstof, de zonnestralen reflecteren en schaduw creëren, de zomerse temperaturen verlagen, overmatige verdamping voorkomen, zorgen voor minder verdroging, kortom, de biodiversiteit in verstedelijkte omgevingen verhogen.

Van de 40 bomen voor Bilzen, is de eerste – een haagbeuk - geplant op de hoek van de Wijngaard- en de St.-Landradastraat in Munsterbilzen. In de herfst volgen er nog.

# LANCERING DOE-GIDS



woensdag  
4 juli 2018  
markt Bilzen

## De redactieraad

Verantwoordelijke uitgever: schepen van Senioren Guy Swennen  
Redacteurs en fotografen: André Janssen, Els De Munck, Emile Daniëls, Freddy Van Looy, Geert Koninckx, Josine Slechten, René Daerden, Ronny Sonck  
Contact: seniorennieuwsbrief@bilzen.be - 089 39 96 20