

# SENIOREN krantje

VIERMAANDELIJKS TIJDSCHRIFT  
VAN DE SENIORENADVIESRAAD BREE  
OKTOBER 2021

Verantwoordelijke uitgever: Ann Sijbers, p/a Peerderbaan 37 - 3960 Bree



# Voorwoord

Beste Senioren,

We zitten volop in de herfst en de programma's van de seniorenverenigingen zijn ondertussen in volle werking.

We hopen dat ieder zijn of haar keuze kan maken in het ruime aanbod.

Dit najaar is er hopelijk een normalere werking mogelijk. De meeste senioren zijn gevaccineerd en houden nog rekening met de aanbevelingen. We kunnen elkaar weer ontmoeten en fijne momenten samen beleven.

De seniorenraad heeft zijn fysieke vergaderingen gestart en we staan klaar voor u.

Een adviesraad heeft volgende opdrachten:

- het formuleren van adviezen en/ of voorstellen, zowel

op eigen initiatief als op verzoek van het gemeentebestuur;

- het behandelen en behartigen van alle kwesties op gemeentelijk vlak die rechtstreeks of onrechtstreeks te maken hebben met de doelgroep en/of het beleidsdomein van de raad;

- het bevorderen van overleg, samenwerking en coördinatie tussen verenigingen, instellingen en individuele bewoners behorende tot de doelgroep en/of het beleidsdomein;

- het bevorderen van informatie en vorming ten behoeve van de doelgroep en/of het beleidsdomein en indien nodig door zelf de nodige initiatieven te organiseren;

- het uitwisselen van informatie en/of het organiseren van gezamenlijke initiatieven met andere adviesraden

en andere verenigingen en instellingen.

Beste lezer, je kan ons helpen onze opdracht goed uit te voeren door je voorstellen tijdig door te geven aan de bestuursleden van OKRA, NEOS of rechtstreeks aan de leden van de Seniorenadviesraad. Je aanbevelingen of bedenkingen zijn steeds welkom op seniorenadviesraad@bree.be of op het mail adres van Roger Meekers, als voorzitter van de seniorenraad rogermeekers@gmail.com.

Ik dank alle medewerkers voor hun inzet en bijdrage en wens u als lezer een kleurrijke herfst toe. Geniet van wat er kan, en misschien tot ergens onderweg.

Voorzitter  
Roger Meekers

# Woordje van de schepen



## De draad weer oppakken

Een handdruk van onze vrienden, een knuffel of een kus van onze (klein) kinderen, ... wat hebben we het toch allemaal moeten missen. Het was nu éénmaal geen gemakkelijke periode. De gezondheids crisis heeft naast heel wat menselijk leed ook praktisch en bestuurlijk voor heel wat uitdagingen gezorgd. Maar het ergste coronaleed lijkt geleden en er is weer licht aan het einde van de tunnel.

Onder meer door jullie inspanning om jullie massaal te laten

vaccineren en jullie onderlinge solidariteit kunnen we weer wat meer van onze herwonnen vrijheid genieten. Ook mede door jullie kunnen we vandaag ons maatschappelijk belangrijk werk verder zetten waar we in maart 2020 keihard tot een halt toe werden gedwongen. En dat maakt mij als schepen van Welzijn toch wel wat fier.

We kunnen terug doen wat we graag en goed doen: boeiende en leerrijke activiteiten organiseren,

samenkomen, onze huidhonger stillen, elkaar uit de eenzaamheid halen, ... Het stemt mij dan ook gelukkig dat ik zie dat seniorenverenigingen die draad zelf al terug hebben opgepakt. Want weet dat wij beseffen dat jullie een belangrijke rol vervullen. Niet in het minst in jullie rol als aanspreekpunt voor kwetsbare leeftijdsgenoten.

We zien – en dat is zeer goed – dat heel wat mensen de weg naar het Seniorenloket vinden. Al

leeft het gevoel bij ons dat we één of andere groep toch nog steeds missen. Laat ons samen die groep beter bereiken, laat ons samen de drempel verlagen.

Maar we moeten ook inzetten op digitalisering, want als we één ding geleerd hebben is dat iedereen mee moet en we de digitalisering niet kunnen tegenhouden. Daarom plannen we op korte termijn digitale vormen in Bree. Mag ik ook daar op jullie steun rekenen om hier zoveel mogelijk reclame voor te maken? Hou zeker de 'Klets' en onze sociale media in de gaten!

Naast heel wat toekomstige projecten, starten we ook de denkoefening op over hoe we onze senioren- en andere lokale sociale verenigingen beter kunnen verankeren. We onderzoeken de haalbaarheid van een volwaardig Brees dienstencentrum, een

Huis van de Breeënaar als het ware. In tussentijd voorzien we een meer kleinschalige ontmoetingsplek voor activiteiten van onze seniorenraad en seniorenverenigingen.

We hebben hoe dan ook nog veel werk voor de boeg! Maar ik ben superblij dat ik daarvoor op jullie kan rekenen.

Tot snel en alle goeds,  
Katja Verheyen



# UITNODIGING Praatcafé

## Dementie

**“Dementie, wat is het?**

**En welke impact had/heeft corona?”**

Gebracht door mevr. Lies Swerts van de Christelijke mutualiteit

**Wanneer?** Dinsdag 30 november 2021 om 19.30 uur

**Waar?** Woonzorgcentrum De Gerkenberg, Meeuwerkiezel 91A te Bree

Na de voorbije moeilijke periode omwille van corona staan we te popelen om jullie, mantelzorgers van een persoon met dementie, terug te zien! Want nu de strenge lockdown achter ons ligt, hernemen we met z'n allen het leven van vroeger. Maar is terugkeren naar 'het oude normaal' wel zo simpel? Welk psychologisch effect heeft corona op ons? Om hierrond in gesprek te kunnen gaan is het onderwerp van het volgend praatcafé dementie: “Wat is dementie? Welke impact had/heeft corona?”

*Als je zorgt voor een persoon met dementie is het goed dat je hierover kan praten met anderen. Maar om erover te praten heb je 'taal' nodig. In het eerste deel neem ik je graag mee in het verhaal van 'wat is dementie'. In het tweede deel, wanneer we dezelfde taal spreken, kunnen we dan uitwisselen met andere mantelzorgers wat dementie voor jou betekent en welke impact corona op jullie in de zorg voor je naaste met dementie heeft gehad.*

*Lies Swerts*

**Gelieve uw inschrijving via mail of telefonisch te bevestigen voor 27 november.**

Info: Ann Sijbers  
Ann.sijbers@bree.be  
0491/62.24.44

# Seniorenverenigingen in coronatijd

De ouderverenigingen ondervonden heel wat hinder van de coronacrisis. Op de eerste bijeenkomst van de seniorenraad van 3 september is het dan ook aangewezen om even terug te blikken.

Het is de eerste keer sinds lange tijd dat er een fysieke bijeenkomst is van de seniorenraad. Vanuit OKRA provinciaal werden de richtlijnen steeds doorgegeven aan de bestuursleden van de verschillende verenigingen.

OKRA Tongerlo had alle activiteiten stopgezet. Bij de versoepelingen hebben de bestuursleden wel bezoekjes met een attentie rond gebracht. Vanaf september is het kaarten terug van start gegaan.

Vanuit OKRA Beek werd er telefonisch contact onderhouden met de leden. Later zijn de bestuursleden het boekje van OKRA persoonlijk gaan afgeven. Enkele keren werd er een attentie rond gebracht. Ondertussen is het fietsen, turnen, kaarten en rummicub spelen opnieuw opgestart. 33 leden doen mee aan de actie 'iedereen kampioen' waarbij er 290 kilometer moet worden afgelegd.

Ook voor OKRA Bree is het in begin erg moeilijk geweest. Ondertussen is de gewone werking weer opgestart. Leden hebben ook andere gewoontes gekregen zo zijn er veel fietsers bijgekomen en andere activiteiten kregen minder aantrek. Maar de leden kunnen nu weer fietsen, turnen,

wandelen, kaarten,... De bestuursleden hebben ook een bloemetje gebracht bij de leden.

In Opitter zijn meerdere leden overleden. Ook hebben sommige leden afgehaakt omdat er geen activiteiten waren. Wel hebben de bestuursleden hun leden persoonlijk bezocht en het OKRA boekje overhandigd. Binnenkort is er een eerste feestje in 't Sjasse te Tongerlo. Er wordt naar uitgekeken na die lange periode!

Vanuit NEOS is er steeds een digitale verbinding in stand gehouden. Dankzij de secretaris werden de leden digitaal geïnformeerd met nieuwsbrieven en geëntertand. Uitnodigingen voor activiteiten werden rondgebracht aan

leden die digitaal niet bereikbaar waren. Zodra er versoepelingen waren werden de activiteiten aangepast aan de richtlijnen. Zo was er een periode dat er meerdere fiets- en wandelzoektochten georganiseerd werden die individueel of in kleine groepjes gedaan werden. De wegkapiteins waren in april bereid om kleine groepen van 4 en later 10 leden te begeleiden tijdens het fietsen.

Voor de eerste periode was heftig voor de bewoners van de serviceflats van woon- en zorgcentrum De Gerkenberg. Twee vaste personen brachten het eten, verder was er geen contact met de buitenwereld. Het was een eenzame periode. De bewoners mochten zelf wel naar buiten gaan. Bij de serviceflats waren er geen overlijdens, enkel twee besmettingen. Maar in het rusthuis zijn tijdens de eerste

periode wel 25 personen overleden. Ondertussen is iedereen gevaccineerd en nu is het ongeveer zoals vroeger.

### Algemene tendenzen:

Het persoonlijk contact blijkt erg belangrijk. Daarom werden de ledenboekjes persoonlijk afgegeven.

Verschillende leden hebben afgehaakt. Er zijn geen jonge leden bijgekomen. Er zijn ook meer overlijdens te betreuren.

De crisis heeft mensen doen inzien dat de verbindende kracht van activiteiten onmisbaar is.

Het is voor de bestuursleden een intensieve periode met veel werk geweest! In Bree waren er geen toiletten voorzien in de periode dat de horeca gesloten was. Dat was echter wel in Kinrooi en Bocholt. Dat was vervelend voor de vrouwelijke leden van de seniorenverenigingen die

mee gingen wandelen en fietsen.

Niet alle ouderen hebben de middelen of mogelijkheden om online actief te zijn.

In de media was er veel aandacht voor zorgbehoevenden in de rusthuizen en zorg in het algemeen. Weinig aandacht was er voor de actieve ouderen en het verenigingsleven.

Een aangename verrassing is dat de vrijwilligers van de Breese seniorenverenigingen enorm creatief te werk zijn gegaan tijdens de pandemie!

Ann Sijbers

# Lotgenotengroepen 2021-2022

*'Er zijn. Met en voor elkaar.' Dat is de eenvoudige, maar tegelijkertijd ook grote kracht van een lotgenotengroep.*

Afscheid nemen van een dierbare doet pijn en verdriet. Dat **verdriet delen** kan bevrijdend zijn. Ook in het werkjaar 2021-2022 organiseert CCV Hasselt verschillende lotgenotengroepen voor mensen in rouw. De lotgenotengroep wil een **luisterend oor** en **ondersteuning** bieden na het verlies van een partner, familielid, vriend(in), collega of kennis. Speciale aandacht gaat uit naar wie onder moeilijke omstandigheden tijdens de coronacrisis afscheid heeft moeten nemen van een dierbare. De samenkomsten betekenen een veilige

omgeving waarin eenieder gevoelens en gedachten kan delen. Tegelijk bieden de begeleiders ook de nodige inzichten over wat rouwen in zijn verscheidenheid kan inhouden.

Wat mag je **verwachten** in een lotgenotengroep?

## 1. Herkenning en erkenning

Wanneer mensen getroffen worden door verlies, vinden ze in hun omgeving niet altijd erkenning voor hun pijn en verdriet. Hoewel de meeste mensen het goed bedoelen, voelen rouwenden zich vaak onbegrepen. Tijd heelt ook lang niet alle wonden. Het verdriet blijft dikwijls langer hangen dan 'men' maatschappelijk aanvaardt. Al te vlug

wordt verwacht dat je weer meedraait in het gewone leven.

In lotgenotengroepen ontdekken mensen dat ze er niet alleen voor staan. Ze vinden herkenning in kwetsbare medemensen. Maskers mogen afvallen. En daardoor ervaren ze ook erkenning voor de pijn die ze voelen en de warboel aan emoties die zich innerlijk afspeelt.

*Ik zocht troost bij vrienden, maar zij wisten niet altijd hoe ze met mijn verhalen moesten omgaan. Lotgenoten weten dat wel.*

## 2. Met mensen op weg

Rouwende mensen komen vaak terecht in een vertraagde tijd waarin alles onwezenlijk lijkt. En toch moet je



verder. Iedereen rouwt op zijn/haar eigen manier en tempo. Ervaren dat dit normaal is, is vaak een grote stap in de goede richting.

*Mogen zijn wie je op dat moment ook slechts kan zijn, dat gaf me iedere keer weer dat broodnodige schouderklopje.*

Voor begeleiders is het dan ook belangrijk om mensen te ondersteunen op de plek waar ze op dat moment staan. Rouwbegeleiders zijn tochtgenoten: ze geven geen onnodige duwtjes in de rug, kijken niet te vlug vooruit en deinzen er ook niet voor terug om even stil te blijven staan.

Met mensen mee op weg gaan, betekent ook dat er respect is voor ieders geloofsbeleving en levensopvatting. Elke ontmoeting is een verrijking. Hoewel CCV een christelijk geïnspireerde organisatie is, staat ons aanbod open voor

iedereen. Een andere levensbeschouwing hoeft zeker geen hindernis te zijn om de stap naar een lotgenotengroep te wagen.

### 3. Kwetsbare hoop

Alleen al het delen van je verhaal met mensen die gelijkaardige gevoelens doormaken, kan voor een groot stuk bevrijdend zijn. Een veilige ruimte waarin je alles kan en mag ter sprake brengen, verlost mensen van het gevoel abnormaal te zijn. Bovendien ervaren veel rouwenden een barrière tussen henzelf en hun omgeving waardoor contact vaak moeilijk blijkt. Mensen ontmoeten waarbij die afstand verkleint, is op dergelijke momenten heel betekenisvol.

*Je kind verliezen doet je wereld instorten. Dagelijks heeft dit invloed op je doen en laten. De afwezige is het meest aanwezig. Daarover praten met*

*lotgenoten kan heel erg bevrijdend zijn.*

Vele mensen vinden hernieuwde levenskracht in contact met lotgenoten. Het leven wordt weer wat draaglijker omdat tochtgenoten de last helpen dragen en verdragen. Rouwenden ontdekken hier ook dat ze iets kunnen betekenen voor lotgenoten. Niet langer degene zijn waarvoor gezorgd moet worden, maar zelf mogen zorgen voor anderen is een vaak ondergewaardeerde bron van zingeving.

De samenkomsten bestaan telkens uit een reeks van **6 sessies** en worden begeleid door **ervaren rouwbegeleiders**.

### Bree

In Bree start een lotgenotengroep voor **iedereen** die iemand verloren heeft en in rouw is.

De begeleiders zijn Mariette Gerits en parochieassistente Liliane Peeters.

Contactgegevens Liliane:  
Tel.: 089/47.22.66, gsm:  
0494/594480 of  
via mail:  
peeters\_l@msn.com

### Hasselt

In Hasselt start in het voorjaar van 2022 een lotgenotengroep voor

mensen die hun partner verloren hebben.

- **vrijdag 11/2, 25/2, 11/3, 25/3, 22/4, 6/5 telkens van 14.00 uur tot 17.00 uur.**

De begeleiders zijn Walter Timmermans en Liesbeth Corvers.

Inschrijven voor deze lotgenotengroepen is vereist en deelname

kost 60 euro. Als het inschrijvingsbedrag een hinderpaal vormt voor deelname, aarzel niet om dit aan te geven en we zoeken discreet naar een oplossing.

Meer informatie kan u verkrijgen via [liesbeth.corvers@ccv.be](mailto:liesbeth.corvers@ccv.be) of 011 24 90 73.

---

## Ken jij je wijkagent?

De wijkinspecteur is de politieman of –vrouw die je regelmatig in je buurt ziet. Soms met een dienstwagen, maar vaak ook te voet of met de fiets. Ze staan steeds ten dienste van de wijkbewoners. Spreek hen gerust aan, want ze maken graag tijd voor jou.

In Bree zijn vier wijkagenten actief: **inspecteurs Ronny**

**Caelen, Kristof Croonen, Pascale Gabriels en Ellen Sontrop.** Zij worden bijgestaan door hun diensthoofd hoofdingspecteur Wim Verheyen. De wijkagenten werken vanuit het politiecommissariaat gelegen op de Rode Kruislaan in Bree. Op de website van de Politiezone CARMA kan je aan de hand van je straatnaam en

huisnummer opzoeken wie jouw wijkagent is. Zo kan je bij contactname met de wijkdienst Bree rechtstreeks naar je wijkagent vragen of bij het versturen van een e-mail deze aan hem/haar richten.

### Met welke vragen of opmerkingen kan je bij hen terecht?

- klachten en aangiftes
- opmerkingen inzake overlast in de wijk

- zoals rondhangende personen, geluidsoverlast, zwerfvuil en andere ongemakken;
- burengeschillen en andere conflicten;
  - onveilige verkeerssituaties, onaangepast rijgedrag, onveilig of fout parkeergedrag,€;
  - schade aan het wegdek, straatmeubilair,€
  - indien je iets ongewoon of verdacht opmerkt, bijvoorbeeld reeds enige tijd opvallend veel passage van voertuigen of de aanwezigheid van personen die vreemd zijn aan de wijk, verdachte gedragingen van personen;
  - andere vragen.

De wijkagent probeert je zo breed mogelijk te informeren, te bemiddelen of verwijst je, indien nodig, door naar een andere dienst die beter geplaatst is om je verder te helpen.

## Adres- en contactgegevens wijkdienst

- 3960 Bree, Rode Kruislaan 34
- TEL: 089 48 06 30
- E-mail: pz.carma.wijk.bree@police.belgium.eu

Voor aangiftes kan je terecht in de commissariaten in Bree, Genk of Houthalen-Helchteren. Voor afspraken in het commissariaat in Genk

maak je best online een afspraak.

De openingsuren vind je terug op [www.politecarma.be](http://www.politecarma.be). Het hoofdcommissariaat is 24/7 open. Voor niet-dringende oproepen bereikbaar op het nummer 089 39 14 10.

**Voor dringende politiehulp of vaststellingen ter plaatse bel je 101.**



Foto: van links naar rechts: Wim Verheyen, Kristof Croonen, Ellen Sontrop, Pascale Gabriels, Ronny Caelen

# Info bib



De bib organiseert digitale workshops en lezingen voor jong en oud, beginners en gevorderden.

Met MakerBib ontdek je de mogelijkheden van de huidige technologieën en digitale evoluties. Je ervaart hoe deze je vooruit helpen in het dagelijkse leven.

Samen ga je op ontdekkingsstocht en leer je heel wat bij door te experimenteren en zelf dingen uit te proberen.

---

## Veilig online kopen en verkopen

woensdag 3 november

19.30 u – 21.30 u

€ 5

Of je nu online schoenen koopt of een tweedehands fiets op Marktplaats verkoopt, online winkelen is van deze tijd. In deze cursus leer je waar je op moet letten om veilig online te kunnen kopen, zodat je met een gerust hart iets bestelt. En je leert hoe je zelf slimmer en veiliger kunt verkopen.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone, tablet of laptop werken.

**Meebrengen:** je smartphone, tablet of laptop en oplaadkabel.

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

## Succesvol zoeken op internet

woensdag 10 november

19.30 u – 21.30 u

€ 5

Hoe dikwijls hoor je niet "Google het maar even". Online informatie zoeken wordt steeds belangrijker. Maar hoe vind je het best informatie op internet zonder te verdwalen? Efficiënt maar eenvoudig zoeken komt in deze cursus aan bod. Je krijgt een antwoord op wat je nu allemaal op internet kan zoeken. Aan de hand van praktische voorbeelden krijg je tips om vlot te zoeken via Google. Dit is een workshop voor beginners, er is geen voorkennis vereist.

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

## Leren werken met je Android toestel

vrijdag 12, 19, 26 november en 3 december

9.00 u – 12.00 u

€ 20 (4 lesmomenten)

Als je tegenwoordig wil mee zijn, moet je een smartphone of tablet hebben. Je krijgt er misschien eentje cadeau. Maar werk je er nu mee? Als je thuis WiFi hebt kan je meteen beginnen met Internet: de krant lezen, de weersvoorspelling, leuke plekjes zoeken voor een weekendtrip of om op vakantie te gaan, de mogelijkheden zijn onbeperkt.

Maar je kan ook mailen met de kinderen en kleinkinderen, whatsappen, een facebook opzetten, zelfs je agenda heeft er zijn plaatsje. Veel functies staan standaard op je toestel, maar voor andere moet je eerst een App downloaden en installeren. Veel Apps zijn gratis, maar soms moet je ervoor betalen.

In deze cursus worden de meest courante handelingen uitgelegd en geoefend. Er is **geen voorkennis** vereist. Je brengt je Android smartphone of tablet en laadkabel mee.

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

## Leren werken met je iPhone of iPad

vrijdag 12, 19, 26 november en 3 december

13.00 u – 16.00 u

€ 20 (4 lesmomenten)

Misschien heb je een iPhone of iPad of kreeg je er eentje cadeau. Maar hoe werk je er nu mee?

Als je thuis WiFi hebt kan je meteen beginnen met Internet: de krant lezen, de weersvoorspelling, leuke plekjes zoeken voor een weekendtrip of om op vakantie te gaan, de mogelijkheden zijn onbeperkt. Maar je kan ook mailen met de kinderen en kleinkinderen, whatsappen, een facebook opzetten, zelfs je agenda heeft er zijn plaatsje.

Veel functies staan standaard op je toestel, maar voor andere moet je eerst een App downloaden en installeren. Veel Apps zijn gratis, maar soms moet je ervoor betalen.

In deze cursus worden de meest courante handelingen uitgelegd en geoefend. Er is **geen voorkennis** vereist. Je brengt je iPhone of iPad en laadkabel mee.

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

---

## **Snapseed**

**woensdag 24 november**

**19.30 u – 21.30 u**

**€ 5**

Je leert fotoshoppen met je smartphone en tablet. Snapseed heeft diverse fotobewerkingsmogelijkheden en verfraait de aanwezige foto's op de smartphone of tablet.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone of tablet werken

**Meebrengen:** je smartphone of tablet en oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

## **Aan de slag met Google Foto's**

**woensdag 1 en 8 december**

**19.30 u – 21.30 u**

**€ 10 (2 lesmomenten)**

Met Google Fotos maak je een automatische back-up in de Cloud van alle foto's op je smartphone, tablet en computer. Je stelt de app één keer in op elk toestel en de rest gaat vanzelf.

Je kan met deze app ook ruimte vrijmaken op je toestel door alle foto's die veilig in de Cloud zitten, te verwijderen uit het geheugen van je toestel. Bovendien heeft Google Foto's een zeer krachtige zoekfunctie waardoor je makkelijk foto's kunt terugvinden. In deze workshop ga je aan de slag met Google Foto's en leer je de kneepjes van deze handige clouddienst. Vergeet niet je eigen smartphone of tablet mee te brengen.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone, tablet en laptop werken

**Meebrengen:** je smartphone of tablet, laptop en oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

## **Bellen en berichten met WhatsApp**

**vrijdag 10 december**

**9.00 u – 12.00 u**

**€ 5**

WhatsApp is een zeer populaire smartphone app waarmee je gratis berichten, afbeeldingen en video's kunt uitwisselen via internet. Maar ook gratis telefoneren.

Wereldwijd zijn er meer dan één miljard gebruikers. In België wordt het aantal gebruikers (vooral jongeren en jongvolwassenen) geschat op 2,1 miljoen.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone werken

**Meebrengen:** je smartphone en oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

## Gebruik van itsme

vrijdag 10 december

13.00 u – 16.00 u

€ 5

De overheid en de banken hebben een hele boel informatie die van jou persoonlijk is. Wil je die bekijken of updaten, dan moeten ze zeker zijn dat ze met de juiste persoon te maken hebben. Er is nood aan authenticatie. Daartoe is een App voor de smartphone ontwikkeld: itsme.

Na installatie van deze app moet je je gsmnummer koppelen aan je identiteit, met kaartlezer en je identiteitskaart. Daarna kan je op de websites die de informatie beheren, inloggen via itsme: je App krijgt de vraag en je bevestigt met je pincode, zonder kaartlezer dus...

**Voorkennis:** je kan met een smartphone werken

**Meebrengen:** je smartphone en oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

## Werken in de Cloud

vrijdag 17 december

13.00 u – 16.00 u

€ 5

Bij normaal computergebruik bewaren wij alle data op de harde schijf van onze pc of laptop en net deze harde schijf is de achilleshiel van ons systeem: na een crash, virus of foute update zijn onze bestanden vaak definitief verloren: ledenadministratie, stamboomgegevens, muziekbibliotheek, lessen, presentaties en foto's... Voor deze belangrijke bestanden moeten we op de een of andere manier extra veel zorg dragen. Een kopie of een back-up is dus geen overbodige luxe. De 'Cloud' geeft de mogelijkheid om bestanden en data online op te slaan op een andere plek dan de eigen harde schijf. Dit kan de OneDrive, gDrive of iDrive zijn. We kunnen ook grote bestanden doorsturen via WeTransfer... Je maakt kennis met de tsunami aan nieuwe dingen op het internet en hoe die ons leven veranderen.

**Voorkennis:** je kan met een laptop werken

**Meebrengen:** je laptop en oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

### **Bekijk je omgeving door de bril van Google**

**vrijdag 17 december**

**13.00 u – 16.00 u**

€ 5

Het internet biedt interessante mogelijkheden. Drie ervan worden gratis aangeboden door Google. Zo maak je in deze les kennis met Google Earth, Maps en Streetview. Met Google Earth kan je inzoomen op (bijna) elke plek van de wereld. Zo kan je bijvoorbeeld de ligging van je vakantiehôtel vooraf bekijken.

Met Google Maps kan je een reisweg uitstippelen van A naar B. Je krijgt die reisweg op kaart maar ook in tekstvorm. Zo kom je zeker op je bestemming. De derde mogelijkheid is Google Streetview. Deze functie is beschikbaar voor een aantal steden. Je kan hiermee een virtuele wandeling maken langs straten, pleinen, parken en zelfs inzoomen op wat je interessant vindt.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone, tablet of laptop werken

**Meebrengen:** je smartphone, tablet of laptop en oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

### **Wegwijs in My Belgium en Mijn Burgerprofiel**

**woensdag 12 januari**

**19.30 u – 21.30 u**

€ 5

Door het gebruik van My Belgium en Mijn Burgerprofiel bespaar je jezelf heel wat tijd en onnodige bezoeken aan het gemeentehuis. Je administratie wordt veel eenvoudiger. Denk maar aan je belastingbrief, aangiftes, aanvragen, ... Maar dan moet je wel eerst weten hoe al die toepassingen werken. We maken kennis met de mogelijkheden.

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---



## Handig met je Android toestel

vrijdag 14, 21 en 28 januari

9.00 u – 12.00 u

€ 15 (3 lesmomenten)

Je kent de basis werking van je smartphone/tablet. Na een korte herhaling van de belangrijkste basisconcepten, leer je hoe dit toestel je verder kan helpen bij wat je graag doet.

En dat is voor iedereen anders: sommigen gaan graag fietsen of op reis naar leuke plekken, anderen werken liever in de tuin of lekker eten maken, of zouden graag hun foto's bewerken... In overleg worden een aantal mogelijkheden geselecteerd en leer je ermee werken.

**Voorkennis:** basiskennis Android smartphone of tablet

**Meebrengen:** je Android smartphone of tablet en oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

## Handig met je iPhone of iPad

vrijdag 14, 21 en 28 januari

13.00 u – 16.00 u

€ 15 (3 lesmomenten)

Je kent de basis werking van je iPhone of iPad. Na een korte herhaling van de belangrijkste basisconcepten, leer je hoe dit toestel je verder kan helpen bij wat je graag doet.

En dat is voor iedereen anders: sommigen gaan graag fietsen of op reis naar leuke plekken, anderen werken liever in de tuin of lekker eten maken, of zouden graag hun foto's bewerken... In overleg worden een aantal mogelijkheden geselecteerd en leer je ermee werken.

**Voorkennis:** basiskennis iPhone of iPad

**Meebrengen:** je iPhone of iPad en oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

## Wegwijs in My Belgium: Gezondheid

woensdag 26 januari

19.30 u – 21.30 u

€ 5

Heel wat medische gegevens kan je zelf online raadplegen. Je geeft zelf je dokter toegang tot je gegevens, je bekijkt de resultaten van je onderzoeken, je leert werken met My Belgium Gezondheid, My Health Viewer op Mijn Burgerprofiel. Ook het gebruik van Nexus Health komt aan bod.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone, tablet of laptop werken

**Meebrengen:** je smartphone, tablet of laptop met oplaadkabel, eID met pincode

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

### Leren werken met je Android toestel

vrijdag 4, 11, 18 en 25 februari

9.00 u – 12.00 u

€ 20 (4 lesmomenten)

Als je tegenwoordig wil mee zijn, moet je een smartphone of tablet hebben. Je krijgt er misschien eentje cadeau. Maar werk je er nu mee? Als je thuis WiFi hebt kan je meteen beginnen met Internet: de krant lezen, de weersvoorspelling, leuke plekjes zoeken voor een weekendtrip of om op vakantie te gaan, de mogelijkheden zijn onbeperkt.

Maar je kan ook mailen met de kinderen en kleinkinderen, whatsappen, een facebook opzetten, zelfs je agenda heeft er zijn plaatsje. Veel functies staan standaard op je toestel, maar voor andere moet je eerst een App downloaden en installeren. Veel Apps zijn gratis, maar soms moet je ervoor betalen.

In deze cursus worden de meest courante handelingen uitgelegd en geoefend. Er is geen voorkennis vereist. Je brengt je Android smartphone of tablet en laadkabel mee.

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

### Mijn gezondheidsdossier

vrijdag 4 en 11 februari

13.00 u – 16.00 u

€ 10 (2 lesmomenten)

De overheid heeft online programma's ontwikkeld waarmee elke burger zijn of haar medisch gezondheidsdossier kan raadplegen. Het bevat je medische toestand, de medicatie die je moet innemen, het resultaat van labo onderzoeken, etc.

In deze lessen leer je waar het staat, hoe je er toegang toe krijgt en wat je er kan vinden.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone, tablet of laptop werken

**Meebrengen:** je smartphone, tablet of laptop met oplaadkabel, eID met pincode

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

### **Streaming: muziek en film**

**woensdag 9 februari**

**19.30 u – 21.30 u**

€ 5

Je maakt kennis met streamingdiensten zoals Spotify en Netflix. Enkele populaire diensten worden met elkaar vergeleken. Je leert ook hoe je jouw televisietoestel toegankelijk maakt voor streamingdiensten met Chromecast of hoe je muziek die je streamt op je smartphone naar je luidsprekers stuurt.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone of tablet werken

**Meebrengen:** je smartphone of tablet met oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

### **Bescherm je online privacy**

**woensdag 16 februari**

**19.30 u – 21.30 u**

€ 5

Op welke manieren word je digitaal gevolgd en hoe kan je jezelf daartegen beschermen?

We laten zien wat camera's in het straatbeeld kunnen doen, hoe het Internet of Things ons kan volgen en hoe jij je kan beschermen tegen cookies en trackers. In deze vorming leer je alles over online privacy.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone of tablet werken

**Meebrengen:** je smartphone of tablet met oplaadkabel

**Inschrijven:** [bree.bibliotheek.be](http://bree.bibliotheek.be) of aan de infobalie van de bib

---

### **Google Home: meer dan een leuk gadget**

**woensdag 23 februari**

**19.30 u – 21.30 u**

€ 5

Is het zinvol om een Google Home aan te schaffen?

Google Home is een draadloze speaker en persoonlijke assistent die je helpt met het beantwoorden van vragen en op de hoogte houdt van belangrijke informatie, nieuws, weer en meer.

Er zitten heel wat functionaliteiten: woorden vertalen, je smartphone zoeken, € Maar ook het streamen van muziek en film wordt eenvoudiger. Het is absoluut een gadget van deze tijd. Het wordt als functioneel en intelligent beschouwd en heeft zeker een plaats in een modern huis vol technologie. Maar laat ons eerlijk zijn: we spreken hier niet over een tool die onmisbaar is in het dagelijkse leven, maar wel leuk om te hebben.

**Inschrijven** bree.bibliotheek.be of aan de infobalie van de bib

---

## **Fietsen is leuk en gezond**

**vrijdag 25 februari**

**13.00 u – 16.00 u**

**€ 5**

De laatste 10 jaar zijn er in Vlaanderen veel leuke fietsroutes ontworpen en je kan daarvan alle nodige informatie vinden op het internet. In deze les kom je dat allemaal te weten: fietsroutes in alle provincies, waar kan je starten en de wagen achterlaten, waar kan je even afstappen en wat bijtanken, wat zijn de bezienswaardigheden onderweg. Je kan uitgewerkte fietsroutes volgen, maar je kan ook zelf een route uitstippelen op het knooppuntennetwerk.

Uiteindelijk wordt er ook aandacht besteed aan de fiets en de veiligheid van de fietser.

**Voorkennis:** je kan met een smartphone of tablet werken

**Meebrengen:** je smartphone of tablet met oplaadkabel

**Inschrijven:** bree.bibliotheek.be of aan de infobalie van de bib

---

## **We houden jullie verder op de hoogte van de latere cursussen in het volgende seniorenkrantje!**

Meer info vind je ook op de website van de bibliotheek.

# NEOS Bree

**NIEUWS**  
uit de seniorenverenigingen



De officiële aftrap van ons nieuwe werkjaar had plaats op vrijdag 17 september 2021 tijdens een openingsfeest waarop ons jaarprogramma werd voorgesteld.

Dat was een schitterende avond die duidelijk aantoonde hoe senioren erop uit zijn om elkaar te ontmoeten in zorgeloze omstandigheden. Dat lukte aardig want het werd een grandioos feest waarop we commentaren kregen als: 'Ik heb me in jaren niet meer zo geamuseerd!'. En daar doen we het toch voor: verenigen en samen herinneringen maken.

Maar omdat het vorige jaarprogramma op een paar uitzonderingen na, niet gerealiseerd kon worden, hadden we dit jaar ook een zomerprogramma aangeboden zodat we elkaar ook tijdens de

zomermaanden een aantal keer hebben kunnen ontmoeten. We denken bv. aan de rondleiding in de Sint-Michielskerk op 2 september waar Neos-lid Frans Adriaensen ons heeft geboeid met de geschiedenis van de verschillende restauraties van de kerk door de eeuwen heen. Daarna werden we verwend met een erg gemaakt orgelrecital van Neos-lid Willy Martens. Een leerrijke namiddag die werd afgesloten bij een broodjesbuffet waarop we gezellig konden bijpraten.

En op 23 september beleefde een veertigtal leden de schitterende voorstelling van de musical Daens. We waren allemaal erg onder de indruk van zoveel talent en vakmanschap en ook het verhaal heeft ons

allen beroerd en geraakt. Vlaanderen mag trots zijn op deze productie van wereldformaat.

En zo is de start genomen met veel animo en ook met de stellige hoop dat we ons jaarprogramma 2021-2022 met een indrukwekkende en gevarieerde reeks van activiteiten volledig en ongestoord kunnen beleven. We geven graag een greep uit het aanbod van de komende maanden.

## November 2021

**Dinsdag 09/11,**  
daguitstap:  
Bedrijfsbezoek  
ambachtelijk  
familiebedrijf Advocaat  
De Klok (Serskamp) en  
rondrit Pajottenland

**Maandag 15/11,**  
NM: Melodieën voor  
Miljoenen: 'Dansen van  
Moskou tot Madrid' (uit  
het aanbod van Neos  
nationaal), Koningin  
Elisabethzaal Antwerpen  
**Donderdag 25/11, NM:**  
Herfstwandeling met  
aansluitend koffietafel

## December 2021

**Vrijdag 03/12:** Holiday  
on ice 'Supernova' (uit  
het aanbod van Neos  
nationaal), Lotto Arena  
Antwerpen

**Dinsdag 07/12,**  
19.30u: Voordracht  
door Lucas Van de Ven,  
ouderenpsycholoog: 'De  
Kunst van het ouder  
worden'  
(CC De Zeepziederij)  
**Vrijdag 17/12, 12.30u:**  
Kerst diner, feestzaal  
Jacky Jaeken,  
Dilsen-Stokkem

Wie graag meer  
verneemt over onze  
werking kan terecht  
op onze website [www.  
neosvzw.be/bree](http://www.neosvzw.be/bree). Volg  
ons ook op Facebook:

[www.facebook.com/  
neosvzwbree](http://www.facebook.com/neosvzwbree).  
Of neem gewoon contact  
op voor meer info over  
het lidmaatschap 2022  
(35€ per persoon) met  
[guy.beckx@telenet.be](mailto:guy.beckx@telenet.be).

Neos Bree wenst alle  
seniorenverenigingen  
een top werkjaar met  
nieuwe uitdagingen,  
toffe ontmoetingen,  
boeiende uitstappen  
en veel gezelligheid en  
'samenEnthousiaste'  
belevissen.

Guy Beckx  
secretaris

---

# Koninklijke OKRA Bree weer erg actief

**Sinds enkele maanden  
zijn vele activiteiten  
bij OKRA Bree weer  
opgestart.**

Het wandelen is nieuw  
voor ons trefpunt. Elke  
maandagvoormiddag  
vertrekken de  
wandelaars aan de





## NIEUWS

uit de seniorenverenigingen



Vuurvogel voor een tochtje van 4 tot 5 km.

Fietsen is dit jaar een zeer groot succes met telkens 20 tot 30 deelnemers. Op woensdag vertrekken we aan de Vuurvogel in Bree en op donderdag in Gerdingen aan de kerk, telkens om 13.30u. Op drie maanden tijd hebben 30 fietsers 24.000 km afgelegd, de halve wereld rond.

Turnen is al verschillende maanden terug actief. Vanaf september is het dansen opnieuw gestart in zaal Gerdak. Ook hier is veel belangstelling voor.

In de zaal van de dekenij was er een eerste samenkomst voor Crea en we gingen ook weer een keer naar de bowling in Maaseik.

Op 28 augustus was er op de sportterreinen een KUBB-tornooi en op 28 september was er een voordracht over 'Medicatie voor senioren' in zaal Gerdak.

Om promotie voor ons trefpunt te maken, stonden we op 24 september met een standje op de vrijdagmarkt. Er was veel belangstelling en het resultaat was: 5 nieuwe leden.

**Vanaf 1 januari 2022 voorziet CM een tussenkomst van 10 euro voor iedereen die voor het eerst lid wordt van OKRA. Men kan nu al aansluiten want tot eind december is de aansluiting gratis. (meer info bij Marcel Hanegreefs Tel.: 089 46 38 64 of 0494 905 317)**

Vorig jaar zouden we een feest georganiseerd hebben voor ons 65-jarig bestaan, maar door corona is deze activiteit spijtig genoeg niet kunnen doorgedaan. Om dit te compenseren richten we nu in de Zeepziederij op vrijdag 22 oktober een jubileumfeest in voor al onze leden. Naast de sprekers hebben we een film over de activiteiten van de laatste 5 jaar, gepresenteerd door ons bestuurslid André Spelmans.

Na de animatie is er een receptie voorzien

Hopelijk blijven we in de toekomst gespaard van de coronaperikelen en kunnen we onze leden nog vele mooie activiteiten aanbieden.

# OKRA-Tongerlo



**Na een periode van gedwongen inactiviteit door corona, gedurende een zeer lange periode, zijn we toch alweer enkele maanden terug aan het fietsen. Als vanouds is gezelligheid troef. Ook de kaartnamiddagen zijn opnieuw opgestart.**

Dus mensen twijfel niet meer en sluit jullie bij ons aan.  
Als leden van OKRA-Tongerlo zien we jullie graag komen om deel te nemen aan onze activiteiten.

Tot binnenkort

---

## OKRA Opitter viert haar leden.

Het eerste feestje na corona, hier werd naar uitgekeken...

