

SENIOREN krantje

VIERMAANDELIJKS TIJDSCHRIFT
VAN DE SENIORENADVIESRAAD BREE
JANUARI 2023

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



Voorwoord

Beste lezer,

De “BESTE” wensen voor iedereen van jullie.

De voorbije feestdagen deden ons denken en verlangen naar vroeger, warm met het gezin en familie rond de kachel en genieten van het eten maar ook van het samen zijn.

Het was gezellig met een boek of andere die spelletjes of kaart speelden, de TV en al die elektronica is pas veel later gekomen.

Nu dwingt ons de dure energierekening om weer spaarzaam om te gaan met elektriciteit en gas. Maar eigenlijk kunnen we met tips en aangepast gedrag al heel wat besparen; de verwarming een graadje lager zetten, kieren rond ramen en deuren dichten en ledlampen als verlichting kunnen de factuur wat verlagen en comfort garanderen.

Binnen zitten hoeft ook niet, wandelen of fietsen in onze mooie natuur kan een triestige dag leuk maken en het is nog gezond voor onze botten en gemoedsrust om in de buitenlucht te vertoeven. Binnenkort als de dagen weer lengen en de voorjaarsbloemen kleur brengen kijken we positiever naar de toekomst, de lente komt eraan...

Eenzaamheid is onder senioren een probleem en is soms schrijnend. Hier moet meer aandacht voor komen en initiatief worden genomen. Zou het een goed idee zijn om babbelbankjes te voorzien of op te richten in de verschillende kerkdorpen? Dan kan er op afgesproken uren altijd contact zijn.

Je kan zelf ook aan de slag door een babbel, een langer telefoon gesprek

of door een ontmoeting te organiseren.

Verder wil ik je alvast op de hoogte brengen van de ‘Seniorgames te Maaseik’!

Reserveer maandag 5 juni 2023 vanaf 10 uur in je agenda.

Meer info over het aanbod van deze sportdag zal in het volgende seniorenkrantje gepubliceerd worden.

Dus beste senioren laat ons samen van 2023 een aangenaam jaar maken.

Een wijsheid van de Dalai Lama:

“Wacht niet met genieten tot later, want als later vroeger komt, ben je te laat”.

Tot ergens onderweg.

Voorzitter Seniorenraad
Roger Meekers

Kom jij ook naar de activiteiten in de bib...?

Digipunt

**elke donderdag
15.30 u tot 18.00 u
gratis, inschrijven is
niet nodig**

Heb je zelf nog geen of weinig ervaring met een smartphone of internet, of zit je met een [eenvoudige] digitale vraag? In het Digipunt staan we elke donderdag voor je klaar om je te helpen met je digitale vragen.

Breien, haken en handwerken in de bib

Hou jij ook van breien, haken of handwerken? En vind je het gezellig om onder het genot van een kopje koffie of thee nieuwe mensen te ontmoeten? Dan ben je elke 1e en 3e donderdag van de maand

van 10.00 u tot 12.00 u welkom in de bib.

Leren werken met je Android toestel

**vrijdag 20 + 27 januari –
3 + 10 februari
09.00 u - 12.00 u
gratis**

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 plekje 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.

Meebrengen: je Android smartphone of tablet en laadkabel

Leren werken met je iPad

**vrijdag 20 + 27 januari –
3 + 10 februari
13.00 u - 16.00 u
gratis**

Je hebt een iPad en je wil er beter mee leren werken? Dan moet je in deze cursus zijn!

Als je thuis WiFi hebt, kan je meteen beginnen met 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, 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. In deze beginnerscursus worden de meest courante handelingen uitgelegd en geoefend. Er is geen voorkennis vereist. Heb je een iPhone en wil je er beter mee leren werken? Ook dan kan je deze cursus volgen, maar houd er rekening mee dat telefoneren en berichten zenden met je iPhone niet aan bod komt in deze cursus.

Meebrengen: je iPad en laadkabel

Wegwijs in My Belgium: my pension

**woensdag 1 februari
19.30 u – 21.30 u
gratis**

De site mypension.be is een online pensioenportaal voor gepersonaliseerde informatie over je wettelijke en aanvullende pensioenen. We maken je wegwijs in je online pensioendossier, actieve werknemers kunnen er hun loopbaan opvolgen, hun opgebouwde pensioenbedrag bekijken en online hun pensioen aanvragen. Gepensioneerden kunnen de eerstvolgende betaaldatum raadplegen en de details van de betalingen bekijken. Meebrengen: je smartphone, tablet of laptop en oplaadkabel, eID met pincode en e-mailadres met paswoord.

Gebruik van Doccle en Zoomit

**woensdag 8 februari
19.30 u. - 21.30 u.
gratis**

Papieren documenten zijn verleden tijd. Met Doccle en Zoomit breng je structuur in je administratie. Doccle is een online platform waarop je facturen en documenten van uiteenlopende bedrijven kan ontvangen, afhandelen en bewaren. Zo kan je jouw administratie of die van meerdere personen centraal op één plek organiseren. Al je documenten worden automatisch bewaard in een sterk beveiligd archief, net zo lang als wettelijk vereist is. Zoomit is een gratis dienst die facturen en loonbrieven klaarzet in je online bank, waar je ze in een muisklik kunt betalen. Duurzaamheid: Kleine gebaren kunnen een

groot verschil maken. Doccle en Zoomit helpen je een groene keuze te maken en minder papier te gebruiken.

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

Meebrengen: je smartphone, tablet of laptop en oplaadkabel, eID met pincode, e-mailadres en paswoord

Reizen met apps

woensdag 15 februari
19.30 u. - 21.30 u.
gratis

Hoe neem je internet mee op reis zonder dat het je veel kost? Wat zijn handige trucs en apps om je leesvoer, kaarten ook mee op reis te nemen. Ook de bib biedt heel wat digitaals dat je kan meenemen.
Meebrengen: je smartphone of tablet met oplaadkabel

De Cloud

woensdag 1 maart
19.30 u - 21.30 u
gratis

Tegenwoordig kan je documenten online opslaan 'in de Cloud'. Letterlijk: in de wolken. Je creëert een virtuele werkplek omgeving waar je - wereldwijd - met ieder willekeurig apparaat en een beveiligde inlog op internet je documenten kan gebruiken.

Wil je foto's die je met je telefoon maakt ook zien op je laptop? Of wil je een document dat je downloadt op al je toestellen zien? Soms werk je met de Cloud zonder dat je het in de gaten hebt. OneDrive, iCloud, GoogleDrive en DropBox zijn de bekendste voorbeelden. Waar moet je op letten als je bestanden in de Cloud bewaart en hoe ga je daar goed mee om? Hoe installeer je een Cloud-app op je smartphone of laptop en

hoe koppel je deze aan elkaar?

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

Meebrengen: je smartphone, tablet of laptop en oplaadkabel

Google Home: meer dan een leuk gadget

woensdag 15 maart
19.30 u - 21.30 u
gratis

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.

Is het zinvol om een Google Home aan te schaffen? Dat ontdek je tijdens deze lezing.

Slimmer fietsen met je smartphone

woensdag 29 maart
14.00 u - 17.00 u
gratis

Een fijne fietstocht of een stevige wandeling. Hierbij kan je smartphone een handig hulpmiddel zijn. Routes uitstippelen, de regenkansen bekijken, je statistieken bijhouden?

Ontdek de mogelijkheden van je smartphone en ga meteen aan de slag met je eigen toestel.

Meebrengen: je smartphone met oplaadkabel en je fiets

Inschrijven voor activiteiten in de bib kan via [bree.bibliotheek.be](https://www.bibliotheek.be) of aan de infobalie tijdens de openingsuren.

Boodschap van algemeen nut: Het Zeepziederijteam houdt van seniorengezelschap! Vandaar dat we elk seizoen een aantal voorstellingen specifiek voor senioren opnemen in ons aanbod. Maar hier blijft het niet bij ... ook heel wat van onze andere voorstellingen zijn uitermate geschikt voor u, de grijsste en wijste, van de maatschappij!

Neem bijvoorbeeld onze aperitief-, familie-, matinee- en avondvoorstellingen! Wat u zich hierbij voorstelt? Een rendez-vous met de crème-de-la-crème van het podiumgebeuren ... Kom genieten in goed en gezellig gezelschap van andere bezoekers! Neem uw beste vriend(in) bij de arm, trommel uw kroost of kleinkroost op ... en zak af naar De Zeepziederij voor heerlijke momenten!

Ook in (het nu nog geheime) cultuurseizoen 2023-2024 wordt er volop geprogrammeerd met u in gedachten!

Zin in cultuur in De Zeepziederij? Bestel dan onze seizoensbrochure voor 2022-2023 (als toemaatje sturen we u in mei 2023 dan ook onze 2023-2024-editie).

Interesse? Zak tijdens onze openingsuren af naar Malta 11 te Bree, telefoneer naar 089 84 85 65, of stuur een mailtje naar cultuur@bree.be!

We ontvangen u met open armen!

Praatcafé Dementie, Bree en Oudsbergen nodigt uit...

Verteltheater: 'MIST, mijn moeder en ik'

Leen Persijn vertelt over de ervaringen met haar dementerende moeder, ze vertelt over haar falend geheugen, haar verward gedrag, haar onrust en achterdocht, haar agressies, en de vaak hilarische anekdotes.

Ze vertelt openhartig hoe ze zelf, met vallen en opstaan, met dementie heeft leren omgaan. Tussendoor brengt ze enkele passende teksten en poëzie en zingt ze een paar liederen.

- Wie?** Het praatcafé dementie Bree en Oudsbergen is bedoeld voor partners, familieleden en vrienden van mensen met dementie
- Wanneer?** Dinsdag 28 februari 2023 om 19.30 u
- Waar?** Zaal 'De Barrier', Barrierstraat 11 te BREE (Gerdingen)
- Inkom?** gratis

Inschrijven kan via Ann Sijbers 089/84.85.50 of ann.sijbers@bree.be.

Volgend praatcafé dementie:

Thema: 'diagnostiek en medicatie'

Psychiater Heidi Peeters en twee psychologen vanuit het ZOL (ziekenhuis Genk en Maaseik) zullen dit thema toelichten.

Als mensen opmerken dat zij zelf of iemand uit hun omgeving veel vergeet is dat vaak een aanleiding tot ongerustheid. Hoe wordt een diagnose dementie vastgesteld? Is er medicatie beschikbaar?

- Wanneer?** Dinsdag 25 april 2023 om 19.30 uur
- Waar?** In 't cultuurpunt te Gruitrode
- Inkom?** Gratis

Seniorenvoorstellingen

Zeepziederij



Sven De Ridder, Brik Van Dyck & Fokke van der Meulen

De moppentappers - Een eerbetoon aan de basis van alle humor: de mop

vr 17 maart 2023

14.00 u - ZZY-XL

Kassa:

€ 16,00 - Vvk: € 14,00

Sven De Ridder en Brik Van Dyck zijn de moppentappers van dienst, ondersteund door barman/moderator Fokke van der Meulen. Met fragmenten, verhalen en natuurlijk veel moppen

nemen ze je mee door de geschiedenis van de grap.

Eerder maakte dit drietal al de succesvolle voorstelling 'Moppen aan de toeg', een eerbetoon aan ras-entertainer Tony Bell. Wat weinig mensen weten is dat Sven De Ridder Tony nog persoonlijk heeft gekend en al zijn moppen heeft onthouden. Brik Van Dyck is naast acteur ook scenarist van talrijke humorprogramma's. Als levende moppencyclopedie is hij een absolute kenner van het genre.

Fokke van der Meulen is uitbater van het Antwerpse comedycafé The Joker. Hiernaast coacht hij verschillende comedians. Ook is hij eigenaar van een enorme verzameling comedyplaten.

Uiteraard geniet u bij deze voorstelling van een – in de prijs inbegrepen – tas koffie en een stuk vlaai.

Vrijwilligers gezocht voor onderhoud begraafplaatsen

Wat kan jij doen als vrijwilliger?

Werk je graag in de buitenlucht en heb je groene vingers? Wil je meehelpen om onze begraafplaatsen de uitstraling van groene, natuurlijke rustplekken te bezorgen? Dan kunnen we jouw helpende handen zeker gebruiken!

Meld je aan als vrijwilliger via techdienst@bree.be of 089 84 85 31. We houden graag rekening met jouw voorkeur van kerkhof en nemen contact op voor verdere afspraken.

Een woordje uitleg bij het groenbeheer op onze kerkhoven

Door de omschakeling naar ecologisch groenbeheer verandert

de aanblik van onze begraafplaatsen. De Kluis op de Vostert, bijvoorbeeld, heeft vanaf de eerste aanleg een ecologische grondslag meegekregen. Op die locatie zie je vandaag al het best wat een mooi resultaat dat geeft, in elk seizoen. Naast een herdenkingsplek, is de Kluis ook een mooie groene parkomgeving waar je rustig kan verpozen in het groen.

Dat is ook het opzet voor onze oudere begraafplaatsen in het centrum en de dealkernen. Ook hier verdwijnen de klassieke grindpaden en wordt de ruimte tussen de graven ingezaaid voor een natuurlijkere aanblik. Onze onderhoudsploegen hebben de handen vol met deze omvorming en het nodige onderhoud

dat hierbij komt kijken. De nieuwe grassen, bloemenweides en andere natuurelementen worden namelijk allemaal pesticidevrij verzorgd.

Om ons team te versterken rekenen we dus graag op enkele vrijwilligers die individueel of in groep een paar uurtjes komen meewerken aan het groenonderhoud.

Dankjewel om deze oproep te delen.

Winnaars wandelzoektocht



De gelukkige winnaars van de wandelzoektocht in Bree centrum die je in de vorige editie van het seniorenkrantje kon lezen:

Jaak Paredis, Albert Schrooten, Willy Mallet
Deze winnaars hadden alle antwoorden juist.

Dikke proficiat!

Onder de deelnemers werden ook prijzen uitgeloot aan:

Sutens Jean en Margot Roosen, Jean Nysen, H el ene Zentjens, Jan Gybels

Ook aan hen onze felicitaties!

Op deze foto zie je enkele deelnemers even pauzeren tijdens de wandelzoektocht.

Neos Bree



Neos Bree wil als seniorenvereniging ook oog hebben voor mensen, en dan vooral kinderen, die het wat moeilijker hebben in de samenleving. Die maatschappelijke betrokkenheid kadert in een van de nationale doelstellingen van Neos: 'Neos met een hart' moedigt projecten aan waarmee kansarme groepen worden geholpen.

Vorig jaar verzamelden we een mooi bedrag voor de vzw Ze zijn zo, een vereniging die zich inzet voor gezinnen met kinderen van alle leeftijden met ontwikkelingsproblemen (sociaal, gedrag of leren).

In 2022 steunden we de **vzw Wiebe**, een vereniging die een integratie mogelijk maakt tussen kansarme en kansrijke kinderen



tussen de leeftijd van vijf en twaalf jaar voor Groot-Bree. Dit door allerlei activiteiten doorheen het jaar te organiseren, zoals een knutselnamiddag, schaatsen, paasfeest, sinterklaasfeest en als hoogtepunt van het jaar een fijne week aan zee. In de herfstvakantie bood de vereniging (allemaal vrijwilligers) immers aan 47 kinderen tussen 5 en 12 jaar een weekje zee aan met allerlei activiteiten. De 'gewone' gezinnen betalen het verblijf en de kansarme kinderen mogen gratis mee.

Uiteraard kost dat geld en moeten de mensen van vzw Wiebe het van sponsoring en giften hebben.

Op onze bestuursvergadering van dinsdag 6 december 2022, hadden we dankzij de gewaardeerde bijdrage van onze leden, het voorrecht om even Sinterklaas te spelen.

We bezorgden aan Karin Schouten en Gerda Knevels van vzw Wiebe ons sponsorbedrag van 750€.

Niets dan blijde gezichten want zo'n injectie komt de werking van de vzw goed van pas en geeft een boost aan het vrijwilligerswerk. Ook voor ons een mooi moment omdat we een club willen zijn met een hart en aandacht voor mensen die beter verdienen!

We wensen de vzw Wiebe dan ook heel veel plezier met de vele activiteiten die zij organiseren om het leven van jonge kinderen af en toe op te vrolijken.

Neos Bree begint aan de tweede helft van het jaarprogramma met een aantal schitterende evenementen zoals een optreden van Günther Neefs, de paardenshow Cavalluna in het Sportpaleis Antwerpen en last but not least de spektakelmusical 'Red star light' in Studio 100 Puurs in april.

1923: miljoenen mensen maken de oversteek van Europa naar de VS in de zoektocht naar een beter leven.



Red Star Line, de grote opvolger van 40-45, is een spektakelmusical vol drama en humor, spanning en ontroering waarin de zoektocht naar een beter leven centraal staat. We laten ons onderdompelen in een wonderlijk spektakel dat ons meeneemt in een ongezien avontuur, van Antwerpen tot New York, op het land en op het water. De combinatie van rijdende tribunes, indrukwekkende decors en een zeer

straffe cast zorgen voor een onvergetelijke musicalbeleving. Wie de musical Daens heeft gezien, zal het met ons eens zijn: ook dit spektakel willen we niet missen.

Zin om mee te gaan? Geef ons een seintje (guy.beckx@telenet.be) en we bezorgen je alle praktische info.

Guy Beckx
secretaris Neos Bree

Kon. Okra Bree

Een jaarwisseling is een mooie tijd om de balans op te maken en we zijn opgetogen omdat we alsnog mogen terugblikken op een geslaagd werkjaar. Onze wekelijkse wandeltochten en de kaartnamiddagen op maandag, turnen en dansen elke woensdagmorgen, onze fietstochten naar de mooiste plekjes in onze regio, maar ook onze petanque en bowlingnamiddagen...

‘Iedereen actief’ is een slogan die perfect geschikt is op de leest van onze 55-plussers! Natuurlijk was er ook aandacht voor enkele boeiende vormingsactiviteiten en gesmaakte daguitstappen. Ja, het geeft een goed gevoel om een jaar met een positieve balans te kunnen afsluiten.

Met ons kerstfeest, enkele weken geleden hebben we een mooi punt gezet achter een bewogen jaar. Hoogtepunt van dit feest was zeker de overhandiging van een oorkonde aan onze proost, Arthur Janssen. Het was onze prov.

voorzitter mevr. Lizy Cosemans die hem het erelidmaatschap overhandigde als dank voor zijn bijzondere verdiensten en betrokkenheid bij onze vereniging. Een ander genietmoment was een leuke act van onze Okra dansgroep.



Het jaarprogramma voor 2023 is bijna klaar. Dit programma zal worden toegelicht op de ledenvergadering van dinsdag 21 februari. Naast een voortzetting van onze wekelijkse activiteiten, plannen we ook voor dit jaar enkele mooie dag en bus uitstappen. Uit een onlangs gehouden enquête putten we enkele mooie voorstellen die we zeker ook een plekje zullen geven in ons komende jaarprogramma.

Activiteiten in de nabije toekomst:



Op maandag 16 januari organiseren we - elke maandag - vanaf 19.00 uur een schaakavond in het vergaderlokaal van de dekenij. Alle geïnteresseerde 55-plussers van harte welkom!



De winterwandeling op donderdag 16 februari in Veerle-laakdal. Meer info en inschrijven bij Mia Brebels (sportverantwoordelijke) Roterstraat 32, tel. 089 465 215 GSM 0478 976 763

Op dinsdag 14 maart kienen en verder een vorming over veilig fietsen in het vergaderlokaal van de dekenij.

Om af te sluiten wensen wij aan allen een warm en betrokken 2023.

Kiennamiddag Okra Bree

Op **dinsdag 14 maart** organiseert OKRA- Bree een grote kien- namiddag

Plaats: **zaal Gerdak, Grauwe Torenwal 9 - Bree.**

Er zijn mooie en waardevolle prijzen te winnen

Iedereen is welkom!

Let wel: wees op tijd, we beginnen stipt om 13.030 uur!

Koffie of thee, vlaai, frisdrank,... is verkrijgbaar.

Geen inschrijvingen nodig.

Iedereen van harte welkom ook niet leden



OKRA BEEK viert na enkele jaren terug Kerst.

Zaterdag 17 december 2022 werd er Kerst gevierd met 65 aanwezigen.

Zaal Jan Van Abroek was in een echte kerstsfeer gehuld.

Na de verwelcoming door het bestuur en 'de echte kerstman' werd een mooie kerstbezinning gehouden. Daarna genoot iedereen van een heerlijk 3-gangendiner. De vele nieuwe leden werden verwelkomd. De Dalton Gang uit Genk zorgden voor de nodige animatie. De aanwezigen werden vermaakt op een humoristische en muzikale manier. Een polonaise mocht ook niet ontbreken.

Met een heerlijk stukje taart en koffie, werd dit warm en gezellig feest afgesloten.



OKRA BEEK wenst iedereen nog een zalige Kerst en een gezond en gelukkig 2023.

OKRA-BEEK beoefent oeroude sport

**Jeugdherinneringen
worden opgeroepen bij
het katapultschieten.**

Jawel, 15 leden van OKRA Beek trokken naar de kantine HV Eureka [Vostert-Bree] voor deze initiatienamiddag. Na de deskundige uitleg van Jack, werden 'de slingers' bovengehaald.



Makkie, dacht iedereen, maar al snel bleek dat goed mikken niet zo gemakkelijk was.

Na 2 uur schieten met de nodige ambiance werd Jos Bloemen uitgeroepen tot winnaar. Hij stond samen op het podium met Jean Cornelissen en Jan Stinkens. Jos mocht de wisselbeker en een certificaat in ontvangst nemen.

OKRA-Tongerlo

Seniorenvoorstelling in Bree

De Seniorenvoorstelling van 08 december 2022 kende een enorm succes. Het personeel van de Zeepziederij was genoodzaakt om vanaf 300 toeschouwers een stop te hanteren. Reden: nog meer senioren die graag het fantastisch optreden van "De Bonanzas" wilden mee beleven. Meer dan 300 mensen een plaats geven in de foyer met koffie en vlaai leek dan ook moeilijk. Maar niet getreurd: vrijdag 17 maart 2023 is er weer een 'de moeite waard seniorenvoorstelling' met Sven De Ridder en co, nl. "De Moppentappers" Bestel tijdig uw ticket om er bij te kunnen zijn.



Kaartnamiddag.

Op onze jaarlijks programma staat iedere woensdag kaarten. Verschillende leden en mensen buiten Tongerlo beleven er een aangename namiddag. Voor 3 euro (één euro voor de zaal en twee euro voor koffie en boterhammen) kunnen we besluiten dat het geen dure namiddag is! Bij deze nodigen we onze leden of van andere trefpunten uit om eens een namiddag van 13.00 tot 17.00 uur te komen wizen.

Kerstfeestje

Buiten onze wekelijkse vaste activiteiten van fietsen, wandelen en kaarten sloten we het jaar af met een gezellig kerstfeestje. De opkomst was bijzonder hoog. Lekker eten, kletsen en fijn samen genieten. Wat moet een mens meer hebben? Toch heeft het bestuur de leden nog meer verwend met een optreden van Mien en Harrie. Zoals altijd was het de moeite waard.



5 tips om je capaciteitsstarief te drukken

1. Spreid je elektriciteitsverbruik

De algemene regel is: probeer **zo weinig mogelijk energieverslindende toestellen tegelijkertijd** te gebruiken en je **energieverbruik te spreiden**. Dus niet je elektrische auto opladen terwijl er een was in de droger zit en je de airconditioning op volle toeren laat draaien. Heb je wel af en toe zo'n maandpiek omdat het niet anders kan? Geen zorgen: je piek van die maand telt maar voor 1/12de mee voor de berekening van je jaarlijkse capaciteitsstarief..

2. Laat je digitaal behelpen

Koppel een energy management app aan je digitale meter voor een gedetailleerd **overzicht van je elektriciteitsverbruik**.

Je kan hiermee zelfs meldingen instellen wanneer je aan een piek zit. Zo blijf je zonder enige moeite op de hoogte van je verbruik en kan je gemakkelijk toestellen uitschakelen wanneer nodig.

3. Installeer zonnepanelen

Wanneer je zonnepanelen hebt, kan je jouw verbruik afstemmen op de piekproductiemomenten van je panelen. Hoe hoger die zogenaamde **zelfconsumptie**, hoe minder gebruik je maakt van het elektriciteitsnet, hoe lager je capaciteitsstarief.

4. Investeer in een thuisbatterij

Als je al zonnepanelen hebt, is een **thuisbatterij mogelijk een slimme investering** – zeker in combinatie met een elektrische wagen of warmtepomp. Je kan met een thuisbatterij

aan peakshaving doen. Dat is letterlijk: je verbruikspieken 'afvlakken' door de in je thuisbatterij opgeslagen energie in te zetten wanneer je verschillende energieverslindende apparaten tegelijkertijd gebruikt. Je kan dit zelfs **automatisch laten instellen**, zodat je nooit een bepaald piekverbruik overstijgt.

5. Ga voor traag opladen

Als je een elektrische wagen hebt, kan je die heel snel opladen, in de zogenaamde 'max'-modus, of trager, in de 'eco'-modus. Het is onder het capaciteitsstarief aangeraden om je e-car over een langere periode op te laden om je **verbruik te spreiden**. Zo kan je bijvoorbeeld een paar uur tijdens de nacht gebruiken om je e-car op te laden voor de volgende ochtend.



VAART

In Bree zegt men gewoon 'kanaal', maar 't staat zo niet op de kaart
daarop vermeldt men overal en officieel 'Zuid-Willemsvaart'

Sinds mensenheugenis al een gewaardeerd toevluchtsoord
voor wie rust vindt als ie 't zachte klotsen van het water hoort
Als kind vraagt men zich af waaraan dat jaagpad is ontsproten
op eendjes en op vissen wordt hier toch niet geschoten

En de tijd dat boten nog met paarden werden voortbewogen
die is vandaag ontelbaar veel jaren heen en lang vervlogen

Nu wordt er gevaren van hier naar ginder en van ginder weer naar hier
wat de schipper vervoert geen flauw idee misschien zelfs wel Opitter bier
Aan wal komen wandelaars en fietsers in groten getale frisse neuzen halen
hengelaars oefenen er uren geduld soms met goede vangst soms is het balen

En dat het kanaal zo van nature vol met water staat da's fameus boffen
want telkens zo'n rijnaak hier passeert zou 't anders nogal ferm stoffen

Danny Das