NIEUWSBRIEF SENIORENNET DILBEEK

Nr. 75 – 31 oktober 2026



SHOW TOON EN HERMAN GEANNULEERD

Tot onze grote spijt moeten wij meedelen dat het geplande optreden "Toon en Herman" op 5 november in Westrand werd geannuleerd wegens te weinig verkochte tickets. Het productiehuis deed ons een voorstel om de show te verplaatsen naar een latere datum, maar die paste niet in het jaarprogramma van 2027. We begrijpen dat dit een teleurstelling is voor wie al een ticket kocht. De diensten van Westrand doen het nodige voor de terugbetaling van de tickets. Indien je op 20 november nog geen terugbetaling hebt ontvangen of andere vragen hebt, neem dan gerust contact op met seniorennet-dilbeek@telenet.be. (jg)

ZORG IS EEN RECHT GEEN HANDELSWAAR

De Vlaamse Ouderenraad bracht een advies uit over winst op zorg. Aanleiding zijn de groeiende bezorgdheden van ouderen over de betaalbaarheid, toegankelijkheid en kwaliteit van de ouderenzorg. De centrale boodschap van het advies is duidelijk: zorg is een recht, geen handelswaar.



Ouderen moeten kunnen rekenen op kwaliteitsvolle en betaalbare zorg, ongeacht hun inkomen of de beheersvorm van de zorgvoorziening. Maar de kosten voor ouderenzorg blijven stijgen zodat steeds meer ouderen zich hierover zorgen maken. Daarom pleit de Vlaamse Ouderenraad ervoor om zorg breed te definiëren. Zorg gaat immers over veel meer dan medische handelingen alleen. Ook welzijn, sociale contacten, participatie, ondersteuning en een kwaliteitsvolle leefomgeving maken er deel van uit.

WAT MET WINST?

De Vlaamse Ouderenraad erkent dat woonzorgvoorzieningen financiële reserves nodig hebben om duurzaam te kunnen werken. Wat niet kan, is dat middelen die bedoeld zijn voor zorg wegvloeien naar aandeelhouders of andere commerciële constructies zonder aantoonbare meerwaarde voor de bewoners.

MEER TRANSPARANTIE NODIG

Een belangrijke rode draad doorheen het advies is de vraag naar meer transparantie. Ouderen en hun naasten moeten beter kunnen begrijpen waarvoor ze betalen. Daarom vraagt de Vlaamse Ouderenraad onder meer transparante facturen, duidelijke informatie over dagprijzen en supplementen en een beter zicht op financiële stromen binnen woonzorgvoorzieningen.

21 AANBEVELINGEN

In totaal formuleert de Vlaamse Ouderenraad 21 aanbevelingen. Die gaan onder meer over een duidelijke definitie van zorg, een einde brengen aan de onderfinanciering, het bewaken van de betaalbaarheid van ouderenzorg, het controleren van financiële stromen en het versterken van transparantie. Het doel is steeds hetzelfde: ervoor zorgen dat zorgmiddelen maximaal worden ingezet voor ouderen en hun levenskwaliteit. Het volledige advies 2026/4 kun je **HIER** lezen. *(Website Vlaamse Ouderenraad)*

DE SENIORENWEEK BRACHT OPNIEUW SENIOREN, WOONZORGCENTRA EN VERENIGINGEN SAMEN



De missie van Seniorennet Dilbeek is het organiseren van netwerken om overleg en ontmoeting te creëren tussen verengingen, woonzorgcentra en individuele senioren. Dat waren de woorden van voorzitter Bert Maes bij de opening van de seniorenweek in het Westrandtheater op vrijdag 16 oktober. Hij toonde ook aan hoe die doelstelling werd gerealiseerd en hoe individuele senioren kunnen genieten van het aanbod van woonzorgcentra en ouderenverengingen tijdens de seniorenweek van 16 tot en met 25 oktober.



Dat bleek al bij de opening zelf toen alle aanwezige senioren, na de schitterende voorstelling van Jelle CLeymans en Sam Verhoeven, konden kennismaken met verschillende diensten en verenigingen in de feestzaal. Voor de rolstoelgebruikers werd een aparte receptie georganiseerd in de inkomhal van Westrand, wat door de betrokkenen enorm werd geapprecieerd.
Zaterdag zat de Sint-Egidiuskerk van Groot-Bijgaarden vol voor de hommage aan componist en Dilbeeks ereburger Jos Mertens door pianist Matthieu Idmtal.
Maandag was het wandeldag vanaf de markt in Schepdaal met als ervaren gidsen Mimi van Gepensioneerde ambtenaren Dilbeek en Lena van Neos. Het schitterende wandelweer lokte meer dan 65 wandelaars. Nadien was het genieten van de taartjesnamiddag in het Gildenhuis van Schepdaal waar al snel plaatsgebrek was.





Dinsdag had je even oordopjes nodig in de overvolle Living van Breugheldal want een hele schare ouderen klopten er lustig op grote en kleine percussie-instrumenten. Een andere schare ouderen amuseerden zich woensdagnamiddag te pletter met Rummikub in residentie Wivina. Donderdag was er de klassieke lezing georganiseerd door Neos in Dil'Arte. Een overvol auditorium luisterde naar Dr. Eric Maerteleire die het had over "Gezond eten, gezond ouder worden". Niet te verwonderen dat de aanwezige doelgroep bijzonder geïnteresseerd was in deze heldere en informatieve uiteenzetting.
Vrijdag genoten we van de klassieke kaasschotel in residentie Albert I in Itterbeek. De schotel was overvloedig gevuld. Puur genieten was het voor het talrijk opgekomen publiek.
















Tijdens eerdere seniorenweken was er altijd een optreden van de Koninklijke Fanfare Sint-Pieter uit Sint-Anna-Pede. Vorige jaren was dat niet meer het geval, maar zaterdagnamiddag was de fanfare terug in de inkomhal van Breugheldal. De 24 muzikanten speelden de pannen van het dak voor de talrijke aanwezigen die nu en dan zelfs een dansje ten beste gaven.




En *last but not least* was er het slotbanket in residentie Maria Assumpta in Dilbeek. Na een overvloedig buffet was het genieten van ofwel everzwijnragout ofwel een vispannetje. Kok Kevin en gastvrouw Kelly Bras en haar personeel maakten er een schitterend feest van. Voor dit smaakvolle orgelpunt geldt zeker de oorspronkelijke betekenis van “goede wijn behoeft geen krans”. *(bm)*

DE SINT KOMT 2 KEER NAAR WESTRAND MIDDEN IN EEN PRACHTIGE SHOW

Dinsdag 1 en donderdag 3 december, telkens om 14.00 uur, staan met stip aangeduid in de drukke agenda van de Sint want dan wordt hij verwacht tijdens het jaarlijkse Sinterklaasfeest voor de Dilbeekse senioren. Het worden hartverwarmende namiddagen vol muziek en gezelligheid. Er is ook een pauze voorzien om samen te kunnen genieten van een kop koffie en een koffiekoek.





Celien Hermans, Lissa Lewis en Hannelore Neefs, alle drie dochters van Vlaamse artiesten, nemen je mee in hun muzikale wereld. Met verhalen over hun passie voor muziek en liedjes van familieleden of idolen bezingen zij hun muzikale jeugd. Hans Peter Jansens, een naam die tot ver buiten onze grenzen weerklinkt, brengt je een selectie prachtige songs.

We hoorden deze warme bariton eerder in internationale producties zoals *Phantom of the Opera* en Les Misérables.

En dan is er het vrolijke ensemble Zakdoek dat lacht met alles en iedereen, in de eerste plaats met zichzelf. Het brengt een mix van eigen liedjes, parodieën op bekende covers en volksmuziek met een flinke dosis humor en eigenzinnigheid. Ten slotte zijn er Connie Neefs, de pianisten Eric De Vos en Dirk Peeters en natuurlijk Sinterklaas zelf die je met open armen ontvangen voor een feestelijke en muzikale namiddag. Tickets voor dinsdag 1 december bestel je **HIER**, voor de tickets voor 3 december moet je **HIER** zijn. *(bm)*





TWIJFEL JE OVER JE RIJVAARDIGHEID? DAN IS ER SVM

Mobiliteit is voor vele senioren een belangrijke sleutel tot zelfstandigheid, sociaal contact en levenskwaliteit. Toch kunnen gezondheidsproblemen, medicatiegebruik of een afname van rijvaardigheid een invloed hebben op de rijveiligheid. Wanneer daar twijfel over ontstaat, biedt Samen Veilig Mobiel (SVM) ondersteuning aan zowel oudere bestuurders als hun omgeving.

SVM is een gespecialiseerd expertisecentrum dat ouderen begeleidt bij vragen rond rijgeschiktheid en veilige mobiliteit. De centra werken multidisciplinair en zijn ingebed in de geriatrische en neurologische zorg. Hun aanpak is gebaseerd op wetenschappelijke inzichten en vertrekt vanuit de mogelijkheden van de persoon, niet enkel vanuit een medische diagnose.

Vandaag zijn er verschillende centra van SVM actief in Vlaanderen. Daarmee vormen ze een netwerk van laagdrempelige aanspreekpunten voor iedereen die vragen heeft over veilig autorijden op latere leeftijd. Deze mensgerichte aanpak draagt niet alleen bij aan de verkeersveiligheid, maar ook aan het behoud van zelfstandigheid en levenskwaliteit voor senioren. Je kunt de SVM-centra terugvinden op de **website van de VLaamse Stichting Verkeerskunde (VSV)**. Ook op de **website van SVM** vind je meer informatie. *(Uit de nieuwsbrief van Okra van september 2026)*

LEZERS VRAGEN

HOE KAN IK MIJN WIFIWACHTWOORD WIJZIGEN?

We kregen van een lezer de vraag hoe zij haar Wifiwachtwoord kan wijzigen. Zij vindt dat wachtwoord veel te ingewikkeld om te onthouden. Dat is begrijpelijk als je dat wachtwoord (bestaande uit 10 of 12 karakters) afleest van de modem die door je provider werd geleverd. Je vindt het normaal op de achterkant van de modem-router.

LET OP!

Dat wachtwoord wijzigen is tamelijk eenvoudig maar let op: zodra je het nieuwe wachtwoord opslaat, zal de verbinding op al je apparaten (smartphones, laptops, smart-tv's) direct wegvallen. Je moet daarna op elk apparaat opnieuw verbinding maken en dat gloednieuwe wachtwoord invoeren.

WACHTWOORD WIJZIGEN

Uiteraard leggen we graag uit hoe je dat wachtwoord kunt wijzigen. Dat is vrij eenvoudig via de app die jouw provider ter beschikking stelt. Ziehier enkele voorbeelden van 3 providers:

- **Telenet**: Open de app MyTelenet of ga naar de website van Telenet. Kies Wifinetwerk ➔ Details ➔ Beheren ➔ Netwerkinstellingen.
- **Proximus**: log in op de app MyProximus of ga naar de website van Proximus. Ga naar Producten ➔ klik op je internetproduct ➔ kies Wijzig je wifinaam of wachtwoord.
- **Orange**: log in op de My Livebox-app ➔ ga naar het menu Network Wireless ➔ pas de WPA Key aan.

Die eenvoud is verleidelijk maar soms is het toch beter om een ingewikkeld paswoord te behouden. (*bm*)

DIGI-TAAL: TIPS

LET OP BIJ HET DOWNLOADEN VAN PROGRAMMA'S

Als je een programma installeert, kun je vaak kiezen tussen de standaardinstallatie en een gepersonaliseerde installatie … hoewel die optie niet altijd duidelijk wordt weergegeven. Kies indien mogelijk altijd voor die gepersonaliseerde installatie omdat je dan meebepaalt wat er precies op je computer wordt geplaatst.
Indien je programma's wilt downloaden, dan is het af te raden om die te laten zoeken door Google of een andere zoekmachine. Vaak zijn de programma's die je binnenhaalt via een onbekende website niet betrouwbaar. Je gaat beter rechtstreeks naar de officiële website van de ontwikkelaar. Zo kan je bijvoorbeeld vermijden dat een nutteloze menubalk aan je browser wordt toegevoegd en dat zgn. 'bloatware' wordt geïnstalleerd. Dat zijn apps die samen met het programma worden binnengehaald en die vaak totaal overbodig zijn, of zelfs schadelijk. Een voorbeeld. Heel wat gebruikers wensen zogenaamde opkuisprogramma's te installeren zoals CCleaner. Indien je die zoekt met Google, dan kom je al vlug terecht bij websites zoals Softonic, of Helpsoft, enz. Je kunt beter rechtstreeks gaan naar de website van Piriform, de ontwikkelaar van CCleaner. Indien je de naam van de ontwikkelaar niet kent, vraag het dan aan ChatGPT of Gemini of Copilot.

VLC MEDIA PLAYER

Misschien heb je al ondervonden dat je computer weigerde om een stukje muziek, een dvd of een cd af te spelen. Dat komt doordat het formaat van het mediabestand dat je wilt opstarten niet is opgenomen in de mediaspeler van Windows. Er is echter VLC Mediaplayer, de app die bijna alle bestaande formaten kent, maar die moet je dan wel downloaden en installeren op jouw computer. Ziehier hoe je dat doet.

- Klik **HIER** om naar de eigen downloadpagina te gaan van VLC Media Player. In de meeste browsers start de download meteen. Is dat niet het geval, klik dan bovenaan op de oranje tekst **click here**. Klik zo nodig op **Do not consent** (niet toestaan) als er wordt gevraagd naar je persoonlijke gegevens.
- Open in de verkenner de map **Downloads** en dubbelklik op het bestand **Vlc-3.0.10-win32**.
- Krijg je een beveiligingsmelding van Windows, klik dan op **Ja**.
- Er verschijnt een venster waarin je de taal kunt instellen. Kies je taal en klik op **Ok**.
- De installatiewizard verschijnt. Klik op **Volgende**.
- Klik op **Volgende** bij de licentieovereenkomst**.**
- VLC installeert de geselecteerde onderdelen. Klik op **Volgende** en op **Installeren**.



- De installatie kan even duren. Nadat het installeren is gelukt, klik je op **Voltooien**.
- De eerste keer dat VLC media player opstart, zie je wellicht een extra venster met informatie over het privacy- en netwerkbeleid. Je kunt gerust beide vinkjes laten staan en klikken op **Doorgaan**. (bm)

KORT EN BONDIG

- De Vlaamse Ouderenraad reageert verontrust op de geruchten dat premier De Wever bij de begrotingsopmaak voor de komende drie jaar opnieuw zou willen **besparen op de pensioenen**. De nieuwste begrotingstabel die voorligt op de onderhandelingstafel van de federale regeringspartijen viseert naar verluidt het vakantiegeld van gepensioneerde werknemers en ambtenaren. Door dit vakantiegeld tot 2029 te bevriezen en niet langer automatisch te indexeren, zou dit een gepensioneerde tot 120 euro per jaar kosten.

- "Een warm Vlaanderen biedt houvast en begint bij mensen die naar elkaar omzien." Zo klonk het tijdens de Septemberverklaring van Vlaams minister-president Diependaele. Toch kan de Vlaamse Ouderenraad zich niet van de indruk ontdoen dat de Vlaamse regering bijzonder weinig omziet naar de ouderen in de samenleving. De Vlaamse Ouderenraad stelt zich vragen bij besparingen die haaks staan op het recent goedgekeurde **Ouderenbeleidsplan**, betreurt opnieuw de beeldvorming over ouderen en roept de media ook op te stoppen met pogingen om ouderen en andere generaties tegen elkaar uit te spelen.

- Bijna één op de tien woonzorgcentra heeft het financieel zo moeilijk dat de zorg in het gedrang dreigt te komen. Dat blijkt uit een doorlichting die de Vlaamse zorginspectie maakte van alle woonzorgcentra in Vlaanderen en Brussel, meer bepaald van de inrichtende machten die de woonzorgcentra uitbaten.

- Emily Verté is sinds 1 oktober aan de slag als **nieuwe directeur van de Vlaamse Ouderenraad**. Emily heeft bijna twintig jaar ervaring in zorg, welzijn en beleid. Ze was professor en deed jarenlang onderzoek naar de behoeften van ouderen, zorgzame buurten en lokale beleidsparticipatie. Mensen en organisaties samenbrengen, bruggen bouwen tussen beleid en praktijk en ervoor zorgen dat goede ideeën ook echt iets veranderen, vormen de rode draad doorheen haar loopbaan.



- Dit jaar vindt **De Warmste Week** plaats van vrijdag 18 tot en met donderdag 24 december in Mechelen op het provinciaal domein De Nekker. De actie zamelt geld in voor 216 geselecteerde projecten (via het DWW-fonds van de Koning Boudewijnstichting) rond veiligheid, geborgenheid en een zorgzame plek zonder geweld of angst. Meer informatie vind je **HIER**.

- Wie recht heeft op een **verhoogde tegemoetkoming** betaalt minder voor gezondheidszorg en krijgt ook nog andere financiële voordelen. In bepaalde situaties heb je automatisch recht op dit statuut, zoals bijv. bij leefloon, Inkomensgarantie Ouderen en zorgbudget voor ouderen met een zorgnood. Heb je een beperkt inkomen, maar krijg je nog geen verhoogde tegemoetkoming? Dan kan je hiervoor een aanvraag doen bij jouw ziekenfonds.

- Sinds 1 september 2026 heeft de **Pensioenlijn** een nieuw telefoonnummer. Het oude, gratis nummer 1765 werd vervangen door een betalend standaardnummer: 02 225 17 65. De pensioendienst verzekert dat de kwaliteit van de dienstverlening gewaarborgd blijft.

- In de herfst- en wintermaanden wordt **vaccinatie tegen covid en griep** opnieuw aanbevolen voor iedereen vanaf 65 jaar. Ook voor fitte en gezonde senioren. Je laten vaccineren is zo gebeurd: gewoon even langsgaan bij je huisarts of apotheek. Een kleine moeite die een groot verschil kan maken.

- Vanaf 2027 betaal je meer voor **dienstencheques**, je krijgt er minder en de geldigheidsduur wordt verminderd van 12 naar 9 maanden. Je kunt nog maximaal 300 dienstencheques per persoon per jaar aankopen: 175 cheques aan 12 euro en 125 cheques aan 13 euro. Bepaalde groepen, zoals personen die een zorgbudget voor ouderen ontvangen, kunnen vandaag tot 2.000 dienstencheques per jaar aankopen aan 10 euro per stuk. Dit hogere aantal blijft behouden maar de prijs stijgt wel van 10 naar 12 euro.

- Dilbeek zet de volgende stap in het **inzamelen van restafval en gft.** Vanaf het voorjaar 2027 zal Intradura dat afval inzamelen in afvalbakken. De inzameling van pmd blijft gebeuren met afvalzakken. Intradura voert deze nieuwe manier van afval inzamelen door in haar hele werkingsgebied. In een eerste fase gebeurt dit in Dilbeek, Lennik, Ternat en Roosdaal. De inzameling van afval via bakken met 'diftar' kan ons helpen om bewuster om te gaan met ons afval en nog beter te sorteren. 'Diftar' staat voor gedifferentieerd tarief. Dit betekent dat je betaalt per kilo afval dat je aanbiedt. Alle informatie over het systeem vind je **HIER.**

- Dankzij **Fraudstop** moet je nog maar 1 nummer bellen na phishing. Vroeger moest je dan naar Card Stop bellen om je betaalkaart te blokkeren en naar de bank voor bijvoorbeeld je bank-app. Voortaan kan dat simpel en snel via één centraal telefoonnummer: 078 170 170. Klik **HIER** voor de website van Fraudstop. Je vindt er heel wat informatie evenals tips om allerlei soorten van oplichting te herkennen.

- Er zijn weer **Digicafés** op donderdagen 5 november in de bibliotheek van Schepdaal en 3 december in Nieuwenbos in Groot-Bijgaarden, telkens van 10.00 tot 12.00 uur. Digihelpers Jean-Claude en Jean-Charles verwelkomen je met een kop koffie en bieden je een antwoord op de digitale vragen die je hebt over je smartphone, laptop en/of tablet. Tegelijkertijd leer je bij van de andere aanwezigen. Deelnemen is gratis en vooraf inschrijven is niet nodig.

- Ook dit najaar houdt de **digidokter** zijn spreekuur in de bibliotheek van Dilbeek op zaterdag 28 november van 10.00 tot 12.00 uur. Je kunt er gratis terecht met al je vragen over je computer. Vooraf inschrijven is niet nodig.

- Ken jij iemand die graag onze **nieuwsbrief** ontvangt of lid wenst te worden van Seniorennet Dilbeek vzw? Geef dan zijn/haar mailadres door op **seniorennetdilbeek@telenet.be.**

SENIORENKALENDER

DATUM	LOCATIE	ACTIVITEIT
Dinsdag 3 november	Dilbeek Saviocentrum Stationsstraat 275	**INTRADURA GEEFT UITLEG OVER DIFTAR:** 14.00 uur. Organisatie OKRA. Iedereen is welkom. Inkom 1 euro.
Donderdag 12 november	Dilbeek Westrand – Feestzaal	**INFOSESSIE OVER DIFTAR:** 15.00 uur. Informatienamiddag over het diftarsysteem **speciaal voor senioren**.
Donderdag 12 november	Itterbeek Breugheldal De Living	**INFOSESSIE RECHTEN VAN DE PATIËNT:** 14.00 tot 16.00 uur. In deze interactieve infosessie staan we stil bij alle rechten van de patiënt en zijn mantelzorger. Organisatie Coponcho. Deelname is gratis maar inschrijven is wel nodig uiterlijk op vrijdag 9 november via **ldc@dilbeek.be** of via 02 451 43 70.
Donderdag 19 november	Itterbeek WZC Quietas Bezenberg 10	**PRAATCAFÉ DEMENTIE** i.s.m. de 6 woonzorgcentra in Dilbeek en het Expertisecentrum Dementie Memo. 18.30 tot 20.30 uur. Vanuit een ethische vraagstelling gaan we samen onderweg met mensen met dementie en hun geliefden. Inschrijven kan via **ouderenwelzijn@dilbeek.be** of 02 451 43 70 tot en met dinsdag 17 november.
Woensdag 2 december	Groot-Bijgaarden Welzijnscampus	**VOORDRACHT "EEN HERSENGEZONDE LEVENSSTIJL":** 13.30 tot 15.30 uur. Tegen dementie bestaat helaas nog geen medicijn, maar het wordt steeds duidelijker dat het risico op dementie op hoge leeftijd stevig verlaagd kan worden door een hersengezonde leefstijl. Lesgever is Bo van Vief vzw. Gratis. Inschrijven kan tot en met vrijdag 27 november via **ldc@dilbeek.be** of via 02 451 43 70.
Dinsdag 8 december	Groot-Bijgaarden OKRA	**DAGUITSTAP NAAR AKEN:** Wanneer de geur van vers geroosterde amandelen in de lucht hangt en een feestelijke gloed de hele binnenstad van Aken kleurt, is het er kerstmarkt. Samenkomst om 7.45 uur op parking Gossetlaan tegenover restaurant Brisk. Inschrijven kan door betaling van 35 euro op rekening BE30 0637 6175 8011 van Reizen Okra Groot-Bijgaarden uiterlijk op 25/11/2026.

18 tot 24 december	Warmste week	**MEEDOEN MET DE WARMSTRE WEEK**: De Warmste Week 2026 vindt plaats van 18 tot en met 24 december 2026 in Mechelen (op provinciaal domein De Nekker). Het thema dit jaar is "een warme thuis voor iedereen". Om zelf een actie te organiseren, klik dan **HIER** voor meer informatie.

