



NIEUWSBRIEF SENIORENNET DILBEEK

Nr. 74 – 30 september 2026

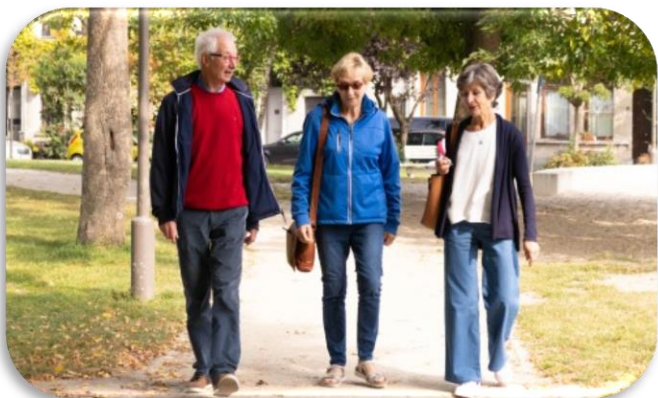


DILBEEKSE SENIORENWEEK 16 TOT 25 OKTOBER

Traditiegetrouw organiseren wij in Dilbeek de seniorenweek einde oktober vlak voor de uurverandering, van 17 tot 26 oktober. Op die manier kunnen we tijdens de vele namiddagactiviteiten nog genieten van het zonlicht. Een volledig weekoverzicht vind je terug in de vorige nieuwsbrief die je kunt raadplegen op de website www.seniorennetdilbeek.be. In deze nieuwsbrief zetten we nog eens alle activiteiten van de seniorenweek op een rijtje in de seniorenkalender vanaf pagina 6.

EXTRA MIDDELEN VOOR WOONZORG EN LOKALE DIENSTENCENTRA ALS 'HUIZEN VAN DE BUURT'

De Vlaamse Ouderenraad verwelkomt de extra investering van 40,4 miljoen euro van de Vlaamse regering in de woonzorgcentra en respijtzorg, en de verdere uitbouw van lokale dienstencentra tot sterke 'huizen van de buurt'. Beide maatregelen zorgen ervoor dat ouderen langer kunnen blijven wonen in hun vertrouwde omgeving, zonder dat ze er alleen voor komen te staan.



MEER ADEM RUIMTE

Dankzij de 40,4 miljoen euro komen er, naast de 564 bijkomende woongelegenheden in woonzorgcentra, ook 682 plaatsen bij in de centra voor kortverblijf: 551 nieuwe plaatsen en 131 eerder geplande maar nog niet gerealiseerde plaatsen. Dit is belangrijk, omdat het gaat om plaatsen waar ouderen tijdelijk terecht kunnen wanneer thuis wonen even moeilijk wordt. Zo wordt een belangrijke stap gezet in de richting van een ouderenzorg die mensen helpt om langer thuis te blijven wonen.

HUIZEN VAN DE BUURT

Ook de ambitie om van de lokale dienstencentra 'huizen van de buurt' te maken draagt bij tot de mogelijkheid om in de vertrouwde omgeving oud te worden. Dit betekent dat de lokale dienstencentra meer preventief zullen moeten werken en meer uit hun schulp moeten komen. In samenwerking met huisartsen, thuiszorg, welzijnsorganisaties, vrijwilligers enz. moeten ze noden vroegtijdig detecteren, mensen laagdrempelig bereiken en de brug vormen tussen de formele zorg en informele netwerken. Vanaf 2028 zou het nieuwe kader gefaseerd

worden ingevoerd. Dit plan kan enkel succesvol zijn indien de Vlaamse Regering voldoende extra middelen vrijmaakt voor de werking van die huizen van de buurt.

GEÏNTEGREERD OUDERENBELEID

De Vlaamse Ouderenraad is dus tevreden dat er keuzes worden gemaakt en ziet hierin een eerste aanzet naar een meer geïntegreerd ouderenbeleid. De raad volgt aandachtig op hoe deze plannen op het terrein verder worden gerealiseerd. De uiteindelijke meerwaarde zal immers afhangen van correcte middelen, een sterke lokale verankering en een goede samenwerking tussen de verschillende beleidsdomeinen en zorgactoren. (Samenvatting bm)

TOON EN HERMAN



Dit is echt iets voor fijnproevers van muziektheater. Seniorennet Dilbeek is er namelijk in geslaagd om een tryout naar Westrand te halen waarin de mooiste liedjes van Toon Hermans en Herman Van Veen worden verenigd in dit unieke muzikale eerbetoon.

Peter Verbraken op diverse gitaren, Eddy Aelbrecht op accordeon en klavieren en ster-

acteur Ivan Pecnik bezorgen het publiek een duik in een teder taalbad. Plaats van afspraak is de feestzaal van Westrand op donderdag 5 november om 14.00 uur. Een toegangsticket kost 24 euro en je kunt het [HIER](#) bestellen. Wacht er niet mee want het aantal plaatsen in de feestzaal is beperkt. Je kunt voor de voorstelling en tijdens de pauze een drankje bestellen bij de medewerkers van Lou's Plek en bij de vrijwilligers van Seniorennet Dilbeek kun je terecht voor koffie en taart. (bm)

BELGIË SCHALKS BEKEKEN

Cabaret is iets wat velen niet meer kennen maar wellicht geldt dat niet voor heel wat senioren. KWB/RAAK Groot-Bijgaarden gaat er alleszins eentje organiseren op zondagnamiddag 29 november in zaal Collegium in Groot-Bijgaarden: het cabaret 'België schalks bekeken'. Aanvang 14.30 uur, deuren open vanaf 14.00 uur.

Het is een humoristisch cabaretprogramma van Karel Declercq dat de Belgische actualiteit met een lach bekijkt, met scherpe grappen, treffende imitaties en muzikale parodieën. De politiek, bekende koppen en opvallende gebeurtenissen uit het nieuws passeren de revue.

De toegang kost 15 euro maar als je op voorhand inschrijft, betaal je 12 euro, te storten op BE43 7785 9285 8601 van KWB Groot-Bijgaarden. (jpvc)



TWEE DILBEEKSE KUNSTENAARS IN DE KIJKER MET EEN RETROSPECTIEVE



In 2024 werd door onze zusterorganisatie Cultuurplatform Jean Brusselmans in de kijker geplaatst. Het was toen 100 jaar geleden dat de kunst schilder definitief in Dilbeek kwam wonen. Vandaag brengt een korte wandeling in het centrum van Dilbeek ons nog steeds in de voetsporen van Brusselmans. Meer nog: van 2 oktober 2026 tot en met 31 januari 2027 presenteert BOZAR een grote retrospectieve van Jean Brusselmans en daar kunnen Dilbekenaren met een fikse korting van 25% van genieten. Meer informatie hierover vind je [HIER](#).

Een andere bekende Dilbeekse kunstenaar is Bert Vonk (1926-2021). Naar aanleiding van de 100^{ste} verjaardag van zijn geboortedatum organiseren Art-line en Cultuurplatform Dilbeek een retrospectieve tentoonstelling van zijn werk in studio Oskar, Baron R. de Vironlaan 117 in Dilbeek. Je kunt er terecht op 3, 4, 5, 10, 11, 17 en 18 oktober telkens van 15.00 tot 17.00 uur. Meer informatie vind je [HIER](#). (bm)

Advies aan het college van burgemeester en schepenen

TELEFONISCH AFSPRAKEN MAKEN BIJ GEMEENTEDIENSTEN

Seniorennet Dilbeek heeft een nieuw advies ingediend bij het college van burgemeester en schepenen om de toegang tot gemeentediensten en gemeentelijke infrastructuur eenvoudiger te maken, vooral voor ouderen. Zie hier kort en bondig het advies.

Sinds de coronaperiode verplicht de gemeente de burger voor heel wat zaken online een afspraak te maken (Burgerzaken, zwembad, containerpark, ...). Dilbeek is een gemeente met heel wat senioren (meer dan 27%) waarvan een niet onaanzienlijk deel computerleken zijn. Daarnaast zijn ook nog vele anderen niet vertrouwd met de wereld van de informatica. Om deze mensen tegemoet te komen zouden we het op prijs stellen dat de mogelijkheid wordt geboden om ook telefonisch afspraken vast te leggen. De beschikbaarheid van een medewerker die telefonisch afspraken noteert, zou drempelverlagend werken en de toegankelijkheid van de dienstverlening beduidend verhogen.

ANTWOORD VAN HET COLLEGE

In zijn antwoord onderstreept het college het belang van een toegankelijke gemeentelijke dienstverlening voor alle inwoners en wijst erop dat voor heel wat dienstverlening vandaag reeds telefonische ondersteuning wordt geboden. Zo kunnen inwoners voor een afspraak bij Burgerzaken contact opnemen via het nummer 02 451 68 20. Overigens kan men bij Burgerzaken iedere woensdagvoormiddag tussen 8.30 en 12.00 uur terecht zonder voorafgaande afspraak. Voor het recyclagepark kunnen telefonisch afspraken worden gemaakt met Intradura op het nummer 02 334 17 40. Voorts wijst het college erop dat telefoonnummers van alle gemeentelijke diensten terug te vinden zijn in het infoblad dat tweemaandelijks in alle Dilbeekse brievenbussen wordt bedeed.

Wij blijven de toegankelijkheid van onze dienstverlening opvolgen, aldus het college, en bekijken daarbij ook hoe we inwoners die minder digitaal vaardig zijn zo goed mogelijk kunnen ondersteunen. Het college dankt Seniorennet Dilbeek vzw voor het signaal en voor het onder de aandacht brengen van deze bekommernis. (bm)



Advies aan het college van burgemeester en schepenen INFOSESSIES OVER DIFTAR

Vanaf het voorjaar 2027 zal Intradura in Dilbeek afval inzamelen in afvalbakken. Van afvalzakken gaat het dus naar afvalbakken.

Meer informatie over die ingrijpende verandering zal worden gegeven op 5 infoavonden telkens om 19.30 uur:

dinsdag 3 november in Solleveld in Sint-Martens-Bodegem

donderdag 12 november in Dil'arte in Dilbeek

donderdag 19 november in de Welzijns-campus in Groot-Bijgaarden

maandag 23 november in de kerk van Schepdaal

dinsdag 1 december in Keperenberg in Itterbeek.

Omdat het telkens om een avondsessie gaat, heeft Seniorennet Dilbeek volgend advies ingediend bij het college.

Wij vernemen dat de gemeente vanaf november 2026 vijf informatievergaderingen organiseert over de invoering van het diftarsysteem, telkens om 19.30 uur. Voor oudere Dilbekenaren betekent de overgang van afvalzakken naar afvalbakken een ingewikkelde zaak. Ze zijn dus geïnteresseerd in die informatiesessies. Als die sessies alleen 's avonds gebeuren, dan haken vele ouderen af. Vandaar onze vraag aan het college van burgemeester en schepenen om ook enkele infonamiddagen te organiseren.

ANTWOORD VAN HET COLLEGE

Onmiddellijk na het schepencollege van maandag 14 september kregen wij een telefoontje vanwege de schepenen van senioren Walter Zelderlo dat er naar ons advies werd geluisterd en dat er bij Intradura zal worden aangevraagd om ook infonamiddagen over het diftarsysteem te organiseren. Het resultaat is dat er een infomoment bijkomt op **donderdagnamiddag 12 november om 15.00 uur** in de feestzaal van Westrand. (bm)

DIGI-TAAL: TIPS

SYSTEEMHERSTEL

Zoals beloofd in de vorige nieuwsbrief, gaan we dieper in op een van mooiste uitvindingen van de jongste jaren in Windows. Als er echt niks meer lukt, als Windows helemaal instabiel is geraakt en je hebt alles geprobeerd wat mogelijk is ... dan rest er hopelijk nog het systeemherstel. Hiermee wordt het besturingssysteem 'hersteld' naar een toestand van toen het nog helemaal gezond was.

Systeemherstel wordt automatisch ingeschakeld de eerste keer dat de computer wordt opgestart, of wanneer een nieuw besturingssysteem (een nieuwe Windows) wordt geïnstalleerd. Voorwaarde is wel dat er minstens 10% vrije ruimte ter beschikking is op de schijf of op de partitie waarop het besturingssysteem geïnstalleerd is. Als dat niet het geval is, dan wordt het systeemherstel automatisch ingeschakeld zodra er genoeg vrije ruimte beschikbaar is.

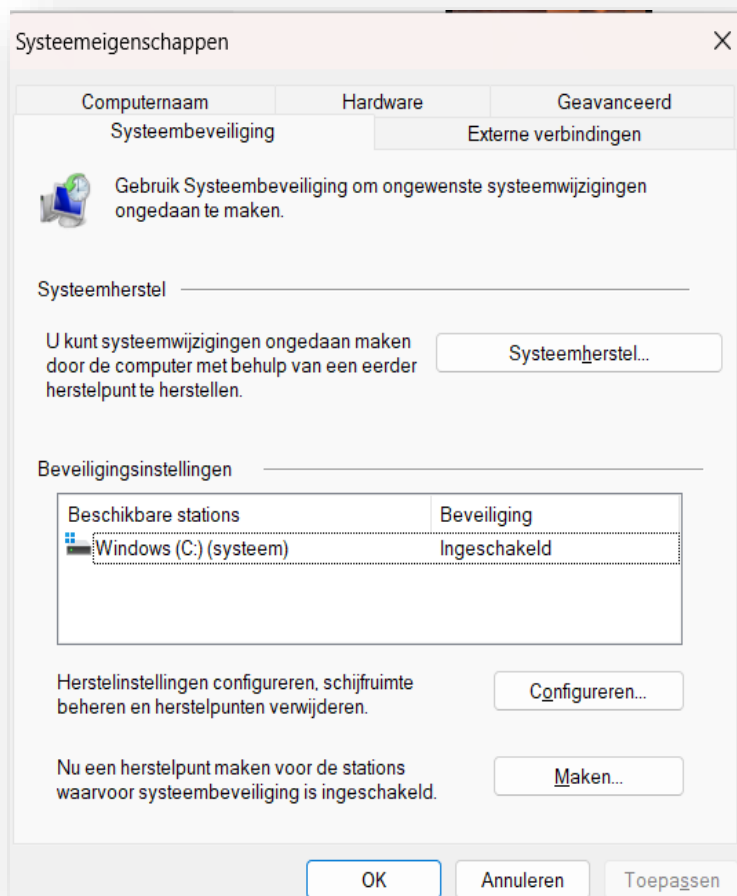
Om Systeemherstel te consulteren of te gebruiken vul je in het zoekvak van de instellingen het woord 'systeemherstel' in en klik je vervolgens op "Herstelpunt maken". Je krijgt dan nevenstaand dialoogvenster te zien.

Om veilig te spelen is het best dat je zelf geregeld een nieuw herstelpunt aanmaakt door te klikken op “Ma-ken...”. En om na te gaan of er voldoende herstelpunten zijn, klik je op de knop “Systeemherstel...”. De computer stelt dan (in het beste geval) zelf een herstelpunt voor. Om na te gaan of er nog andere herstelpunten ter beschikking zijn, klik je op ‘Een ander herstelpunt selecteren’ en dan op ‘Volgende’. Activeer links onderaan de optie ‘Meer herstelpunten weergeven’ om alle herstelpunten te zien. Om te vermijden dat het systeemherstel in gang wordt gezet is het best om op dat ogenblik de hele operatie te ‘Annuleren’, tenzij je echt een hersteloperatie wil uitvoeren. Dan kies je een herstelpunt met een datum waarop jouw computer nog vlekkeloos werkte.

In principe houdt de computer een 4-tal herstelpunten bij, zodat je een 4-tal weken kunt teruggaan. Dat is meer dan voldoende om veilig te spelen. Windows maakt zelf herstelpunten aan vooraleer een belangrijke update wordt binnengehaald of wanneer de gebruiker zelf grotere programma’s installeert. Het is echter een goede gewoonte om zelf geregeld een herstelpunt aan te maken.

VERPLAATSBARE TAAKBALK IN WINDOWS 11

In Windows 10 kon je de taakbalk op het scherm naar hartenlust verplaatsen naar links, rechts, boven of onder. In Windows 11 is dat niet het geval. Daar komt straks verandering in. In de nieuwe updates van Windows 11 zitten enkele wijzigingen waaronder de mogelijkheid om de taakbalk te verplaatsen o.a. via de Instellingen → Persoonlijke instellingen → Taakbalk. Microsoft voegt hier nog de mogelijkheid voor een compactere weergave aan toe, waardoor de taakbalk minder schermruimte in beslag neemt. De uitrol hiervan verloopt wel geleidelijk, waardoor niet iedereen meteen over de nieuwe mogelijkheid beschikt. (bm)



KORT EN BONDIG

- Naast Breugheldal (Itterbeek) en Nieuwenbos (Groot-Bijgaarden) is er vanaf oktober een nieuw **Lokaal Dienstencentrum** (LDC) in Schepdaal. Vanaf oktober vind je Thim Vandecauter tussen de boeken in de Schepdaalse bibliotheek. Elke woensdag van 10 uur tot 16 uur staat de deur voor je open. Je kan er terecht voor een vraag, een idee of gewoon een babbel en een kopje koffie.
- 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.

- Sinds begin september kun je elke woensdag van 8.30 tot 12.00 uur zonder afspraak langskomen bij de **loketten van Burgerzaken** in de kasteelhoeve (de Heetveldelaan 4). Het gaat wel om een testfase om de dienstverlening zo goed mogelijk af te stemmen op de noden van de Dilbekenaar. Tijdens die momenten kun je bij de medewerkers terecht voor de meeste producten. Heb je evenwel een complexe vraag, dan blijft het een goed idee om een afspraak te maken.
- 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. Op de website van [Fraudstop](#) vind je heel wat informatie. Je vindt er ook tips om alle soorten van oplichting te herkennen.
- Er zijn weer **Digicafés** op donderdagen 8 oktober in Breugheldal, 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.
- LDC In Kompanie organiseert van 8 tot 16 oktober 2026 een **Digitale Week**. Meer informatie vind je [HIER](#) of surf naar www.dilbeek.be/digitaleweek voor het volledige programma.
- 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
Maandag 5 oktober	Dilbeek Centrum	JAARMARKT: vanaf 10.00 uur. Kraampjes, dierenprijskampen (parking Westrand), kermis (2 tot 5 oktober op het Gemeenteplein) en optredens tijdens Oosthoek Live. Afsluiter is het traditioneel vuurwerk om 20.30 uur rond het gemeentepark, gevolgd door optredens in de feesttent.

Donderdag 8 oktober	Itterbeek Breugheldal LDC In Kompanie	LEVENDE BIBLIOTHEEK: 14.00 tot 17.00 uur. Een Levende Bibliotheek is zoals een gewone bibliotheek. Alleen ontleen je er geen boeken, maar echte mensen van vlees en bloed. Mensen met een inspirerend verhaal of een aangrijpende getuigenis. Zij delen graag hun verhaal met jou in een kort gesprek van mens tot mens. Organisatie Avansa. Meer info en mogelijkheid om in te schrijven vind je HIER .
Vrijdag 9 oktober	Itterbeek - Breugheldal Inkomhal	BREUGHELFEEST: 14.00 tot 17.00 uur in de inkomhal van site Breugheldal. Kom genieten van een sfeervol feest vol gezelligheid, muziek en lekkernijen. Zanger Benny Michiels zorgt voor een feestelijk optreden met bekende meezingers en ambiance voor iedereen. Vooraf inschrijven is niet nodig.
Zaterdag 10 oktober	Dilbeek Feestzaal Westrand	CHOCOLADEBEURS CHOCORIS: 11.00 tot 18.00 uur. De chocoladebeurs "Van boon tot chocolade" wordt georganiseerd door RIS Dilbeek, de koepelorganisatie van Dilbeekse verenigingen actief in ontwikkelingssamenwerking, in samenwerking met Unizo Dilbeek en de gemeente Dilbeek. RIS Dilbeek brengt alle Dilbeekse chocolademakers samen in deze unieke beurs.
Maandag 12 oktober	Itterbeek - Breugheldal Living	INFOESSIE: 13.30 tot 15.30. Draaiboek voor nabestaanden en digitaal nalatenschap. Tijdens deze infosessie bekijken we hoe we het voor de naasten iets makkelijker maken na een overlijden. Inschrijven kan tot en met donderdag 8 oktober via ldc@dilbeek.be of via 02 451 43 70.
Donderdag 15 oktober	Groot-Bijgaarden Welzijnscampus	ZORGCAFÉ BEWINDVOERING & ZORGVOLMACHT: 18.30 tot 20.30 uur. Deze vorming behandelt op een heldere manier wat bewindvoering, zorgvolmacht en vertegenwoordiging betekenen. Je krijgt inzicht in de juridische aspecten en praktische toepassing ervan. Deelnemen is gratis. Inschrijven kan via ouderenwelzijn@dilbeek.be of 02 451 43 70 tot en met donderdag 8 oktober.

Vrijdag 16 oktober	Dilbeek Theater Westrand	OPENING SENIORENWEEK MET DE LASSIES: 14.00 uur. Spetterende openingsshow met Jelle Cleymans (zang), Sam Verhoeven (zang) en Steven Mintjens (zang, piano). Tickets kun je HIER bestellen.
Zaterdag 17 oktober	Groot-Bijgaarden Sint-Egidiuskerk	HOMMAGE AAN JOS MERTENS: 15.00 uur. Matthieu Idmtal is de ideale vertolker om bekend en minder bekend pianowerk van Jos Mertens te laten klinken en hulde te brengen aan zijn muzikale nalatenschap. Tickets kun je HIER bestellen.
Maandag 19 oktober	Schepdaal Markt	WANDELINGEN: 14.00 uur. Je kunt kiezen uit twee parcours: (1) een wandeling van ongeveer 5 km naar Sint-Gertrudis-Pede, begeleid door de Gepensioneerde Ambtenaren Dilbeek; (2) een wandeling van ongeveer 7 km richting Sint-Martens-Lennik, begeleid door Neos Dilbeek. Na de wandelingen ben je welkom op de taartjesnamiddag van Seniorennet Dilbeek in zaal Gildenhuis, E. Eylenboschstraat 22 in Schepdaal.
Maandag 19 oktober	Schepdaal Gildenhuis Eylenboschstraat 22	TAARTJESNAMIDDAG: vanaf 14.15 uur. Niet-wandelaars en wandelaars zijn van harte welkom in het ontmoetingscentrum Gildenhuis, E. Eylenboschstraat 22 in Schepdaal. Kom er genieten van een taartje, koffie, thee of een frisse pint in een warme, gezellige sfeer en aan schappelijke prijzen.
Dinsdag 20 oktober	Itterbeek Breugheldal De Living	INITIATIE PERCUSSIE: 14.00 uur. Samen muziek maken met verschillende grote en kleine percussie-instrumenten. In deze initiatie ontdek je ritme, klank en samenspel op een toegankelijke manier. Deelnemen is gratis. Info en inschrijven via ldc@dilbeek.be of via 02 451 43 70.
Woensdag 21 oktober	Groot-Bijgaarden Parkresidentie Wivina H. Placestr. 43	RUMMIKUBNAMIDDAG: 14.00 uur. Een namiddag vol spelplezier, tactisch inzicht en vooral veel gezelligheid. Deelnemen kost 8 euro, inclusief een hapje en een drankje. Inschrijven kan tot 15 oktober door overschrijving van 8 euro op rekening BE10 9531 2092 3704. Meer info bij de woonassistent of via 0472 02 24 54, of via pascaline.hellebuyck@t4g.be .

Donderdag 22 oktober	Dilbeek Dil'Arte	LEZING "GEZOND ETEN, GEZOND OUDER WORDEN ": 14.00 uur. Door Eric De Maerteleire. Hij is bio-ingenieur en doctor in de landbouwkundige en toegepaste biologische wetenschappen. Hij was 30 jaar hoofd van het Stadslaboratorium Gent, verantwoordelijk voor chemisch en bacteriologisch onderzoek van voedingswaren. Neos Dilbeek nodigt uit en iedereen is welkom. De inkom is gratis maar je moet wel inschrijven vóór 18 oktober per mail naar neosdilbeek@gmail.com of via de website www.neosvzw.be/dilbeek met de rode knop "inschrijvingen".
Vrijdag 23 oktober	Itterbeek Residentie Koning Albert I Keperenbergstraat 36	KAASAVOND: vanaf 17.00 uur. Vooraf inschrijven is wel nodig. Dit kan t.e.m. 12 oktober aan het onthaal van de residentie of via e-mail naar joke.vandereeckt@armonea.be . Prijs: 28 euro voor een kaasschotel en 25 euro voor een vleeschotel. Dranken zijn apart te betalen. Betalen kan cash of met payconiq. Meer info: 02 569 04 47.
Zaterdag 24 oktober	Itterbeek Breugheldal	FANFARE SINT-PIETER: 14.30 uur. Woonzorgcentrum Breugheldal nodigt de Koninklijke fanfare Sint-Pieter van Sint-Anna-Pede uit. Deze fanfare vierde dit jaar haar 140-jarig bestaan. Onder de deskundige leiding van dirigent Erik Durochez laten de muzikanten ons genieten van hun muzikaal repertoire. Iedereen is welkom en de toegang is gratis.
Zondag 25 oktober	Dilbeek Residentie Maria Assumpta Moeremanslaan 8	SLOTDINER VAN DE SENIORENWEEK: 12.00 uur. Inschrijven kan tot en met 16 oktober door overschrijving van 60 euro op rekening BE30 0689 5309 1311 van Seniorennet Dilbeek vzw. Bij de inschrijving de hoofdschotel vermelden (ragout of vispannetje). We starten om 12.00 uur met aperohapjes, cava en fruitsap. Voorgerecht: o.a. gerookte zalm met garnituur, boerenpaté, perzik met tonijn, aspergerolletjes met ham, kippenboutjes, aangevuld met salades enz. Hoofdschotel: everzwijnragout met appel, veenbessen en kroketjes of vispannetje met puree. Dessert: bresiliennetaart. Waters en aangepaste wijnen zijn inbegrepen in de prijs.

Donderdag 12 november	Dilbeek Westrand – Feestzaal	INFOESSIE OVER DIFTAR: 15.00 uur. Informatienamiddag over het diftarsysteem speciaal voor senioren.
Donderdag 12 november	Itterbeek Breugheldal De Living	INFOESSIE 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 LEVENSTIJL”: 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	Grot-Bijgaarden OKRA	DAGUITSTAP naar de kerstmarkt in Aken. Noteer de datum alvast in je agenda. Meer nieuws in een volgende nieuwsbrief.