

Gent X | P602 404

B.MAGAZINE



PB-PP | B-3/1188
BELGIE(N)-BELGIQUE

beweging.net Midden-Vlaanderen
Adres afzender: Korenlei 20, 9000 GENT

jaargang 10 - nr. 1 | winter 2025
Driemaandelijks magazine

*"Op tijd en stond
een raam openzetten
om te verluchten."*

— Berdieke Goemaere van Sciensano

SENSIBILISERINGSCAMPAGNE 'OPGELUCHT'

**TEST DE LUCHTKWALITEIT
IN JOUW WONING**

pagina 7

DOE
GRATIS
MEE!

COLUMN

EEN ANDER VAATJE

De feestdagen, een tijd voor warme gesprekken bij een goed glas wijn, zijn weer voorbij. Het was ook een moment om vooruit te kijken naar wat het nieuwe jaar ons zal brengen. Want eerlijk is eerlijk, 2024 was nu niet bepaald een topjaar. Het was een jaar van conflicten, verdeeldheid en onzekerheid. Hoe zal 2025 zich ontploegen? Kunnen we eindelijk de hoop koesteren op een jaar met minder oorlogen, minder polarisatie en een hernieuwde focus op verbinding? Misschien, heel misschien, kunnen we in 2025 samen uit een ander vaatje tappen.

Voor mij persoonlijk wordt het een jaar vol nieuwe uitdagingen en projecten. Vooral op het gebied van gezondheidszorg staan we voor immense veranderingen. De vergrijzing van de bevolking, steeds complexere gezondheidsbehoeften en de toename van chronische welvaartsziekten leggen een enorme druk op een toch al krappe arbeidsmarkt. Daar komt nog eens bij dat de kosten in de zorg blijven stijgen. Hoe houden we dit systeem overeind en hoe voeren we de nodige veranderingen door? Het ziekenhuis van morgen moet evolueren naar een hoogtechnologische hub in een zorgcontinuüm, waarin de patiënt centraal staat. Maar spits technologie alleen is niet genoeg. We moeten ons blijven afvragen: wat heeft de mens echt nodig?

Een persoonlijke en diepmenselijke benadering van zorg is daarbij onmisbaar. Zorg draait niet alleen om technologie of efficiëntie; het gaat om contact, vertrouwen en aandacht voor de unieke situatie van elke patiënt. In een wereld die steeds sneller draait, moeten we blijven stilstaan bij de menselijke kant van zorg. Hoe kunnen we dat bereiken? Door de schaalvergroting van ziekenhuizen – zoals de

fusie in Gent tussen het AZ Sint Lucas en het AZ Jan Palfijn – te combineren met maatwerk en persoonlijke aandacht. Het grotere plaatje mag nooit ten koste gaan van het kleine, het intieme: een hand vasthouden, luisteren naar de zorgen van een patiënt, of simpelweg aanwezig zijn.

Buiten de zorg zijn er nog bredere vraagstukken die om een diepmenselijke benadering vragen. Hoe herstellen we de rust in een wereld vol conflicten? Misschien ligt de sleutel wel in hoe we met elkaar omgaan. Het begint bij het zoeken naar meer persoonlijk contact, niet alleen in zorginstellingen, maar overal: in onze gemeenschappen, op het werk en zelfs in de politiek. In plaats van verdeeldheid te versterken, moeten we ons richten op wat ons verbindt. Het is geen kwestie van grote politieke akkoorden alleen; het is ook een optelsom van al die kleine momenten waarop we elkaar echt zien en begrijpen.

Laten we daarom in 2025 werken aan een samenleving waarin we niet alleen sneller en efficiënter worden, maar ook zorgvuldiger, begripvoller en menselijker. Dat geldt voor de zorg, maar ook daarbuiten. Stel je eens voor: een wereld waarin technologie ons ondersteunt, maar persoonlijk contact en aandacht voor elkaar de boventoon voeren. Waar zorg niet alleen een dienst is, maar een ontmoeting tussen mensen. Waar wereldvrede begint bij de kleine gebaren die het verschil maken.

Zo kunnen we in 2025 dan samen toch wel écht uit een ander vaatje tappen.

Dr. Katrien De Ketelaere
Medisch directeur
AZ Sint-Lucas en Volkskliniek



Volg beweging.net Midden-Vlaanderen:

f bewegingNetMVL

X @BewegingNetMVL

@Beweging.netMVL

Colofon

B.magazine is het driemaandelijks bewegingsblad van beweging.net Midden-Vlaanderen. Het wordt verstuurd naar alle vrijwilligers van beweging.net in de regio Midden-Vlaanderen, naar de deelnemers van o.a. de actie AIRbezen 2017, Tournée Pédale 2019, Buurtgevoel van Vlaanderen 2020, de boomplantacties, #poetsenzonderspoelen, de waterbaractie, de wandelzoektocht van Pasar enz., de personeelsleden in deze regio van de partnerorganisaties: ACV, CM, Familiehulp, WM Dimensa, WM Vlaamse Ardennen, KAJ, Femma, Raak, OKRA, VCLB regio Gent, vdk bank, Pasar, WSM en Samana.

Redactieadres: Korenlei 20, 9000 Gent

Verantwoordelijke uitgever: Mario Pauwels,
Korenlei 20, 9000 Gent

Redactie: Nancy Vereecke,

nancy.vereecke@beweging.vlaanderen

Vormgeving: Wisefools

Druk: Mirto Print

Voor de algemene voorwaarden en informatie over het privacybeleid van beweging.net MVL verwijzen we naar de website www.beweging.vlaanderen.

Indien u niet wenst dat uw gegevens door beweging.net MVL en/of CAW en/of de partnerorganisaties en/of derden voor commerciële direct marketing gebruikt worden, gelieve u uit te schrijven via de website. Door u in te schrijven of deel te nemen aan de wedstrijd, een activiteit of initiatief, aanvaardt u de algemene voorwaarden.

Meer info op beweging.vlaanderen

» **Abonnementendienst:**

info@beweging.vlaanderen

Coverfoto: © Bart Dewaele

- 2 COLUMN van Dr. Katrien De Ketelaere
- 3 INHOUD en COLOFON
- 4 INTERVIEW: Berdieke Goemaere van Sciensano: "Gezonde lucht in huis is heel belangrijk."
- 7 SENSIBILISERINGSCAMPAGNE: Meet de kwaliteit van de lucht in je woning.
- 8 IN DE KIJKER: Jong en met politieke ambitie: Céleste Heyerick uit Zulte.
- 9 EUROPEES FORUM: een Europees beleid gericht op (al dan niet) actieve ouderen.
- 10 TERUGBLIK
- 12 vdk bank: Ecopower geeft burgers weer de macht over hun energie.
- 13 TIPS: Blijf buiten actief, ook in de winter.
- 14 AGENDA: Welkom op Salon de Kade: auteur Stefan Hertmans (20 februari) en de Vlaamse fietsmanager Patrick D'haese (8 mei).
- 15 WEDSTRIJD: doe mee en win een mooie prijs!
Een nieuwe website voor beweging.net Midden-Vlaanderen.
- 16 PUBLICITEIT

GEZONDE LUCHT IN HUIS IS HEEL BELANGRIJK

Veruit het grootste deel van onze tijd spenderen we binnenshuis: thuis, op het werk, in de sportclub, ... De kwaliteit van de binnenlucht is dus heel belangrijk om in de gaten te houden, en als die niet goed is, probeer je dat best zo snel mogelijk op te lossen. Ongezonde binnenlucht kan bijvoorbeeld het gevolg zijn van een vochtprobleem, en dan kan je schimmelplekken zien ontstaan. Daarom zochten we iemand op die daar alles van weet.

Berdieke Goemaere werkt bij de dienst 'mycologie en aerobiologie' van Sciensano, en is verantwoordelijk voor 'medische en omgevingsmycologie'. Als je dit leest, komt een eerste vraag meteen op je lippen:

Wat betekent dat precies, mycologie en aerobiologie?

B. Goemaere: "Onze kernactiviteit bestaat uit het uitvoeren van metingen bij mensen thuis, maar ook in kantoorgebouwen, in scholen en kinderdagverblijven, waar er een schimmelproblematiek aanwezig kan zijn. Als er een vermoeden is van een link tussen gezondheidsproblemen en (schimmel)problemen in het gebouw, dan gaan wij metingen uitvoeren om te achterhalen: is er een link met een schimmelprobleem, of is het iets anders? Wat het medische luik van ons werk betreft, gaat het eerder over de problematiek in ziekenhuizen of in woonzorgcentra, waar het wel van een andere aard is, want daar bestaat het risico op infecties bij mensen met een verzwakt

immuunsysteem. Naast dit operationele werk doen we uiteraard ook onderzoek."

Luchtkwaliteit, zowel binnen als buiten, is wellicht afhankelijk van veel verschillende factoren?

"De meeste mensen brengen ongeveer 80 % van hun tijd binnenskamers door. De kwaliteit van de binnenlucht is daarom belangrijk voor onze gezondheid. Bovendien is het ook zo dat de binnenlucht vaak vervuilerd is dan de buitenlucht. De kwaliteit van de binnenlucht hangt niet enkel af van de invloed van de buitenlucht (door het openen van ramen / ventilatiesystemen) maar hangt bijkomend ook af van andere factoren: hoeveel mensen zijn er aanwezig, zijn er huisdieren aanwezig, wordt er voldoende verlucht en geventileerd?"

Het hangt dus af van wie of wat er aanwezig is, en wat er in de ruimte gebeurt.

“Juist. Regelmatig verluchten is heel belangrijk in ruimtes waar wordt gedoucht of gekookt, want daar kan condens blijven hangen, wat tot een schimmelprobleem kan leiden. Het hangt dus ook af van de activiteiten die we doen, welke vervuilende stoffen er tijdens de actie of nadien aanwezig kunnen zijn. Ook als er veel mensen in een ruimte aanwezig zijn, is het zeker aangewezen om op tijd en stond een raam open te zetten.”

En het gebouw zelf? Dat speelt misschien ook wel een rol?

“Ja. Tegenwoordig bouwen we meer en meer luchtdicht, en ook passiefwoningen zien we meer en meer, waar een ventilatiesysteem nodig is om voldoende verse lucht binnen te brengen. In oudere gebouwen gebeurt dat dikwijls vanzelf langs kieren en spleten, maar omwille van allerlei energiebesparende maatregelen moeten we nu steeds meer luchtdicht gaan bouwen.

Ook de bouwmaterialen die zijn gebruikt hebben een invloed. Uit bepaalde bouwmaterialen of meubels kan bv. formaldehyde vrijkomen, wat negatieve effecten op de gezondheid kan teweegbrengen. Om schimmelproblematiek te vermijden is het belangrijk om goed te isoleren, maar dat moet op een correcte manier gebeuren, en het gebouw moet nadien ook op een correcte manier worden onderhouden.”

Vocht in een gebouw (als gevolg van een actie of een constructiefout) kan dus leiden tot ongezonde lucht...

“Het is zo dat een schimmelprobleem zich niet kan gaan ontwikkelen zonder vocht. Vocht komt in België meestal van de regen, voornamelijk slagregen, maar ook van opstijgend vocht, wat ook met die regen te maken heeft. We krijgen ook steeds vaker te maken met overstromingen... Dat zijn allemaal factoren van buitenaf die ervoor zorgen dat een gebouw nat komt te staan. Ook lekken, langs de dakrand bv. als er een constructiefout of slijtage is. Anderzijds heb je ook de invloed van de condens zoals ik daarnet al zei.”

Belangrijk om dit te vermijden of te verhelpen dus.



“We worden vaak geconfronteerd met schimmelproblemen, en ik raad de mensen altijd aan om het vochtprobleem aan te pakken. Dat is niet altijd evident want daar hangt soms wel een kostenplaatje aan vast. En het is ook niet altijd even makkelijk om de oorzaak van het probleem te vinden of op te lossen.

Als je een oude woning wil renoveren, en je beslist dubbel of hoogrendementsglas te steken zonder dat er muurisolatie is, dan creëer je een kouder oppervlak op je muur, en vocht gaat zich altijd op een kouder oppervlak afzetten. Je creëert dus het risico, ondanks de plaatsing van je nieuwe ramen, dat er condens neerslaat op de muren, waardoor je een schimmelprobleem krijgt. Als je een woning wil renoveren, moet je er dus goed over nadenken welk effect de maatregelen zullen hebben op het gebouw.”

Ongezonde lucht kan ziektes veroorzaken...

“Schimmels zijn het ‘onbekende broertje’ van de bacteriën en virussen, maar zij kunnen ook infecties veroorzaken. Die infecties komen vooral voor bij mensen met een verminderd immuunsysteem, in ziekenhuizen en woonzorgcentra. Daarnaast kunnen schimmels ook allergenen produceren en mensen die daar gevoelig aan zijn kunnen daar dus allergisch op reageren. Het is een beetje hetzelfde verhaal als bij pollen en hooikoorts. Daarnaast kunnen sommige schimmels ook toxines produceren. Wat toxische reacties betreft door inhalatie (ademhaling), daar is wel nog meer onderzoek voor nodig.”

» p.6

Hoe weet je of de schimmel die je vindt in huis gezondheidseffecten kan veroorzaken?

“Er bestaan duizenden schimmels. Daarom is het belangrijk om stalen te nemen en die te onderzoeken. Bijkomend zijn er soms ook verborgen problemen aanwezig, die een nog groter probleem kunnen zijn dan wat je kan zien. Wij beperken ons dan ook niet tot stalen van de zichtbare problematiek maar kunnen ook luchtstalen afnemen, om na te gaan welke sporen aanwezig zijn in de lucht (en dus levend). Anderzijds moet je ook weten dat schimmels nog zichtbaar kunnen zijn terwijl ze wel al ‘dood’ zijn omdat het vochtprobleem is aangepakt. Daarnaast is de reactie ook afhankelijk van persoon tot persoon. Dode schimmelfragmenten kunnen een nefast effect hebben, zeker wat betreft allergische reacties. Voor infecties ligt dat anders, daarvoor heb je levende fragmenten nodig. Ook in het stof dat zich afzet op de meubels kunnen sporen aanwezig zijn. Het is dus niet alleen het vlekje op de muur dat een probleem is of kan zijn. Vandaar dat we altijd aanraden om stalen te nemen.”

De schimmel wegpoetsen lost dus niets op?

“Het is inderdaad niet zo dat het probleem opgelost is door het vlekje weg te poetsen. Ik begrijp dat mensen dat willen doen, maar dat is eigenlijk dweilen met de kraan open zolang je het onderliggende vochtprobleem niet oplost. Bovendien is het ook zo dat als je schimmels weg wrijft, er heel veel sporen (waarmee de schimmel zich voortplant) terechtkomen in de lucht, wat dus ook gezondheidsrisico's kan inhouden. Het is dus belangrijk om dit niet telkens te herhalen en dit te doen zodra het vochtprobleem is opgelost. Bij het poetsen van schimmels, is het aangeraden

om een FFP3 masker en handschoenen te dragen en dat zeker niet te laten doen door mensen met een verlaagd immuunsysteem (zwangere vrouwen, ouderen). Bovendien moet je heel goed verluchten terwijl je poetst én ook achteraf. Als materialen zeer ernstig aangetast zijn, moet overwogen worden om externe hulp in te schakelen / de materialen volledig te vervangen.”

“ Wat ikzelf doe, is de ramen en deuren 's avonds een tijdje openzetten, net voor ik ga slapen.



Zijn kamerplanten goed voor de luchtkwaliteit?

“Dat kan ik niet precies zeggen, maar wat ik wel kan benadrukken is: als je planten in huis hebt, moet je die goed onderhouden, omdat er schimmels aanwezig kunnen zijn in de potgrond, die je daarom best af en toe ververst. Ik weet ook dat bepaalde planten allergische reacties kunnen teweegbrengen bij sommige mensen.”

In de handel zijn er ook heel wat toestellen te koop om de lucht te zuiveren. Is dat een aanrader?

“Er zijn heel veel verschillende types op de markt. Ik ga niet zeggen of die toestellen goed of slecht zijn, maar net zoals bij ventilatiesystemen is het zeker belangrijk dat het toestel goed wordt onderhouden. Hetzelfde bij luchtbevochtigers: als je het water niet regelmatig vervangt of het toestel niet onderhoudt, dan kunnen daar ook schimmels en bacteriën in gaan woekeren, wat dan natuurlijk weer een slecht effect heeft op de binnenomgeving.”

Je legt de nadruk op onderhoud, verluchten en ventileren. ‘Allemaal goed en wel’ hoor ik dan sommige mensen denken, ‘maar wat betekent dit voor mijn energiefactuur?’

“Het hangt natuurlijk af van de grootte van de ruimte en het aantal mensen dat er aanwezig is. Je moet beseffen dat, als je de tijd van verluchten gaat beperken tot een aantal minuten, dat de objecten in die ruimte niet zodanig zullen afkoelen dat dit een koude-effect heeft op de omgeving. En als je dicht bij een drukke weg woont, kan het beter zijn om pas te verluchten als het minder druk is.”

Nancy Vereecke, Foto's: © Bart Dewaele



OPGELUCHT

MEET DE LUCHTKWALITEIT IN HUIS

GEZONDE BINNENLUCHT, DAT LUCHT OP!

Gezonde binnenlucht is belangrijk, zeker als je weet dat we ongeveer 85 % van onze tijd binnen doorbrengen. Ongezonde binnenlucht kan verschillende gezondheidseffecten veroorzaken en kinderen, ouderen en zieken zijn extra gevoelig. Doe mee aan de campagne 'Opgelucht' en krijg een beeld van de luchtkwaliteit in jouw huis.

“Met de campagne 'Opgelucht' zetten we het belang van gezonde binnenlucht in de kijker.

Met de campagne 'Opgelucht' wil beweging.net Midden-Vlaanderen mensen de kans geven om zich een beeld te vormen van de luchtkwaliteit in huis. Door de concentratie van schimmelsporen in huis zichtbaar te maken krijg je een indicatie van de luchtkwaliteit en van het niveau van ventilatie en verluchting.

Hiervoor gebruiken we twee petrischaaltjes met een aseptische voedingsbodem. Door de inhoud van deze petrischaaltjes bloot te stellen aan de omgevingslucht krijgen micro organismen (schimmelsporen) de kans om zich te ontwikkelen in het schaalpje. Na circa een week heb je een visueel beeld van de concentratie aan schimmelsporen in de lucht van een bepaalde leefruimte.



Wil je ook graag weten hoe het gesteld is met de kwaliteit van de binnenlucht bij je thuis?

DOE DAN MEE!

Je kan op onze campagnewebsite de gratis testkit aanvragen. Je ontvangt twee petrischaaltjes om twee leefruimten in huis te testen (bijvoorbeeld: living, badkamer, slaapkamer...). Na afloop wordt je gevraagd om je bevindingen door te geven via deze website. Je kan de testkit aanvragen - tot uiterlijk 28 februari en zolang de voorraad strekt - via: **www.opgelucht.vlaanderen**

JE BENT JONG EN BARST VAN DE POLITIEKE AMBITIE

Céleste Heyerick uit Zulte heeft een boeiend en spannend jaar achter de rug, net als alle kandidaten die dit jaar meededen met de verkiezingen. Zij haalde op 13 oktober 1 167 voorkeurstemmen en zetelt sinds 17 december in de gemeenteraad. Zij was de jongste kandidaat vanuit beweging.net in de regio.

Céleste en Henk Heyerick, samen op campagne in Zulte.

Céleste, 19 jaar jong, is de dochter van Henk Heyerick, die zes jaar burgemeester van Zulte was (van '06 tot '12). Ze studeert politieke wetenschappen aan UGent, en is gebeten door de politiek. Sinds haar 16de is ze lid van Jong cd&v, bestuurslid bij Raak (het vroegere kwb) en beweging.net, en ze gaat regelmatig lopen, "om het hoofd leeg te maken".

Politiek is je met de paplepel ingegeven, nietwaar Céleste?

Céleste: Jazeker, papa is burgemeester geworden toen ik ongeveer twee jaar was, dus in mijn kinderjaren zat ik er al volop in. Maar ook daarna werd er thuis nog altijd veel over gesproken, want papa zat nog in de gemeenteraad. Mijn interesse groeide. Ik herinner mij dat ik in het tweede middelbaar al zei: "De eerste verkiezingen die ik kan meedoen, doe ik mee!" En dat heb ik dus gedaan. Ze hebben me dus gevraagd om op de lijst te staan omdat ze wisten dat ik het zou doen. En ik heb zelf ook enkele jongeren kunnen overtuigen om op te komen

Hoe was je eerste campagne?

Céleste: Ik heb samen met mijn papa campagne gevoerd. We hebben een maand aan een stuk huisbezoeken gedaan, dus dat was wel intens, want het viel samen met het begin van het academiejaar. Maar ik ben toch blij dat ik nu al heb meegedaan, want er waren veel mooie momenten en ik heb veel bijgeleerd.

Het warmste aan de campagne vond ik dat mensen van Raak, maar ook mensen die ik minder goed ken, naar me toe kwamen en me aanboden om te helpen... Dat vond ik wel verrassend, dat dit vandaag nog gebeurt.

2024 was dus een heel politiek jaar voor mij, maar ik doe het supergraag en ik denk niet dat je een politiek engagement kan forceren, je moet het een beetje 'in je hebben'. Anders hou je het niet vol.

Waarom cd&v?

Céleste: Mijn grootvader was al schepen bij de toenmalige CVP, en mijn papa is ook bij die partij actief, dus heb ik er ook voor gekozen. Maar ik voel me er

ook thuis omdat ik me aansluit bij de waarden en normen die die partij belangrijk vindt. In Zulte kwam cd&v wel op in een kartel onder de naam 'Verbindend Zulte', maar we blijven wel cd&v. Daar sta ik zeker achter.

Ondertussen ben je ook actief bij beweging.net?

Céleste: Ik vind dat een warme beweging die mensen op een originele en soms ludieke manier samenbrengt. Zo wordt bv. sterk ingezet op het belang van buurten. Acties als 'Warme buurt' zijn mooi meegenomen voor elke buurt, denk ik.

Wat vind je belangrijk voor Zulte?

Céleste: Zulte is een landelijke gemeente, en ik zou graag willen dat dat zo blijft. Er is de laatste jaren veel verkaveld en bijgebouwd, dat mag niet blijven doorgaan. En de verkeersveiligheid van de fietsers kan beter. Er is dus nog werk aan de winkel!

Succes met je politieke carrière, Céleste!



EEN EUROPEES BELEID GERICHT OP (AL DAN NIET) ACTIEVE OUDEREN

Europees Forum vzw is actief binnen beweging.net MVL, met als doel de Europese problematiek dichterbij de werknemers te brengen en actuele onderwerpen te bespreken die in de Europese Unie aan bod komen.

In dit kader organiseert het Europees Forum een Europese bijeenkomst over de vergrijzing van de Europese bevolking, de uitdagingen die dit met zich brengt maar vooral welke passende oplossingen naar voor kunnen worden gebracht. Tegen 2030 zal 25 à 30 % van de Europese bevolking bestaan uit 65-plussers. Deze demografische evolutie geeft ernstige uitdagingen voor de arbeidsmarkt, de sociale zekerheid (pensioenen), de zorg voor ouderen, kosten gezondheidszorg, Voor de ouderen zijn er zorgen inzake inkomen, zorg, wonen maar ook welzijn en mogelijke vereenzaming.

De problematiek is heel ruim en we kiezen ervoor de aandacht toe te spitsen op de evolutie en uitdagingen inzake arbeidsmarkt, sociale zekerheid, pensioen (leeftijd en vergoeding). Aandachtspunten zijn de plaats

van ouderen in de maatschappij, vermijden van leeftijdsdiscriminatie, samenwerking tussen de verschillende generaties, ... Concreet gaan we dieper in op activering van ouderen via tewerkstelling, vrijwilligerswerk en maatschappelijk engagement, maar geven we ook aandacht aan een welvaarts vaste pensioenvergoeding (en willen we maatregelen om te vermijden dat gepensioneerden uit noodzaak aan het werk moeten gaan), een pensioensysteem dat loopbaan en vergoeding op maat van de behoeften, verlangens van de individuele werknemer.

Op het seminarie worden deze elementen toegelicht door diverse onderzoekers, beleidsverantwoordelijken en

deskundigen. Zij gaan in discussie met werknemersvertegenwoordigers die aan het seminarie zullen deelnemen. We koppelen uiteraard terug over de resultaten van het seminarie dat in oktober 2025 zal plaatsvinden.

DEEL JOUW MENING

Hoe kijk jij naar de toekomst van:

- **Pensioenleeftijd** (vaste leeftijd, variabele leeftijd, flexibele leeftijd, voorwaarden)
- **Pensioenvergoeding** (pensioenbedrag en vorming van de pensioenvergoeding)
- **Activering** van ouderen
- **Recht op werk** voor ouderen (geen discriminatie, aangepast werk, ...)
- **Tewerkstelling** van ouderen (cumul pensioen - loon)
- Waardering **vrijwilligerswerk**
- **Samenwerking** tussen verschillende generaties.
- ...

In het kader van dit seminarie vernemen we ook graag van jou wat uw ideeën, vragen, bezorgdheden, voorstellen,... zijn met betrekking tot de vergrijzing van de bevolking en de initiatieven die dienen te worden genomen om een antwoord te bieden op de uitdagingen. We stellen het zeker op prijs uw mening te kennen zodat we deze kunnen toetsen tijdens besprekingen in het seminarie en aan de voorstellen die worden uitgewerkt tijdens de bijeenkomst.

Je kan je mening kwijt op het mailadres van het Europees Forum vzw: info@europeesforum.eu
Alvast dank voor uw inbreng.



Het ontmaskeren van de leugenaar

De culturele avonden werden dit jaar gekleurd met 'De Leugendetective' van Paljas Producties, gespeeld door Yann Van den Branden. Op een humoristische manier ontsluit hij de geheimen van een goede leugenaar en legt uit hoe we deze kunnen ontmaskeren. Achteraf kon nog verder nagekaart worden tijdens de receptie, aangeboden door beweging.net MVL en vdk bank. De opvoeringen vonden plaats in Merelbeke (5/11), Sleidinge (6/11), Deinze (12/12), Kruishoutem (16/01) en Lede (24/01). Meer dan 1 800 mensen konden ervan genieten.



Boomplantactie Evergem weer een succes

Bewegingspunt Evergem-Center-Noord organiseerde in november voor de vierde keer een succesvolle boomplantactie. De 200 boompjes werden verdeeld aan het scoutslokaal in Evergem. Bomen zijn van levensbelang voor natuur, mens en dier. Ze zuiveren de lucht, nemen CO2 op, zorgen voor verkoeling en zijn goed voor de biodiversiteit. Dankzij de boomplantactie maken we Evergem elk jaar een stukje groener en gezonder!

Pasar deelde prijzen uit

Vrijdag 25 oktober was een feestelijke avond. Pasar Gent-Eeklo mocht de winnaars van de wandelzoektocht in de bloemetjes zetten. Na 31 edities blijven de vele deelnemers ons verrassen met hun enthousiasme. Dankjewel aan alle deelnemers, vrijwilligers en sponsors. En op naar nog vele jaren wandel- en zoekplezier!



Meertaligheid als sleutel voor inclusie

Samen met de Unie van Actieve Verenigingen organiseerde Gent 2.0 op 25 november in 'het belang van meertaligheid voor opvoeding, onderwijs en inclusie'. Prof. Piet Van Avermaet (UGent) gaf praktische tips over de rol van meertaligheid in kinderontwikkeling en de samenleving. Inclusiestrateg Sana Sellami toonde hoe meertaligheid een sleutel kan zijn voor inclusieve organisaties en gemeenschappen. Een avond boordevol kennis en handvatten om meertaligheid te omarmen als kracht voor een inclusieve toekomst.

Het ABC van de BBC

De lokale verkiezingen liggen al een paar maanden achter ons. Voor de (nieuwe) bestuursploegen begint het werk nu écht. De beloftes die gemaakt zijn of het beleid dat men wil voeren, moet nu ook waargemaakt worden. Daarom volgden verbonden politici van beweging.net Midden-Vlaanderen een vorming over de beleids- en beheerscyclus (BBC).

Dit is een instrument dat gemeenten helpt bij het plannen, uitvoeren en evalueren van haar beleid én dat ervoor zorgt dat het belastinggeld beter besteed wordt. De vorming werd gegeven door algemeen directeur Luc Jolie en financieel directeur Vicky Bonte van Aalter. Dit is een van de allereerste gemeenten die met de BBC aan de slag ging én er mee toe leidde dat de BBC in 2002 voor alle gemeenten verplicht werd.



Het leven achter tralies

Op donderdag 21 november vertoonden ACV en beweging.net MVL de film 'La Peine': een beklijvende documentaire over het leven zoals het is in drie Brusselse gevangenissen. Marlies Gaillaert van vzw De Huizen pleitte voor kleinschalige detentie. Dat is een innovatieve benadering binnen het strafrecht die gericht is op herstel, re-integratie, en het voorkomen van recidive.



Ontroerende vreemde verhalen bij Wereldfeestival

Het Wereldfeestival in Oudenaarde is uitgegroeid tot een happening waar streekgenoten met en zonder een migratieachtergrond mekaar ontmoeten. Na 'Vreemde portretten' en 'Vreemde gerechten' konden de bezoekers zich op 7 december laten verwonderen door 'Vreemde verhalen'.

"In totaal vertolkten zo'n zes Oudenaardisten met een 'vreemde' achtergrond hun verhaal. Elk op hun eigen creatieve manier, wat het publiek wist te waarderen",

vertelde ons Dina Librech, mede-voorzitster van bewegingspunt Oudenaarde en zelf vertolkster van het verhaal van de Perzische Nadiya. "Unieke schilderijen en tekeningen gaven nog een extra dimensie aan het vertelfeest. Daarvoor stonden de Helden van de Kunst (Bernardus Driesprong) en de lokale kunstkring Die Cierlycke garant. Dankzij de samenwerking met Stad Oudenaarde, kunnen de vrijwilligers van beweging.net, WSM en Broederlijk Delen dit feest al jaren gratis aanbieden."



ECOPOWER GEEFT BURGERS WEER DE MACHT OVER HUN ENERGIE

Groene energie is essentieel voor de toekomst. Klinkt goed, maar hoe zorg je dat die groene energie democratisch, betaalbaar én toegankelijk is? En écht groen ... Burgercoöperatie Ecopower combineert duurzaamheid met democratie. Iedereen die lid is, wordt meteen ook mede-eigenaar en bepaalt dus voor een stuk mee hoe de energievoorziening van de toekomst eruitziet. Margot Vingerhoedt, coördinator communicatie en ledenwerking, vertelt hoe Ecopower het verschil maakt.

Energie van, voor en door de burgers

'Klassieke bedrijven staan altijd in een pijnlijke spreadstand: de klant wil een goed product, zo betaalbaar mogelijk; de aandeelhouders willen vooral winst. Die twee spreken elkaar tegen. Bij een coöperatie heb je dat probleem niet, want je klanten zijn je aandeelhouders. Die hebben dus hetzelfde doel. We jagen dan ook geen hoge winsten na. Onze stroom leveren we aan kostprijs, en als er winst is uit onze energieprojecten, gaat die terug naar de leden. Geen commerciële belangen, alleen een eerlijke prijs voor iedereen.'

Zet je er ecologisch warmpjes bij

'Dat collectieve is altijd ons uitgangspunt. We willen dat zoveel mogelijk mensen lid - en dus klant - worden. Dat betekent dat we ook willen dat iedereen zo weinig mogelijk energie verbruikt. Dat klinkt tegenstrijdig, maar is eigenlijk heel logisch. We hebben projecten nodig om energie te kunnen voorzien. De verhouding projecten - aantal klanten moet goed zitten. Nu hebben we veel open plaatsen, maar er is een jaar geweest dat we een klantenstop hadden.'



Hoe minder energie iedereen dus verbruikt, hoe meer mensen we energie kunnen geven.'

Beweeg je geld naar een schone toekomst

Een economie die ten dienste staat van mens en planeet, in plaats van andersom. Hoe verfrissend.

'Onze samenwerking met vdk bank is eigenlijk vanzelfsprekend. We weten heel goed dat ze liever investeren in een hoop windturbines in Ransst, dan in oorlogstuig in het Midden-Oosten. Geld is macht. Elke euro die je in de economie brengt, bepaalt de richting van onze toekomst. Wij kiezen allebei voor projecten die niet alleen duurzaam zijn, maar ook rechtvaardig. De burgers hebben met hun geld écht de macht om bij te dragen aan de transitie naar een eerlijkere, duurzame wereld.'



TIPS

**BLIJF BUITEN
ACTIEF, OOK
IN DE WINTER**

Als het buiten koud is, hebben we soms de neiging om binnen te blijven en ons te warmen 'aan de haard' met een mok dampende soep, thee of chocomelk (met slagroom, mmmm...).

Maar die warmte doet nog meer deugd als je eerst even de kou buiten trotseert voor een mooie wandeling of andere leuke activiteit.

Heel wat landschappen en plekjes in de natuur zijn ook in de winter de moeite waard. Op de website van Pasar bijvoorbeeld kan je inspiratie vinden. 15 verrassende winterwandelingen nodigen je uit om de pure schoonheid van het koudste seizoen te ervaren: in de Kalmthoutse Heide, de Hoge Venen, de Hobokense polder, het Muziekbos in Ronse, de Vossenwegelroute in Wieze, ..., tot op het strand van Blankenberge.

**CHECK ZE ALLEMAAL OP
WWW.PASAR.BE!**

Als je tussendoor wil bewegen of sporten, maar je hebt niet de tijd om de natuur op te zoeken, dan kan je natuurlijk ook in je stad of dorp zelf even naar buiten. Maar dan hou je best wel rekening met de aangetaste lucht door verkeer en verwarming...

BEWEGEN IN GEZONDE LUCHT

Bewegen is gezond. Tegelijk ben je als hardloper, fietser of wandelaar kwetsbaar, want je ademt bij inspanning al snel drie keer zoveel lucht in als normaal. We geven je daarom enkele tips om van de schoonste lucht te profiteren:

- Vermijd drukke wegen. Hier krijg je al snel drie tot tien keer meer fijnstof binnen dan in een rustig park of langs een rustige weg.
- Loop op minimaal 300 meter afstand van een snelweg en 50 meter van drukke wegen. Ook enkele meters extra afstand maken al een verschil. Een apart fietspad of de stoep ernaast is schoner dan op de weg.
- Vermijd drukke wegen met hoge bebouwing en veel bomen; deze houden wind tegen waardoor vervuiling blijft hangen. Vermijd ook drukke stoplichten en tunnelmonden. Als het verkeer optrekt veroorzaakt dat een flinke roetuitstoot.
- Op windstille, warme of mistige dagen kan de luchtvervuiling sterk toenemen. Na regen en bij harde wind is de lucht vaak juist schoner.
- Vermijd de spits, met name in de avond, of neem tijdens de spits een omweg langs een rustigere route. De hoeveelheid schadelijke stofdeeltjes is in de spits langs wegen veel hoger dan wanneer er minder verkeer is.
- Zorg ook zelf voor schone lucht. Sportclubs kunnen zelf schone evenementen organiseren. Daar kun je met elkaar ook bespreken wat schone looproutes zijn.

En nu: naar buiten en geniet ervan!

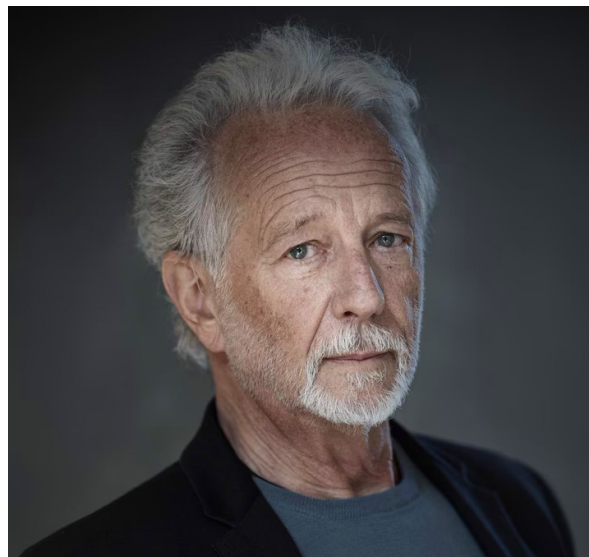
WELKOM IN SALON DE KADE MET BOEIENDE GASTSPREKERS

Stefan Hertmans: 'De zijlijn en het midden'

Auteur Stefan Hertmans (1951) publiceerde romans, verhalen, essays en een groot aantal dichtbundels (Oorlog en Terpentijn, De Bekeerlinge, Dius). Het oeuvre van Stefan Hertmans getuigt van een omvangrijke cultuur-historische belangstelling en kennis: literatuur, klassieke mythologie, filosofie, beeldende kunst, film, dans en diverse muziekgenres.

Auteur Stefan Hertmans komt spreken over 'De zijlijn en het midden'. Hij zoomt in op de veranderende positie van het middenveld, de rol van werknemersbewegingen en de zorgsamenleving.

- Welkom op **donderdag 20 februari om 19.30 uur** (start om 20 uur) in 't Kadehuis, Korenlei 20 in Gent, met achteraf uiteraard tijd voor een babbel met een drankje. Reserveer uw plek vóór 10 februari via www.beweging.vlaanderen/nieuws



Stefan Hertmans © Keke Keukelaar



Patrick D'haese

Patrick D'haese: De Vlaamse fietsmanager

Patrick D'haese heeft jarenlange ervaring in mobiliteitsbeleid met een bijzondere passie voor fietsbeleid. Hij zat aan alle kanten van de mobiliteitstafel als voormalig directeur van de Fietsersbond en kabinetsraadgever van de Vlaamse minister van Mobiliteit en Openbare Werken. Hij is ervan overtuigd dat lokale besturen een hoofdrol spelen in het realiseren van een duurzame en verkeersveilige mobiliteit. In september 2024 werd hij de Vlaamse Fietsmanager.

"Fietsbeleid is zoveel meer dan het aanleggen van veilige en comfortabele fietspaden en diefstalveilige fietsenstallingen. Voor de opmaak van de visie, de ambities en concrete maatregelen is participatie van groot belang: inwoners en bezoekers kennen de stad/gemeente en zorgen voor praktijkgerichte input. Het uitrollen op het terrein vergt dan weer politieke moed en lef."

Via praktijkervaringen en best practices krijgen we een beter inzicht in het waarom, hoe en wat van fietsbeleid.

- Welkom op **donderdag 8 mei om 19.30 uur** (start om 20 uur) in 't Kadehuis, Korenlei 20 in Gent, met achteraf uiteraard tijd voor een babbel met een drankje. Reserveer uw plek vóór 1 mei via www.beweging.vlaanderen/nieuws

SUDOKU

		9			5		2	
			1		9			
8	5			2		A		
		6	9				8	
	B		3					1
1	2					3		
	9			C	8	7		6
4			7		6	1		
		8				5		

Antwoordstrook

Oplossing:

A B C

Naam en voornaam:

Adres:

Stuur je oplossing naar

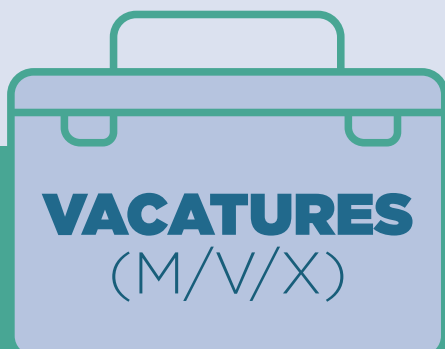
Wedstrijd B.magazine, Korenlei 20, 9000 Gent
 wedstrijd.bmagazine@beweging.vlaanderen, en dit voor
 10 maart 2025. Succes!

WE HEBBEN
EEN NIEUWE
WEBSITE!

De website van beweging.net
 Midden-Vlaanderen zit in een
 nieuw jasje. Je vindt er vlot nieuws,
 info over onze projecten en onze
 contactgegevens.

Ons adres:
www.beweging.vlaanderen

Welkom!



Dimensa woonmaatschappij zoekt:

- **Magazijnier** Gent

meer info vind je op de website via:
www.dimensa.be/nl/over-dimensa/werken-bij-dimensa

vdk bank zoekt

- **2 IT Project Managers** (regio Gent)
- **2 IT ontwikkelaars** met ervaring (regio Gent)
- **Meerdere commerciële talenten** (met bij voorkeur ervaring) voor Antwerpen, Brussel en de Gentse regio

Al onze vacatures vind je op
www.vdk.be/nl/werken-bij-vdk-bank

Winnaars wedstrijd B.magazine
herfst 2024

Oplossing sudoku: A9, B8, C3

Uit de 550 deelnemers trokken we volgende
 winnaars:

- Pol Gevels uit Desteldonk
- Hilde Verschaffel uit Gent
- Nic Rau uit Deinze

Proficiat! Jullie prijs wordt binnenkort
 opgestuurd.



Verdrie- dubbel je denken.

Kies rendement voor jezelf,
je streek en de planeet.



Word ook klant in 7 minuten
op vdkbank.be.



Familiehulp
we zijn er voor jou

**Familiehulp, jouw partner
voor zorg en ondersteuning**

Ontdek ons aanbod op
familiehulp.be



43%
van de Belgen
verliet zijn verzekeraar
omwille van
slechte service.*

**DVV eens
proberen?**

DVV 
verzekeringen

**GEWOON GOEIE
SERVICE**

*Schatting gebaseerd op een online enquête bij een representatief staal van 1.042 Belgen tussen 18 en 75 jaar.
DVV is een merk- en handelsnaam van Belins NV - Belgische verzekeringsonderneming toegelaten onder het nummer 0037
RPR Brussel BTW BE 0405.764.064 - IBAN BE59 0689 0667 8326 - Karel Rogierplein 11, 1210 Brussel.