



Senior GazEtt



De krant voor senioren

Senior GazEtt wordt met de post verstuurd naar alle Etterbekenaren van 65 jaar en ouder. Als jij Senior GazEtt via e-mail wilt ontvangen of helemaal niet meer wilt ontvangen, gelieve dat dan te melden aan de dienst Contact Plus via e-mail of telefonisch (contact.plus@etterbeek.brussels – 02 627 27 37).

Contact Plus en Senior Solidarite(it) slaan de handen in elkaar om de hitte te verslaan!



Hitteplan

Sinds een twintigtal jaar krijgen we in België steeds vaker te maken met uitzonderlijke temperaturen. En de voorspellingen zijn weinig optimistisch: de komende jaren zouden er nog vaker hittegolven zijn. We spreken van een hittegolf wanneer het minstens vijf dagen 25 graden is waarvan minstens drie dagen meer dan 30 graden. De voorbije jaren hebben we al zulke hittegolven gehad!

Daarom heeft de gemeente Etterbeek, op initiatief van burgemeester Vincent De Wolf, enkele jaren geleden een hitteplan uitgewerkt. Dat plan is bedoeld voor alle inwoners, maar in het bijzonder voor mensen die kwetsbaar zijn door de hitte. Het hitteplan omvat voornamelijk een luik over preventie en bewustmaking van de risico's die mensen lopen wanneer het kwik stijgt.

Als je dat wilt, kan je ook contact opnemen met de dienst Contact Plus en ons jouw gegevens bezorgen (telefonisch, per brief of via e-mail). Wij zullen jou dan contacteren in geval van een hittegolf om te waken over jouw welzijn en eventueel oplossingen helpen te vinden als je moeilijkheden ondervindt door de warmte.



Senior Mobile

Voor het derde jaar op rij nodigen Senior Solidarite(it) en zijn partners je uit voor een leuk en gezellig moment ter gelegenheid van de Senior Mobile! Wij hebben dit jaar ook een nieuwigheid in petto: een mobiele petanquebaan! Die wordt aangelegd op elke locatie van ons talent zodat je jouw behendigheid en precisie kan komen testen.

Als je niet van petanque houdt, kan je ook plaatsnemen in een ligzetel en genieten van de zon of de schaduw van een parasol en nippen van een versgeperst vruchtensapje terwijl je een babbeltje slaat met je Etterbeekse burens, onze partners en de medewerkers van Contact Plus en Senior Solidarite(it).

Je bent welkom tussen 10 en 13 uur op de volgende datums en locaties:

De Ranch

(speelplein van de Vijverstraat)
Maandag 30 mei

Koning Overwinnaarplein

Dinsdag 31 mei

Sint-Antoonplein

Donderdag 2 juni

Jachthof

Kazernenlaan 31
Vrijdag 3 juni

Contact Plus en Senior Solidarite(it)

Kazernenlaan 31/1
1040 Etterbeek

02/627.27.37

contact.plus@etterbeek.brussels
senior.solidarite@etterbeek.brussels

Etterbeek

Contact Plus



Senior Mobile

L'INFORMATION À DEUX PAS DE CHEZ VOUS
INFORMATIE DICHT BIJ HUIS

De dienst Vrijwilligerswerk: een extraatje om ons dagelijkse leven wat kleur te geven

De periode die wij hebben doorgemaakt heeft ons het belang doen inzien van sociale contacten en de rijkdom van uitwisselingen, of die nu intergenerationeel, intercultureel of van een andere aard zijn. Te lang hebben wij ons bijna volledig van de wereld moeten afsluiten: nu is het tijd om de band te herstellen!

Op initiatief van burgemeester Vincent De Wolf en schepen van Maatschappelijk Welzijn Maryam Matin Far blaast Contact Plus zijn vrijwilligersdienst nieuw leven in met oog voor solidariteit en gezelligheid.



Deze dienst richt zich zowel tot burgers die hun tijd als vrijwilliger willen aanbieden als tot mensen die op zoek zijn naar gezelschap of een beetje occasionele hulp die niet door professionele diensten kan worden geboden (luisterend oor, gesprekken, hulp om boodschappen te doen, begeleiding naar een doktersafspraak, computeradvies, diverse uitstapjes, ...). Wij nemen graag de tijd om jou te ontmoeten, naar jou te luisteren en de juiste persoon voor jou te vinden. Je kan zowel gebruikmaken van de hulp van een vrijwilliger als jouw diensten als vrijwilliger aanbieden.

De begeleider van Senior Solidarite(it) zal met plezier aan jouw verwachtingen tegemoetkomen. Wacht dus niet langer en contacteer ons!

Contact Plus

Kazernenlaan 31/1 – 1040 Etterbeek

02 627 27 37 – vrijwilligerswerk@etterbeek.brussels

Om een voorbeeld te geven van het vrijwilligerswerk, hebben wij Lucie en Brigitte geïnterviewd, die onlangs aan elkaar zijn gekoppeld. Brigitte, voltijds mantelzorgster van haar broer, had steun nodig om op adem te kunnen komen. Hoewel Brigitte professionele hulp krijgt, miste ze iets, een beetje tijd voor zichzelf elke week.

Ik zorg fulltime voor mijn broer, en nu ik ouder word, begin ik soms moe te worden. Lucies aanwezigheid helpt me omdat ze verlichting brengt. Daardoor kan ik mijn huishouden doen, maar ook andere dingen. Wanneer zij bij hem is, leest ze hem voor, praat met hem, zingt voor hem...

Natuurlijk, doe ik een beroep op professionele diensten, maar het blijft moeilijk en de relatie is niet hetzelfde.

De dienst Vrijwilligerswerk heeft een goede match gevonden: het is magie!

Brigitte

Vroeger was ik verpleegster, vandaag ben ik met pensioen. Ik denk er al even over om vrijwilligerswerk te doen. Ik kreeg een brief in mijn brievenbus van de gemeente: deze brief was voor mij de aanleiding!

Nu breng ik elke week een bezoekje aan Brigitte en dan vooral aan haar broer. Als het mooi weer is, gaan we wandelen in het Jubelpark.

Ik denk dat er een echte relatie met hem zal ontstaan, zo iets als een familieband. Het brengt me vreugde, ik ben er blij mee, ik heb geen andere woorden om te beschrijven wat vrijwilligerswerk me persoonlijk bijbrengt.

Lucie

De rommelmarkten zijn terug in juni!

Nadat we het twee jaar zonder een groot deel van onze buurtactiviteiten moesten stellen, zijn er drie rommelmarkten gepland om onze maand juni op te vrolijken! Kom genieten van de gezelligheid van deze evenementen bij jou in de buurt.

Zondag 5 juni

Rommelmarkt van Shopping Club

Thieffry

Hansen-Soulielaan, Le Marinellaan,

Pervijzestraat en Tervatestraat

Van 8 tot 18 uur

Maandag 6 juni

Rommelmarkt van Comité de l'Amitié

- Majoor Pétilionstraat

- Kardinaal Lavigierestraat

- Kapitein Joubertstraat

- Vrijwilligerslaan (tussen Witte

Patersstraat en metrostation Pétilion)

Van 7.30 uur tot 16 uur

Zaterdag 25 juni

Rommelmarkt van de vzw Le Pivot

Philippe Baucqstraat

Van 8 tot 18 uur



Senior Gazet

De krant voor senioren

Levering van boeken door de Franstalige bibliotheek Hergé: wanneer lezen naar je toe komt

De Franstalige bibliotheek Hergé heeft een platform opgericht om boeken aan huis te leveren met vervoersmiddelen van de zachte mobiliteit.

Neem gewoon contact op met de bibliotheek, of je nu lezer van de bibliotheek bent of niet, en zij brengen boeken te voet of met de fiets tot bij jou.



De levering aan huis is volledig gratis en je hebt zes weken de tijd om de boeken te leveren voordat we nieuwe exemplaren brengen.

Franstalige bibliotheek Hergé
Jachtlaan 211
1040 Etterbeek
02 735 05 86
info@biblioherge.be

Jouw ziekenfonds, een belangrijke partner

Je ziekenfonds ondersteunt je niet alleen bij je gezondheidsuitgaven, maar staat ook klaar om je in verschillende levensfasen te steunen en te begeleiden. Elk ziekenfonds heeft een sociale dienst die jou verschillende vormen van steun kan bieden:

- Hulp in huis (huishoudhulp, gezinshulp, ziekenoppas)
- Telebewaking
- Vervoer
- Medisch materiaal
- Levering van maaltijden aan huis
- ...

Ziektenfonds kunnen in bepaalde gevallen ook een financiële bijdrage leveren:

- Aankoop van een bril
- Pedicure
- Abonnement bij een sportclub
- Inrichting van de woning
- Psychologische zorg
- Kinesithérapie
- Alternatieve geneeskunde
- ...

Het is belangrijk dat je weet dat elk ziekenfonds een verschillend dienstenaanbod heeft. Contacteer jouw ziekenfonds om te weten welke diensten en voordelen het aanbiedt.

Agentschappen in Etterbeek:

Socialistische Mutualiteit Brabant

Waversesteenweg 706
02 647 71 12

Liberale Mutualiteit Brabant

Tervatestraat 51
02 640 47 36

Ziektenfonds Partenamut

Graystraat 13
02 444 41 11

Christelijke mutualiteit

Jachtlaan 2
02 501 58 58

Binnenkort vind je in je brievenbus een gids van de bestaande diensten in Etterbeek: net als in een telefoongids heb je dan alle contactgegevens van structuren die voor jou interessant kunnen zijn binnen handbereik.

Die gids werd gezamenlijk samengesteld door Contact Plus en Senior Solidarite(it) en bevat verschillende grote thema's: vrije tijd en cultuur, welzijn thuis, gezondheid, sociale en administratieve ondersteuning, mobiliteit, huisvesting, justitie en veiligheid, mantelzorgers en huisdieren.

De gids wordt automatisch uitgedeeld aan 70-plussers. Ben jij jonger dan 70 en wil jij de gids ook ontvangen? Meld het dan aan onze medewerkers, die jou graag een exemplaar bezorgen zodra de gids verschijnt.

Contact Plus

Kazernenlaan 31/1 – 1040 Etterbeek
02/627.27.37
contact.plus@etterbeek.brussels

Senior GazETT

De krant voor senioren



Op initiatief van burgemeester Vincent De Wolf en OCMW-voorzitter Arnaud Van Praet, met de steun van de schepenen van Maatschappelijk Welzijn, Maryam Matin Far, het college van burgemeester en schepenen en het project SeniorSolidarite(it) (gesubsidieerd door de GGC).

Redactie: Louise Monier, Stéphane Michel, dienst communicatie

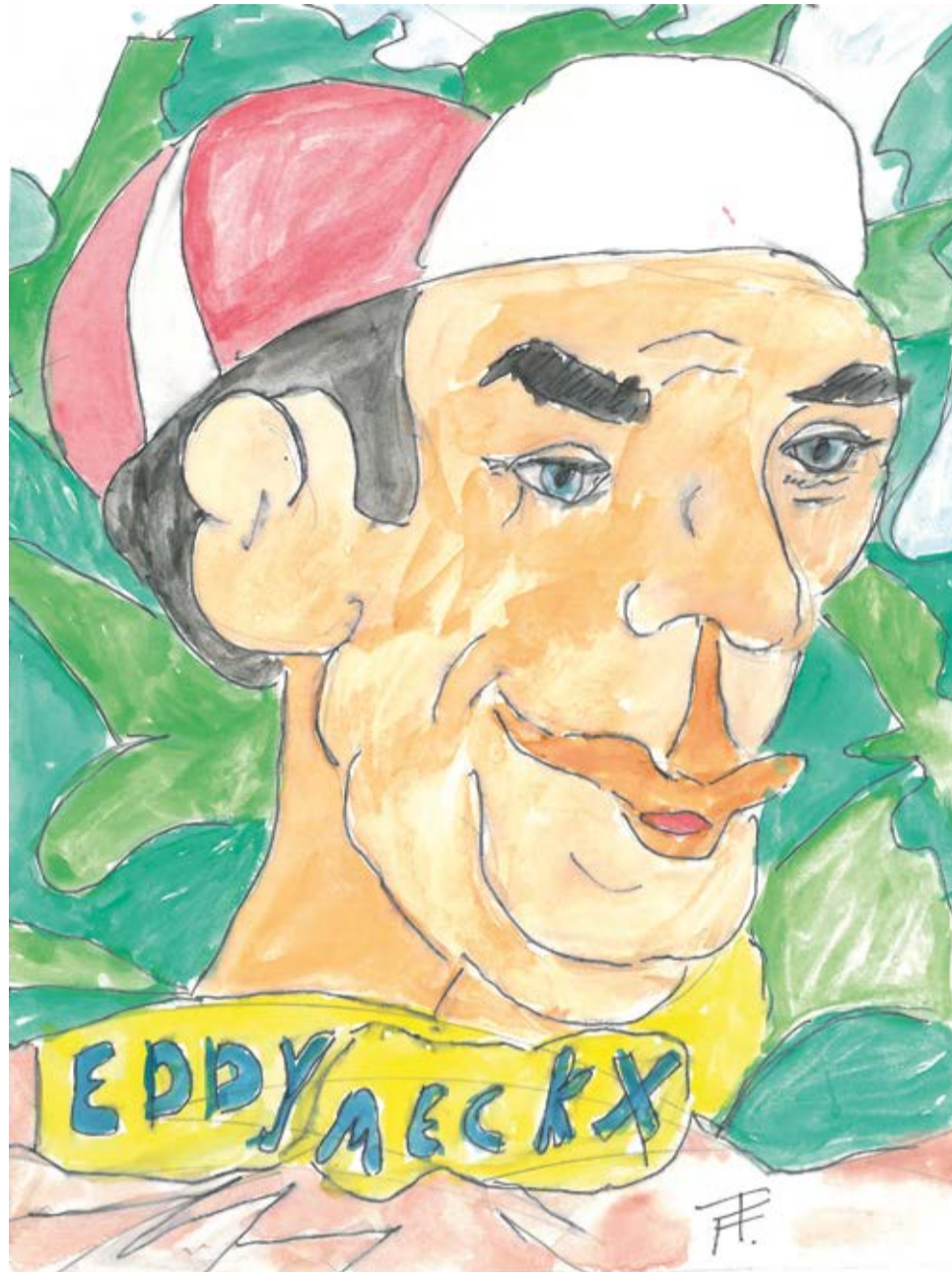
DPO

De persoonsgegevens die werden gebruikt om deze brief te versturen zijn afkomstig uit het bevolkingsregister van Etterbeek. Het college van burgemeester en schepenen heeft toestemming gegeven voor het gebruik van de gegevens op 28 januari 2022. De lijst met gegevens wordt niet doorgegeven aan derden en wordt niet bewaard nadat deze brief wordt verstuurd. U kunt uw recht op verbetering en bezwaar uitoefenen door een e-mail te sturen naar contact.plus@etterbeek.brussels. Met vragen over de verwerking van uw persoonsgegevens kunt u terecht bij onze functionaris voor gegevensbescherming: dpo@etterbeek.brussels – Kazernenlaan 31/1 in 1040 Etterbeek.

Senioren in de kijker!

Voortaan bieden wij jullie een plaats om dingen met elkaar te delen!

Dit keer zetten we Francis TEMMERMANS in de kijker, die ons een portret van Eddy Merckx heeft bezorgd.



Als jij in het volgende nummer wilt staan, bezorg ons dan jouw tekening, schilderij, gedicht of tekst via e-mail naar seniorsolidariteit@etterbeek.brussels of per post op het volgende adres:

Contact Plus
Kazernenlaan 31/1
1040 Etterbeek

Maak kans op twee tickets ter waarde van 45 euro per persoon voor de najaarsexcursie van Contact Plus op 12 november 2022 in Bouillon.

We trekken die dag naar Bouillon waar we het jachtfeest vieren. In de voormiddag brengen we een bezoek aan het kasteel en wonen we een valkerijshow bij. In de namiddag gaat het na een heerlijke jachtmaaltijd richting de markt waar wild en jachtproducten worden aangeboden. De ambachtslui hebben wijn, bier en andere streekproducten in de aanbieding. Voor elk wat wils!

Als jij kans wilt maken, beantwoord dan de volgende vraag:

Welk spel kan je spelen als je dit jaar naar de Senior Mobile komt?

A. Bowling

B. Petanque

C. Mólkky

Stuur jouw antwoord voor 24 juni 2022 naar de dienst Contact Plus (met de post of via e-mail). Antwoorden per telefoon worden niet in aanmerking genomen.

De winnaar wordt geloot op 30 juni 2022.

**Deze activiteit maakt deel uit van het programma ActiPlus dat je elk jaar krijgt toegestuurd. Ook als je al bent ingeschreven voor deze activiteit, kan je nog deelnemen aan de wedstrijd.*

Contact Plus
Kazernenlaan 31/1 – 1040 Etterbeek
1040 Etterbeek

Senior Gazett

De krant voor senioren