



NIEUWSBRIEF SENIORENNET DILBEEK

Nr. 67 – 28 februari 2026



Beste vrijwilliger

Hoewel we heel het jaar op jou kunnen rekenen en hoewel jij liefst ongezien blijft, zetten we je speciaal tijdens de week van de vrijwilliger toch even in de bloemetjes. De schijnwerpers mogen even op jou gericht zijn.

Jouw vrijwillige inzet is van onschatbare waarde want zonder die inzet zouden er geen verenigingen zijn, zou heel wat dienstverlening aan ouderen, zieken en minder validen onbestaande zijn. Wat jij doet, is niet vanzelfsprekend. Vaak gaat het om kleine gebaren, maar met een grote impact. Dankzij jouw engagement voelen mensen zich gezien, gehoord en gesteund. Bedankt voor je tijd. Bedankt voor je inzet.

Bedankt voor je warmte en betrokkenheid. Bedankt om er te zijn.



LEVENSKWALITEIT EN EIGEN KEUZES MOETEN PRIMEREN IN HET DEBAT ROND HET LEVENSEINDE



In tegenstelling tot wat velen denken, gaat levenseinde niet enkel over sterven. Dat zegt Magda De Meyer, voorzitter van de Vlaamse Ouderenraad. De organisatie pleit voor meer aandacht voor levenskwaliteit en eigen keuzes, ook bij ernstige ziekte en tot op het einde. Daarover durven praten is al een belangrijke stap, maar onze overheden blijven hangen in ideologische discussies in de media.

Volgens De Meyer vervallen beleidmakers in het debat rond het levenseinde al heel snel in juridische discussies over wat wel en niet mag. Sterven is een zaak van mensen met noden en wensen, en mag niet worden herleid tot technische besprekingen in een parlement of op televisie. Het échte debat voer je met de mensen zelf. Maar, aldus de Vlaamse Ouderenraad, we zijn de menselijke kant van gezondheid en sterven uit het oog verloren.

NIEUW ADVIES

Met een nieuw advies aan zowel de Vlaamse als de federale overheid wil de organisatie het tij keren. Het levenseinde is bij uitstek een thema dat beleidsniveaus moet overstijgen.

Voor de Vlaamse Ouderenraad is een eerste belangrijke stap ons voorbereiden op het levenseinde, erover praten en ons informeren. We moeten met z'n allen opnieuw zoeken naar een cultuur en een taal die ons toelaat om op een warme en menselijke manier over de dood te spreken. Door het er samen over te hebben, wordt sterven opnieuw een sociaal proces.



MEER ONDERSTEUNING

De Vlaamse Ouderenraad pleit ook voor meer ondersteuning onder andere voor mantelzorgers. Zij spelen een cruciale rol en krijgen vaak ondersteuning in het aanleren van zorgtaken. Maar op een meer sociaal en mentaal vlak zijn er nog tekortkomingen. Ook zorgprofessionals moeten meer tools in handen krijgen om het levenseinde bespreekbaar te maken. Palliatieve zorg moet bijvoorbeeld een groter deel uitmaken van opleidingen zoals verpleegkunde.

EUTHANASIE

Bij het debat over het levenseinde hoort ook de discussie over euthanasie. De Vlaamse Ouderenraad is van mening dat de wetgeving rond euthanasie een actualisatie nodig heeft. Die wet dateert van 2002 en strookt niet meer met hoe we vandaag kijken naar levenskwaliteit en autonomie. De organisatie botst onder meer op het feit dat euthanasie bij personen met dementie enkel toegestaan is als die persoon wilsbekwaam is. Euthanasie bij levensmoeheid is een tweede heikel punt in die wetgeving. De Vlaamse Ouderenraad stelt zich de vraag of ook daar geen versoepeling nodig is.

Het volledige advies van de Vlaamse Ouderenraad over het levenseinde kun je [HIER](#) lezen. (Uit de nieuwsbrief van de Vlaamse Ouderenraad van 6/2/2026)

VANAF 10 MAART KUN JE INSCHRIJVEN VOOR DE MEIREIZEN



De meireizen zijn terug en dit jaar trekt de bus naar de rand van de regio Bachten de Kupe en naar het Heuvelland. Je hebt de keuze tussen maandag 18 mei of dinsdag 19 mei. Inschrijven kan pas vanaf 10 maart.

Na een gezellig ontbijt in Poperinge leidt een ervaren gids ons door het golvende landschap, langs wijngaarden en verrassende panorama's. Bij een pionierwijnbouwer krijg je een boeiende inkijk in het wijnproces, gevolgd door een degustatie van twee wijnen en een verfijnde wijnpraline.

Tijdens het middagmaal geniet je van verse dagsoep, kip aan 't spit met rauwkost en frietjes, en een dessert met koffie. Daarna steken we de grens over voor een sfeervolle ontdekkingstocht langs charmante Franse dorpen met Vlaamse roots. Op de Katsberg bezoeken we de cisterciënzerabdij, maken we een korte wandeling en ontdekken we de ambachtelijke producten van de monniken. Op de terugweg is er eventueel nog een stop aan de Zwarteberg op de Frans-Belgische grens voor een gezellige drink.

Het volledige programma, prijzen, opstapplaatsen en hoe je kunt inschrijven, vind je [HIER](#) of via 02 451 43 70.

LENTEREIS

Opgelet: voor de meireis van dit jaar is een redelijke mobiliteit nodig. Ben je minder goed ter been maar heb je ook zin in een uitstap, dan is de lentereis misschien iets voor jou. Die lentereis trekt traditiegetrouw naar de Belgische kust op zaterdag 6 juni. We komen erop terug in een volgende nieuwsbrief. Ondertussen vind je [HIER](#) (artikel "Uitwaaien aan zee") alle nodige informatie.



ANTWOORD VAN HET SCHEPENCOLLEGE OP ONS ADVIES OVER DE BASISSUBSIDIE

In de vorige nieuwsbrief (nr. 66) kon je een korte versie lezen van het advies aan het schepencollege over de aanvraag voor de basissubsidie door verenigingen. Het advies werd ingediend door Seniorennet Dilbeek vzw samen met Cultuurplatform Dilbeek. Het college bezorgde een positief antwoord op ons advies waarvan we graag de korte inhoud meedelen.

1. Er zal worden nagegaan hoe relevante, domeinspecifieke informatie duidelijker en vollediger kan worden

opgenomen in het stappenplan. Er komt dus een betere handleiding.

2. Om verenigingen beter voor te bereiden, wordt aan de administratie gevraagd om in de mailing naar de verenigingen expliciet de vragenlijst én de vereiste bewijsstukken op te nemen.
3. De mogelijkheid om een aanvraagdossier tussentijds op te slaan en later verder af te werken, zal vanaf volgende indienronde mogelijk zijn.

4. Het puntensysteem en een bijhorende definitielijst zullen worden bijgesteld en verfijnd om interpretatieverschillen te beperken.
5. Bij de laatste stap van de aanvraag kan het dossier worden afgedrukt. Na verzending is dat niet meer mogelijk. Deze beperking is bekend en zal verder geëvalueerd worden.

ER ZIJN NOG TICKETS VOOR HET LENTEFEST VAN SENIORENNET DILBEEK OP 3 EN 5 MAART 2026

Het lentefest van 2025 kende danig succes dat de feestzaal van Westrand uit haar voegen barstte. Dat wil Seniorennet Dilbeek tijdens de komende editie vermijden. Het wordt een tweedaagse in de feestzaal van Westrand op dinsdag 3 maart 2026 (hiervoor zijn nog plaatsen beschikbaar) en donderdag 5 maart 2026 (nog enkele plaatsen beschikbaar) telkens om 14.00 uur.

Het komische duo Patrick Onzia & Dirk Van Vooren brengt een werfelende mix van zang, humor en spektakel. Patrick Onzia is Vlaanderens topentertainer en zanger. Dirk Van Vooren is meester van de visuele comedy. Zij laten de Dilbeekse senioren ongetwijfeld schateren met moderne sketches en meeslepende muziek. Samen garanderen ze een show vol energie, ambiance en verrassingen. De medewerkers van Seniorennet Dilbeek zorgen zoals ieder jaar voor taartjes en koffie aan democratische prijzen. Het personeel van Lou's Plek zorgt voor de bediening van de andere dranken. Tijdens de pauze worden lotjes verkocht aan 2,50 euro voor de altijd-prijs-tombola. Tickets kun je [HIER](#) bestellen. (JG)



LEZERS VRAGEN

Een lezer heeft meteen gebruik gemaakt van deze nieuwe rubriek en vraagt ons of zij voor de meireizen 2026 de participatiepas nog kan gebruiken.

GEBRUIK PARTICIPATIEPAS

In het meerjarenplan 2026-2031 van Dilbeek staat heel laconiek: *“Door herziening van de participatiepas zal er niet langer een sociaal tarief op basis van een participatiepas toegepast worden. Een daling van het aantal deelnemers wordt verwacht.”* De nieuwe pas zal enkel nog gelden voor een beperktere doelgroep van kinderen tot en met 12 jaar. De pas zal niet meer worden toegekend aan volwassenen.

Bij navraag blijkt dat het huidige systeem van participatiepassen nog blijft gelden tot en met 30 juni 2026. Dat wil dus zeggen dat zowel voor de komende meireizen op 18 en 19 mei als voor de lentereis op 6 juni, de participatiepas blijft gelden. Het Lokaal Dienstencentrum In Kompanie heeft overigens volgende prijzen bekendgemaakt voor zowel de meireizen als voor de lentereis: Dilbekenaar: 55 euro – niet-Dilbekenaar: 65 euro – **met participatiepas: 18 euro**. Een mantelzorger voor een Dilbeekse deelnemer betaalt voor de lentereis 55 euro. (bm)

Van een andere lezer kregen wij volgende vraag: “Wat doet het beleid in Dilbeek ten nutte van mantelzorgers? Wat is er voorzien ter ondersteuning?” Ziehier het antwoord van schepen van welzijn David De Freyne.

WAT DOET DILBEEK VOOR MANTELZORGERS?

“Wij zien vanuit het bestuur mantelzorgers als een essentiële steunfiguur in het welzijn van onze inwoners. Binnen het zorgcontinuüm en de doelstelling om zoveel mogelijk mensen zo lang mogelijk thuis in hun vertrouwde omgeving te laten, is mantelzorg een essentiële schakel. Zo kunnen we residentiële zorg ook in vele gevallen uitstellen.

Concreet: Dilbeek organiseert regelmatig ontmoetings- en vormingsmomenten voor mantelzorgers in de vorm van mantelzorgcafés. Deze cafés zijn plaatsen waar men ervaringen kan delen en zaken kan opsteken.

- 24 maart 2026 – Mantelzorger? Zorg ook voor jezelf! (Vorming door Coponcho)
- 7 mei 2026 – Zorgzaam communiceren (i.s.m. Steunpunt Mantelzorg)
- 20 juni 2026 – Ontbijt voor Dag van de Mantelzorger (i.s.m. Samana)
- 15 oktober 2026 – Bewindvoering & zorgvolmacht (i.s.m. Onbegrensd)

Deze vormingen behandelen o.a.: zelfzorg voor mantelzorgers, communicatie in zorgsituaties, juridische en praktische ondersteuning, mogelijkheden van thuiszorg en opvang. De gemeente werkt nauw samen met erkende mantelzorgverenigingen en mantelzorgcoaches.

Onze lokale dienstencentra (nu enkel in Itterbeek, maar binnenkort ook in Groot-Bijgaarden en Schepdaal) en het dagverzorgingscentrum/kortverblijf bieden mantelzorgers ook ondersteuning door activiteiten en/of zorg op bepaalde momenten over te nemen. Zo kunnen mantelzorgers er ook even tussen uit. Mantelzorgers van senioren kunnen steeds rekenen op professioneel advies, begeleiding en doorverwijzing door ons team ouderenwelzijn. Contacteer hen gerust via ouderenwelzijn@dilbeek.be.”

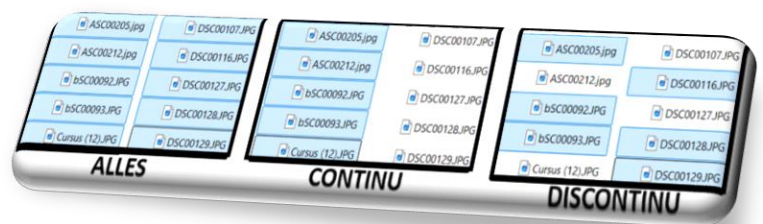
De schepen verwijst ook naar de infobrochure mantelzorg op de website van de gemeente. Je kunt de brochure [HIER](#) lezen. (bm)

DIGI-TAAL: WEETJES

SELECTEREN KAN OP 4 MANIEREN

Kopiëren, knippen en plakken zijn enorm belangrijke handelingen in ons dagelijks computerwerk. Maar alles begint bij selecteren. Dat doe je door in de verkenner op een map of op een bestand te klikken met de linkermuisknop. Je kunt ook meerdere mappen of bestanden tegelijk selecteren.

Met de toetsencombinatie **Ctrl + A** selecteer je de inhoud van de hele map. Met de **Shift-toets** selecteer je een aaneengesloten reeks van bestanden. Dat is een continue selectie. Je selecteert het eerste bestand, je houdt dan de shifttoets ingedrukt en drukt tegelijkertijd op het laatste bestand van de selectie. Als je de **CTRL-toets** ingedrukt houdt, kun je een discontinue selectie maken.



AANDEEL WINDOWS 10 IN VRIJE VAL

Windows 11 heeft volgens Statcounter momenteel bij Windows-gebruikers een wereldwijd marktaandeel van 62,16% tegen 36,03% voor Windows 10. In België groeit het aandeel van Windows 11 duidelijk sneller dan gemiddeld, met respectievelijk 72,53% voor Windows 11 en 26,72% voor Windows 10. (bm)

KORT EN BONDIG

- In de vorige nieuwsbrief stond een foute berekening bij de **bevolkingsstatistieken**. Het aandeel personen ouder dan 50 jaar bedraagt 40%. In de nieuwsbrief stond dat het ging om personen ouder dan 60 jaar.
- In de vierde editie van de **60-plus Barometer** bevroeg de Koning Boudewijnstichting 2.000 ouderen. Wat blijkt? Ouderen bereiden zich nog te weinig voor op de toekomst. Vooral wie een lage mate van sociale steun ervaart, laaggeschoold is of wie niemand kent die hulpbehoevend is, zou minder geneigd zijn om dat te doen. Klik [HIER](#) om er meer over te weten.
- Wie recht heeft op de **verhoogde tegemoetkoming**, betaalt minder voor raadplegingen bij de dokter, voor ziekenhuisopnames of geneesmiddelen en geniet nog van allerlei voordelen, afhankelijk van de woonplaats. Volgens het RIZIV hebben meer dan 2,4 miljoen Belgen recht op een verhoogde tegemoetkoming. In Vlaanderen is dat 17% van de bevolking, in Brussel 33%, in Wallonië 25%. In Dilbeek ontvangen 5.684 personen een verhoogde tegemoetkoming of 12,6% van de bevolking; 38% is jonger dan 30 en 33% is ouder dan 60.
- De **spilindex** werd in december 2025 overschreden. Daarom worden o.m. de pensioenen in maart aangepast. Het gaat dan om een 'klassieke' indexering. De indexering erna zal wellicht de centenindex zijn. De indexering gebeurt automatisch. De toegepaste indexering hangt sedert 01 juli 2025 trouwens af van het totale bedrag van uw pensioen(en) en bedraagt niet langer automatisch 2%.
- OKRA trok samen met Enéo, Samana en BAPN aan de alarmbel i.v.m. een wetsontwerp over de **hervorming van de personenbelasting**. Gepensioneerden en vervangingsinkomens worden hierin uitgesloten van de voordelen van de geplande belastingverlaging. Enkel beroepsactieven houden zo netto meer over. Gepensioneerden, zieken, werklozen en leefloners zullen bovendien meer gemeentebelasting moeten betalen. De berekeningswijze ervan wijzigt in hun nadeel. Op die manier worden zij volgens OKRA dus dubbel gestraft.
- OKRA-Zorgrecht kaartte met de vijf andere erkende mantelzorgverenigingen aan dat ook werklozen die mantelzorger zijn hun werkloosheidsvergoeding kunnen verliezen in de verstrengde regeling. Zij pleiten voor concrete maatregelen om de **financiële situatie van mantelzorgers** te verbeteren en hun re-integratie op de arbeidsmarkt te vergemakkelijken.
- Expertisecentrum Dementie Memo organiseert samen met zes Dilbeekse woonzorgcentra (Breugheldal, Quietas, Koning Albert I, Maria Assumpta, Het Witte Huis en Dilhome) verschillende **praatcafés over dementie**. De volgende data zijn dinsdagen 17 maart (in Breugheldal) en 26 mei (Het Witte Huis) telkens om 18.30 uur. Deelnemen is gratis maar inschrijven is wel verplicht via ouderenwelzijn@dilbeek.be of 02 451 43 70.
- Ook dit voorjaar houdt de **digidokter** zijn spreekuur in bibliotheek Dilbeek. Je kunt er gratis en zonder voorafgaande afspraak terecht met al je digivragen op zaterdagen 28 maart en 25 april, telkens van 10.00 tot 12.00 uur. In de bibliotheek is er ook één keer per maand een sessie van het **Smart Café**, telkens van 10.00 tot 13.00 uur. De kostprijs is 6 euro. Op maandag 23 maart gaat het over fraude en phishing en op maandag 20 april over handige apps bij je dagelijkse administratie en de gemeente. Inschrijven doe je in de bibliotheek. Meer info: 02 454 54 01.
- Elke eerste donderdag van de maand, telkens van 9.30 tot 12.30 uur, is er in de leerkeuken van Breugheldal een **Swipecafé** waar je terechtkunt met al je digivragen. Een vrijwilliger met computerervaring begeleidt deze voormiddagen en onder het genot van een kopje koffie kun je ook kennis en ervaringen delen met medecursisten. Info en inschrijvingen: brabant@s-plusvzw.be of 02 546 15 92.

SENIORENKALENDER

DATUM	LOCATIE	ACTIVITEIT
Dinsdag en donderdag 3 en 5 maart	Dilbeek Westrand Feestzaal	VOORJAARSFEEST SENIORENNET DILBEEK: 14.00 uur. Met Patrick Onzia en Dirk Van Vooren. Een wervelende mix van zang, humor en spektakel. Tickets kun je HIER bestellen.
Zondag 8 maart	Groot-Bijgaarden Zaal Collegium	FAMILIEFEEST: 12.00 uur. Organisatie Raak en Ferm. Deelnemen kost 64 euro voor leden, 69 euro voor niet-leden (dranken inbegrepen), te storten op BE43 7785 9285 8601 vóór 1 maart 2026. Het familiefeest is een afsluiter van het jubileumjaar van Raak en Ferm en wordt opgeleust door zanger en muzikant Francis Bau-mans.
Maandag 9 maart	Dilbeek Westrand	FILM RADIOMAN: in het raam van cultuur overdag. 14.00 uur. Vlaamse film van Frank Van Passel. Tickets kun je HIER kopen.
Dinsdag 10 maart	Itterbeek Residentie Koning Albert 1 Keperenbergstraat 36	DANSFEEST: van 15.00 tot 17.00 uur in het kasteel van de residentie. Inkom gratis. Inschrijven via joke.vandereeckt@armonea.be
Dinsdag 10 maart	Sint-Ulriks-Kapelle Kasteel La Motte	KENNISCAFÉ: 19.00 uur. Eerste van een reeks kenniscafés voor alle Dilbeekse verenigingen. Tijdens deze sessies worden handvaten aange-reikt om verenigingen te laten groeien, om bij te leren en om de werking van verenigingen te versterken.
Dinsdag 17 maart	Itterbeek Breugheldal Itterbeeksebaan 208	PRAATCAFÉ DEMENTIE: 18.30 uur. Hilde Van-derlinden (psycholoog en referentiepersoon dementie) gidst ons door de vele aspecten van het vraagstuk 'Heeft het nog zin dat ik langsga?'. Na de uiteenzetting ben je ook van harte welkom voor een glaasje en een vrijblij-vend na-praat-moment. Gratis maar inschrij-ven verplicht bij ouderenwelzijn@dilbeek.be of via 02 451 43 70.

Vrijdag 27 maart	Itterbeek Breugheldal Itterbeeksebaan 208	DIGI-WORKSHOP: van 13.30 tot 16.30 uur in de living. Gratis. Inschrijven vóór wo. 25 maart. Onderwerp: aankoop van een nieuw toestel.
Zondag 26 april	Itterbeek Sint-Pieterskerk Kerkstraat 45	CONCERT MAGNIFICAT: 15.00 uur. Deuren open vanaf 14.15 uur. Organisatie Neos. Muziek van Arvo Pärt, Bach, Haydn en Mozart. Met Kononia Orchestra of Europe en kamerkoor Helicante. Dirigent is Wouter Versavel. Tickets kun je HIER aankopen. Neos-leden 20 euro – niet-leden 25 euro. Informatie: monique.wylock@gmail.com of tel. 0477 36 90 46.
Dinsdag 12 mei	Dilbeek Westrand	FILM ZONDAG DE NEGENSTE: in het raam van cultuur overdag. 14.00 uur. Vlaamse film van Kat Steppe. Tickets kun je HIER kopen.
Maandag en dinsdag 18 en 19 mei	Dilbeek Meireizen 2026	NAAR HEUVELLAND: ontbijt in Poperinge – wijngaardbezoek met proeverij – wandeling langs het Franse Heuvelland – bezoek aan abdijwinkeltje van cisterciënzermonniken. Prijs 55 euro. Inschrijven kan vanaf 10 maart. Meer informatie vind je HIER of via 02 451 43 70.
Dinsdag 26 mei	Itterbeek Het Witte Huis Kerkstraat 64	MANTELZORGCAFÉ: 18.30 uur. Onderwerp: draagkracht en draaglast, zorgen voor jezelf als mantelzorger. Gratis. Wel inschrijven via ouderenwelzijn@dilbeek.be of 02 451 43 70.
Zaterdag 6 juni	Schepdaal Marktplein	DAG VAN DE DILBEKENAAR: 14.00 tot 19.00 uur. Een namiddag samen genieten van Dilbeekse producten op een groot terras, bijpraten met buurt- of wijkgenoten of samen met de (klein)kinderen deelnemen aan een gevarieerd aanbod van animatie.
Zaterdag 20 juni	Groot-Bijgaarden Campus Nieuwenbos Bosstraat 84	MANTELZORGONTBIJT: vanaf 9.30 uur. In samenwerking met alle Samana-afdelingen van Dilbeek en het Lokaal Dienstencentrum.