



Samen strijden tegen armoede en sociale uitsluiting

**Wij wensen jullie veel
lichtpuntjes
in 2023.**



Kerst 2022

H
e
t
W
E
L
L
E
K
E

Het LICHTPUNT in beeld



Voorwoord

Lieve mensen,

Een voorwoord bij Het WELLEKE Kerstmis 2022. Wat schrijf ik: een kerstboodschap of een nieuwjaarsbrief?

Kerst 2022: corona is nog niet weg. Maar wel verdwenen zijn de lockdowns, de vele overlijdens, de afzonderingen, de mondkmaskers die de lach op je gezicht verbergen. Eenzaamheid, angst,
Kerst 2022: oorlog in Oekraïne. Er is altijd wel ergens oorlog. Maar nu vlakbij. Onbegrip, ongeloof, verontwaardiging, angst,

Kerst 2022: energie, inflatie. stijgende prijzen die je naar de keel grijpen, facturen die niet meer te betalen zijn. Armoede zou uit de wereld geholpen worden, een millenniumdoelstelling. "Alles bij elkaar genomen, liepen 2.142.000 Belgen in 2021 een risico op armoede of sociale uitsluiting," zegt Statbel dat België in cijfers toont. In 2022 is het zeker niet anders geweest. Verontwaardiging, onmacht, kwaadheid, droefheid, angst

Kerst 2022: klimaat, opwarming, overstromingen, jongeren die oproepen tot actie. Een verstikkende warme zomer – maar dat zijn we al bijna vergeten. Maar nu een heerlijke zachte novembermaand (ik schrijf dit midden november, artikels moeten geruime tijd vooraf binnen zijn). Onbegrijpelijk, machteloosheid, bekommernis voor onze kinderen, angst

Maar onze mensen zijn goed voorbereid. Zij hebben geleerd te overleven.

En zij hebben Het LICHTPUNT. Dat met hen op weg gaat in 2023.

Wij kunnen de virussen niet bannen. Maar wij kunnen wel zorg dragen voor elkaar. Elkaar dragen in momenten van eenzaamheid. En elkaar onze lach tonen. Misschien wel een lach toveren op die mondkmaskervrije gezichten.

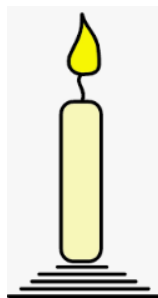
Wij kunnen de oorlogen niet voorkomen. Maar we kunnen wel leren en proberen respectvol om te gaan met elkaar. En elkaar de vrede toewensen, ruzies proberen te vermijden en begrip opbrengen voor mensen die in moeilijke situaties domme dingen dreigen te doen en daarmee vragen naar helpende handen.

Wij kunnen de armoede niet uit de wereld helpen. Maar wij kunnen mensen in armoede wel de rijkdom van vriendschap aanreiken.

Wij kunnen het veranderende klimaat niet tegenhouden. Maar wij kunnen wel, hier en nu, bewust leven, rekening houden met de ander, zorg dragen voor onze natuur, onze kinderen met liefde opvoeden.

Wij kunnen eigenlijk heel veel. Wij kunnen angst omvormen tot hoop. Wij kunnen de anderen leren wat overleven is.

Lucien



Op 17 november was er weer een FAKKELTOCHT

De fakkeltocht was weer super geregeld. Veel mensen stapten mee in de optocht tegen armoede. In de Robianazaal van de Rozenbergschool werd eerst een toespraak gehouden. Die was super goed. Enkele ervaringsdeskundigen deden hun verhaal over WONEN met een kabouter in hun armen. Dat was heel goed en mooi gedaan. Iedereen had een luisterend oor, maar er werd ook gelachen en toch vind ik het droevig hoe sommige mensen moeten leven. Na de speeches gingen we met z'n allen naar buiten. Met de fanfare, fakkels en lichtjes gingen we te voet richting het dienstencentrum waar we werden ontvangen met broodjes, soep en nog andere dranken. Weer helemaal geslaagd met onderweg veel wuivende handen van andere mensen die uit het raam kwamen kijken.



Aan iedereen HARTELIJK BEDANKT voor mee te doen en mee te leven.

GROETJES HELGA

Ook op de donkerste plekken kan je lichtpuntjes ontdekken!

Het zijn donkere tijden.

De energiecrisis, de oorlogen om de hoek, de stijgende armoede...hoe blijven we geloven in het licht?

Weet dat een buurman die je groet, je blij kan maken. Geniet van een handdruk of een omhelzing. Van een gulle lach. Van een dank je wel omdat jij lief was. Besef dat de zon elke dag de moed heeft om op te gaan.

Laat duister niet winnen. Trek je op aan klein geluk.

Want ook op de donkerste plekken kan je lichtpuntjes ontdekken.

Bond zonder naam

Vals geld in omloop

Een tijdje geleden is één van onze leden bedrogen geweest. Hij bood een iPhone aan via Marketplace. De koper wou niet aan huis komen, dus spraken ze af aan het station te Geel. Na het overhandigen van de iPhone, nam hij het afgesproken geld in ontvangst.

Later op de dag winkelde hij bij Lidl tot hij met het geld van de verkochte iPhone aan de kassa kwam en wou betalen.

Door het biljet te scannen zagen ze in de Lidl dat het vals was.

Dus mensen, let altijd goed op als je iets verkoopt. Controleer het geld altijd goed.

Staat er een watermerk op het biljet? Staat dit in het papier gedrukt en er niet bovenop? Het biljet moet stevig aanvoelen. Niet slap, vettig of knisperend. Kantel het biljet en bekijk de zilverkleurige strip.

Er doen momenteel heel wat valse biljetten van 20, 50 en 100 euro de ronde. Opletten dus!

Gunter



Vanaf 2023 stappen we over van de vrijetijdscheque naar de UiTPAS

WAT IS HET VERSCHIL TUSSEN VRIJETIJDSCHEQUES EN DE UiTPAS?

Vrijetijdscheque

betaalmiddel
enkel Mol & Balen
niet zuiver vrije tijd
bedrag is beperkt

UiTPAS

spaar- en kortingskaart
20 gemeentes (korting) + heel Vlaanderen (sparen)
enkel voor vrije tijd
korting is onbeperkt

Vrijetijdscheques kunnen nog aangekocht worden tot eind 2022 en ook nog heel 2023 gebruikt worden.

HOEVEEL KOST EEN UiTPAS?

Iedereen kan een UiTPAS kopen voor 5 euro.
Mensen met een beperkt budget krijgen de UiTPAS gratis.

WELKE VOORDELEN HEEFT EEN GRATIS UiTPAS?

Iedereen krijgt 80% korting op alle activiteiten van UiTPAS.

Bij elke activiteit spaar je punten. Die punten kan je omruilen voor extra korting, een geschenkje of een ander voordeel.

Budget is onbeperkt, dus je hangt niet meer vast aan het budget van €200 per persoon per jaar

De activiteiten en voordelen in onze gemeente vind je op www.balen.be/uitpas en in onze regio op www.uitpaskempen.be. De activiteiten en voordelen in heel Vlaanderen vind je op www.uitpas.be.

WAAR KAN IK MIJN UiTPAS OPHALEN?

Mensen die op de kaartenbank staan en een verhoogde tegemoetkoming hebben krijgen in december een brief aan van ons. Kom naar een UiTPAS-verkooppunt, met:

1. die brief
2. je identiteitskaart

Je vindt een UiTPAS-verkooppunt in Vrijetijdscentrum De Kruierie, Bevrijdingsstraat 1, Balen. Kreeg je geen brief, maar heb je wel een beperkt budget?

Heb je recht op verhoogde tegemoetkoming?

Of verblijf je in de bijzondere jeugdzorg of een opvanginitiatief?

Of begeleidt het OCMW jou?

Neem dan contact op met de sociale dienst via 014/82 98 48 of info@ocmwbalen.be
Zij bekijken met jou of je recht hebt op een gratis UiTPAS.

Voor wie? Je kan een UiTPAS aanvragen voor iedereen in jouw gezin, vanaf 3 jaar.

Hoelang geldig? Een gratis UiTPAS is een jaar geldig. Heb je daarna nog recht op de gratis pas? Dan verlengen wij jouw pas automatisch.

UiTPAS KEMPEN

Alleen in de 20 gemeentes van UiTPAS Kempen is jouw UiTPAS een kortingskaart. In de rest van Vlaanderen kan je de UiTPAS als spaarkaart gebruiken.

NOG VRAGEN?

Stel ze gerust aan de sociale dienst van het OCMW of stel ze rechtstreeks aan vrijetijdsbemiddelaar Hanne Weckx. Ze is bereikbaar via het gsmnummer 0498/86 58 57 en gebruikt ook whatsapp.



Wist je dat...

-wij weer samen kwamen met onze vrijwilligersgroep? We mochten 30 mensen ontvangen. Allemaal mensen die een taak uitvoeren voor Het LICHTPUNT of altijd klaarstaan om een handje toe te steken. Hartverwarmend!

-er in de kerk van Mol-Gompel elke maand een SOLIDARITEITSWINKEL plaats heeft? Elke tweede zondag van de maand tussen 13 en 15 uur kan je zowel dames-, heren- als kinderkleding aan 0.5 euro per stuk kopen. De moeite om eens gaan te kijken of lid te worden van hun facebook: solidariteitswinkel MOL! Je kan ook altijd kleding binnen brengen tijdens de koopzondagen of op afspraak: 0496 72 05 45 .

-wij de grote vakbonden (ACV, ABVV en ACLVB) en ziekenfondsen (Solidaris, LM plus) ontvingen bij Het LICHTPUNT? De aanleiding was de brief die we schreven (zie vorig Welleke/editie herfst) over het moeilijk toegankelijk zijn van al die diensten. De CM reageerde en wordt nog verwacht. Maar wat met de hulpkassen en Helan? Na drie keer de brief te sturen, hebben zij nog altijd niet gereageerd? We houden vol! En houden jullie op de hoogte!

-wij leerden om ALTIJD persoonlijk naar een dienst te gaan! Zeker als het belangrijk is. De meeste kantoren hebben (nog of terug) vrije inloophmomenten, zonder afspraak!

-er op het OCMW consulenten zijn die mee op zoek gaan naar werk? Is werk zoeken moeilijk voor jou? Neem dan zeker contact op. Je werkt dan samen met de consulent, andere partners en lokale werkgevers aan een begeleiding op maat.

-er voor mensen met een beperking een EDC-kaart bestaat? De Europese Unie heeft een kaart uitgewerkt voor mensen met een beperking. Het is de bedoeling dat deze mensen overal in de Europese Unie zich kunnen bekend maken om zo overal toegang te krijgen tot sport, cultuur en vrijetijdsbesteding. België is al één van de acht landen die deze kaart erkent. Ook in Balen kan je deze kaart bijvoorbeeld gebruiken om gratis lid te worden van de Bib. Begeleiders van personen met een EDC-kaart zullen ook kunnen genieten van bepaalde voordelen zoals gratis toegang bij een bepaald initiatief. Dus zeker verder op te volgen.

-je in het Rap op stap kantoor nu met een VR bril op stap kan? Wil je naar Parijs, Londen, Mexico of gewoon naar Brugge of Antwerpen? Dat kan! Maak een afspraak en geef je voorkeur. Wij zoeken voor jou een leuke VR belevenis.

-er al Lichtpunters zijn die tussen de giraffen en de leeuwen hebben gezeten met onze VR? Die onderwater hebben gezwommen met dolfijnen of in een bootje hebben gevaren over de oceaan? Die in het Anne Frank achterhuis hebben kunnen rondwandelen? Verschillende museums hebben kunnen bewonderen? En dat allemaal met VR via het Rap op Stap kantoor Balen.

-dat je een afspraak kunt maken met je eigen voorkeur? Niet twijfelen maar doen! Bel naar telefoonnummer 014/74 41 36 of mail naar rapopstap@balen.be en dan komt het allemaal in orde. Voor andere zaken, zoals vakanties en uitstappen, kunnen jullie natuurlijk ook nog steeds bij hen terecht.



WE KLINKEN OP HET LEVEN
ROEPEN ZO LUID HET KAN "SANTÉ"
WANT ERGENS TUSSEN DE
STERREN
VIERT ER IEMAND MET ONS ME

SMOOJ



Ouderdom

komt op een slecht moment!
Als je eindelijk alles weet.
Dan begin je alles wat je weet te Vergeten

Sjannie kaarten

KUNSTENDAG voor KINDEREN en JONGEREN

Zondag 20 november was het onze kunstendag. De jongeren vanaf 12 jaar hadden hun eigen activiteit. En voor de kinderen jonger dan 12 jaar was er een pietenfeest en een ontmoeting met de Sint voorzien. Voor de



aankomst van de Sint was het de beurt aan de hoofdpiet en de muziekpier. Zij kwamen de kindjes entertainen met liedjes en spelletjes. Dat vonden de kinderen super en ze amuseerden zich echt. Na een half uurtje pietenfeest arriveerde de Sint eindelijk. De heilige man ontmoette de kinderen, één voor één, en gaf ook een klein cadeautje met fruit en snoepgoed. Van elk kind werden er ook foto's genomen samen met de Sint en zijn gekke pieten. Nadat wij de



Sint en zijn pieten uitgewuifd hadden, mochten we aan tafel. Een lekker soepje, een croque monsieur, een pistoletje, een lekker tasje koffie en om af te sluiten... een pannenkoekje. Lekker allemaal! Na het dessert zakten iedereen weer af naar huis. Het was plezant geweest en zo tof dat onze kinderen hier van mochten genieten. Ik zou zeggen tot volgend jaar!

Gunter

Waar heb je recht op? Wat is je voordeel?

Gezondheidszorg

Mensen met verhoogde tegemoetkoming betalen maar 1 euro bij de dokter. Je betaalt minder bij de kinesist of psychiater. Bij sommige tandartsen moet je zelfs niets betalen want je briefje gaat rechtstreeks naar het ziekenfonds. Anderen betalen al je verminderd tarief.

Je maximumfactuur is geplafonneerd op 506 euro per jaar. Naar gelang je inkomen per maand kan dit verhogen.

Je betaalt minder zorgpremie In plaats van 54 euro betaal je maar 27 euro.

Je betaalt geen provinciebelasting meer. Krijg je toch een rekening in de bus, dan volstaat het om er een klevertje van uw ziekenfonds op te kleven en terug te sturen.

Je krijgt een goedkoper abonnement op De Lijn, en op de trein (NMBS).

Wie verwarmt met propaan, mazout of stookolie krijgt een korting bij levering (premie aan te vragen via OCMW).

Je krijgt een gratis energiescan.

Elektriciteit, warmte en aardgas

Normaal krijg je het sociaal tarief automatisch, maar in het geval dit niet zo is kan je het aanvragen via jouw ziekenfonds. Je moet wel onder een bepaald inkomensgrens zitten. Het loont zeker de moeite om eens te informeren bij het ziekenfonds.

Wie recht heeft op sociaal tarief kan om de 2 jaar een kortingsbon krijgen van 250 euro bij aankoop van een wasmachine, een koelkast of een diepvriezer. Deze aanvraag vind je terug op de site van [FLUVIUS KORTINGSBON@FLUVIUS](mailto:FLUVIUS.KORTINGSBON@FLUVIUS)

Je kan je factuur halveren door ze
halfmaandelijks te betalen

Vaste telefoon en internet

65 Plussers en mensen met een beperking kunnen 50% korting krijgen op de installatie van hun telefoon en 40% op de installatie van internet. Ze kunnen ook een jaarlijkse korting krijgen op hun verbruik.

Vanaf 2024 genieten 500.000 mensen van een sociaal tarief voor mobiel internet: 19 euro per maand. Wie internet en digitale tv heeft, krijgt 40 euro korting. Opgelet je moet de nodige bewijzen opsturen naar je leverancier

Leidingwater

Mensen met een leefloon, de laagste pensioenen en mensen met een handicap kunnen een korting van 80% krijgen en hoeven de jaarlijkse belasting op watervervuiling niet te betalen.

Ik zou zeggen informeer je, ga of bel of mail naar al deze instanties wie weet krijg ook jij deze kortingen en al kleine beetjes helpen om je financiën in de hand te houden.



Nadenkertjes.

De veearts zegt tegen de boer :

"Ik heb hem een injectie gegeven, maar als hij binnen 3 dagen niet weer op zijn poten staat, zal ik hem moeten laten inslapen, vrees ik."

Het varken, dat alles gehoord heeft, zegt tegen het paard :

"Kom man, zet u recht !!"

Maar het paard is veel te moe.

De tweede dag zegt het varken tegen het paard :

"Zet u snel recht, man!!"

Maar het paard is nog steeds te moe.

De derde dag zegt het varken :

"Zet u recht man, want anders gaan ze u laten inslapen."

Het paard raapt al zijn krachten bijeen en zet zich recht.

De boer is uitermate tevreden en zegt :

"Dit moeten we vieren, we gaan ... het varken slachten!"

Moraal van het verhaal ?

Bemoei je niet te hard met andermans zaken...

De vrouw streek neer op een stoel in een restaurant en zette haar zware tassen met boodschappen achter zich.

Ze moest even zitten en bedacht: "Ik trakteer mijzelf op een kopje koffie met een appelpunt."

"Mag ik uw QR code even zien mevrouw?" vroeg de ober.

"Pardon, wat zegt u, excuus, mijn gehoor is niet meer zo goed jongeman, in die 89 jaren is dat wat achteruit gegaan."

"Heeft u een QR code, dat staat op uw mobiel."

"Wat is dat ober, een mobiel?"

"Een telefoon mevrouw."

"Nee, die staat thuis op het dressoir jongeman, die ga ik niet meenemen."

"Heeft u dan een papieren code, die kunt u uitprinten."

"Nee, hoe moet dat dan?"

"Met uw PC en uw printer."

"Oh die heb ik niet, ik heb wel een radio thuis, is dat ook goed?"

"Maar ik ben verplicht uw QR code te scannen, anders moet ik u wegsturen."

De vrouw wordt even stil en zegt: "Gaat u sluiten dan?"

De ober kijkt even om zich heen en weet zich even geen raad.

Hij vertelt haar dat mensen zonder deze code niet worden toegelaten in restaurants.

De vrouw is even stil en zegt: "Is het dan weer oorlog? Dit was tijdens de oorlog ook zo, met bonnetjes, maar ik heb geen bonnetjes, waar kan ik die halen jongeman?"

De ober ging even weg, telde zijn zegeningen en kwam vrij snel terug met een kopje koffie en een appelpunt.

"Deze is van het huis mevrouw. Nog een fijne dag verder."



Uitstap Mondo Verde

Het is ondertussen al weer een tijdje geleden dat we weer op uitstap konden gaan, maar dit jaar was het weer zover we konden eindelijk lekker op stap.

We gingen met de bus naar Mondo Verde in Landgraaf Nederland. En wat het leukste was? We moesten deze keer geen picknick mee nemen! Alles was in de prijs inbegrepen. Wat zou dat zijn?

We konden wandelen door het tropenpark, er waren veel landen thema's zoals Japan en China. Ook Australië en de woestijn waren aanwezig. We zagen mooie gebouwen zoals een Romeinse villa. We waanden ons soms op reis in een ver land door al die mooie tinten en gebouwen.



Honger hebben ook niet geleden want er was genoeg lekkers voorzien. Ik denk dat iedereen wel iets ontdekte dat hij of zij lekker vond. Wat konden we allemaal smullen? Pasta's, frietjes, frikandellen en vleeskroket of waren het bitterballen? Dat weet ik al niet meer. Broodjes kaas of hesp of zelfs met een boulet. Er was ook lekkere soep. En of dat nog niet genoeg was? We konden ook nog aanschuiven voor pannenkoeken.

Tussen al dat eten door konden vooral de kinderen nog leuke activiteiten beleven. Botsauto's, achtbaan, zweefmolen. Het weer liet het in feite niet toe maar er was ook een leuke Water piraten splash en tevens kon je spelen in een waterparadijs.

Een dierentuin, waar er verschillende mooie, gevaarlijke, lieve, zachte diertjes waren, ontbrak ook niet. Wie vindt het niet leuk om tussen de aapjes te wandelen?

Eigenlijk was de dag veel te vlug om en moesten we te snel huiswaarts keren. Dit was reeds de 2-de keer dat ik hier was. Ik kom hier zeker met mijn eigen gezinnetje nog eens terug.

Bedankt Lichtpunt dat jullie dit voor ons hebben kunnen waarmaken Op naar de volgende uitstap zou ik zeggen. Maar bestel dan warmer weer als het even kan ?

Nicole



DE LICHPUNT KALENDER

JANUARI 2023

Woensdag 4 januari	Mannenactiviteit	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven!
Woensdag 11 januari	*Koffieklets *Voorstellen van de activiteiten. *Inschrijven *Bij goed weer: buiten - activiteit (fiets meebrengen)	Van 19 uur tot 21 uur	Lichtpunt lokaal	*Vrije gift *Elke Lichtpunter is van harte welkom!
Don 12 januari	Naaïen	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven!
Dinsdag 17 jan 24 jan 31 jan	Basisvorming over armoedebestrijding	Start om 19.30 uur	In Beerse!	*Gratis *Verplicht inschrijven!
Donderdag 19 januari	OPEN sportuurtje BOWLING (iedereen mag mee doen)	Om 19 uur	Bowling Helios in Gerheide	*2 euro *Verplicht inschrijven!
Woensdag 25 januari	*Koffieklets *Binnen: spellekesavond *Bij goed weer ook buiten- activiteit. (Fiets meebrengen)	Van 19 uur tot 21 uur.	Lichtpunt lokaal	*Vrije gift *Elke Lichtpunter is van harte welkom!
Donderdag 26 januari	Naaïen	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven!



Als Lichtpunter ben je welkom op al onze activiteiten. Maar voor sommige activiteiten is het echt héél belangrijk dat je op voorhand inschrijft.

Lukt dit niet?

Contacteer dan VOORAF Els (0473 34 23 70) om in te schrijven.

DE LICHPUNT KALENDER



Woensdag 2 februari	Mannenactiviteit	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven
Woensdag 8 februari	Bioscoopbezoek	Nog te bekijken	Lichtpunt lokaal	*2 euro/p *Zeker inschrijven!
Donderdag 9 februari	Naaien	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven!
Donderdag 16 februari	Sportuurtje	Van 18.30 uur tot 20 uur	Turnzaal van de school in SCHOOR	*Gratis *Wel inschrijven!
Woensdag 22 februari	*Koffieklets *Inschrijven *Doe- activiteit binnen: Darts *Bij goed weer ook buiten: fiets meebrengen.	Van 19 uur tot 21 uur	Lichtpunt lokaal	*Vrije gift *Elke Lichtpunter is van harte welkom!
Donderdag 23 februari	Naaien	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven!

Ben je ingeschreven?
Super fijn.

Maar wat als je niet kan komen?

Laat het ons dan weten.

Dit is het meest respectvol naar de mensen toe die alles organiseren.

Dank u wel alvast.



DE LICHPUNT KALENDER

MAART 2022

Woensdag 2 maart	Mannenactiviteit	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven
Woensdag 8 maart	Samenkomst van de vrijwilligersgroep	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Voor de LP- vrijwilligers
				
Donderdag 9 maart	Naaïen	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven
Donderdag 16 maart	Sportuurtje	Om 18.30 uur	Turnzaal van de school van Schoor.	*Gratis *Wel inschrijven!
Woensdag 22 maart	Vorbereidende avond voor als de burgemeester en schepenen op bezoek komen	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Elke Lichtpunter is welkom.
Donderdag 23 maart	Naaïen	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven
Woe 29 maart	*Koffieklets *Binnen activiteit: kaarten *Bij goed weer, ook buiten: fiets meebrengen.	Van 19 uur tot 21 uur	Lichtpunt lokaal	*Vrije gift *Elke Lichtpunter is van harte welkom!

DE LICHPUNT KALENDER

APRIL 2023

Woensdag 12 april	Linedance	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven
Donderdag 13 april	Naaien	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven
Donderdag 20 april	Sportuurtje	Van 18.30 tot 20 uur	Op de Bleukens. Bij slecht weer in de turnzaal van de school in Schoor.	*Gratis *Wel inschrijven!
Woensdag 26 april	*Koffieklots *Inschrijven *Doe- activiteit binnen: spellekes *Bij goed weer ook buiten: fiets meebrengen.	Van 19 uur tot 21 uur	Lichtpunt lokaal	*Vrije gift *Elke Lichtpunter is van harte welkom
Donderdag 27 april	Naaien	Om 19 uur	Lichtpunt lokaal	*Gratis *Wel inschrijven

**Meer info over Het LICHPUNT?
Bel Els op nummer 0473 34 23 70**



IK TREK MIJN STOUTE SCHOENEN AAN
GEDAAN MET "BL, BLA, BLA"
IK GA VANAF VANDAAG
MIJN DROMEN
ACHTERNA

SMOOJ



Opletten met een KREDIETKAART van winkelketens!

"Voor alles is er een oplossing", is het antwoord van heel wat winkelketens op het leven dat steeds duurder wordt. Ze bieden kredietkaarten aan waarmee je grote aankopen op een later tijdstip kan terugbetalen. "Niet doen", waarschuwen luisteraars van Radio2-programma "De Inspecteur". Ze ondervonden aan den lijve de nadelen van een consumentenkrediet.

Wouter. Als je een grote aankoop wil doen maar je krap bij kas zit, kan je bij heel wat winkelketens een gratis kredietkaart krijgen. Daarmee koop je tegenwoordig probleemloos een dure koelkast, televisie of computer. "Je kan het geld later terugbetalen." Wat de verkoper daar niet bij vertelt: de kredietinstelling achter die kaart rekent woekerintresten aan én zet je aan om nog meer dingen te kopen met de kaart. Ze sturen mails of sms'en, of je krijgt extra aanbiedingen die alleen gelden als je de kaart gebruikt. Met alle gevolgen (lees: kosten) van dien.

Guy. "15 jaar geleden hadden we niet zo veel geld", vertelt Guy. "De supermarkt bood ons een Visa-kaart van de winkel aan. Plots konden we dure dingen zoals een tv kopen met nul procent intrest. Maar toen we achteraf door omstandigheden de afbetalingen niet konden respecteren, rekenden ze heel hoge kosten aan." Het ergste vindt Guy dat de winkelketen klanten bewust verleidt om op krediet te kopen. "Op sommige producten kreeg je alleen een korting als je ze betaalde met die bewuste Visa-kaart. Wij waren meer geld kwijt aan de intresten achteraf dan dat we winst maakten met de korting." Guy gebruikt de kredietkaart intussen niet meer. "Maar vandaag zie ik de vertegenwoordigers van die kaarten nog steeds staan aan de ingang, klaar om mensen te overhalen. Ik denk dat veel mensen toehappen, maar dat het vaak slecht afloopt."

Annemie wijst op nog een ander risico van zo'n kredietkaart. "Mijn zoon kocht in 2015 een woning via een openbare verkoop. Hij moest binnen de twee weken z'n lening rond krijgen, maar dat lukte niet. Hij had blijkbaar nog een openstaande schuld", vertelt ze. "Ik viel uit de lucht. Hoe kon dat nu? Mijn zoon had nog geen lening." Het gezin ging te rade bij de Centrale voor Kredieten aan Particulieren van de Nationale Bank. "Daar stond inderdaad een schuld geregistreerd onder een naam die we niet kenden." Dat bleek de kredietinstelling van een grote elektroketen te zijn. "Mijn zoon had daar een televisietoestel gekocht op afbetaling", zegt Annemie. "Hij had er ook een klantenkaart bij gekregen, en dat bleek een kredietkaart te zijn", zegt Annemie. "Uiteindelijk is de lening rondgekomen, maar met de nodige stress en papierwerk."

Els

godsvruchtige zuster: non de Dieu
domme zuster: non de domme
rijke zuster: non de miljard
seksuele zuster: non de pietjes



Travoo kalender

Jobclub: vacatures zoeken, CV en sollicitatiebrief opstellen, solliciteren
16/1 en 2/2 van 9u30-12u

Koffie staat klaar: kennismaking met Den Travoo bij een gratis tas koffie
9/1, 6/2 en 6/3 tussen 13u en 14u30

Omgaan met stress: Stress kan spanningen, angst, kwaadheid, onzekerheid, ... veroorzaken. Soms functioneer je door stress minder goed op het werk of thuis. Stress kan na een tijd lichamelijke en/of psychische klachten geven. Daarom leer je best hoe je met stress en spanningen omgaat. Tijdens de cursus krijg je inzicht in wat jou stress geeft. Je leert ademhalingsoefeningen. Die oefeningen helpen jou om in een stresssituatie rustig te blijven. Zo kan je beter omgaan met stress en spanningen.
2, 16 en 30 maart van 9u30-12u

Assertiviteitstraining: je leert op een positieve manier je grenzen aan te geven
2, 16, 30 maart en 4 mei van 13u30-15u30

Cursus budgetteren in samenwerking met Ligo: Tijdens de lessen krijg je een beter zicht op je budget. Leer je facturen begrijpen en klasseren. Je krijgt tips om te besparen op al jouw uitgaven. 10 lessen, start op 27 maart en eindigt op 26/6, van 9u-12u

Workshop digitale kaartjes maken
27/2 en 6/3 van 9u-12u

Starten met internet
30/1, 6/2, 13/2 van 13u-16u

Digitale orde en netheid: Voor een optimale werking van jouw PC moet je deze regelmatig opruimen. Zo blijft hij in topconditie en gaat hij langer mee. Je leert wat schijfopruiming is en hoe je dat doet. Hoe je de zoekgeschiedenis wist. Je leert mappen maken om foto's en documenten te ordenen.

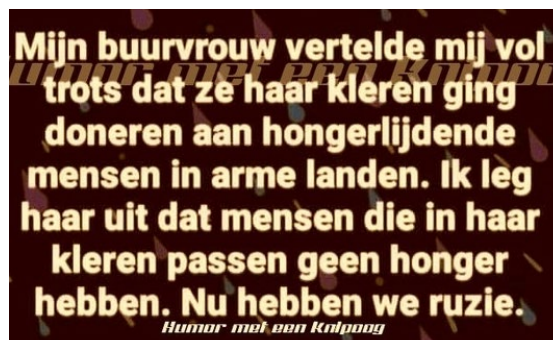
30/1, 6/2, 13/2 van 9u-12u

Starten met de computer: je leert de eerste stappen te zetten in het gebruik van een PC of laptop
9, 16, 23 januari van 13u-16u

Beter computeren: In deze cursus krijg je uitleg over de basisinstellingen van jouw PC. Hoe je updates in orde houdt. Hoe je een adressenlijst maakt in Excel. Hoe je etiketten maakt in Word. Je krijgt allerhande tips en tricks in verband met het gebruik van de computer.
9, 16 januari van 9u-12u

Op de koffie bij PC-café: een vrijwilliger tracht jou verder te helpen bij digitale vragen elke vrijdag tussen 9u-12u, er wordt maximum een uur per deelnemer vrijgemaakt

Voor alle cursussen moet ingeschreven worden via de balie **014/68 71 93** of per mail ann.michiels@ocmwbalen.be



Fijne appelkoek voor winterse avonden

Benodigheden:

- 125 gram vetstof (bv. Planta smeerboter)
- 125 gram fijne suiker
- 1 pakje vanillesuiker
- 3 eieren
- 3 eetlepels melk
- 200 gram bloem
- 1 koffielepel bakpoeder
- 2 appelen

Voor de versiering: een beetje gelei en poedersuiker

Roer de vetstof tot room, voeg er de suiker aan toe, alsook de vanillesuiker en de eierdooiers.

Meng alles goed door elkaar. Giet er dan de 3 eetlepels melk bij.

Klop het eiwit tot sneeuw en giet dit op het deegje.

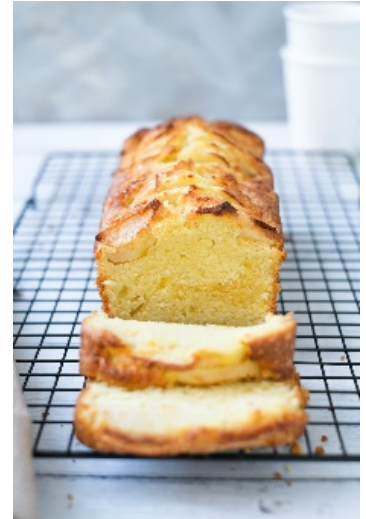
Meng de bloem met de bakpoeder. Zeef de bloem stilaan boven het eiwit. Hef het eiwit en de bloem lichtjes onder de deeg.

Giet alles in een goed met boter ingesmeerde vorm.

Schil de appelen en snijd ze in vier. Ontdoe ze van het klokhuis. Geef er enkele kerven in en leg ze lichtjes op het deeg.

Laat $\frac{3}{4}$ uur bakken in een warme oven van ongeveer 200 graden.

Als je nog kan wachten, laat dan na het bakken de appelkoek afkoelen en bestrijk hem met gelei en bestrooi hem met de poedersuiker.



Smakelijk!



Mieke Schurgers in het Licht(punt)

Ik ben Mieke Schurgers. Ik ben sinds vorig jaar vrijwilliger bij Het Lichtpunt. wou graag in mijn vrije tijd iets doen voor de ander, daarom schreef ik me in bij "Give a day", een matchingswebsite voor vrijwilligerswerk. Ik kende Het Lichtpunt niet, maar ik ben erg blij dat Els me toen heeft gecontacteerd. Ik kom graag naar Het Lichtpunt! ben afkomstig uit Lommel, maar woon al 13 jaar in Balen, waarvan 4 in Balen-Centrum. ben getrouwd en heb 2 kinderen, een meisje van 12 en een jongen van 10 jaar. werk halftijds als leerkracht in een kleine, Nederlandse basisschool. Ik sta voor groep 4 (tweede leerjaar) en geef de creatieve lessen aan alle kinderen. Op Het moment dat ik daar de school binnenstap, klink ik best Hollands! (al blijf ik voor de kindjes de juf uit België) hou van creatieve dingen zoals tekenen en schilderen. vind het ook leuk om spelletjes te spelen.

Zo, dit ben ik! En tot snel, bij Het Lichtpunt!

Groetjes,

Mieke



Ik

Ik

Ik

Ik

Ik

Ik

Kerstmis toen

Buiten zit de winter in de lucht. Je kan de sneeuw al ruiken. Binnen gaan de kaarsjes aan. Het ijs glijdt langs de ruiten. De geur van dennennaalden sluimert door het huis. Zelf gebakken koekjes. Herinneringen aan oma's fornuis. Kerstmis vieren gezellig thuis met de hele familie voor TV. De schaatsen uit het vet. Heerlijk genieten met z'n allen van de ijspret. Kerstmis toen, ik zou het zo graag, nog 1keer over doen.

Helga

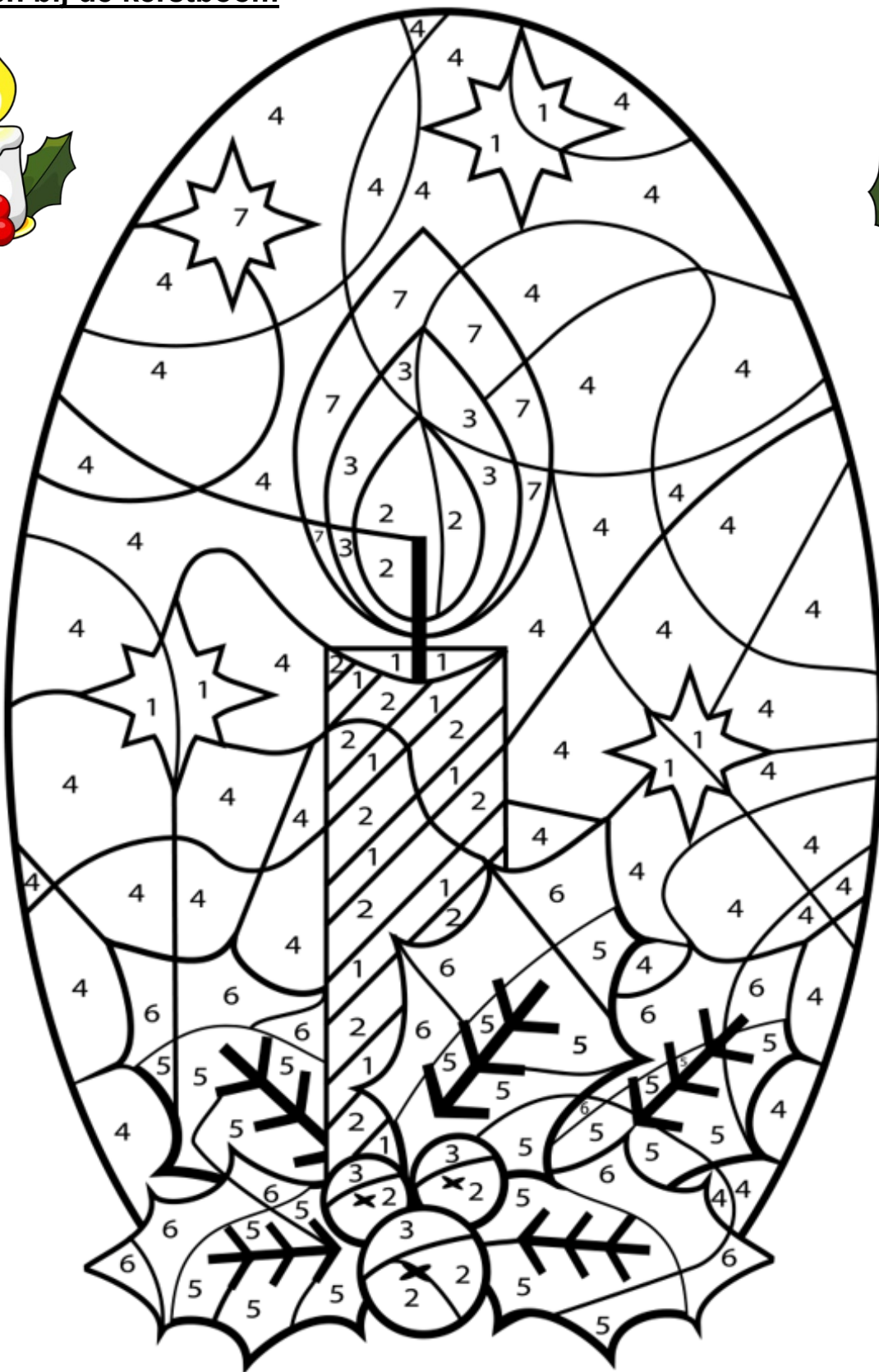


WIL-JE-ME¶
EVEN-KNUFFELEN¶
EN-ZEGGEN¶
'JE-BENT-LIEF¶
DAN-VERDWIJNEN¶
AL-MIJN-ZORGEN¶
EN-WORDT-ALLES-RELATIEF¶

SMOOJ



Kleuren bij de kerstboom



wit	rood	oranje	blauw	donker groen	licht groen	geel
-----	------	--------	-------	-----------------	----------------	------

Het LICHTPUNT tuintje

Hoi hoi, hier zijn we dan weer. Onze tuintjes hebben het dit jaar heel goed gedaan: mooie en lekkere groenten.

We zijn heel erg fier op onze tuinders die er heel hard voor hebben gewerkt. Een dikke proficiat voor hen allemaal. 👍

We hadden dit jaar geluk om een eigen tuinman te hebben. Benjamin deed al eens het gras af en hij had er plezier in! Dank je wel tuinman voor dit mooie onderhoud.

Graag wou ik nog een oproep doen naar de mensen met groene vingers die graag een tuintje willen bewerken. Er zijn nog enkele perceeltjes beschikbaar.

Dus, je krijgt je eigen perceeltje en je kan je hier naar hartenlust uitleven met een gezonde ontspanning. Je ziet als het ware de groentjes elke dag wat meer groeien. Je krijgt zo loon naar werk bij de oogst.

Zij die interesse hebben in deze fijne en tevens sociale bezigheid, kunnen zich altijd melden bij Els of Patricia .

Alle Lichtpunters zijn welkom!

Groetjes Patricia

Woordzoeker

d	i	v	s	x	u	j	e	m	e	u	a	o	u	e	f	k
l	i	e	d	j	e	s	k	e	r	s	t	b	a	l	n	e
r	d	n	o	w	a	z	j	h	r	e	n	d	i	e	r	
t	c	b	e	y	l	u	e	j	a	d	m	e	k	a	u	s
o	m	u	n	r	a	h	g	e	p	l	o	c	x	j	t	t
k	e	r	s	t	s	t	e	r	j	y	g	a	a	c	u	m
v	d	u	z	d	n	a	c	z	c	a	p	r	f	n	y	a
e	k	m	h	b	y	n	e	a	d	u	u	e	r	k	s	n
r	k	e	d	k	h	a	a	r	d	v	u	u	r	e	n	s
s	w	d	r	e	r	f	f	s	r	e	o	y	f	r	e	n
i	c	k	s	s	n	a	a	e	t	s	a	o	m	s	e	e
e	d	w	i	e	t	p	n	m	w	a	q	u	y	t	u	e
r	k	a	a	r	s	b	d	s	i	e	l	c	e	m	w	u
i	f	e	e	s	t	s	o	e	t	l	e	o	m	i	p	w
n	x	y	l	d	y	b	r	o	u	p	i	e	k	s	o	t
g	f	c	l	i	e	c	b	r	m	e	y	e	y	n	p	d

cadeau
den
diner
familie
feest

haardvuur
kaars
kerstbal
kerstboom
kerstman

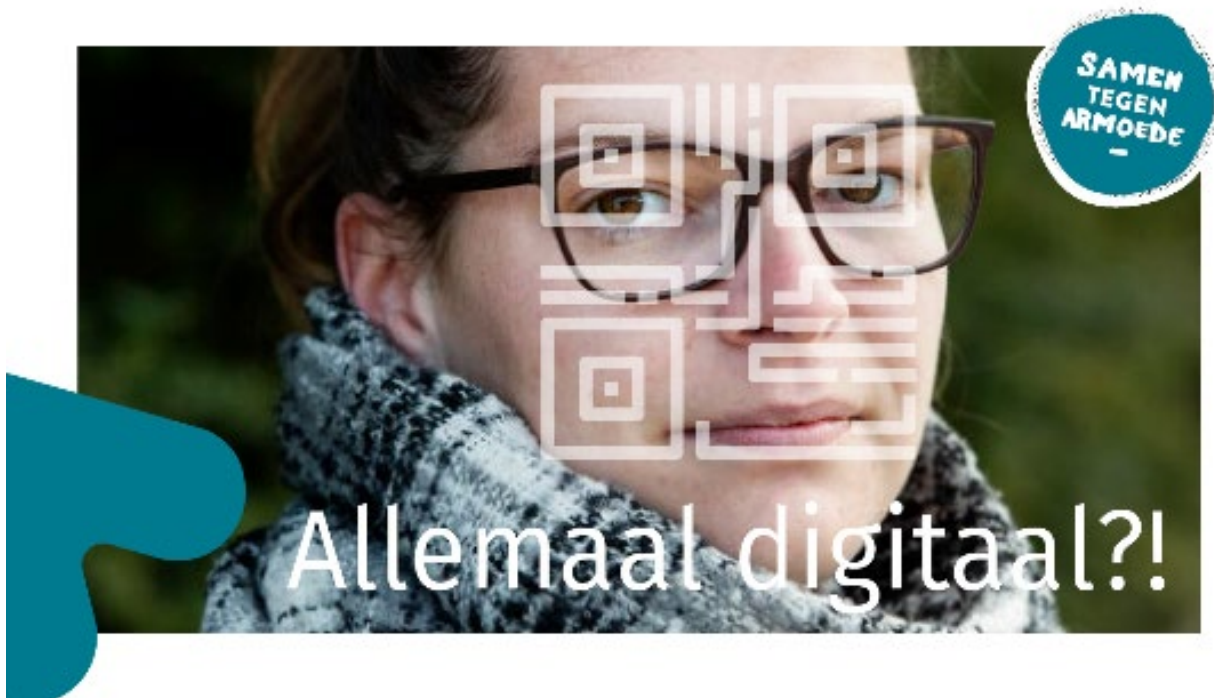
kerstmis
kerstster
krans
liedjes
piek

rendier
sneeuw
sneeuwpop
stal
versiering



ALLEMAAL DIGITAAL: CAMPAGNE WELZIJSZORG

Iedereen heeft het intussen wel ondervonden dat je je bijna niet meer moet verplaatsen om zaken te regelen. Je bankzaken kan je van thuis of eigenlijk van overal waar je bent regelen. Een



afspraak maken bij de gemeente doe je online (met jouw computer/laptop/tablet of smartphone dus). Hetzelfde voor de contacten met de school van je kinderen en voor jouw kinderen het volgen van de lessen. Kleren, meubels of wat dan ook kopen, kan allemaal via het wereldwijde internet. Je kan je energieverbruik of de stand van een dossier, bijvoorbeeld belastingen of mutualiteit, online opvolgen. Er bestaat bijna voor alles wel een digitaal hulpmiddel. Informatie van de overheid en andere dienstverleners wordt bezorgd via online platformen (eBox, Doccle,...) waarop je je kan aansluiten. Dit zijn maar enkele voorbeelden van wat we de digitalisering van onze wereld noemen. En onze wereld digitaliseert dus zeer snel. Met andere woorden met jouw computer/laptop/tablet of smartphone en een stevig

internetabonnement kan je tegenwoordig alles van thuis uit regelen.

En daar schuilt al een eerste gevaar voor de digitale uitsluiting. Want deze nieuwe methode kost ook veel centen. En als je moet kiezen tussen een hoge factuur voor de verwarming van je huis en het kopen van duurder geworden eten of het aanschaffen van een duur internetabonnement of een nieuwe laptop dan zie je kans om mee te zijn in deze digitale wereld snel wegsmelten als sneeuw voor de zon.

Maar het is niet omdat iemand de centen heeft om het allemaal te kopen dat die er ook mee kan werken. Iedereen is verschillend en de ene is er sneller mee weg dan de andere. Ook daar schuilt een groot gevaar voor digitale uitsluiting.

Is digitalisering dan te verwerpen. Absoluut niet. Het maakt vele zaken gemakkelijk. En trouwens bij een goede aanwending kan bijvoorbeeld de automatische toekenning van premies en financiële steun beter worden uitgewerkt. En daar hebben mensen met een laag inkomen zeker een groot voordeel bij zonder dat ze zelf veel moeten kennen van die nieuwe digitale wereld. Digitalisering zorgt ook voor minder verplaatsingen en dus minder kosten.

Maar uitsluiting kan vermeden worden als er ook een niet-digitaal aanbod is. Mensen moeten nog persoonlijk contact kunnen nemen om zaken op te lossen. Men moet nog een echte afspraak kunnen maken of nog naar het loket kunnen gaan.

Welzijnszorg pleit daarom zowel voor het recht dat iedereen zich digitaal kan aansluiten en dat daarnaast er nog steeds de mogelijkheid is om hetzelfde niet-digitaal te bekomen. Er moet voor gezorgd worden dat iedereen haar of zijn weg in het digitale doolhof kan vinden, maar ook dat wie niet-digitaal verbonden wil zijn ook nog alles kan bekomen.

Met deze campagne wil Welzijnszorg de impact van digitalisering op het leven van mensen in een armoedesituatie onder de aandacht brengen. Welzijnszorg wil een samenleving die iedereen betreft, digitaal actief of niet, niemand mag achterblijven. Dit vraagt inspanningen van de overheid, van dienst- en hulpverleningsorganisaties, van het jeugdwerk, het onderwijs enzovoort. Maar ook van onszelf.

Daarom verspreidt Welzijnszorg briefkaarten. Ook Het LICHTPUNT heeft deze briefkaarten. Vraag ze op een activiteit. Ben je zelf al eens een digitale drempel tegengekomen? Schrijf het op de briefkaart met daarbij de gegevens van de dienst waarmee en bezorg dit dan allemaal bij Het LICHTPUNT. Wij gaan de briefkaarten zelf bij Welzijnszorg bezorgen.



Van ons geen lege nieuwjaarswensen
Of een vrolijk kerstcliché
Wij wensen jou altijd warme voeten
En een zomer vol rosé
Wij wensen jou tranen van het lachen
En je allerbeste zoen

SMOOJ



Wij wensen jou moed voor gekke dingen
Die je anders nooit zou doen
Van ons geen lege nieuwjaarswensen
Of een vrolijk kerstcliché
Wij wensen jou lekkere kroketten
op een fijne kerstdiner

SMOOJ

Het LICHTPUNT in beeld





Het LICHTPUNT is een vereniging die zich tot doel stelt samen te strijden tegen armoede en sociale uitsluiting. Wij brengen mensen met en zonder armoede-ervaring tezamen. Wij bieden tal van activiteiten aan, wij hebben een eigen krantje en een eigen tuin,...We proberen een schakel te zijn met andere diensten, verenigingen, het OCMW, DEN TRAVOO,

We gaan samenwerkingen aan.

Wil jij met ons kennismaken? Dat kan op verschillende manieren.

Per e-mail: het.lichtpunt@outlook.com

Per telefoon: 0473/34.23.70 (Els)

Of kom eens langs bij één van onze activiteiten (zie kalender midden in dit Welleke).
Je vindt er altijd een luisterend oor.



Financiële Steun

Wil je Het Lichtpunt financieel steunen?

Dit kan op rekeningnummer

BE06 8335 3963 5922

Voor stortingen vanaf 40 euro kan je een fiscaal attest bekomen.

Kies in dat geval voor rekening

BE70 8939 4402 9125

Code 21003 vermelden



Reageren op de artikels kan via het.lichtpunt@outlook.com of gsm 0473 34 23 70 (Els)

Verantwoordelijke uitgever: Het LICHTPUNT-Welzijnsschakel Balen,
Gustaaf Woutersstraat 29, 2490 Balen

☎ 0473/34.23.70 (Els) 📧 het.lichtpunt@outlook.com

Facebook: Het LICHTPUNT (Welzijnsschakel)

Website: www.hetlichtpuntbalen.be