



H

Samen strijden tegen armoede en sociale uitsluiting

e

t

W

E

L

L

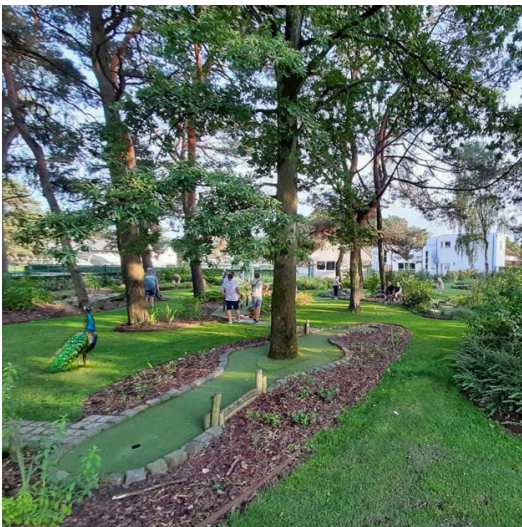
E

K

E



Najaar 2023



Voorwoord

Dag beste, allerbeste Lichtpunters.

Het nieuwe Lichtpuntjaar is met de jaarlijkse daguitstap weer ingezet! En er staan dit jaar nog toffe dingen op de kalender. Jawel, zo we gaan LINE DANCEN. Of wat dacht je van een lekkere wafelenbak of een leuke fotoavond? Ook dit jaar, regelden wij voor de gezinnen met kindjes, dat de SINT op bezoek komt. Ben je curieus naar meer? Je vindt al onze activiteiten terug in de Lichtpuntkalender op blz. 11, 12, 13 en 14.

DOE MEE, je bent echt van harte welkom!

Maar er is meer. Vele Lichtpunters weten wat het is om in armoede te moeten leven. Om sociaal uitgesloten te worden. Om onrecht aangedaan te worden. Als Lichtpunt klagen we dit aan en laten wij de moedige stemmen van de mensen die het zelf ervaren, klinken. SAMEN komen we naar buiten. Zo vind je in het midden van dit Welleke, een uitneembaar dossiertje van 8 bladzijden over de toegankelijkheid van diensten of beter gezegd... het "niet" toegankelijk zijn van diensten. Wil je tips of meer weten over dit project? Snel naar het uitneembaar bundeltje in het midden van dit Welleke.



WE BLIJVEN ONS INZETTEN! Daarom deze oproep aan alle strijdbare Lichtpunters. Wij nodigen jullie graag uit op woensdag 11 oktober om 19 uur in ons lokaal.

We bereiden die avond het bezoek van de burgemeester en schepenen voor want zij komen op 29 november naar Het Lichtpunt. DOE MEE, want ook jouw stem is belangrijk!

De strijd tegen armoede is een echte uitdaging en een complex probleem. Als we verandering willen, zullen we het SAMEN moeten doen en zoals den Eddy zei: "GEEN WOORDEN MAAR DADEN".

Laten we er SAMEN een FIJN en STRIJDBAAR lichtpunt-jaar van maken.

Kom af en doe mee!

Warme en genegen groetjes,

Els



Ondertussen is de UITPAS al redelijk bekend. Misschien voor de korting die je krijgt? Of voor de punten die je kan verzamelen?

Ook bij HET LICHPUNT gaan we hem gebruiken en dit om korting te geven en om punten te geven. We gaan een testperiode inlassen tot januari en bekijken dan wat we moeten bijsturen.

HOE GAAN WE HET DOEN?

Als een Lichtpuntactiviteit 4 euro of meer kost, mag je jouw UITPAS gebruiken om korting te krijgen. Bij de activiteiten in onze kalender (blz. 11, 12, 13 en 14) met een UITPASLOGO, krijg je een punt.

Opgelet! Bij het inschrijven, moet je WEL jouw UITPAS bij hebben en ook de UITPASSEN van alle mensen voor wie je inschrijft en... liefst op de smartphone. (Maar moet niet). In de hoop dat alles vlotjes verloopt, heel veel succes met de UITPAS.

Buurtrestaurant + infomoment “Digidak”

Op donderdag 22 juni 2023 konden we genieten van een heerlijke maaltijd ons aangeboden door de OCMW en de Biehal. 72 Lichtpunters waren hiervoor ingeschreven. Uiteindelijk kwamen 4 mensen niet gedagen en werd er voor 2 mensen, die betaald hadden en wegens omstandigheden er niet konden zijn, meegenomen. Loe, Bart en Wim verwelkomende de mensen en zorgden ervoor dat alles rustig, gemoedelijk en netjes verliep. Voor aanvang van de 3 gangenmenu deed Loe nog een kort woordje en gaf de nodige duiding over het infomoment “allemaal digitaal” later op de avond. Ook heette we Katrien van Digidak hartelijk welkom. Maar eerst werden we verwend met een heerlijke tomatensoep, gevolgd door een ruime portie puree met stoofvlees en tot slot een mousse van aardbeien met verse en lekkere aardbeien er bovenop. Na afloop waren alle buikjes goed gevuld. We hoorden niemand klagen. Nadien was het infomoment “allemaal digitaal” met Katrien van Digidak minder succesvol. Terwijl wij dachten dat erbij de Lichtpunters veel vragen zouden zijn over bv. verschillende apps op onze smartphone, zoals Itsme, Facebook, Instagram, of.... Maar dat bleek niet het geval. Slechts 4 mensen waaronder Loe en Wim toonden interesse. We bedankten Katrien dat ze toch de moeite had gedaan om naar Balen af te zakken. En Katrien was bereid om in de toekomst – moest de vraag er zijn – een apart infomomentje te geven voor de Lichtpuntmensen.

Wim.

**Oorchirurg: we horen nog van elkaar.
Oogchirurg: we zien elkaar nog wel eens.
Gynaecoloog: ik wip nog wel eens binnen.**

Het Lichtpunt weekend

Joepie, eindelijk was het zover! Op vrijdag 12 mei om 18 uur waren we met een groep van ongeveer 32 mensen paraat om te vertrekken naar Vorselaar. Iedereen groot en klein was mooi op tijd en de bus kon op tijd vertrekken. Daar gingen we. Na een uurtje rijden kwamen we aan. We namen onze valies uit de bus en konden op zoek gaan naar onze kamer. 's Avonds kregen we van Ria, Rosette en Maritta een lekkere maaltijd voorgeschoteld waarna we het terrein verkenden en babbelden met een lekker drankje. De volgende dag stond er al een mooi ontbijt te wachten. Na het ontbijt hadden we een aantal activiteiten die echt heel leuk waren. Na een lekker middagmaal, ging een groep wandelen en de andere groep



speelde Bingo met Tatjana en mij, Patricia. 's Avonds was er een quiz met Tatjana en Joppe. Een top quiz! Daarna supporteren wij voor België en voor Oekraïne op het Eurosongfestival. En allebei de landen, deden het super! Onze laatste dag, op zondag begon weer met een zeer lekker ontbijt. Daarna was het de slaapkamer opruimen en al de anderen leefruimtes. Maar vele handen maken licht werk. Zo konden wij om 14 uur alles netjes opgeruimd achter laten en met de bus terug naar huis

rijden. Het was weer een top weekend! Bedankt aan iedereen die meehielp er een fantastisch weekend van te maken. Patricia.



Het Lichtpunt weekend

Van 12 tot 14 mei 2023 brachten wij, een groep van 6 Oekraïners, het weekend door met onze Belgische vrienden van Het Lichtpunt. We gingen naar de Berkelhoeve te Vorselaar.

De tijd die we samen doorbrachten, werd fijn en zinvol besteed. We deden leuke spelletjes en een quiz. We maakten een sportieve boswandeling in kleine groepjes waar ook een wedstrijdje aan gekoppeld was. En, we hebben lekker gegeten. De hele dag was er verschillend fruit en drinken. De excursie naar het oude kasteel maakte een unieke indruk en zullen we voor altijd herinneren.



Bedankt voor de goede zorgen die jullie aan ons gaven. Het deed ons denken aan vredige dagen in Oekraïne. Bedankt voor uw steun in deze moeilijke tijd voor ons. Het was fijn te kunnen spreken en plezier te maken met onze Belgische vrienden. Heel erg bedankt voor de fijne tijd die wij met jullie mochten doorbrengen.

Netbal

Het is onze gewoonte om elk jaar op 11 juni een competitie netbal te spelen met Het Lichtpunt tegen de Monkies. Dus waren we ook dit jaar weer paraat aan de Bleukens.

Door het warme weer en een dag door de week, waren we met juist genoeg om een wedstrijdje te kunnen spelen. Zoals meestal waren de Lichtpunters de beste en hebben we deze competitie gewonnen met 3 winnende sets. Proficiat Lichtpunt!

Gunter





Het is weer voorbij die mooie zomer

Als je alle woorden wegstreep in de woordzoeker heb je nog letters over. Deze vormen een zin van zes woorden.
Succes

W	E	V	R	I	E	N	D	S	C	H	A	P	W	E
D	H	A	R	T	S	E	I	S	R	U	C	X	E	B
W	H	S	K	G	K	A	M	P	E	R	E	N	A	D
A	E	N	A	T	A	B	N	E	M	A	S	D	I	V
N	L	N	M	F	N	M	L	B	A	L	L	S	Z	R
D	E	E	P	T	E	E	E	I	J	A	C	W	W	I
E	E	L	V	R	Z	E	T	N	K	O	B	A	E	E
L	T	E	U	E	W	N	S	E	R	N	O	R	M	N
E	S	P	U	I	E	E	N	T	E	O	E	M	M	D
N	A	S	R	N	M	S	B	L	I	Z	K	E	E	E
G	K	E	E	E	B	T	E	O	S	N	N	O	N	N
I	U	N	R	L	R	E	R	L	E	T	N	N	K	W
L	I	E	E	E	O	L	G	K	H	I	N	T	K	E
L	T	R	F	Z	E	K	C	O	H	E	I	M	N	M
E	G	E	F	E	K	I	U	D	N	A	Z	O	E	U
Z	A	I	O	N	N	S	A	P	P	E	N	E	H	S
E	A	U	K	K	I	V	A	I	S	K	A	T	C	E
G	N	L	C	A	T	A	M	G	N	A	H	E	A	U
N	T	I	S	N	E	S	T	E	I	F	I	N	L	M
E	P	T	P	A	S	P	O	O	R	T	E	N	I	I

Appen
Badlaken
Bal
Berg
Blij
Boek
Disco
Enthousiast
Excursie

Feest
Fietsen
Gamen
Gezellig
Hangmat
Hei
Kamperen
Kampvuur
Kasteel

Kletsen
Koffer
Lachen
Lezen
Lol
Luieren
Museum
Ontmoeten
Paspoorten

Picknicken
Reis
Samen
Spelen
Strand
Tent
Irein
Uitgaan
Vrienden

Vriendschap
Wandelen
Warm
Ijs
Zand
Zon
Zwembroek
Zwemmen

Antwoord: _____

Wandeling in Olmen



Woensdagavond 5 juli.

Met 13 waren we om een wandeling te maken in Olmen, in het rustige Stotert.

Het weer was niet zoals we droomden. Met gepaste kledij zijn we toch de

uitgestippelde weg gegaan langs rustige wegen, door de bossen én zonder regen of toch... héél weinig.



We stapten ongeveer 4 km tot aan de stopplaats bij Chris en Willy. Zij nodigden ons uit en zorgden voor heerlijke zelfgebakken taart, biscuits, cake, koffie en thee of frisdrank! Niks tekort dus. Er werd honderduit verteld en gesmuld.

Ons 'Riet' was er ook om de gastvrouw en gastheer een handje toe te steken. Dikke merci. De terugweg naar de auto's was niet zo ver en zo konden we na een fijne geslaagde avond naar huis.

Voor herhaling vatbaar en dank aan iedereen die erbij was!!

Maritta



Doe je mee met LINE DANCE?

Nu wordt het tijd voor stilletjes te denken aan onze activiteiten in het najaar. En ik heb goed nieuws! Omdat onze oefenavond "lijndansen" of "Line Dance", toch wel een klein succes was, is er besloten een zevental lessen te laten doorgaan. Joepie!!! Op 18 september is de eerste les om 19 uur. De lessen zullen om de twee weken doorgaan. Er wordt wel gevraagd om je, VOORAF, in te schrijven. Zo is het ook overzichtelijker voor onze lesgeefster, Juliana. Dan kan zij beter inschatten hoeveel enthousiaste deelnemers er zullen zijn.

Inschrijvingen kan op 13 september tussen 19 en 21 uur. Dus allen daarheen zou ik zeggen, vooral diegene die graag een stukske dansen. En geen nood. De passen zijn niet zo moeilijk en als je af en toe in de knoop ligt, helpen wij graag die te ontwarren. Het gaat ten slotte om de ervaring, het plezier, de sociale contacten en het samen zijn. Dus niet twijfelen maar kom gezellig mee doen, hopelijk tot dan.

Groetjes **Nicole**

Het buurtrestaurant



Wat was het een gezellige, lekkere avond in Den Travoo. En we waren weer met véél. Starten deden we met lekkere soep, wel zonder ballekes. De Oekraïense mensen die naast ons zaten, misten wel een boterham. Zij vertelden ons, dat zij dat zo gewend zijn. Maar brood was er niet. Wel echt vriendelijke en lieve mensen, die Oekraïners.

Na de soep kregen we puree en stoofvlees en saus. Het was om uw vingers van af te likken, zo lekker was het. En dan nog een smakelijk nagerecht. Iedereen genoot ervan. En niet duur. Met z'n allen aten we ons dik. Ons buikje knorde niet meer. Goed om nog eens te doen. Dank je wel, koks!

Helga



**LICHTPUNT- ACTIVITEITENKALENDER
SEPTEMBER 2023**

Woensdag 6 september	Mannenactiviteit	LP lokaal	19 uur	*Graag vooraf inschrijven! *Gratis
Woensdag 13 september	Inschrijvingsmoment met wafelenbak en koffie. 	LP lokaal	19 tot 21 u	*Iedereen welkom *Vrije gift
Maandag 18 september	Line Dance	LP lokaal	19 uur	*Inschrijven! *Gratis
Maandag 25 september	Line Dance	LP lokaal	19 uur	*Inschrijven *Gratis
Woensdag 27 september	Foto- avond met foto's van het voorbije jaar en het LP- weekend en met koffie. 	LP lokaal	19 tot 21 uur	*Iedereen welkom *Vrije gift

LICHTPUNTTUIN

Dag Lichtpunter,




Iedere Lichtpunter is van harte welkom op onze activiteiten. Want wij vinden het echt....



Voor sommige activiteiten is het heel belangrijk dat je VOORAF inschrijft.
Lukt dit niet?

Contacteer dan VOORAF Els om iets te regelen. Tel. 0473 34 23 70

**LICHTPUNT- ACTIVITEITENKALENDER
OKTOBER 2023**

Woensdag 4 oktober	Mannenactiviteit	LP lokaal	19 uur	*Graag vooraf inschrijven! *Gratis
Maandag 9 oktober	Line Dance	LP lokaal	19 uur	*Inschrijven! *Gratis
Woensdag 11 oktober	Vorbereiden samenkomst met burgemeester en schepencollege op 29/11. 	LP lokaal 	19 uur	*Iedereen welkom *Gratis
Dinsdag 17 oktober	Fakkeltocht	Rozenbergschool in Mol	Vertrek 18.30 uur Start 19 uur	*Iedereen welkom *Gratis
Maandag 23 oktober	Line Dance	LP lokaal	19 uur	*Inschrijven! *Gratis
Woensdag 25 oktober	Kienen 	LP lokaal	19 uur	*Iedereen welkom *Graag inschrijven *1 euro

LICHTPUNTTUIN

Ben je ingeschreven?
SUPER!
Maar wat als je niet kan komen?
Laat het ons weten.
Dit is het meest receptvol naar de mensen toe die alles organiseren.



**Uitneembaar
8 bladzijden**



DOSSIER: toegankelijkheid van diensten.

WAAROM?

Zowel bij Het Lichtpunt als in de werkgroepjes van het armoedebeleid van het OCMW hoorden wij schrijnende verhalen.

Sommige uitkeringen werden/worden veel te laat uitgekeerd. Mensen zaten/zitten daardoor in dikke miserie.

Met een werkgroepje van partners ging Het Lichtpunt aan de slag.

WAT DEDEN WIJ?

We schreven een brief met vele getuigenissen naar de vakbonden, de ziekenfondsen en de hulpkassen en nodigden hen uit voor een gesprek.

- Met de vakbonden ACV, ABVV en ACLVB, de ziekenfondsen CM, Solidaris en LMplus zaten wij telkens met enkele vrijwilligers van Het Lichtpunt en een maatschappelijk werker van het OCMW rond tafel voor een gesprek.
- We maakten een bundel van 5 bladzijden met concrete voorstellen. Voor de diensten, voor onze partners zoals de koepel van Welzijnsschakels en Welzijnszorg en voor het OCMW. Maar ook voor Het Lichtpunt.
- We mochten dit project gaan voorstellen op een studiedag van Welzijnszorg Kempen (koepel van kempense gemeenten).

→

HOE VERDER?

- In het najaar contacteren wij de diensten terug om te luisteren wat zij met de concrete voorstellen deden.
- Het Lichtpunt geeft tips aan de gezinnen die zij kennen in verband met...



**WERKLOOSHEIDSUITKERING, UITKERING ARBEIDSONGESCHIKTHEID,
VERHOOGDE TEGEMOETKOMING.**



1 – START DOSSIER

- GA ZOVEEL MOGELIJK ZELF **NAAR HET LOKET** VAN DE UITBETALINGSINSTELLING OM UW DOSSIER OP TE STARTEN.
- NEEM ZEKER UW **IDENTITEITSKAART** MEE EN ZORG DAT JE DE **PINCODE** VAN JE IDENTITEITSKAART KENT OF MEENEEMT.
- **VRAAG** ALTIJD **UITLEG** OVER HET VERDERE VERLOOP EN VRAAG OF HET DOSSIER VOLLEDIG IS.



2 – CENTEN TELLEN

- VRAAG NAAR DE MOGELIJKHEID OM **VOORSCHOTTEN** TE KRIJGEN ALS ER GEEN UITBETALING MOGELIJK IS OP HET EINDE VAN DE MAAND.
- ➔ CONTACTEER UW CONTACTPERSOON BIJ HET **OCMW** WANNEER HET FINANCIËEL MOEILIJK KAN WORDEN.
→



3 – MUTUALITEIT

- VERGEET NOOIT OM UW **MUTUALITEITSDIJDRADE** TE **BETALEN**.
- MUTUALITEITEN ZIJN VERPLICHT OM LEDEN TE SCHRAPPEN ALS ZE GEEN BIJDRADE BETALEN
 - ⇒ DAT KAN VOOR PROBLEMEN ZORGEN ALS JE EEN DOSSIER HEBT INGEDIEND.



4 – CONTACT NEMEN: eerst website checken!!!

Werkloosheidsuitkeringen



⇒ <https://www.vlaamsabvv.be/kantoren/mol>



⇒ <https://www.aclvb.be/nl/secretariaten/meerhout>



⇒ <https://www.hetacv.be/contacteer-ons/contactpagina/dienstencentrum>



⇒ <https://hww-capac.fgov.be/nl/kantoren/mol>



4 – CONTACT NEMEN: eerst website checken!!!

Uitkering arbeidsongeschiktheid – dossier verhoogde tegemoetkoming



⇒ <https://www.cm.be/over-cm/cm-in-je-buurt/contact/app/CM-kantoor%20Mol-Mol-60ae73af18ea43840bf0aee4>

helan

Onafhankelijk ziekenfonds

⇒ <https://www.helan.be/nl/waar-vind-je-ons/>



⇒ <https://www.caami-hziv.fgov.be/nl/leden/kantoor/hziv-hasselt>



⇒ <https://www.lm-ml.be/nl/kantoren/meerhout>



⇒ <https://www.solidaris-vlaanderen.be/kantoren/detail?kantoorid=10000269&kn=Balen>



Vlaams & Neutraal
Ziekenfonds

⇒ <https://www.vnz.be/kantoor/mol/?id=15655>



5 – INFORMEER JE ZELF WERKLOOSHEID

- **VOLG DEZE STAPPEN** OM ALLE INFORMATIE OVER WERKLOOSHEID AL TE LEZEN.
 - **KIES EERST:** [HTTPS://WWW.RVA.BE/](https://www.rva.be/)
 - • OP DE HOME-PAGINA VAN RVA, KLIK JE EERST OP **IK BEN EEN BURGER**
 - • OP DE PAGINA VOOR DE BURGER ZIE JE DAN VEEL MOGELIJKE SITUATIES. KIES DE JUISTE SITUATIE.
 - • BIJVOORBEELD: **VOLLEDIGE WERKLOOSHEID**
 - KLIK HIER OP **MEER LEZEN**
 - • DAN KOM JE OP EEN NIEUWE PAGINA MET ALLE MOGELIJKE INFORMATIE
 - BIJ HET ONDERDEEL: **HOE MOET IK EEN UITKERING AANVRAGEN** KLIK JE OP **MEER LEZEN**
 - • JE KAN ALTIJD TERUGKEREN DOOR BOVENAAN OP 'BURGERS' TE KLIKKEN.
Home > Burgers > Volledige werkloosheid
 - • OF HELEMAAL BOVENAAN KLIK JE OP DE LINKSE PIJL ← → EN DAN GA JE ÉÉN PAGINA TERUG.
 - • **LAAT IEMAND MEE LEZEN** ALS JE DE TECHNISCHE TAAL NIET VOLDOENDE VERSTAAT





6 – INFORMEER JE ZELF ARBEIDSONGESCHIKT

- GA NAAR <https://www.riziv.fgov.be/nl/themas/arbeidsongeschiktheid/werknemers-werklozen/Paginas/aangifte-erkenning-arbeidsongeschiktheid-als-werknemer-werkloze.aspx>

- DAAR KAN JE AL DEZE INFORMATIE VINDEN:
 - ▶ [Hoe geeft u uw arbeidsongeschiktheid aan?](#)
 - ▶ [Wanneer geeft u uw arbeidsongeschiktheid aan?](#)
 - ▶ [Wanneer hebt u recht op een arbeidsongeschiktheidsuitkering?](#)
 - ▶ [Wie bepaalt de duur van uw arbeidsongeschiktheid?](#)
 - ▶ [Erkend zijn is niet erkend blijven!](#)
 - ▶ [Contacten](#)
-

- KLIK OP DE INFORMATIE EN JE CURSOR SPRINGT NAAR HET JUISTE TEKSTDEEL OP DIE PAGINA.

- WIL JE NOG MEER LEZEN, SCROLL DAN VERDER.

- OF KIJK EVEN IN DE MENUBALK LINKS BOVENAAN DE TEKST. DAAR HEB JE WEER VEEL MOGELIJKHEDEN.

VERHOOGDE TEGEMOETKOMING

- JE KAN JE ZOEKTOCHT NAAR INFORMATIE STARTEN OP DEZE WEBSITE VAN VLAANDEREN: <https://www.vlaanderen.be/verhoogde-tegemoetkoming-voor-gezondheidszorgen>

- OP DEZE WEBPAGINA STAAN OOK VERWIJZINGEN MET LINKS NAAR ANDERE WEBSITES MET NOG MEER INFORMATIE OVER DAT ONDERDEEL.

- OOK OP DE WEBSITE VAN JE MUTUALITEIT KAN JE INFORMATIE VINDEN.

DAAROM DOEN WE DIT? Een greep uit de getuigenissen....

Getuigenis van M.:

Zelf ben ik ervaringsdeskundige. Het leven van een alleenstaande mama met drie opgroeiende kinderen is niet gemakkelijk. Ik wil jullie erop wijzen, dat sinds de corona- uitbraak, jullie enorm moeilijk te bereiken zijn.

Soms hang ik bijna een uur aan de lijn, terwijl ik moet betalen voor deze oproep. En toch krijg ik nog geen contact en word ik niet verder geholpen. Vaak gaat het dan om vragen waar ik online geen antwoord op kan vinden. Het persoonlijk contact, dat zo belangrijk is, is helemaal weg.

Ook de uitbetalingen laten te wensen over, ook al doe ik mijn formulieren allemaal tijdig binnen. Steeds moet ik wachten op mijn centen. Wat meebrengt dat andere rekeningen blijven liggen. Kortelings was ik langdurig ziek, maar wie komt er financieel weer eens dieper in de nesten?

Juist, niet u.

Maar ik, die al jarenlang de eindjes aan elkaar probeer te knopen. Schrijnend is dit. Ronduit onmenselijk.

Ik wil deze brief aan jullie schrijven, zodat u weet dat dit niet langer houdbaar is, voor mensen met een lager inkomen in deze maatschappij.

Getuigenis van K.:

Mijn dochter werkt in de zorg. Van het moment dat je zwanger bent, moet je daar thuis blijven en krijg je vervangingsinkomen. De nodige papieren gaan afhalen bij haar werk en binnengebracht bij de vakbond. Resultaat: papieren verloren gegaan. Dochter zonder inkomen, bellen naar ziekenfonds, uren wachten tot er opgenomen wordt. Je krijgt wel een bandje dat je online je vraag kan doorsturen. Maar dochter weet niet hoe het komt dat ze geen inkomen heeft want dat wordt niet gecommuniceerd. Nieuwe papieren gaan halen op werk. Opnieuw afspraak maken bij vakbond, afspraak maken bij ziekenfonds, wachttijden tot en met en uiteindelijk 3 maanden zonder inkomen zitten.

Getuigenis van B.:

Een mevrouw van 80 jaar wil haar verhoogde tegemoetkoming in orde maken. Ze komt naar het OCMW met de vraag om te helpen een afspraak te maken bij het ziekenfonds hiervoor, want mevrouw zelf geraakte niet binnen via de telefoon. De

maatschappelijk werker belt voor een afspraak te maken: mevrouw kon enkel in Lommel of Tessenderlo terecht. Uiteindelijk is via hulp van het ocmw de VT toch tijdig in orde geraakt. Gelukkig heeft mevrouw stap gezet naar het ocmw. Anderen zetten deze stap niet, haken af en hun recht geraakt niet in orde.

WIL JE MEER WETEN?

Op onze website www.hetlichtpuntbalen onder de rubriek “laatste nieuws” vindt u alles over het DOSSIER TOEGANKELIJKHEID.

Of je kan aan Mon meer info vragen. Hij is de dragende kracht van dit project.

WIJ BLIJVEN ER VOOR GAAN!

Wij blijven, SAMEN, verder strijden tegen armoede en sociale uitsluiting en voor mensenrechten.

Jullie stem en ervaringen zijn hierbij cruciaal om iets veranderd te krijgen. En dat is helemaal niet gemakkelijk als je in een kwetsbare situatie moet leven.

Daarom, oprecht “hartelijk dank” aan iedereen die bijdraagden tot dit dossier.



Foto: studiedag
Welzijnszorg Kempen

WIJ STRIJDEN SAMEN VERDER.








LICHTPUNT- ACTIVITEITENKALENDER
NOVEMBER 2023

Woensdag 1 november	Mannenactiviteit	LP lokaal	19 uur	*Graag vooraf inschrijven! *Gratis
Woensdag 8 november	Info-avond rond WIE kan je VRAGEN om een KLUS te doen! UITPAS	LP lokaal 	19 uur	* Heel graag vooraf inschrijven! *Gratis
Maandag 13 november	Line Dance	LP lokaal	19 uur	*Inschrijven *Gratis
Donderdag 16 november	Buurtrestaurant	Travoo	18 uur	*Inschrijven *2 euro
ZATERDAG 18 november	SINTFEEST voor de gezinnen. UITPAS	In de grote zaal 	VOORMIDDAG	*Inschrijven *2 euro
Maandag 27 november	Line Dance	LP Lokaal	19 uur	*Inschrijven *Gratis
Woensdag 29 november	Ontmoeting Schepencollege UITPAS	LP lokaal  MEEDOEN WERKT!	16 tot 18 uur	*Inschrijven *Gratis
woensdag 29 november	Crea voor Kerstmis met koffie	LP lokaal 	19 uur	*Inschrijven *Gratis



LICHPUNT- ACTIVITEITENKALENDER
DECEMBER 2023

<p>Woensdag 6 december</p>	<p>Mannenactiviteit</p> 	<p>LP lokaal</p>	<p>19 uur</p>	<p>*Graag vooraf inschrijven! *Gratis</p>
<p>Vrijdag 8 december</p>	<p>Toneel "De kansendans"</p>  	<p>GC Den Dries In Retie</p>	<p>Vertrek 19 uur Start 20 uur</p>	<p>*Graag vooraf inschrijven! *2 euro</p>
<p>Maandag 11 december</p>	<p>Line Dance</p> 	<p>LP lokaal</p>	<p>19 uur</p>	<p>*Inschrijven! *Gratis</p>
<p>Zondag 17 december</p>	<p>KERSTFEEST</p> 	<p>Grote zaal</p>	<p>12 uur</p>	<p>*Inschrijven! *4 euro per persoon. Korting met UITPAS</p>



VROLIJK KERSTMIS en GELUKKIG NIEUWJAAR

Woensdag 10 januari LICHPUNTACTIVITEIT van 19 tot 21 uur in ons lokaal

Wandeling met GIDS in de VENNEN

Op woensdag 14 juni 2023, een echte warme zomerdag, gingen we met 20 Lichtpunters naar het natuurgebied de Vennen. Stipt om 19.00 uur vertrokken we aan ons lokaal. Een groep met de fiets en een andere groep met de auto. Aan het lokaal "De Beekprik" (de vroegere voetbalkantine van voetbalploeg Cools) werden we opgewacht en welkom geheten door Lucien en Ria, zijn echtgenoot. Ria was die avond voor ons de natuurgids. Voor onze wandeling van ong. 4 km begon, gaf Ria een beetje uitleg over de werking van Natuurpunt en over de verschillende percelen die ze hebben opgekocht in de Vennen, een stukje ongerepte natuur in Balen met mooie fauna en flora. Normaal is dit gebied erg nat, maar door de droogte van de voorbije weken viel dat gerust mee en waren laarzen overbodig om er te stappen. We stapten over smalle paadjes, door grassen en langs beekjes zoals de Nete. We zagen paarden die losliepen in het gras. Ook spotten we kleine sprinkhanen. Onderweg hielden we een paar keer halt en luisterden we naar interessante informatie over het gebied, ons verteld door Ria.



Enkele leuke weetjes: langs de oever van de Nete leven bevers die dammen bouwen en die met deze imposante bouwwerken hele gebieden kunnen laten overstromen. En weet je wat een "Beekprik" is? Dit is een palingachtige vis die wel 20 cm lang kan worden en die al miljoenen jaren leeft in onze contreien.

Na de wandeling zetten wij ons neer op de grote houten bank en werden we getrakteerd door Lucien met lekkere zelfgebakken wafels. En onze dorst konden we lessen met overschot van frisdranken van het Lichtpuntweekend. Zo werd het wederom een mooie en leerrijke, zwoele avond waarbij iedereen zich kostelijk geamuseerd had

Wim.

Kalender Den Travoo

Jobclub: vacatures zoeken, CV en sollicitatiebrief opstellen, solliciteren.

7/9, 5/10, 7/6 van 9u30-12u

Smartschool: je leert hoe je smartschool gebruikt en er informatie kan opzoeken.

18/9, 25/9, 2/10, 9/10 van 12u45-15u15

Workshop nee zeggen kan je leren: je zoekt uit wanneer en tegen wie je moeilijk nee kan zeggen. Je krijgt tips om toch nee te kunnen zeggen.

30/11 van 9u30-11u30

Workshop energie krijgen en behouden: je zoekt uit wat voor jou energievreters en energiegevers zijn. Hoe je jouw persoonlijke energie in balans kan houden.
16/11 van 9u30-12u

Workshop EHBO op de PC: je krijgt informatie over hoe je zelf kleine problemen op de PC kan oplossen.
4/9, 11/9 van 9u-12u

Orde en netheid op de computer: je leert wat schijfopruiming is en hoe je dat doet.
18/9, 25/9, 2/10 van 9u-12u

Beter computeren: je krijgt informatie over de basisinstellingen van een PC.
6/11, 13/11, 20/11 van 9u-12u

Workshop fietsen, wandelen, GPS: je maakt kennis met een aantal websites over wandelen en fietsen. Je leert fiets- en wandelroutes uitstippelen.
9/10, 16/10, 23/10 van 9u-12u

Workshop veilig gebruik van de PC: je leert hoe je jouw PC beveiligt en wat phishingmails zijn.
11/12, 18/12 van 9u-12u

Starten met PC en internet: deze cursus is bedoeld voor beginners. Je leert hoe je een PC/laptop gebruikt.
5/9, 12/9, 19/9 van 13u-16u

Starten met de smartphone: 9 lessen over het gebruik van de smartphone. Je kan inschrijven voor 1 of meerdere lessen.: 26/9: instellingen en opruimen; 3/10: telefoneren; 10/10: apps en meldingen; 17/10: klantenkaarten; 24/10: Whatsapp; 7/11: orde op jouw smartphone; 14/11: internetbankieren; 21/11: itsme; 28/11: mobiel parkeren

Koffie staat klaar: kennismaking met den travoo bij een gratis kop koffie of kom soep.
4/9, 2/10, 6/11, 4/12 tussen 13u30 en 14u30

Workshop digitaal weg: Je leert gebruikmaken van een aantal websites met betrekking tot vervoer. Je maakt kennis met Google Maps (routeplanner), NMBS, de Lijn. Het gebruik van apps zoals Waze en om te parkeren worden ook bekeken.
27/11, 4/12 van 9u-12u

Op de koffie bij PC-café: een vrijwilliger van PC-café tracht jou verder te helpen bij digitale vragen.

Elke vrijdag tussen 9u en 11u, met uitzondering van schoolvrije dagen. Er wordt max. een uur per deelnemer vrijgemaakt.

Vragen staat vrij bij PC-café: een vrijwilliger van PC-café tracht om een antwoord te bieden op jouw digitale vragen. Je hoeft hiervoor geen afspraak te maken.
Elke vrijdag van 11u-12u, met uitzondering van de schoolvrije dagen.

Cultuuruitstap naar Gent

Zondag 16 april, vertrek om 8.30u aan het station in Balen. Groot was mijn verbazing om 8.10u ! Want er stond al een Lichtpunter te wachten en snel daarna kon ik niet meer bijhouden om iedereen aan te duiden op het inschrijvingsblad. Voor 8.30u konden wij vertrekken naar Olmen en daar... net hetzelfde. Ruimschoots op tijd konden we onze reis verder zetten richting Gent. Daar aangekomen, vertrok onze

stadswandeling in Gent aan het station. Want de bussen mogen niet meer in het centrum



van Gent stoppen. We hadden gekozen voor een graffitiwandeling richting binnenstad. Deze tocht bracht ons langs het industriemuseum, het huis van Alijn, het Gravensteen, het stadhuis, de verschillende kerken en bekende pleintjes. We hebben prachtige graffiti gezien. Zoals een schipper, gigantische konijnen (daar hebben we wel even naar moeten zoeken), een mooie herinnering aan de zanger Luc De Vos en verschillende muurschilderingen van het schilderij "Lam Gods" zoals bijvoorbeeld: "de maagd" van Michaël Borremans. Maar het hoogtepunt van ons bezoek in Gent was toch het boottochtje op de Leie. De gids op het bootje gaf ons een heel goede uitleg van het ontstaan van Gent, de textiel industrie, de opstand in Gent en de historische gebouwen. Na

de boottocht konden wij via het graffitistraatje, naar de Vrijdagmarkt verder wandelen, via de Sint Jacobskerk die gelegen is tussen de pleintjes waar de Gentse Feesten doorgaan terug naar station Dampoort waar onze bus stond te wachten. Alles samen was dit een pittige wandeling met regelmatig een bruggetje op of trappen en kasseien en dus heel vermoeiend. In de bus terug naar huis was dit ook te merken. Het was oogjes toe bij velen.

Groeten

Renilde



Advies van een 105 jaar oude dame.
Voor een betere spijsvertering drink ik CHOUFFE.
Als ik geen eetlust heb drink ik witte wijn. Als mijn bloeddruk te laag is drink ik rode wijn. Als mijn bloeddruk te hoog is drink ik een whisky. Als ik verkouden ben drink ik jenever.
« Wanneer drink je water ? »
Zo ziek ben ik nog nooit geweest.



De tuin van Het Lichtpunt



Onze pipowagen staat er weer heel mooi bij! Half mei hebben we met een 5- tal mensen hard gewerkt om hem in een nieuw jasje te steken. Eerst schuurden we hem volledig af en maakten hem stofvrij. Toen

legden we er de eerste laag primer op.

Het weer was ons goed gezind. Soms te warm, zodat we al 's morgenvroeg om 6 uur eraan begonnen en rond 9 uur stopten voor de stralende zon te voorschijn kwam. Na de primer, konden we de laatste laag er opzetten. We hebben veel plezier gemaakt tijdens ons werk en verwenden ons ook al eens met een drankje en een koekje.



Dank u wel aan Patric, Tim, Maya, Els en mijzelf voor de hulp en de inzet. Maar ook Brent voor het advies en de leveren van de verf. Samen waren we een super team!

Patricia



Even voorstellen

Hallo iedereen,

Ik ben Riet, een geboren en getogen Olmenaar en sinds 2021 ben ik als vrijwilligster bij het Lichtpunt gekomen. Ik ben verpleegkundige, maar ben nu 2 jaar met pensioen en in mijn vrije tijd probeer ik een steentje bij te dragen waar nodig is. Ik ben alleenstaande (happy single) en mijn hond Nela is mijn trouwe vriend. Elke morgen – weer of geen weer – zetten wij onze beste beentjes voor om een fikse ochtendwandeling te maken. Verder hou ik van fietsen, lezen, in de hof te werken, knutselen.....kortom, ik zit niet graag stil. Ik steek graag hier en daar een handje toe, en vind het fijn met mensen om te gaan. Ik wil me daarom ook inzetten bij het Lichtpunt. Ik wil jullie dus heel graag ontmoeten, niet alleen tijdens de huisbezoeken, maar ook op één van onze talrijke activiteiten. Dus tot ziens!

Riet.

Artificiële Intelligentie

Al gehoord van Artificiële intelligentie of AI? De computer gaat dan menselijke vaardigheden vertonen. Zoals redeneren, leren, plannen, creatief zijn of... een voorwoord schrijven voor het Welleke. Onze Maurice probeerde het uit. Hij tikte de woordjes “armoede” en “voorwoord” in en kreeg de volgende tekst.

De strijd tegen armoede is een wereldwijde uitdaging, met miljoenen mensen over de hele wereld die in armoede leven. Armoede verwijst naar het gebrek aan basisbehoeften zoals voedsel, onderdak, schoon water, gezondheidszorg en onderwijs. Het is een complex probleem dat wordt veroorzaakt door verschillende factoren, waaronder economische ongelijkheid, gebrek aan toegang tot hulpbronnen, sociale uitsluiting en politieke instabiliteit. Om het probleem van armoede aan te pakken, hebben regeringen, internationale organisaties en individuen verschillende strategieën en initiatieven geïmplementeerd. Deze inspanningen zijn gericht op het verlichten van armoede en het verbeteren van de levensomstandigheden van degenen die erdoor worden getroffen. Enkele van de belangrijkste strategieën zijn:

1. **Sociale vangnetten:** Overheden zetten sociale vangnetten op om financiële hulp en ondersteuning te bieden aan mensen die in armoede leven. Dit kan programma's omvatten zoals werkloosheidsuitkeringen en pensioenregelingen.
2. **Onderwijs en ontwikkeling van vaardigheden:** Toegang tot kwaliteitsonderwijs is van cruciaal belang om de cyclus van armoede te doorbreken. Er worden inspanningen geleverd om ervoor te zorgen dat elk kind toegang heeft tot gratis en verplicht onderwijs. Bovendien worden programma's voor de ontwikkeling van vaardigheden geïmplementeerd om individuen uit te rusten met de nodige vaardigheden voor werkgelegenheid en ondernemerschap.
3. **Gezondheidszorg en voeding:** Toegang tot gezondheidszorg en goede voeding zijn essentieel voor de uitroeiing van armoede. Overheden werken aan het opzetten van universele gezondheidszorgsystemen en het implementeren van voedingsprogramma's om ondervoeding aan te pakken en de algehele gezondheidsresultaten te verbeteren.
4. **Economische empowerment:** Het creëren van kansen voor economische groei en werkgelegenheid is van vitaal belang voor het terugdringen van armoede. Overheden en organisaties bevorderen ondernemerschap, creëren werkgelegenheid en investeren in infrastructuur en industrieën die werkgelegenheid genereren.
5. **Sociale inclusie en gendergelijkheid:** Sociale uitsluiting en genderongelijkheid dragen in belangrijke mate bij aan armoede. Er worden inspanningen geleverd om ervoor te zorgen dat gemarginaliseerde groepen, zoals vrouwen, gehandicapten en etnische minderheden, gelijke toegang hebben tot middelen, kansen en besluitvormingsprocessen.

6. Internationale samenwerking en hulp: Armoede is een wereldwijd probleem dat internationale samenwerking en steun vereist. Ontwikkelde landen bieden financiële bijstand, technische expertise en ondersteuning voor capaciteitsopbouw aan ontwikkelingslanden om armoede aan te pakken en duurzame ontwikkelingsdoelstellingen te bereiken.

7. Hoewel er vooruitgang is geboekt in de strijd tegen armoede, blijven er nog steeds uitdagingen bestaan. Wereldwijde economische neergang, conflicten, klimaatverandering en natuurrampen vormen een aanzienlijke bedreiging voor armoedebestrijdingsinspanningen. Het vereist aanhoudende inzet, politieke wil en alomvattende strategieën om deze uitdagingen het hoofd te bieden en een rechtvaardiger en armoedevrijere wereld te creëren.

Op weekend met Het Lichtpunt

Dit jaar gingen we met zijn allen op weekend van 12 tot 14 mei naar de Berkelhoeve in Vorselaar. We vertrokken vrijdagavond omstreeks 18 uur aan het station in Balen en wij zijn rond 19 uur aangekomen in Vorselaar waar een fantastische maaltijd op ons stond te wachten. Na het eten hebben we een kennismakingsgesprek gedaan om nadien van een vrije, rustige avond te genieten. De eerste dag hebben we na het ontbijt een wandelspel op je domein gedaan met allerlei opdrachten. Iedereen heeft aan dit spel deelgenomen. Na het middageten zijn de meesten onder ons naar het kasteel gewandeld. Enkel de mensen die geen lange wandeling konden doen, hadden de gelegenheid om mee bingo te spelen. Na het avondeten was er een quiz en nadien, kon wie wou mee naar het Eurosong kijken. Zondag, de laatste dag hebben wij na het ontbijt eerst kamers opgeruimd en nadien een complementen- en bedankingsspel gedaan. Rond 14 uur was de bus er zodat wij rond 15 uur terug arriveerden in Balen aan het station. Volgend jaar weer?

Gunter

*Je scheenbeen is
een apparaat waar
je in het donker je
meubels mee kunt
vinden*

Alles zelf doen is
optellen.
Samenwerken is
vermenigvuldigen.

Doordenker

Er zijn mensen als ezels.

Als je dat leest, lijkt dat erg negatief, maar je mening verandert als je de tekst leest die we van iemand in handen kregen over een ezel.

Een ezel is een dier dat één en al oor is en dat daarom veel kan luisteren (langoor) en ook: een dier dat geweldig veel kan dragen, verdragen en vér-dragen...

Men zegt dat de ezel het dier is dat in verhouding met zijn lichaamsgestalte het meest kan dragen...

Een ezel is een koppig beest. Wat wij van de ezel leren is zijn koppige trouw in een relatie, in een gezin, in een beweging om te blijven luisteren, om te dragen en te vér-dragen en ver te dragen...

En vaak zullen ze achter je rug zeggen; „Ge moet daar een ezel voor zijn...”

Maar, wat zouden we doen zonder ezels in onze gezinnen, in ons Lichtpunt, onze scholen, en werk..?

Wat mogen we dankbaar zijn dat we in ons Lichtpunt nogal wat van die ezels hebben.

Wist je dat...

- het Rap op Stap kantoor nieuwe openingsuren krijgt. In plaats van woensdag verhuizen we naar maandag. Dus elke maandag van 15u tot 17 u en de laatste maandag van 17u30 tot 18u30.
Tijdens de winterperiode zijn we tweewekelijks geopend. Dat is elke 2 de maandag van de maand en de laatste maandag van de maand en deze beginnen vanaf 1 oktober 2023.
Willen jullie virtueel op reis kom het eens uitproberen dat kan met of zonder reservatie tijdens de openingsuren van Rap op Stap, iedereen welkom en zeker het proberen waard.
- het Buurtrestaurant een plaats is waar iedereen welkom is om samen gezond, gezellig en tegen een budgetvriendelijke prijs te eten? Je krijgt een heerlijke driegangenmenu (soep, hoofdgerecht, dessert) voorgeschoteld.
Je elke vrijdag (behalve op feestdagen) om 12u in het Buurtrestaurant terecht kan en dit telkens op een andere plaats in de gemeente. Of in Rosselaar, Hulsen, Olmen, Gerheide of de Stotert. Voor de juiste locatie kijk je best in de activiteitenkrant Geburtenissen, In Balen of de infoborden,...
je daarnaast ook elke derde dinsdag terecht kan in het Buurtrestaurant in den Travoo.
Wat kost het? 8 Euro per maaltijd en voor mensen met een laag inkomen is er een tussenkomst van het OCMW. Neem hiervoor contact op met de sociale dienst van het OCMW (014/82 98 48) of je maatschappelijk werker.

- de Balenaars meer dan 1.001 gratis bomen hebben afgehaald. Finaal zullen er 1.120 bomen geplant worden.
- onze gemeente en de IOK graag helpen om meer regenwater te gebruiken. Men kan daarom meedoen met de groepsaankoop van regenwatertonnen. Heb je zelf interesse surf naar www.iok.be/hemelwater.
- Erfgoed Balen, een vernieuwde website www.erfgoedbalen.be. heeft? Je kan er heel gemakkelijk en snel kennismaken met de geschiedenis van Balen en de inwoners via de digitale collectie van historische foto's, straffe verhalen van vroeger, enzovoort.
- er in de speeltuin van de Keiheuvel, nu ook voor kinderen met beperkingen zogenaamde inclusieve speeltoestellen geplaatst zijn. Tot dat iedereen kan meedoen!
- het een feit is dat een aantal verhuurders zich laten leiden door motieven die discriminerend zijn bij het toekennen van een woning aan kandidaat-huurders? Heb je het gevoel dat je daarvan slachtoffer bent, dan kan je altijd terecht op de website van Unia (een organisatie die gelijke kansen bevordert). Je kan daar informatie vinden, maar ook een meldingsformulier invullen. Hiervoor gebruik je volgende link: www.unia.be/nl/actiedomeinen/huisvesting.
- dat honden ALTIJD aan de leiband moeten lopen, ook in de natuur? Enkel in de hondenlosloopzone mag je beste vriend naar hartenlust lopen en ravotten.

Recept chocolade cake in de microgolf

125 g chocolade	100 g suiker
125 g boter	100 g bloem
2 minuten laten smelten zonder deksel	1 zakje vanillesuiker
3 eieren	

Ik gebruik hier een schenkkkan van Tupperware, maar een andere kom met deksel geschikt voor microgolf is ook mogelijk.

Mixen we samen in een andere kom

De kom of kan die we gaan gebruiken inboteren en bebloemen

We voegen alles bij elkaar mixen alles goed onder elkaar

We zetten dan ons mengsel in bebloemde kom met deksel erop 5 minuten op 650 watt

Navenant het vermogen en ouderdom van je microgolf kan dit een paar minuten schelen of moet je het vermogen verhogen.

Je neemt je kan of pot uit microgolf zet onderkant een bord en draai om

Daar is je lekkere cake!

XXXXX, NICOLE







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