

DeNestor

Informatieblad van de gemeentelijke seniorenadviesraad



Leden

Voorzitter:

Vandebroek André	Hulshoekstraat 45	013 44 22 01
------------------	-------------------	--------------

Ondervoorzitter:

Masselin Willy	Prelaat Knaepenstraat 37	013 52 15 63
----------------	--------------------------	--------------

Secretaris:

Ripol Rosette	Kapelstraat 39	0475 95 72 77
---------------	----------------	---------------

Commissarissen:

Smeulders Renilda	St. Lutgardisstraat 19	0479 88 72 32
Claes Josiane	Pastorijweg 39 bus 2, 3454 Rummen	0475 77 58 75

Schepen voor senioren:

Soors Romi	Onze-Lieve-Vrouwstraat 29	0497 40 87 33
------------	---------------------------	---------------

Bestuursleden:

Baerts Roger	Sacramentstraat 1	0477 33 91 60
Ballet Jos	Pastorijweg 39 bus 2, 3454 Rummen	0475 77 58 75
Fransen Paula	Schippersstraat 16	011 45 23 68
Kuppens Guido	Mangelbeekstraat 41	0497 29 50 72
Guedens Marcel	Geenrodestraat 3A	013 33 72 28
Maes Chris	Vandermarckestraat 7 bus 3.1	0495 42 43 69
Testelin Françoise	Oostereindestraat 4 bus 1.2	013 29 74 01
Vandermaesen Robert	Geneikenstraat 30	011 43 28 10
Vandevoort Lea	Haagdoornstraat 22	011 44 49 67
Vansweevelt Liliane	Kammestraat 1	013 44 49 67
Vervoort Irène	Pastorijstraat 20 bus 2.05	0478 45 60 16
Wouters Mieke	Kruienstraat 70	013 31 37 85

Verenigingen aangesloten bij de gemeentelijke seniorenadviesraad:

C-plus / Neos Lummen / Vief / F.V. Zilverwijs

COLOFON

De Nestor

Informatieblad van de gemeentelijk seniorenadviesraad

Het Klaverblad

Programmaboekje LDC 't Klavertje

Contactinfo

Lokaal dienstencentrum
't Klavertje Oosterhof,
Dr. Vanderhoevedonckstraat 56,
3560 Lummen
T 013 390 605
lokaaldienstencentrum@lummen.be

Verantwoordelijke uitgever

Luc Wouters
Gemeenteplein 13, 3560 Lummen
Afgiftekantoor 3560 Hasselt Masspost
Erkenningsnummer P509235



Seniorenadviesraad

neemt afscheid

Op 20 maart overleed op 76 jarige leeftijd Marie-Louise Bleux . Als afgevaardigd lid van Vief was zij sedert augustus 2022 lid van onze seniorenadviesraad. Marie-Louise was zeer behulpzaam, men kon steeds rekenen op haar om een handje te helpen op onze evenementen. Wij willen Robert, haar zonen en kleinkinderen veel sterkte en kracht wensen met dit intense verdriet. Wij gaan je missen.

> *Tekst ingezonden door
Voorzitter Andre Vandebroek*



maandag 21 september 2026

RECREATIEVE PETANQUEONTMOETING

Waar: Kalendries Meldert

Uur: 13 uur - 17 uur

Inschrijven: ter plaatse – gratis

Organisatie: Sportdienst Lummen i.s.m.
Pc vzw Meldert Kalendries

Gratis 1 consumptie voor de deelnemers
aanboden door het Gemeentebestuur!

Informatie: Sportdienst,
Sportweg 8, 3560 Lummen
sportdienst@lummen.be
013 390 490

Jubilarissen

70 jaar

Vandermaesen Clement en Borgers Maria

17/10/1956

65 jaar

Mekers Renaat en Claes Maria

06/04/1961

Quintens José en Sas Maria

13/04/1961

Vandevenne Leon en Doggen Germaine

29/04/1961

Engelen Henri en Poel Maria

09/05/1961

Vanesch Désiré en Grauls Marcellinne

29/06/1961

Caubergs Marcel en Germeyns Hilda

23/08/1961

60 jaar – diamanten bruiloft

Bogaerts Roger en Reynders Jacqueline

29/03/1966

Lamotte Gaston en Nijs Maria

13/04/1966

Vandereyt Marcel en Knaepen Irène

06/05/1966

Luyten Antoine en Engelen Louisa

07/07/1966

Valy Frans en Preuveneers Germaine

11/07/1966

Roosen André en Surkijn Marguerite

18/08/1966

Dullers André en Maes Lutgarde

20/08/1966

Gijbels Julien en Beutels Alice

27/09/1966

50 jaar – gouden bruiloft

Droogmans Robert en Stockmans Martine

26/03/1976

Peremans Jean Pierre en Berings Erna

26/03/1976

Strouven Andre en Vrancken Danielle

02/04/1976

Vandenbergh Karel en Demaeght Marijke

05/04/1976

Verboven Werner en Cox Daisy

09/04/1976

Kint André en Knaepen Rita

10/04/1976

Vanderaerden Lucien en Vanhaeren Georgette

30/04/1976

Janssen Jo en Baerts Olga

05/07/1976

Torcal José en Wauters Linda

23/07/1976

Deferm Ludovic en Deferm Erna

30/07/1976

Borgers Jean-Paul en Demeer Diana

09/08/1976

Postelmans Ivo en Carmans Maria

01/10/1976

Quintens Johan en Vandermaesen Lydia

22/10/1976

Vandermaesen Guido en Kuppens Veronica

26/11/1976

Verbeemen Wilfried en Janssens Greta

17/12/1976

Nieuws van Zilverwijs

In 2026 organiseerden we twee dansnamiddagen met gratis inkom in de overvolle, mooie zaal Oosterhof voor 250 enthousiaste 55-plussers. Menige zestigers, zeventigers, tachtigers en nog kranige negentigers vulden met overgave de dansvloer. DJ Ron Van Dijk speelde meeslepende liedjes uit hun jongere tijd en ook recente meezingers. Met country- en westernmuziek kunnen de line-dancers hun hartje ophalen

Op een zonovergoten, warme dag in april gingen wij in Runkelen forellen vissen. Een tiental vissers kon menig gevangen forel uit de vijver scheppen. De meereizende niet-vissers genoten vanuit hun ligzetel in het zonnetje en van de vangst. Anderen hielpen ons een handje of gingen wandelen in de mooie natuur en deden een terrasje.

Wij hebben voor de vereniging blindengeleidehonden in Tongeren steeds een aparte voeling gehad. Met acht bestuursleden gaan we regelmatig dopjes sorteren. Het is een zeer oplettende en vermoeiende bezigheid. Alle onreinheden zoals papier, metaal, hout, kurk, plastic speelgoed en ander afval dienen verwijderd te worden. In grote kuipen van 1.500 liter worden de plastieken dopjes vervoerd naar een fabriek om te recyclen, waarvoor men dan een som geld ontvangt.

> Tekst ingezonden door André Vandebroek.



Dopjes en blindengeleide honden

De dienst Blindengeleidehonden haalde onlangs **23 goedgevulde zakken** dopjes en **400 kg** kurken stoppen op. Als je weet dat je **175 kurken** nodig hebt om één kilo te bekomen, dan heeft men ongeveer **70.000 flessen** wijn, cava of champagne leeggemaakt.

Ik wens eenieder te bedanken die dopje na dopje of kurk na kurk gespaard heeft om die zakken te helpen vullen. Jullie bijdrage is van grote waarde om dit project te steunen.

Voor de bekostiging van een geleidehond rekent men op **30.000 à 40.000 euro**. Men is steeds op zoek naar een geschikt pleeggezin om pups van 8 weken de basiscommando's aan te leren en te socialiseren gedurende acht weken.

U kan met alle soorten dopjes of dekseltjes, groot of klein, kurken en kroonkurken terecht bij:

- leden van de seniorenadviesraad, in het lokaal dienstencentrum
- bij mij thuis: André Vandebroek, Hulshoekstraat 45, Linkhout.

> Tekst ingezonden door Voorzitter Andre Vandebroek

Nieuws van NEOS

De terugkerende activiteiten zijn:

MAANDELIJKS EEN BOWLINGNAMIDDAG

in Sportcentrum 't Kanaal in Beringen. Wie niet zo van bowlen houdt, kan Rummikub spelen.

TWEEMAANDELIJKS EEN WANDELING

die steeds gekoppeld is aan een bezoek. Op deze manier kunnen ook onze minder mobiele leden van een fijne namiddag genieten. Vorig werkjaar wandelden we in:

- Lummen met bezoek aan de bijenkorven van imker Kris van Het Buskruid
- Halen: wandeling 'Koybosschen' met bezoek aan het Museum van de Zilveren Helmen
- Spalbeek met bezoek aan de Vistrap op de Lummense Kiezel
- Meldert: naar de Venusberg met bezoek aan de biologische varkensboerderij met interessante uitleg van boer Peter en lekkere hapjes
- Halen met bezoek aan de struisvogelkwekerij

MOOIE DAGREIZEN:

in augustus 2025 bezochten we Brussel. In mei 2026 konden we genieten van de Gentse Floraliën met vooraf een bezoek aan een artisanale leerlooierij. Ook in mei volgde een superculturele dag in Antwerpen met bezoek aan het KMSKA voor de rondleiding 'Vrouwen in Beeld', gevolgd door Italiaans eten in het gekende restaurant Da Giovanni en daarna een bezoek aan de Stadsbrouwerij De Koninck voor een ontvangst met koffie en brouwerijbezoek. Ook volgend werkjaar plannen we weer mooie dagreizen.

LEDENFEEST

jaarlijks in oktober een gezellig ledenfeest

ONZE NIEUWJAARSRECEPTIE

jaarlijks in januari

Verder nemen we deel aan een aantal culturele evenementen, georganiseerd door Neos nationaal of provinciaal. Wat zeker al vaststaat is:

ALLIANZ MEMORIAL VAN DAMME

50ste editie in het Boudewijnstadion op 5-09-2026

TERUGKERENDE CULTURELE EVENEMENTEN ZIJN:

- Melodieën voor Miljoenen in de Koningin Elisabethzaal in Antwerpen
- Night of the Proms in het Sportpaleis in Antwerpen
- Grösse aus Wien in de Singel in Antwerpen
- Zomeropera in Alden Biesen in Bilzen

En om de traditie in ere te houden gaan we ook dit jaar (begin september) op 3-daagse naar de Noordzee. Deze keer wordt het een mooi arrangement in De Panne: wandelen, kuieren, shoppen, cultuur en onze onovertroffen quiz!

Vanaf half augustus vinden jullie de concrete gegevens van ons nieuwe werkjaar op onze website www.neosvzw.be/Lummen.

Hoe meer mensen je ontmoet, hoe rijker en gelukkiger je leven wordt!

Iedereen welkom!





Sportcomplex Vijfsprong Seniorenlessen



AQUAFITNESS

Maandag 12.15u-13.00u

Woensdag 12.15u- 13.00u

Ritmisch bewegen in ondiep water voor sterke spieren en soepele gewrichten.

(Vanaf 7 sept. t/m 14 juni, m.u.v. schoolvakanties.)

Prijs: 130 euro

Aquafitness is ook per beurt aan 8 euro te betalen)



FIT OUDER WORDEN

Maandag 9.30u-10.30u

Functionele bewegingssessie voor 55-plussers.

(Vanaf 7 sept. t/m 14 juni, m.u.v. schoolvakanties.)

Prijs: 130 euro



NETBAL VOOR SENIOREN

Dinsdag 13.00u-14.30u

Behendigheid en spelvorm met de bal.

(Vanaf 1 sept. t/m 15 juni, m.u.v. schoolvakanties.)

Prijs: 65 euro



CURVE BOWLING

Woensdag 9.00u-11.00u

Engelse sport waarbij men ovaalvormige bollen in een boog tot bij de jack moet rollen.

(Vanaf 2 sept. t/m 16 juni, m.u.v. schoolvakanties.)

Prijs: 65 euro

Voor meer info en inschrijvingen

Sportdienst Lummen

013 390 490 - sport@lummen.be



Laat je niet vangen: zo blijf je veilig tegen oplichters

Phishing is een van de meest voorkomende vormen van internetfraude. Vooral senioren worden vaak geviserd omdat oplichters denken dat zij minder vertrouwd zijn met digitale technieken. Daarom is waakzaamheid belangrijk.

Oplichters doen zich voor als een bank, overheidsdienst of familielid om persoonlijke gegevens, codes of geld te verkrijgen. Door verdachte signalen te herkennen, kan je jezelf beschermen.

Hier zijn de 6 meest voorkomende vormen van phishing waarop je best let:

1. Valse e-mails van banken

Klik niet op links in onverwachte bankmails en deel nooit persoonlijke codes.

2. Sms-berichten (smishing)

Dringende sms'en met links leiden vaak naar valse websites.

3. Telefoontjes van 'medewerkers' (vishing)

Geef nooit codes of gegevens door aan onbekende bellers.

4. Valse berichten van familieleden

Controleer altijd via een bekend nummer of het bericht echt is.

5. Nepwebshops en aanbiedingen

Te mooie aanbiedingen zijn vaak oplichting; producten worden niet geleverd.

6. Berichten van overheidsdiensten

Verifieer betaalverzoeken of vragen om gegevens via de officiële website.

TIPS

Enkele gouden tips:

- Klik niet zomaar op links in berichten of e-mails.
- Deel nooit codes of wachtwoorden.
- Contacteer bij twijfel zelf de organisatie.
- Bespreek verdachte situaties met familie of vrienden.

Blijf alert en neem je tijd. Oplichters rekenen op paniek en haast. Rustig en kritisch reageren voorkomt veel problemen.



Zorgvolmacht

Een zorgvolmacht is iets waar veel mensen liever niet te lang bijilstaan, maar het is wel erg belangrijk om tijdig in orde te brengen. Het geeft rust, zowel voor jezelf als voor je familie.

Wat is een zorgvolmacht?

Een zorgvolmacht is een document waarin je vastlegt wie jouw zaken mag regelen als je dat zelf niet meer kan, bijvoorbeeld door ziekte, een ongeval of ouderdom. Het kan gaan om financiële zaken, zoals betalingen en bankzaken, maar ook om praktische beslissingen.

Waarom is het belangrijk?

Zonder zorgvolmacht kan niemand zomaar jouw zaken overnemen, zelfs je partner of kinderen niet. In dat geval moet de vrederechter een bewindvoerder aanduiden, wat vaak meer tijd, kosten en administratie met zich meebrengt. Met een zorgvolmacht hou je zelf de regie: jij kiest wie je vertrouwt en wat die persoon precies mag doen.

Wat kan je regelen?

In een zorgvolmacht kan je heel concreet bepalen:

- Wie jouw vertegenwoordiger(s) is/zijn
- Welke handelingen zij mogen stellen (bijvoorbeeld rekeningen betalen, woning beheren, contracten afsluiten)
- Wanneer de volmacht ingaat (onmiddellijk of pas wanneer je wilsonbekwaam wordt)

Hoe stel je een zorgvolmacht op?

Je kan een zorgvolmacht laten opmaken via een notaris. Die zorgt ervoor dat alles juridisch correct is en registreert het document ook officieel. Zo ben je zeker dat jouw wensen gerespecteerd worden.

Een gerust gevoel

Door tijdig een zorgvolmacht op te stellen, vermijd je dat je familie voor moeilijke beslissingen komt te staan. Het geeft duidelijkheid en zekerheid in een periode die vaak al zwaar genoeg is. Een zorgvolmacht opstellen is geen teken van zwakte, maar net van vooruitdenken en zorg dragen voor jezelf én je naasten.

TIP

Praat erover met je partner, kinderen of vertrouwenspersonen. Samen nadenken over de toekomst zorgt voor gemoedsrust.

DANS NAMIDDAG VOOR 55+ D.J. RON VAN DYCK

Wanneer?
VRIJDAG

18/09/2026
13/11/2026
26/02/2027
09/04/2027



Voor meer info bel: 013 44 22 01

GRATIS INKOM DEUREN: van 13.00u tot 17.00u
GCOC OOSTERHOF
DR. VANDERHOEYDONCKSTRAAT 56, 3560 LUMMEN

V.O. F.V. Zilverwits Lummen - Andie Vandebroek, Hulshoekestraat 45, 3560 Lummen

HaHélu 50+

DONDERDAG 8 OKTOBER 2026

BEWEEG
& BELEEF

DIVERSE PRIJZEN
TE WINNEN



Waar: Sportcentrum Scholen
Manestraat 82, 3540 Herk-De-Stad

voorinschrijving 5 euro
dag zelf 7 euro





Robby Strauven

75+ FEEST

INKOM GRATIS

Oosterhof - Grote zaal
Dr. Vanderhoeydonckstraat 56
3560 Lummen

Deuren open: 13u00
Start feest: 14u00

Het gemeentebestuur nodigt alle Lummense 75-plussers en hun partner uit op het 75+ feest. Inschrijven kan tot vrijdag 28 augustus 2026 bij LDC 't Klavertje of een lid van de seniorenadviesraad.

VRIJDAG

04

SEPTEMBER



Naam:

Leeftijd:

Naam partner:

Adres:

Telefoonnummer:

Emailadres:

INSCHRIJVINGSGSTROOK