

't BERKENBLAADJE



Januari. **2025**

jaargang 26 nr. 1

(verschijnt niet in juli en augustus)

INFO: kwbberkenbos@gmail.com

-
- * Beste wensen
 - * Raak Overdag.
 - * nieuwe Website Buren Nieuws
 - * Info
 - * * Samenaankoop stookolie Januari
 - (Digi) * Raak Overdag verslag
 - * Dinsdags Fietsen

Onze beste wensen voor het nieuwe jaar !!!



Hopelijk mogen we je binnenkort ergens verwelkomen

Bedankt om één van ons Raak-leden te zijn voor ons komende werkjaar !

Met de warme groeten,

Jullie Raak Berkenbos-bestuur

(Wil je meer nieuws van het berkenblaadje vraag naar de digitale versie!)

stuur een email'tje naar kwbberkenbos@gmail.com)

KWB Fietsen op iedere dinsdag.

Vertrek om 14h00 op de fietsparking van het SF College.

KWB fietsverantwoordelijke : **Jaak Bloemen**
Dunantstr 1 3582 Koersel 0474 40 55 25

jacabloem1@hotmail.com



VERNIEUWING RAAK LIDMAATSCHAP 2025.

Dank U wel aan de 82 leden, voor het vertrouwen in onze afdeling

RAAK Overdag 2025 Programma Januari-februari

2025/01/09	Borrelwandeling	
2025/01/16	De Gerlache achterna	Sigrid Maebe
2025/01/23	Werken in de tuin, waar op letten!	Johan Ceyskens
2025/01/30	Bezoek Corda campus)	
2025/02/06	Sagen, legendes en andere verhalen	Paul Catteeuw
2025/02/13	Petanque	
2025/02/20	Oekraïne	Jef Abbeel
2025/02/27	Daguitstap	Naar Blegny (inschr. v Luikse steenkoolmijn)

Samenaankoop stookolie !!!!

Niet vergeten... Voor Bestelling Stookolie met formulier **tot don.23 jan.18h voor Berkenbos** of digitaal **tot zondag 26 jan. 00h00**

Zie naar de nieuwe website met de nodige uitleg ivm bestellen van stookolie.

De Nieuwe RAAK-website Heusden-centrum



<https://www.Raak-Heusden.be>

Nog veel meer nieuws via de **nieuwe nationale website**

<https://raakvzw.be>

Verslag van het 36^{ste} jaar RAAK – overdag. “Deel 2.”

21/11/2024: Autogebruik in de toekomst. Door Siegmund Hermans.

Of je het nu sciencefiction vindt of niet maar de zelfrijdende auto is niet zo ver af. Sommigen van ons hebben nog de tijd gekend dat alles mechanisch was en later elektrisch aangedreven. Tot daar konden vele van onze generatie nog mee maar later werd het elektronica en sinds kort artificiële intelligentie. Om van een oldtimer naar een zelfrijdende auto te gaan heb je zes niveaus. Niveau nul is de oldtimer, van niveau één en twee hebben we al heel wat hulpmiddelen in auto's die de laatste jaren aangekocht zijn. Denk hier maar aan ABS, reeds verplicht vanaf 2010, LKSA of de weglindetectie, ADAS of het advanced driver assist systems, ESP om elektronisch bij te sturen bij een kleine misrekening in een bocht. Cruise control, verkeersbord herkenning, alertheidsdetectie meet de

oogreactie en

vermoeidheidsdetectie meet je rijstijl. De auto is een computer geworden waar je zelf niet meer kan aan sleutelen en alle gemeten resultaten worden met elkaar



verbonden en samen geïnterpreteerd door A.I. De auto's van niveau drie en vier hebben nog meer ingebouwde hulpmiddelen en vanaf 2025 worden er in nieuwe auto's nog een aantal veiligheidssystemen verplicht. We zitten dan niet zo ver af van niveau vijf, de zelfrijdende auto maar de wetgever en de bestuurder moeten ook mee en het kostenplaatje is het grootste probleem. Bij de zelfrijdende auto is de constructeur verantwoordelijk voor het ongeval en verzekeringsmaatschappijen denken mee in die richting. De “zwarte

doos” in de auto wordt uitgelezen na een ongeval, net zoals na een vliegtuigongeval en alles kan nagekeken worden. Zelfrijdende auto’s worden via A.I. met elkaar verbonden en spelen in op de reactie van elke auto in de omgeving. De kans is groot dat de eerste zelfrijdende auto’s de camions zullen zijn. Een beroeps chauffeur mag 9 uur per dag rijden en moet de rij- en rusttijden respecteren. Een zelfrijdende auto moet dat niet. In België rijdt een auto gemiddeld 350 uur per jaar en in een jaar zijn 8760 uur, dat maakt dat een auto 1/25^{ste} van zijn tijd rijdt en voor de rest stil staat.

28/11/2024: Bezoek aan het Alevietisch centrum.

De alevieten hebben een humane levenswijze die veel ouder is dan de islam en staan er totaal los van. De islam is pas ontstaan doordat de profeet Mohammed omstreeks het jaar 630 na Christus in het openbaar



begon te spreken. Bij de dood van Mohammed steunde de meerderheid de vriend en schoonvader van Mohammed, Abu Bakr, als opvolger terwijl anderen de neef en schoonzoon van de profeet, Ali, tot opvolger benoemden. De volgelingen van Abu Bakr werden de latere soennieten en die van Ali de latere sjiïeten. Op dit ogenblik is 90 % bij de Soennieten en 10 % bij de sjiïten. In sommige landen leven ze vredig naast elkaar. In andere landen vechten ze bloedige oorlogen uit. De

islam is een religie die opgetekend is in de koran en is gebaseerd op geboden en verboden.

De alevieten is een op verdraagzaamheid gebaseerde geloofsgemeenschap. Het is een stroming waarbij de bronnen ontspringen vanuit het soefisme. Het is een levensweg waar ruimte is voor ontmoetingen, vrijheid, dialoog, respect, poëzie, kunst, muziek, dans, cultuur, wetenschap en kennis.

Het doel van het alevietisme is de mens die centraal staat te helpen zichzelf te ontwikkelen tot een volwassen en volwaardig mens. De mens gidsen om zich te verhouden t.o.v. zichzelf, de samenleving, de natuur en de kosmos. Het vertrekt vanuit de filosofie van "Eenheid van het zijn". Het referentiekader is de ethiek terwijl het geweten de gids is. Van een boek met geboden en verboden is er geen sprake.

Hieronder de grondbeginselen van het alevietisme:

- Rechtvaardigheidsbeginsel in het gedrag is de kernwaarde.
- Gelijkwaardigheid onder alle mensen en volkeren.
- Solidariteit tussen alle volkeren en de generaties.
- Begrenzing, beheersen van je handen, tong en leden.
- Ethisch fatsoen; aangepast aan de context en het tijdperk.
- Respect voor de keuze en de vrijheden van anderen.
- Principe van dialoog en kritische ingesteldheid.
- Principe van wederzijdse toestemming en wilsuiting.

05/12/2024: Diabetes. Door Alexa Piel.

Diabetes kan kortweg omschreven worden als een storing in de suiker huishouding van het lichaam maar de gevolgen zijn veel breder dan dat. Je kan twee types onderscheiden:

Diabetes type I: Dit kan je bestempelen als een auto-immuunziekte



waardoor de patiënt altijd insuline moet toegediend krijgen.

Diabetes type II: Hier werkt de alvlesklier nog maar onvoldoende.

Meestal zien we de eerste symptomen rond de 40 jaar maar het kan ook veel eerder beginnen. Soms hebben de patiënten al langer complicaties voor dat de diabetes ontdekt wordt. Er is een erfelijke factor, hieraan kan je niets veranderen maar de levensstijl is zeer belangrijk en deze heb je zelf in handen. Rokers hebben 40 % meer kans op diabetes type II te ontwikkelen dan niet rokers. Daarnaast zijn hoge cholesterol en hoge bloeddruk bevorderende factoren. Voldoende bewegen en sporten hebben dan weer een gunstige werking om het proces te vertragen. Naast voeding en beweging is het soms noodzakelijk om ook medicatie te nemen. Sommige medicamenten stimuleren de aanmaak van insuline door de alvlesklier en soms moet ook insuline ingespoten worden.

Het doel van de behandeling is te trachten dat de patiënt, door kennis en inzicht, zo lang mogelijk zijn zelfstandigheid kan behouden. Vanaf volgend jaar is bij wet bepaald dat al de diabetes patiënten in aanmerking komen voor begeleid te worden door een verpleegkundige, een diëtist, een kinesist en een apotheker. Ze kunnen ook één maal per

jaar naar de tandarts. Deze begeleiding is vooral gericht om preventief aan de diabetes te werken.

Een patiënt kan zowel bij een te hoge als bij een te lage bloedsuikerspiegel in coma gaan. Als je twijfelt of een patiënt in een hyper of een hypo glycemisch coma gaat, dan is het altijd goed om wat cola, een paar klontjes suiker of druivensuiker te geven. Een te lage suikerspiegel is veel gevaarlijker dan een te hoge en het kan soms zeer snel gaan. Het is ook goed om 15 minuten na de snelle suikers ook wat trage suikers zoals een boterham te eten.

Als diabetes ontdekt wordt bij een patiënt moet dit gemeld worden in verband met uw rijbewijs en ook aan de verzekering. Bij ongeval zou de verzekering zich anders kunnen terug trekken. De verzekeringspremie mag hierdoor niet verhoogd worden.

12/12/2024: Hernieuwbare energie. Door Staf Ceysens.

Wat is hernieuwbare energie?

Het is energie die afkomstig is van natuurlijke bronnen zoals de zon, wind, waterkracht, buitenlucht en biomassa.

Er is een groot verschil met energie afkomstig van steenkool, bruinkool, hout en afgeleiden, aardgas en kernenergie die erg vervuilend zijn voor het milieu.

Met elektriciteit en waterstof kan je energie vervoeren maar je moet er eerst energie instoppen voor ze te maken.

Met zonnepanelen kan je gelijkstroom opwekken van 12 of 24 volt.

Dit kan je opslaan in een batterij of omvormen tot 220 volt wisselstroom en dan op het net zetten. De zonnepanelen poetsen heeft weinig zin. Het is een moeilijk werk en de winstpercentage is maar een paar procent. De CO2 uitstoot daalt door elektriciteit op te wekken met zonnepanelen omdat dit geen uitstoot geeft.

Een tweede manier om zelf energie op te wekken is een warmtepomp zetten. We hebben allemaal warmtepompen in huis zonder het zelf te weten, denk maar aan onze koelkast, diepvries. Deze huishoudtoestellen werken op dezelfde manier als een warmtepomp



namelijk door gassen samen te drukken en zo de warmte op te drijven. Denk maar aan een fietsband die je oppompt met een fietspomp. Als je een tijdje pompt wordt de pomp warm door het samendrukken van de gassen. Men kan deze techniek ook omgekeerd gebruiken en zo koeling opwekken zoals in een koelkast. De huidige terugverdientijd voor een warmtepomp in een optimaal geïsoleerd huis is 7 jaar, bij de huidige prijzen van zonnepanelen is de terugverdientijd van zonnepanelen minderlang.

Biogas installaties werken op de afbraak van organische materialen door bacteriën. Als dit gebeurt in een luchtdichte ruimte kan men na 25 à 30 dagen het biogas opvangen, het is een mengsel van 60 % methaan en 40 % andere gassen. De restafval kan gebruikt worden als meststof in de landbouw.

Wigo

Proficiat aan Rene Meykens met onderscheiding van kerkfabriek !

Ondertussen kregen we de melding dat onze vriend ,Rene ,op donderdag 2 januari is overleden, hiermede onze postume plaatsing van dit artikel uit het parochieblad.

Onze condolering en veel sterkte aan heel de familie.

Onze Bisschop Mgr. Patrick Hoogmartens heeft aan René Meykens van de parochie Sint-Valentinus Berkenbos het ere-teken en diploma eerste klasse van Onze-Lieve-Vrouw-Oorzaak-Onzer-Blijdschap, patrones van het bisdom Hasselt toegekend omwille van zijn goede diensten aan de ker van Limburg als lid van de Kerkfabriek en zijn inzet voor het welzijn van de parochie gedurende 50 jaar.

René heeft een jaar lang het reilen en zeilen van de kerk in Berkenbos gevolgd om in 1975 als volwaardig lid van de kerkfabriek te worden opgenomen. Het kerkbestuur bestond in die tijd uit 9 leden. René was toen een metgezel van Jan Vangrieken, Etienne Sermon, August Renders, Fernand Timmers, Alfons Tielens, Livinus Geerts, Isidoor Delsupehe en Jozef Engelen.

René heeft in die 50 jaren heel wat mensen zien komen en gaan in de Kerkfabriek en ook het inkorten ervan tot nu nog 5 leden.

Op zijn ziekbed heeft de huidige voorzitter van de Kerkraad René mogen decoreren met het ere-lint, omringd door de ganse ploeg van het huidige kerkbestuur.

Proficiat René met deze erkenning door onze Bisschop en vanuit onze ganse parochiegemeenschap wordt je alle heil toegewenst! –
Het ga je goed!
Rust zacht vriend ,Rene!!!



Raak Kookavonden 2025 Inschrijving

Jouw inschrijving binnen brengen bij :

Jan Camps -Halveld 52 H&Z [tel:0476 544902](tel:0476544902)

of per e-mail: kwbberkenbos@gmail.com

deze gaan door op de maandagen :10, 24 febr: 10, 24 maart en op 07 april 2025

De kookavonden gaan door OP NIEUWE LOCATIE "SF-COLLEGE" VANAF 19H
Verdere afspraken volgen na inschrijving.

Inschrijven kan tot 31 januari...(met max van 16/pers.(4 x 4 personen)

Kans bestaat uitbreiding max 20/pers (4 x 5 personen)

Samen koken en samen proeven we de gerechten en dragen we bij aan de kosten van de ingrediënten van die kookdag.

..... ✂
Ja, ik kom naar de maandag kookavonden in 2025

10 & 24 febr:10 & 24 maart om en 07 april om 19.00 uur in
de keuken **van Het College**

NAAM:

ADRES:

Telefoon/gsm nr:

en liefst uw

email adres.....

(voor het doorsturen van de recepten op voorhand)

Samen koken is **ook samen bijdragen aan de kosten** van de gerechten op de kookdag zelf en Kosten voor gebruik van de keuken, energie, kookmateriaal enz.. is bij inschrijving 20,00 €

Kan ook via BE50 0017 5225 8318 met melding van

Kookavonden 2025 + Naam.....

BetaaldeEURO Handtekening.....

Volgnummer

JE KAN OOK DIGITAAL STOOKOLIE BESTELLEN

www.raak-heusden.be

127 ste samenaankoop stookolie

Berkenbos tot don 23 jan / Centrum tot 26jan.2025



**DUIDELIJK
SCHRIJVEN A.U.B.**



GSM of Telefoonnr:

Naam:

Straat: nr.

Gemeente:

Emailadres:

Lidkaart nr: Raak

AANTAL LITERSLITER (minimum 750 liter)

ofwel

TON VOL DOEN plus/minusLITER (mimum 750 liter)

IK WIL: GE **GEWONE** **VERBETERDE** **STOOKOLIE**

BEVEILIGING **Fluitje** **Elek.sonde**

ONDERGRONDSE **BOVENGRONDSE** **Mazoutton**

Tonkeuring, groene dop geldig tot

PLAATS VAN DE TON:

MEDEDELING:

Inschrijven kan voor Berkenbos bij:

Verlinden Charly	De Rieten 25	tot don.23 jan.2025
Camps Jan	Halveld 52	tot 18h00

Guido Gezellelaan 15 tot zondag 26 jan.2025

Digitaal via onze website tot zondag 26 jan.2025

Handtekening

Opgelet: de leveringen kunnen een maand duren