



Lééft"

Jaargang 51 nr. 1
Januari 2025



In naam van ons bestuur wensen we jou en je familie een Gelukkig, Gezond en Veilig 2025.

Laten we dit jaar samen genieten van alle geweldige activiteiten die we voor jullie hebben gepland. We hopen dat jullie in 2025 actief deelnemen en plezier beleven aan onze evenementen en samen met ons mooie herinneringen creëren.

Bij deze super dikke vol nieuws Lééft, vinden jullie ook de nieuwe lidkaart (met de daarbij horende kortingen), de nieuwe activiteitenkalender en een fluoriserend presentje.

Tot 15 januari mag je je stempelkaart 2024 binnenbrengen bij Ludo.

Zin om even uit te waaien of het nieuwe jaar fris te beginnen? We hebben een Borrelwandeling op donderdag 9 januari om 9 uur en een Pitslampentocht op 17 januari, vertrek tussen 17 en 20 uur. Inderdaad de vertrektijd is aangepast.



Hoogste tijd om je in te schrijven voor deze Pitslampentocht (tot 10 januari) en voor de traditionele Café Manger op 24 januari.

Denk ook al aan ons Valentijnontbijt en de Lentesamenaankoop ...

Stookolie bestellen? Via de website of onze nieuwe buitenbrievenbus aan de Kring.



Activiteiten januari

9/1/2025	Raak-overdag: Borrelwandeling
16/1/2025	Raak-overdag: De Gerlache achterna
17/1/2025	Pitslampentocht
21/1/2025	Nieuwjaarsdrink voor bestuur en helpers
23/1/2025	Werken in de tuin, waar op letten?
24/1/2025	Café Manger
26/1/2025	Einde inschrijvingen samenaankoop stookolie
30/1/2025	Raak-overdag: Corda Campus

JAARKALENDER 2025

Ook dit jaar hebben we geprobeerd om een jaarkalender samen te stellen met een brede waaier aan activiteiten zodat iedereen weer zijn gading kan vinden in onze vereniging. Zo zijn er een paar nieuwe activiteiten en werden enkele oudere succesvolle activiteiten opnieuw opgevist. We denken daarbij aan de pitslampentocht, het valentijnsontbijt, de etalagezoektocht voor kinderen, ...



Deze kalender wordt reeds vrij vroeg samengesteld. Dat betekent dat er hier of daar nog iets zou kunnen wijzigen of bijkomen. Hou daarom steeds de 'Lééft' goed in de gaten voor eventuele wijzigingen. Ook op onze website en andere sociale media vind je steeds informatie!

Een geschenkje van RAAK-Heusden

Het is stilaan een traditie geworden dat we onze leden bij de start van het nieuwe jaar een geschenkje aanbieden.

Het is van ons uit een teken van dank om weer een jaar bij onze grote RAAK-familie te willen horen. Dus bij deze nogmaals dank u wel om uw lidmaatschap te hernieuwen!



Dit jaar willen wij iedereen een fluo-hesje van Raak aanbieden. Wij hopen die hesjes regelmatig in het straatbeeld te mogen zien. Voor u een kwestie van veiligheid en voor ons een kwestie van naambekendheid!

NIEUWJAARSDRINK HELPERS & BESTUURSLEDEN

Zonder de inzet van vrijwilligers is een vereniging NIETS!

Daarom nodigen wij iedereen die vorig jaar de handen uit de mouwen stak bij één of andere activiteit uit op onze nieuwjaarsdrink op dinsdag 21 januari '25 vanaf 19.30 uur in het feestzaaltje aan De Kring.



Wij zorgen voor een natje en een droogje. Voor sfeer en gezelligheid moeten jullie zelf zorgen!

Dus ALLE help(st)ers en hun partner zijn van harte welkom!!!

Spaarkkaart 2025

Net als de voorbije jaren hebben we ook dit jaar weer een 'RAAK-spaarkkaart' om €10 van je lidgeld terug te verdienen. Het is de bedoeling om 5 stempels te verzamelen op die kaart door deel te nemen aan activiteiten. Laat je kaart dus



afstempelen op die activiteiten en bezorg ze met 5 stempels aan een bestuurslid of geef ze gewoon af tijdens die vijfde activiteit. Wie zijn/haar lidgeld betaalde voor december kreeg al een eerste stempel.

Kerststal

Al jaren zorgen enkele RAAK-vrijwilligers voor de aankleding van de grote kerststal aan de kerk. Ook dit jaar waren ze



weer present! Ze hebben weer goed werk geleverd! Proficiat & bedankt!!!

Wie de kerststal nog niet in levende lijve heeft kunnen bewonderen, heeft nog tijd tot Driekoningen (6 jan.).



Café manger: vrijdag 24 januari 2025

Onze eerste café manger in het nieuwe jaar.

Waar: In het Kuipershof.

Wanneer: vrijdag 24 januari 2025.

Om hoe laat: Eten tussen 18 uur en 20 uur.

Menu: varkensgebraad met wortelen en erwten en gebakken aardappelen met een lekker sausje.

Prijs: 5€ voor volwassenen en 3€ voor kinderen onder de 12 jaar.

Betalen: doen we aan de inkom.

Inschrijven: TOT zondag 19 januari 2025.

Waar: bij Marc Bijloos 011 42 46 50 of 0479 54 55 75 of marc.bijloos@telenet.be

Vergeet je spaarkaart en je eventuele bons niet.

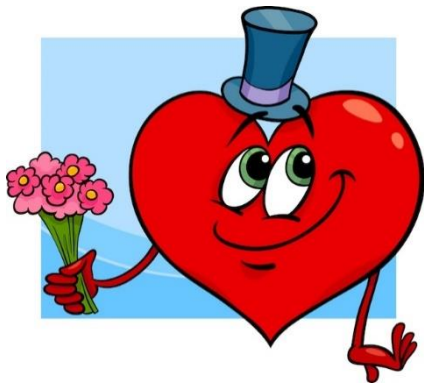
Valentijnsontbijt

Zoals we reeds aankondigden in de vorige Lééft organiseren wij opnieuw een Valentijnsontbijt! Bij deze Lééft vinden jullie een flyer/inschrijvingsbriefje!

Praktisch:

Zondag 16 februari '25 vanaf 8.00 uur

O.L.V. Gilde Schaapsweg 81 Heusden



Leden € 13 / niet-leden € 16 / kleuters € 2 / tot 12 j. € 4

Inschrijven kan bij Rosita (Garenstraat 36) en bij Diane (Merelstraat 46).

Om het gezellig te houden beperken wij het aantal inschrijvingen tot 120 !!! Dus niet treuzelen als jullie erbij willen zijn!

Kostprijs deelname RAAK-activiteiten

De laatste jaren hebben wij voor leden en niet-leden meestal dezelfde prijs gevraagd om deel te nemen aan onze activiteiten. Binnen het bestuur zijn wij het er over eens dat dat eigenlijk niet eerlijk is t.o.v. onze leden. Zij hebben immers ook al lidgeld betaald.



Daarom gaan we vanaf nu voor een aantal activiteiten onze leden wat korting geven t.o.v. niet-leden!

Niet-leden blijven uiteraard nog altijd welkom! En ... ze mogen natuurlijk ook lid worden!

Lid = lid & zijn /haar huisgenoten, dus wonende op hetzelfde adres

Pitslampentocht



Wie nog wil deelnemen aan onze Pitslampentocht kan nog inschrijven tot 10 januari '25. (zie flyer bij de vorige Lééft)

- Vrijdag 17 januari '25 (start tussen 17.00u en 20.00u)
- Vertrek & tent: Kruisvijverstraat HZ
- Afstand: +- 4 km
- Fluo-hesje & zaklamp meebrengen!
- Prijs: leden € 3 / niet-leden € 5 (soep onderweg en 1 consumptie achteraf inbegrepen)
- Hot-dog ter plaatse verkrijgbaar.
- Inschrijven bij Danny (Merelstraat 46) of via onze website : www.raak-heusden.be .

Wandelweekend 2025

Inschrijven voor het wandelweekend 2025 in Rodt (19 tot 21 september) kan nog steeds. Van vrijdagavond tot zondagmiddag betaal je voor je verblijf in volpension € 165.

Wil je mee, neem dan contact op met

- Jos Moons 0473/62 05 44 jos.moons@hotmail.com
- Gilbert Jans 0472/42 09 59 gilbert.jans2@telenet.be

Door een voorschot van € 25 per persoon te storten op rekeningnummer BE26 7440 5291 7129 (op naam van Jos Moons) en vermelding van jullie naam, is de inschrijving definitief.

RAAK-BRIEVENBUS

Jarenlang hadden wij een KWB-brievenbus in de hal naast café De Kring. Deze was wat in onbruik geraakt doordat de betreffende deur niet veel meer open was. (CM heeft nu een eigen ingang, het parochiaal secretariaat is minder open, ...). Omdat wij deze bus opnieuw meer willen gebruiken, hebben

we ze naar buiten verplaatst naast de grote groene ACV-bus. Ze is nu dus 24/7 bereikbaar.

Dus als jullie in de toekomst briefjes moeten binnenbrengen in de Raak-brievenbus, is het daar te doen! (bv. samenaankoop stookolie)



Samenaankoop STOOKOLIE

Beste Rakers,

Voor iedereen die het gewoon is om via Raak stookolie te bestellen hebben we goed nieuws: een werkgroepje van zes personen gaat zich in de toekomst de samenaankoop ter harte nemen.



Er kan opnieuw, net als in het verleden, in september en januari stookolie besteld worden.

Wat is er veranderd?

Wie gewoon is om digitaal te bestellen, kan dit nu ook zoals vanouds met het invulformulier op onze vernieuwde website. (www.raak-heusden.be). Digitaal bestellen kan, zoals in het verleden, telkens tot zondagavond 00u00, daarna wordt het formulier afgesloten.

Wie mazout bestelde met het formuliertje dat meegestuurd werd met ons maandblaadje Raak-Lééft gaat dat in de toekomst ook nog kunnen. Ook deze mensen kunnen hun formuliertje in de RAAK-brievenbus stoppen tot zondagavond 00u00. Vroeger was dit tot maandagavond, nu dus niet meer.

Omdat er vanaf nu geen specifiek iemand meer verantwoordelijk is (Tim werkt samen met de nieuwe werkgroep) voor de samenaankoop, kan **het formuliertje enkel en alleen nog maar in de Raak-brievenbus** gestoken worden. Tim blijft nog actief in onze vereniging maar wij willen hem niet nodeloos belasten met het gedurig wegbrengen van bestelformulieren die bij hem in de bus gedropt zijn.

We hebben de brievenbus , die voorheen in de hal van het parochiaal centrum De Kring hing, naar buiten verplaatst zodat deze steeds bereikbaar is, ook als het parochiaal

centrum gesloten is. De brievenbus die naast de groene bus van het ACW hangt is goed herkenbaar voorzien van stickers met het nieuwe logo van onze vereniging RAAK (zie foto vorig artikel).

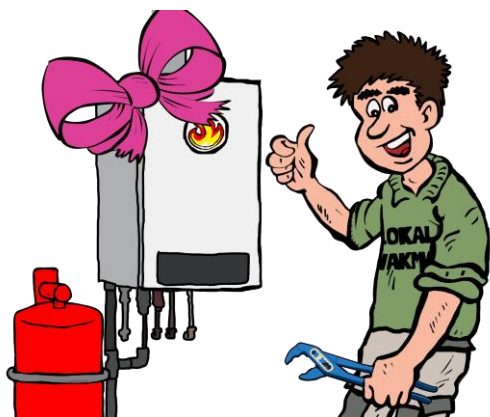
De bekomen prijs zal pas gekend zijn op woensdagavond om 18u00. Digitale bestellers en leden die hun emailadres vermeld hebben op het briefje krijgen een mailtje met de bekomen prijs en leverancier toegestuurd. Wij gaan ons best doen om ook vanaf 18u00 de bekomen prijs op onze website te plaatsen.

Volgende samenaankoop stookolie :
bestellen tot en met ZONDAG 26 JANUARI 2025 !!!

(zie bestelformulier in bijlage)

Samenaankoop onderhoud ketels etc

Ook bij deze samenaankoop zal op het inschrijvingsbriefje géén privé-adres van de leden van de werkgroep meer vermeld worden. Wie wil deelnemen deponert zijn briefje in de Raak-brievenbus die centraal in onze parochie hangt aan De Kring.



Zit je met een bepaalde vraag over één van deze samenaankopen contacteer dan één van onze bestuursleden, zij spelen je vraag graag door naar een verantwoordelijke.

Samenaankoop tuinproducten

De samenaankoop van november '24 is weer goed verlopen! 40 raak-gezinnen hebben weer een voorraad ingeslagen tegen voordelige prijzen.



Wij danken al de helpers voor het snel klaarzetten en afleveren. Ook de kopers willen wij bedanken voor het vlot en tijdig afhalen!

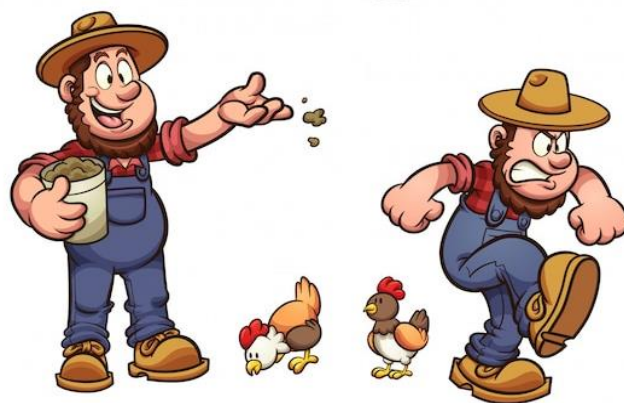
Intussen zijn we alweer bezig met de **volgende samenaankoop tuinproducten op zaterdag 22 februari '25**. Het aanbod zal dan ongeveer hetzelfde zijn maar nu komen daar de potgrond, meststoffen, ... weer bij! *Indien er iemand een goede suggestie heeft voor bijkomende producten is die zeker welkom. Wij kijken dan wel wat mogelijk is.*

In de Lééft van februari '25 zal het bestelformulier zitten. Opgelet! Jullie hebben dan maar tijd tot woensdag 12 februari om te bestellen. Dus maak daar dadelijk werk van als je iets nodig denkt te hebben.

Nieuwe reeks:

In een tuin is er altijd werk!

De overgrote meerderheid van onze Raak-leden heeft wel iets te maken met werken in een tuin. Bij sommigen beperkt zich dat tot het onderhoud van enkele bloembakken op het terras, terwijl anderen bijna dagelijks de handen uit de mouwen steken in een grote moes- of siertuin. Maar weet jij ook precies wanneer welk werk moet gebeuren?



Daarom willen wij gedurende één jaar maandelijks een rubriek in de Lééft opnemen, waarin we telkens de voornaamste werken in

de tuin van die maand omschrijven.

Om het een beetje overzichtelijk te houden, verdelen we het werk in 5 rubrieken: de moestuin, het gazon, de siertuin, fruit en bessen en dieren in de tuin.

Wij hopen op die manier jullie wat nuttige tips te kunnen geven en hopen dat het 'tuinplezier' er op die manier alleen maar groter op wordt.

In een tuin is altijd werk: JANUARI

Januari is traditioneel een rustige maand voor tuinliefhebbers. Het is nu het moment om hekken etc. te repareren. Kijk ook je tuingerief eens na. Tuingerief insmeren met wat olie doet wonderen tegen het roesten.

Denk ook eens na welke tuinproducten je kan aanschaffen via de Raak-samenaankoop (februari).

Moestuin:

- Maak een plan voor je moestuin en bestel zaden zodat je die zeker tijdig hebt.

Gazon:

- Loop zo weinig mogelijk over je gazon tijdens vorstperiodes.

Siertuin:

- Plant bomen, struiken en hagen tijdens vorstvrije periodes.
- Strooi een dun laagje compost in borders.
- Knot je wilgen en snoei je leilindes.
- Als je kuipplanten binnen overwintert, verlucht dan die ruimte op zachtere dagen.
- Als je een beukenhaag eens serieus wil inkorten, is dat nu het moment!
- Als je een kerstboom in pot had, plaats je die nu een tijdje op een onverwarmde plaats voor je hem buiten plant (als het niet vriest).

Fruit & bessen:

- Bind leifruit nog eens goed vast.
- Snoei je fruitbomen als het niet vriest.

Dieren in de tuin:

- Hang nu reeds nestkastjes op in je tuin. Mezen eten echt massa's bladluizen etc. Als er in de buurt paarden of koeien lopen en je veel vliegen hebt, kan je ook proberen een zwaluwnest te hangen.
- Zorg dat op je voederplank steeds wat voedsel ligt (zaden, vetstof, fruit, ...).
- Schrob regelmatig je voederplank met heet water om de verspreiding van ziektekiemen te voorkomen.



RAAK HEUSDEN digitaal & sociale media

Naast ons klassiek tijdschriftje Lééft maken wij tegenwoordig gebruik van allerlei digitale communicatiekanalen.

Onze **website** is al langer bekend maar werd onlangs volledig vernieuwd! Je vindt hem nu terug op:

<https://www.raak-heusden.be>

Naar aanleiding van de naamsverandering van onze vereniging hebben wij ook een **nieuw emailadres** in gebruik genomen:

raakheusden@gmail.com

Het oude blijft nog wel een tijdje in gebruik voor inkomende e-mails en staat trouwens ook nog op onze jaarkalender 2025.

We zijn ook al een hele tijd actief op **facebook** onder de naam **Raak-Heusden**.

Nieuw: Raak Heusden is sinds kort ook actief op **instagram**. Wie ons wil volgen typt best '**raak_heusden**' in en dan vind je onze account wel.



RAAK-overdag januari

9/1/2025: Borrelwandeling op de Voort en de Beringerheide.

16/1/2025: De Gerlache achterna, door Sigrid Maebe

De kwetsbaarheid van Antarctica en de kracht van vrouwen

Vorig jaar ging de Leuvense Sigrid Maebe 3 weken naar de zuidpool, Antarctica, op een schip met 88 wetenschappelijke vrouwen uit heel de wereld.

Ze volgden een cursus met als doel betere leiders te worden en zo de wereld duurzamer te maken.

Wil je weten hoe Sigrid daar beland is, en hoe het leven van die vrouwen veranderde na het zien van zoveel schoonheid en kwetsbaarheid (pinguïns, zeehonden, vogels, walvissen, water, sneeuw, ijs...), kom dan luisteren naar haar verhaal!

23/1/2025: waar op letten bij werken in de tuin, Johan Ceyskens

Vroeger was tuinieren en tuinonderhoud simpeler. Je onderhield de tuin op traditionele wijze. Als het niet goed groeide of er stond onkruid in, had je meerdere middelen om daaraan te verhelpen. Nu zijn veel van die middelen niet meer verkrijgbaar.

Bovendien worden door een snel veranderd klimaat de problemen nog vergroot. Kortom we zullen onze tuin en onze manier van werken anders moeten bekijken.

In deze lezing worden hiervoor enkele richtlijnen gegeven.

30/1/2025: bezoek Corda Campus, o.l.v. Roel Mentens

Het vroegere Philips Hasselt is omgetoverd tot de Corda Campus met een mix van 250 startende en groeiende bedrijven.

Verslag 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 werd. Tot daar konden velen 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 beroepschauffeur 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 Alevitisch centrum.

De alevieten hebben een humane levenswijze die veel ouder is dan de islam en staat 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 Sjiieten. Op dit ogenblik is 90 % bij de soennieten en 10 % bij de sjiieten. 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 alevitisme 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 alevitisme:

-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 wilsuïting.

05/12/2024: Diabetes, door Alexa Piel (diabeteseducator).

Diabetes is een ernstige aandoening en kan omschreven worden als een storing in de suikerhuishouding van het lichaam maar de gevolgen zijn veel breder dan dat. Je kan meerdere vormen van diabetes onderscheiden.



De belangrijkste zijn:

Diabetes type I: Is een auto-immuunziekte waarbij de alvleesklier geen insuline aanmaakt zodat er steeds insuline moet toegediend worden.

Diabetes type II: Hier werkt de alvleesklier nog, maar onvoldoende. De alvleesklier maakt minder insuline aan en de insuline die ze aanmaakt is dikwijls minder werkzaam. De lichaamscellen reageren minder goed op de insuline.

In deze uiteenzetting ging het over diabetes type II.

50% van de diabeten hebben op het moment van de diagnose al chronische complicaties.

Er is een duidelijk verband met een ongezonde voeding en leefstijl. Rokers hebben 40% meer kans op diabetes type II. Overgewicht,

hoge bloeddruk en te weinig beweging zijn evenzeer bevorderende factoren.

Behandeling: naast aangepaste voeding en beweging is het soms noodzakelijk om medicatie te nemen of insuline te spuiten.

Het doel van de behandeling is complicaties te vermijden en af te remmen.

We onderscheiden acute complicaties en laattijdige complicaties.

Een acute complicatie is een hypoglycemie (te lage bloedsuikerspiegel). Bij een hypo is dadelijke actie vereist om een coma te vermijden. De diabeet moet in eerste instantie snelle suiker innemen (echte cola, suiker of druivensuiker). Dan wacht hij 10 à 15 minuten en dan neemt hij nog traagwerkende suiker (een koek, een boterham, een yoghurt, een stukje fruit of zijn geplande maaltijd) in.

De diabeteseducator begeleidt en informeert de diabeet. Door kennis en inzicht kan hij zo lang mogelijk zijn zelfstandigheid behouden en complicaties voorkomen.

Sinds 1 januari 2024 kan elke diabeet (als hij niet in het zorgtraject of in de conventie zit) via de huisarts in het starttraject stappen. Daardoor komt hij in aanmerking voor educatie (4 sessies), heeft hij recht op een diëtiste (2 sessies) en een podologe (2 x 45 min bij risico-voeten) en mag hij 1x per jaar naar de tandarts. Hij betaalt geen remgeld.

Elke diabeet! moet een aangepast rijbewijs hebben en zijn verzekering op de hoogte brengen. Bij een ongeval kan de verzekering zich anders terug trekken. De verzekeringspremie mag niet verhoogd worden.

12/12/2024: Hernieuwbare energie, door Staf Ceyskens.

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 of 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. Het restafval kan gebruikt worden als meststof in de landbouw.

Wigo

Digitale meter: mogelijk recht op subsidie

Mensen met zonnepanelen die een digitale teller geplaatst kregen, hebben in sommige gevallen recht op een subsidie van Fluvius: de zogenaamde retropremie

Voorwaarden:

- De zonnepanelen moeten geplaatst zijn tussen 1/01/2006 en 31/12/2020.
- Je zonnepanelen moeten aangemeld zijn bij Fluvius voor 1/10/21.
- Je moet je premie ***binnen de zes maanden aanvragen na plaatsing van je digitale meter*** en niet later dan 31/12/25.

Berekening van retroactieve investeringspremie

Het piekvermogen in wp van je installatie dat je kan vinden op je AREI-keuringsattest moet je delen door 1000. Dit getal moet je vermenigvuldigen met het bedrag dat overeenkomt met het jaartal van plaatsing van uw zonnepanelen en het jaartal waarin de digitale meter geplaatst werd. Dit vind je in de tabel van Fluvius op de website: <https://www.fluvius.be/nl/premies/retroactieve-investeringspremies>

Een voorbeeld:

Zonnepanelen geplaatst in 2015 en de digitale meter geplaatst in 2024. Het piekvermogen van de zonnepanelen is 4250 wp. Dit delen we door 1000 = 4,250

Volgens de tabel van Fluvius is er dan een recht van 321 euro x 4,250 = 1.364,25 €

Deze premie moet worden aangevraagd op de website van Fluvius.

Marc

Heusdens dialect

Nievejoarke zoete, het verreke hit vier voete, vier voete en ne staart, es da gie knepke wiaart?

E knepke war een gedeelte van ne frang, mer ich weet nemie hoevool datda zjust war. Ich dink dattet iene sentiëm war mer ich weet het nie zeker nemie. Hè gonke ze op de



zesde januari drijkeuninge zinge mer anne kante van Lumme en Zièlem doa gonke ze be Selvester nievejoar zinge en daan zonke ze da lieke. As ter niemand nie ope dee en ze wiste datter iemand tuis war daan dorste ze oog wel es zinge: "Hoeg hoas, leeg hoas, doa zit een gierige pin in hoas". Me daan mosder wel zien dader loepe wart want aners hadder ambras. Ich vond het begod ne schoene têêt en dij folklore dij ha wel zen charmes mer het giet zoe stullekes aan de wièrèld uit. Ich weet nie of de jung tegewoording nog wete wie de drijkeuninge zen, let sten da ze de name nog kenne en van e knepke huurder hulemoal nemie proate. Nen nievejoarsbrief opzijë be pièt, petere en be de grutaarse da doen ze nog wèl mer ich dink da ze daan wel iets mier krège as e knepke. Twar daan oog mer ien honnerste vanne frang of ien vierduzendste van nen Euro. Daan zal ich och oog zoe mer ne zoalige kersmes en ne gelukige nievejoar wense zonner e knepke te vroage.

Nieuwjaartje zoete, het varken heeft vier voeten, vier voeten en een staart, is dat geen "knepke" waard?

Een "knepe" was een gedeelte van een frank, maar ik weet niet meer hoeveel dat het juist was. Ik denk dat het één centiem van de Belgische frank was maar ik weet het niet zeker meer. Hier gingen ze op de zesde januari driekoningen zingen maar aan de kanten van Lummen en Zelem daar gingen ze bij Sint Silvester (de patroonheilige van 31 december) nieuwjaar zingen en dan zongen ze dat liedje. Als er niemand open deed en ze wisten dat er iemand thuis was, dan durfden ze ook wel eens zingen: 'Hoog huis, laag huis, daar zit een gierige pin in huis'. Maar dan moest ge wel zien dat ge lopen waart want anders had ge ruzie. Ik vond het "begod" een mooie tijd en die folklore had wel zijn charmes maar het gaat zo stilaan de wereld uit. Ik weet niet of de kinderen tegenwoordig nog weten wie de driekoningen zijn, laat staan dat ze de namen nog kennen en van "e knepe" hoor je helemaal niet meer praten. Een nieuwjaarsbrief opzeggen bij meter, peter en bij de grootouders dat doen ze nog wel maar ik denk dat ze dan wel iets meer krijgen dan "e knepe". Het was dan ook maar één honderdste van een frank of één vierduizendste van een euro. Dan zal ik u ook zo maar een Zalige Kerstmis en Gelukkig Nieuwjaar wensen zonder "e knepe" te vragen.

Wigo

Citaat

Proost op een nieuw jaar en een nieuwe kans voor ons om het goed te doen. (Oprah Winfrey)

Je Raak-lidkaart is geld waard



Ook in 2025 verloten we maandelijks een waardebon twv € 5 die je kan gebruiken voor Café

Manger of de barbecue (Inschrijven blijft natuurlijk nodig.)

Winnaar deze maand: Alfons Vandergraesen



Familienieuws

Nieuwe leden:

Walter en Ann Provost-Jans

Comfort Heating

Tweemaal per jaar, in mei en oktober, doet RAAK een samenaankoop onderhoud ketels en schoorstenen alsook inschrijving voor sanering van tanks

Wie tussentijds problemen heeft kan steeds terecht bij:

comfortheating.bvba@gmail.com

of op gsm nummer: **0476/68 08 96**

(vermeld bij ieder contact dat u lid bent van RAAK)

TEKSTEN VOLGENDE RAAK-Lééft binnenbrengen uiterlijk op 21 januari bij Rosita Vandebroek, Garenstraat 36 of mail naar rosita.vandebroek@telenet.be