

31^{ste} “KWB Overdag”



Dit programma wordt verwezenlijkt
door de KWB-afdelingen van
Heusden Centrum & Berkenbos

Programma:

08/11/18: Inschrijving + WZC “Hof ter Bloemen”	Sara Van Ende
15/11/18: Fietstocht duiktoren Beringen	
22/11/18: Borstkanker	Dr. Els Beckers
29/11/18: Drones	Kurt Vanvelk
06/12/18: Bezoek PXL Hasselt	
13/12/18: Wat als ik ga?	Veerle Philips
20/12/18: Kerstfeest 13. ⁰⁰ u Ons Huis	
03/01/19: Borrelwandeling “Het Speelhuisje ”	
10/01/19: Bezoek school “De Brug”	
17/01/19: Leven met en na topsport	Stefan Everts
24/01/19: Petanque De Berk	
31/01/19: Wilde dieren in Limburg	Jan Kenis
07/02/19: Bezoek Lenzo houtbehandeling	
14/02/19: Kweek en onderhoud van orchideeën	Pros Alen
21/02/19: Positieve gezondheid	Cajsa Tonoli
28/02/19: Geschiedenis van Limburg	Rombout Nijssen
07/03/19: Daguitstap Hageland	
14/03/19: Feestelijke afsluiting	

Alle activiteiten zijn onder voorbehoud en kunnen gewijzigd worden.

08/11/18

Hof ter Bloemen. Sara Van Ende

Sinds juli 2013 bepaalt Woonzorgcentrum (WZC) Hof ter Bloemen mee het dorpsbeeld van Heusden Centrum. Het is een privérusthuis dat ook over serviceflats beschikt. In zijn soort is het de modernste accommodatie van onze gemeente.

Waarin onderscheidt het WZC zich van andere rusthuizen? Wie is er welkom en welke voorzieningen zijn er? Wat verstaat men onder 'serviceflat', 'kortverblijf', 'open/gesloten afdeling', ...?

Directrice Sara Van Ende brengt een presentatie in ons lokaal en nodigt ons na de koffiepauze uit voor een rondleiding. Wellicht zullen we ons idee over moderne rusthuizen na afloop moeten bijstellen...



15/11/18

Fietstocht.



Sinds jaar en dag wordt op de 2^{de} donderdag van het nieuwe jaarprogramma een fietstocht georganiseerd. We hopen steeds op mooi weer: soms regent het, soms is het een heerlijke dag om buiten te zijn.

Dit jaar fietsen we richting TODI in Beringen, natuurlijk via een verschillende heen- en terugtocht.

22/11/18.

Borstkanker. Dr. Els Beckers

Borstkanker is een kwaadaardig gezwel in de borst. Als het gezwel niet wordt verwijderd of bestraald, zullen de kankercellen steeds verder doordringen in het gezonde borstweefsel. De kans bestaat ook dat kankercellen zich verspreiden, o.a. in het lymfestelsel. Dat stelsel speelt een belangrijke rol bij de productie van afweerstoffen tegen ziekteverwekkers. Het bestaat uit lymfevaten en lymfeklieren of lymfeknoppen. De meeste lymfevaten in de borst leiden naar lymfeklieren in de oksel. Als borstkankercellen de lymfeklieren onder de arm bereiken kunnen ze verder groeien en zich vandaar verder uitzaaien. Ook via het bloed kunnen kankercellen zich verspreiden.

Dr. Els Beckers, gynaecoloog aan het SFZ in Heusden komt ons vertellen welke (onderzoeks)mogelijkheden bestaan om borstkanker op te sporen en te behandelen.

29/11/18

Drones. **Kurt Vanvelk**

Vorig jaar konden we op Internetgazet Heusden-Zolder luchtfoto's bekijken die werden gemaakt door een "drone". Maar wat is een drone en wie mag dat gebruiken? Een nieuwe branche in de luchtfotografie?

Is het alleen "spielerei" of oorlogsmateriaal? Welke mogelijkheden biedt werken met een drone?



Uitleg en info worden gegeven door de fotograaf Kurt

Vanvelk.

Vanaf vandaag kan je je inschrijven voor ons kerstfeest.

06/12/18

Bezoek aan PXL Hasselt.

Op de dag van Sinterklaas worden we in de hogeschool PXL verwelkomd door directeur Ben Lambrechts.

Op het programma staan een rondleiding, een presentatie van lopende projecten en een verrassende afsluiter.

KWB'ers die dit wensen, kunnen 's middags eventueel ook eten in het studentenrestaurant.

We vertrekken om 8.30 u per trein aan het station van Heusden. In Hasselt kunnen we dan het stadsbusje nemen of een kleine wandeling maken richting PXL (Elfde Liniestraat, zwembad)

13/12/18

Wat als ik ga? **Veerle Philips**

Iemand verliezen in het gezin en in de familie overkomt ieder van ons. De pijn hierover is steeds aanwezig. Het verwerken van dit leed en het rouwen nadien verloopt voor iedereen anders. Bovendien zien we soms geen uitweg meer in de reeks administratieve beslommeringen die met een sterfgeval gepaard gaan.

Daarom neemt de Sociale Dienst van het OCMW bij elk overlijden in de gemeente contact op met de betrokken familie om morele steun te bieden en om alle administratieve regelingen te overlopen. Dit gebeurt niet in elke gemeente.



We krijgen meer uitleg over o.a. pensioen, ziekenfonds, verzekeringen, wezengeld, bankregelingen, nalatenschap...

22/12/18

Kerstviering.

Onze enige namiddagactiviteit gaat door in de bovenzaal van



“Ons Huis” in Berkenbos, aanvang 13u Bij het opstellen van dit programma kennen we het menu nog niet maar we hebben dezelfde traiteur als vorige jaren nl. Hoeve Gervan.

Tijdens de pauze muziek van Gaston Bellefroid.

03/01/19

Borrelwandeling.

De traditionele borrelwandeling, een verplichte activiteit in het opstellen van de agenda, leidt ons dit jaar naar "Het Speelhuisje". De activiteit begint meestal al wandelend en eindigt voor sommigen wat minder vast op de benen. Gelukkig zijn er aan het slot de traditionele soep en koffie, kwestie van iets in je maag te hebben om recht te blijven. Regen, ijs, sneeuw of hagel houden ons niet tegen, (dus wees gerust, op 3 januari gaan we borrelen.)

10/01/19

Bezoek school "De Brug".

Omdat het Sint-Franciscuscollege volledig naar campus Berkenbos is verhuisd kwamen de lokalen in Heusden vrij. Het lager onderwijs had plaats tekort en is daarom begonnen met de heraanpassing. En het resultaat mag gezien worden. Weg met de oubollige klaslokalen, krijt en bord, lijfstraffen...

We maken kennis met "differentiële" klaslokalen. (Wat dat is zal daar worden uitgelegd.) Je zult spijt krijgen dat je niet meer naar school mag.

Het kleuteronderwijs is eveneens volledig veranderd, we krijgen de kans om tijdens de lessen eens te piepen naar het spelen en leren van de kleintjes.

Een aanrader voor iedereen!

17/01/19

Leven met en na topsport. **Stefan Everts**

Stefan Everts, ook wel The Legend genoemd, is een voormalig motorcrosser en wordt beschouwd als de beste motorcrosser ooit. In 1991 werd hij voor de eerste maal wereldkampioen in de 125 cc klasse. Hij was toen nog maar 18 jaar, maar reed al als de beste! De jaren die volgden bleef hij prachtige prestaties neerzetten en vijftien jaar later (in 2006,) werd hij voor de 10de keer wereldkampioen.



Dankzij zijn prachtige overwinningen kan hij vanuit zijn ervaringen als motorcrosser vertellen over motivatie, grenzen verleggen en doorzettingsvermogen. Wat zijn tenslotte zijn huidige bezigheden en plannen?

24/01/19

Petanque.

We hebben enkele zaken die elk jaar opnieuw geprogrammeerd worden, o.a. de fietstocht en de borrelwandeling. Ook petanque is zo een klassieker die steeds opnieuw wordt georganiseerd. Dit jaar een kleine wijziging: enkel leden van KWB Overdag mogen deelnemen om zo een fair wedstrijdverloop te krijgen.

Dit jaar spelen we in "De Berk" in Berkenbos. Op de Lindeman.

31/01/19

Wilde dieren in Limburg. Jan Kenis.

Grote zoogdieren doen het beter in Vlaanderen. Goed nieuws voor wie opleeft bij een onverwachte ontmoeting met een everzwijn, een wolf of een bever. Maar hun terugkeer blijft niet onopgemerkt: de impact op landbouwgewassen, verkeersongelukken, wateroverlast. Hoe gaan we daarmee om?

Alle grote zoogdieren baden in een aureool van geheimzinnigheid. Ontmoetingen gebeuren meestal in de schemering of 's nachts en zijn vaak in een flits voorbij. Een glimp van een vos in de koplampen, een ree die wegschiet in de rand van het bos, een bever die wegduikt in het water. Krijgen we Naya de wolf en haar vriendje August ooit te zien?



In heel Europa doen grote zoogdieren het beter, ook bij ons. Een blik op de kaarten van waarnemingen.be, de website waarop vrijwilligers hun waarnemingen van planten en dieren plaatsen, leert dat heel wat soorten zoogdieren zich verspreid hebben over Vlaanderen. Zo waren reeën halverwege de vorige eeuw teruggedrongen tot Limburg en de Kempen. Eeuwenlang hebben grote zoogdieren deel uitgemaakt van de natuur in Vlaanderen. Even waren ze verdwenen, maar nu zijn ze terug. "Is het hoopgevend? Kan de natuur zich herstellen? Wat zijn de pro en contra?"

07/02/19

Bezoek aan Lenzo.

Schaverij Lenzo (Lenaerts en zonen) is ontstaan uit het vroegere Houthandel Hulsmans. De houthandel is overgenomen in 2011 en is sindsdien uitgebouwd tot een industriële schaverij. Vandaag de dag tracht Lenzo een betrouwbare partner te zijn voor de Belgische importeur en houthandel. Als bedrijf dragen zij zowel het ecologische als het sociale aspect hoog in het vaandel.

Lenzo is een invoeg- en inschakelbedrijf waardoor ze ook kortgeschoolden een plaats in hun bedrijf geven. Het ecologische koppelen aan het sociale, menswaardige aspect doen ze door hout aan te bieden dat het FSC label draagt.

Als loonwerker verwerken zij grote partijen hout voor hun professionele klanten, waaronder houthandels en importeurs.

Bij hen kunnen professionele klanten terecht met al hun diverse projecten in massief hout op maat.

In 2018 willen ze uitbreiden op het industriegebied de Schacht. Ze willen nog 2,5 ha bij bovenop de 6,2 ha die ze al bezitten.

We zullen ter plaatse de nodige uitleg krijgen en een rondleiding door het bedrijf.

Adres: Brancardiershof 25.

14/02/19

Kweek en onderhoud van orchideeën. Pros Alen

De **orchideeënfamilie** (*Orchidaceae*) is een van de grootste plantenfamilies op aarde. Het aantal soorten wordt op ongeveer 20.000 geschat. Wereldwijd zijn meer dan duizend geslachten bekend welke verdeeld worden over tientallen [subfamilies](#).

Orchideeën worden ook weleens kortweg orchis genoemd, wat ook de naam van een specifiek geslacht is.



Orchideeën staan bekend om hun [bloemen](#), die er soms vreemd uit kunnen zien. Ook de wilde flora in de Benelux kent soorten met opvallende bloemen. Vele soorten zijn in de twintigste eeuw achteruitgegaan in deze regio. Waar vroeger vele [graslanden](#) in mei en juni werden gekleurd door de orchideeën zijn ze nu vaak beperkt tot natuurreservaten.

In [regenwouden](#) groeien bepaalde soorten als [epifyt](#) (= plant die op een andere plant groeit) hoog in de bomen. Sommige van deze epifyten worden tegenwoordig als kamerplant gehouden. Ook andere soorten zijn populair als kamerplant.

Wil je weten hoe deze planten te kweken en onderhouden, kom dan luisteren naar Pros Alen.

21/02/19

[Positieve gezondheid.](#) **Cajsa Tonoli**

Het zijn niet mogelijke ziektes en beperkingen die je leven bepalen, wel hoe je daar precies mee omgaat. Dat is het concept van positieve gezondheid, gestimuleerd door het ziekenfonds.

De CM wil weg van de nadruk op pillen en medische behandelingen, weg van het beeld van de perfecte mens. Niet de ziekte, maar de kwaliteit van het leven moet in de toekomst centraal staan.

Positieve gezondheid kan slaan op dagelijks functioneren, lichaamsfuncties, deelname aan sociale activiteiten, kwaliteit van leven, mentaal welbevinden en zingeving.

28/02/19

[Geschiedenis van Limburg.](#) **Rombout Nijssen**

19 april 1839. Zegt de datum u iets? Op die dag werd het Verdrag van Londen getekend en moest het piepjonge België het huidige Nederlands-Limburg afstaan aan Nederland. De contouren van onze provincie lagen daarmee definitief vast. Bijna 2 eeuwen geleden later is de eerste Limburgdag voor historicus Rombout Nijssen het

perfecte excuus om de belangrijkste jaartallen uit de Limburgse geschiedenis nog eens af te stoffen. (Belang van Limburg 19/4/2018)



Want wat we vroeger leerden in de geschiedenis sles is voor ons Limburg niet van toepassing. Hier regeerden geen Pepijn de Korte, Philips de Goede, Karel de Stoute, Margaretha van Bourgondië en zoveel anderen. Wie dan wel?

Een 6-tal belangrijke data bepalen de geschiedenis van Limburg; 1839 is er daar eentje van.

Voor de andere moeten jullie komen luisteren naar Rombout Nijssen, rijksarchivaris in Hasselt.

07/03/19

Daguitstap naar het Hageland.

In de voormiddag gaan we naar Meensel-Kiezegem waar het in de zomer van 1944 tot een bloedige afrekening kwam tussen de "Witten" en de "Zwarten": een conflict

dat tot vandaag diepe sporen nalaat bij de plaatselijke bevolking. En wat heeft Eddy Merckx hiermee te maken? Een lokale gids vertelt er ons alles over.

Voor het middagmaal verplaatsen we ons naar Wezemaal. Daarna maken we een keuze tussen een bedrijfsbezoek aan de koffiebranderij JAVA of een korte wandeling tussen de wijngaarden, een degustatie achteraf in het bezoekerscentrum inbegrepen

Omdat we de daguitstap met de bus doen, zal het aantal deelnemers beperkt zijn tijdig inschrijven dus!

14/03/19

Feestelijke afsluiting.

Een ontbijt, fotomontage van het afgelopen werkjaar, taart, nieuwe ideeën voor volgend werkjaar zijn de weerkerende items tijdens de laatste bijeenkomst van "KWB Overdag".

Om praktische redenen vragen we jullie om voorinschrijving en nieuw! een kleine bijdrage om exact hoeveel stoelen we moeten klaar zetten.

We eindigen zoals steeds met een traktatie.

Voor meer inlichtingen kan je terecht bij leden van de werkgroep:

Ceyssens Staf	Kortstraat 39	011/42 18 86
gustaaf.ceyssens.vossen@telenet.be		
Ceyssens Johan	Schootstraat	011/45 25 69
johan.ceyssens@gmail.com		
Deleux Ludo	Koerselsebaan 148	011/43 62 83
ludo_deleux@hotmail.com		
Goris Wim	Kerkenblookstraat 42	011/42 95 42
lw.goris@skynet.be		
Neumann Klaus	Mispad 10	011/43 12 84
klaus.neumann@telenet.be		
Quetin Roger	Meilweg 9	011/42 93 58
rogerquetin@gmail.com		
Tielens Danny	Singelstraat 11	011/57 29 36
daniel.tielens@gmail.com		

Verlinden Charly

De Rieten 25

011/57 28 38

charly.verlinden@telenet.be

Kosten

Enkel KWB-leden kunnen deelnemen aan ons programma.

Je moet uiteraard altijd eerst KWB-lid zijn (kostprijs 30 euro).

Leden KWB € 12 Gezin € 15

Niet-ingeschrevenen bij "KWB Overdag" betalen € 3 meer bij kerstfeest, uitstappen en daguitstap.

Deze bijdrage dekt niet:

verplichte consumptie bij samenkomsten

- eventuele inkom bij uitstappen
- de vergoeding voor chauffeur bij verplaatsingen
(voorstel 1 à 4 euro naargelang de afstand)

Inschrijvingen:

Voor uitstappen en feesten enkele weken op voorhand; voor plaatselijke activiteiten kan het gewoon op de samenkomsten in de Kring.

Zonder tegenbericht gaan alle activiteiten door op een donderdag in de feestzaal van de Kring tussen 9 en 12 uur.