



courant

WWW.VIEF.BE | DRIEMAANDELIJKS MAGAZINE VAN VIEF VZW | 44E JAARGANG | LENTE-EDITIE '26

**Geniet van een lente
die verbindt: in bloei,
op pad en in gesprek**



- 3 Ledenvoordelen 2026
- 4 - 5 10 jaar Vief: interview met directeur Frederik Fluyt
- 6 Opinie: Waarom is seksualiteit op oudere leeftijd zo'n taboe?
- 7 - 8 Opinie: De solidariteitsbijdrage op pensioenen
- 9 - 10 Vrijwilliger in de kijker: Jos Van Volsem – Vief Edegem
- 11 Wat jong en oud van elkaar kunnen opsteken over media en technologie
- 12 Cultuurtips: *Carmen* door Opera Ballet Vlaanderen & Expo Antwerpse Zes
- 13 Vief-nieuws
- 14 - 16 Dubbelinterview: acteurskoppel Walter Van de Velde en Simonne Peeters
- 17 DIY: narcis haken voor Pasen & digitale lente-opkuis
- 18 - 23 Nieuws uit de knooppunten
- 24 - 27 Activiteitenkalender

COLOFON

Courant is het gratis magazine van Vief vzw in samenwerking met LM.

Redactie:

Eddy Devisscher, Frederik Fluyt,
Linde Meirlaen, Bo Vanonckelen,
Kato Van Overtveldt,
Florence Wijnen

Teksten: A. Desloovere,
K. D'Herde, P. Lauwrijs,
M. Van den Bossche, F. Wijnen,
medewerkers Vief Oost-Vlaanderen

Hoofdredacteur:

Frederik Fluyt

Abonnementen:

U kan een abonnement, digitaal
of op papier, aanvragen
via info@vief.be of via [www.vief.be/
abonnement-courant](http://www.vief.be/abonnement-courant)

Verantwoordelijke uitgever

Frederik Fluyt
Livornostraat 25
1050 Brussel

Druk

Drukkerij Perka, Maldegem
Telefoon: 050 71 60 71





Ontdek onze unieke ledenvoordelen voor 2026

Als Vief-lid geniet je ook in 2026 van een uitgebreid aanbod aan kortingen en voordelen bij tal van activiteiten, organisaties en bedrijven. Van cultuur en media tot fietsen, musea en ontspanning: er is voor elk wat wils. Voor sommige voordelen volstaat het tonen van je Vief-lidkaart, bij andere is dat niet nodig.

Op culinair vlak krijgen Vief-leden **10% korting bij Lunch Garden**, in alle vestigingen. Fiets je graag, dan kan je rekenen op **€26 korting op de VAB-fietspechbijstandsverzekering**, zodat je zorgeloos onderweg bent in België en net over de grens.

Ook lezers komen aan hun trekken: via **Roularta Media Group** ontvang je **minstens 20% korting** op een jaarabonnement van onder andere *Knack*, *Libelle* en *Plus Magazine*. Bij **Uitgeverij Lannoo** geniet je van **10% korting op het volledige boekenaanbod** in de webshop. Luisterliefhebbers kunnen **45 dagen gratis Storytel** uitproberen en krijgen bovendien **€10 korting op een jaarabonnement bij Kamelego**, het luisterplatform met Vlaamse kranten in audioformaat.

Cultuurliefhebbers profiteren van interessante voordelen bij musea en erfgoedlocaties: **€2 korting bij The Antwerp Story in Het Steen**, het **Talbot House in Poperinge** en het **James Ensorhuis in Oostende**. Daarnaast is er korting bij het **Museum voor Schone Kunsten Gent**, **KOERS – Museum van de Wielersport in Roeselare** (€3 korting), het **MigratieMuseum in Brussel** (€1 korting) en **Liberation Garden in Leopoldsbuurg** (€3 korting).

Tot slot krijgen Vief-leden **5% korting bij Bike Republic** op (elektrische) fietsen, op vertoon van de lidkaart.

Benieuwd naar alle details of extra informatie per voordeel? Scan de QR-code hieronder of neem een kijkje op <https://www.vief.be/vief-nationaal/acties/ledenvoordelen>.



Interview met directeur Frederik Fluyt

■ Wat gaf de aanleiding om van naam te veranderen?

De naamsverandering paste in de tijdsgeest na de eeuwwisseling. Heel wat middenveldorganisaties met een generieke afkorting waren toe aan een *rebranding*. Zo'n afkorting was vroeger handig om een lange naam te verkorten, maar vertelde vaak weinig over wat een organisatie deed. Bovendien evolueerde ook het doelpubliek. Er werden andere accenten gelegd in de werking en de opkomst van digitale media speelde ongetwijfeld een rol in de keuze voor een fris 'verenigingsmerk'.

■ Hoe heette Vief dan voordien?

Dat is een ietwat complex verhaal. Voor het Vief-tijdperk heette onze vereniging L.B.V., wat stond voor *Liberale Beweging voor Volksontwikkeling*. Dat was een hele mond vol om op te nemen aan de telefoon op het nationale secretariaat. De naam was geïnspireerd op het toenmalige decreet rond 'volksontwikkelingswerk' uit de jaren '90 en speelde in op de integratie van lokale afdelingen die zich richtten op personen met een handicap en die onderdak vonden bij de gepensioneerdenkoepel.

Op lokaal vlak was er nog meer diversiteit, met uiteenlopende namen zoals LBG, Mival, LVSW of 50-actief. Leden identificeerden zich vooral met 'hun' lokale afdelingsnaam. *Liberale Beweging voor Volksontwikkeling* deed bij weinigen een belletje rinkelen. Toen ik in 2002 in dienst kwam bij de organisatie, heeft het dan ook even geduurd vooraleer ik dit kluwen volledig had doorgrond.

■ Toch heeft het nog even geduurd vooraleer de stap naar Vief werd gezet?

Intern voelde men al langer de nood aan een nieuwe naam. Er werden verschillende voorstellen geopperd, maar die bleken telkens onvoldoende te overtuigen. Dat was deels terecht: een naamsverandering doorvoeren op alle verenigingsniveaus, inclusief de 260 lokale afdelingen, was geen eenvoudige operatie. Dat kon alleen slagen als ook de achterban zich hierin kon vinden. Het was wachten op het juiste momentum, en dat kwam er in 2015, toen het toenmalige bestuur de knoop definitief doorhakte.

■ Hoe verliep dit verder?

De eigenlijke naamsverandering was een proces dat anderhalf jaar in beslag nam. Er werd niet alleen gekozen voor een nieuwe naam, maar ook voor een nieuw logo en een bijhorende huisstijl. De operatie kon alleen slagen als we ook de lokale afdelingen actief betrokken. Daarom werd een werkgroep opgericht met vrijwilligers die dicht bij het afdelingsgebeuren stonden. Daarnaast werd een draaiboek uitgewerkt om lokale groepen te ondersteunen bij de naamsverandering.

Tegelijk moesten ook heel wat technische voorbereidingen worden getroffen: statuten werden aangepast, domeinnamen geregistreerd, de nieuwe lay-out toegepast op het magazine, briefpapier en digitale media, bankrekeningen aangepast en partners geïnformeerd.



© stock.adobe.com

■ **Waarom viel de keuze uiteindelijk op de naam Vief?**

We wisten vooraf dat we een naam wilden die een bepaald gevoel of een filosofie oproept en tegelijk een duidelijke link had met onze doelgroep. Het moest een soort merknaam zijn: vlot uit te spreken, herkenbaar, maar zonder alles letterlijk te benoemen waarvoor de organisatie staat.

Via associatietechnieken en brainstormsessies kwamen we tot een shortlist met mogelijke namen. Na een eenvoudige stemming kwam uiteindelijk Vief als favoriet naar voren. De keuze voor 'Vief' had te maken met het feit dat het kort en krachtig is en duidelijk verwijst naar vitaliteit.



Het zijn uiteindelijk onze vrijwilligers die betekenis geven aan Vief en niet omgekeerd.

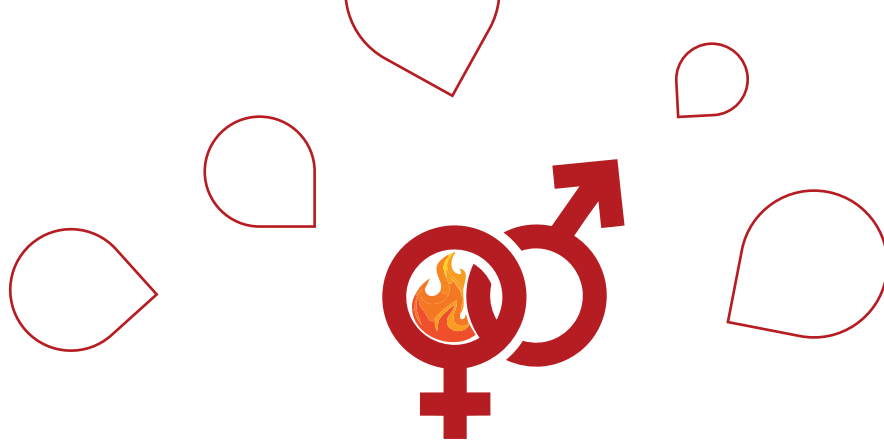
Frederik Fluyt

■ **Hoe kijk je vandaag terug op de naamsverandering?**

Ik denk dat vandaag niemand nog twijfelt aan de naamkeuze of aan het feit dat we die consequent hebben doorgetrokken op alle verenigingsniveaus. De invoering van een nieuwe organisatiename vergde uiteraard een zekere gewenningsperiode, maar over het algemeen werd de nieuwe naam vanaf het begin positief onthaald.

Nog steeds krijgen we de vraag waarvoor Vief precies een afkorting is, terwijl we juist een afkorting hebben willen vermijden. Maar die nieuwsgierigheid naar Vief is een goede zaak. Uiteindelijk zijn het onze medewerkers en vrijwilligers die betekenis geven aan Vief, en niet omgekeerd. Net daardoor kan die betekenis blijven evolueren en kunnen we ook de komende decennia onder de vlag van Vief blijven doen waar we goed in zijn: mensen samenbrengen en daar meerwaarde uit creëren.





Waarom is seksualiteit op oudere leeftijd zo'n **taboe**?



In een voorbije aflevering van *Thuis* werd de vraag gesteld: **“Waarom is seksualiteit op oudere leeftijd zo'n taboe?”** Een terechte vraag, want hoewel we allemaal ouder worden, lijkt seksualiteit vanaf een bepaalde leeftijd onzichtbaar te moeten worden. Nochtans stopt niemand met voelen, verlangen of liefhebben. Seksualiteit kent geen vervaldatum en het is tijd dat we dat ook zo benoemen.

Diezelfde gedachte stond centraal in onze eerdere campagne **Denk(f)oud**, waarin we hardnekkige misvattingen over ouderen ont-

krachtten. Zo was er de aanname dat ouderen geen seksuele interesse of noden meer zouden hebben. Onderzoek laat echter duidelijk zien dat dit niet klopt: intimiteit, verlangen en seksualiteit verdwijnen niet automatisch met de leeftijd. Ze veranderen misschien van vorm, maar blijven voor veel ouderen een belangrijk onderdeel van hun levenskwaliteit.

Het taboe rond seksualiteit bij ouderen is het gevolg van **seksueel ageism**. Seks wordt vooral gelinkt aan jeugd, gezondheid en lichamelijke perfectie, waardoor oudere mensen onterecht als

onaantrekkelijk of asexueel worden beschouwd. Seksueel verlangen op latere leeftijd wordt bovendien vaak als ongepast ervaren en ook seksuele geaardheid en genderidentiteit krijgen minder ruimte, waardoor sommige ouderen hun identiteit opnieuw verbergen.

De kracht van een programma als *Thuis* zit in het zichtbaar maken van deze thema's. Door de vraag te stellen waarom seksualiteit op latere leeftijd zo'n taboe is, wordt het gesprek opengebrouwen aan de keukentafel, in woonzorgcentra, en in de samenleving als geheel.

De solidariteitsbijdrage op pensioenen

Afgelopen zomer besliste de regering om de solidariteitsbijdrage op pensioenen niet alleen te behouden, maar zelfs uit te breiden. Nauwelijks enkele maanden later volgde echter een frontale tegenreactie uit het parlement. Een wetsvoorstel vanuit de oppositie wil diezelfde solidariteitsbijdrage onmiddellijk en volledig afschaffen. Wat zich hier aftekent, is meer dan een technisch fiscaal debat.

Het is een fundamentele botsing tussen twee visies op rechtvaardigheid, solidariteit en het vertrouwen dat burgers mogen hebben in wat zij gedurende hun hele loopbaan hebben opgebouwd. Terwijl de regering extra bijdragen verantwoordt vanuit budgettaire noodzaak, stellen de indieners van het wetsvoorstel een principiële vraag: mag de overheid blijven ingrijpen in verworven pensioenrechten, of is de grens van solidariteit bereikt?

■ Wat is de solidariteitsbijdrage op pensioenen?

De solidariteitsbijdrage op pensioenen werd ingevoerd door de regering-Dehaene via de wet van 30 maart 1994. Het gaat om een extra belasting op hogere pensioenen, die progressief wordt toegepast: hoe hoger het pensioen, hoe hoger de bijdrage. Pensioenen onder een bepaalde grens blijven onaantast. De solidariteitsbijdrage werd oorspronkelijk ingevoerd om de financiële duurzaamheid van het Belgische pensioenstelsel te versterken in een periode van stijgende pensioenkosten. Opmerkelijk genoeg blijkt dat een instrument dat ooit als noodoplossing werd ingevoerd, na meer dan drie decennia nog altijd zijn rol speelt in het pensioenstelsel.

■ Hoe kijkt Vief naar deze maatregel?

Als ouderenvereniging erkennen wij het belang van sociale

bescherming en armoedebestrijding bij ouderen. Tegelijk is het essentieel dat het pensioendebat wordt gevoerd binnen een bredere context van responsabilisering en rechtvaardigheid. Pensioenen zijn meer dan een loutere overheidsbelofte: ze bouwen voort op individuele inspanningen, loopbaankeuzes en bijdragen tijdens het actieve leven. Tegelijk is elk pensioenstelsel ook het resultaat van bredere maatschappelijke afspraken over solidariteit en wederzijdse verantwoordelijkheid.

In een ideale context bestaat er een herkenbare samenhang tussen werken en pensioenrechten, waarbij een lange en stabiele loopbaan zich vertaalt in een hoger pensioen. Die samenhang hoeft echter niet strikt of uitsluitingsgericht te zijn, maar kan worden aangevuld met evenwichtige correcties voor zorg, ziekte of andere onvrijwillige onderbrekingen. Zo blijft het pensioenstelsel niet

alleen financieel houdbaar, maar ook sociaal evenwichtig en breed aanvaard.

■ Een evenwicht tussen solidariteit en responsabilisering

Een duurzaam pensioenstelsel kan niet uitsluitend gebaseerd zijn op solidariteit, maar moet ook vertrekken van het principe van wederkerigheid. Een verregaande verzwakking van de link tussen werk, loon en pensioen ondergraaft niet alleen het draagvlak van het systeem en de perceptie van rechtvaardigheid bij wie vandaag bijdraagt, maar ook de economische efficiëntie ervan.

Solidariteit is noodzakelijk om kwetsbare groepen te beschermen, maar solidariteit is geen substituut voor individuele verantwoordelijkheid. Iedereen draagt, binnen zijn mogelijkheden, ook zelf verantwoordelijkheid



© stock.adobe.com

voor de opbouw van een degelijk pensioen. Dit impliceert dat werken, langer werken en voltijds werken, moeten worden beloofd in de pensioenberekening.

■ Fiscale rechtvaardigheid en het vermijden van dubbele belasting

Daarnaast verdient ook fiscale rechtvaardigheid aandacht. Pensioenen zijn opgebouwd op basis van lonen die gedurende de loopbaan reeds aanzienlijk werden belast. Wanneer in een latere fase bijkomende heffingen worden toegepast, zoals solidariteitsbijdragen, kan dit bij burgers het gevoel wekken van dubbele belasting.

Dat gevoel wordt versterkt wanneer dergelijke maatregelen zonder duidelijke evaluatie of transparante verantwoording blijven voortbestaan. Het raakt dan niet zozeer aan het principe van solidariteit op zich, maar aan de voorspelbaarheid en begrijpelijkheid van het stelsel. Burgers moeten erop kunnen vertrouwen dat de spelregels

waaronder pensioenrechten worden opgebouwd, niet ongemerkt of blijvend worden aangepast. Meer duidelijkheid over doel, duur en draagwijdte van zulke bijdragen is daarom essentieel.

■ Relevantie van de maatregel

De solidariteitsbijdrage werd ingevoerd als een tijdelijke noodmaatregel, gerechtvaardigd door een uitzonderlijke economische crisis. Die crisis is inmiddels voorbij, waardoor ook de oorspronkelijke legitimatie van de maatregel is weggevallen.

Een duurzamer alternatief bestaat erin solidariteit structureel te verankeren in het algemene pensioenstelsel, in plaats van te steunen op zogenaamde tijdelijke crisismaatregelen. Op die manier wordt solidariteit geen uitzonderlijke ingreep die afhankelijk is van crisissituaties, maar een transparant en voorspelbaar onderdeel van het systeem. Structurele maatregelen versterken niet alleen de sociale rechtvaardigheid, maar dragen

ook bij aan rechtszekerheid en vertrouwen, doordat burgers duidelijk weten onder welke voorwaarden solidariteit wordt georganiseerd en gefinancierd.

■ Conclusie

In essentie benadrukken wij het belang van een pensioenbeleid dat een evenwicht bewaart tussen solidariteit en individuele responsabilisering en dat sociale bescherming combineert met rechtvaardigheid en rechtszekerheid. Een geloofwaardig en duurzaam pensioenstelsel veronderstelt voorspelbare fiscale spelregels die de rechtszekerheid van burgers waarborgen. Tijdelijke crisismaatregelen mogen alleen worden voortgezet als daar een blijvende noodzaak voor is. Alleen door deze principes te respecteren, kan het vertrouwen in het pensioenstelsel worden behouden en versterkt, zowel bij de huidige gepensioneerden als bij de actieve generaties die het systeem vandaag financieren.

PERSBERICHT

Ouder worden

De vergrijzing draait op turbosnelheid

(deel 2) - 11^{de} publicatie van Geert Messiaen

■ De uitdaging

Onze samenleving **vergrijs** in **snel tempo**.

Dit zet zware druk op de ouderenzorg door:

- ✓ **Stijgende zorgvragen**
- ✓ **Structureel personeeltekort**
- ✓ **Toenemende werkdruk**

➤ **Meer dan 20% van de bevolking 67-plus in 4 op de 10 Vlaamse gemeenten.**

■ Brochure nu beschikbaar

Afhaal: € 7 / Verzending € 12

geert_messiaen@hotmail.com

0475 67 45 17

www.geert-messiaen.be

Izegemseardeweg 198

8800 Roeselare

■ Interesse in eerdere boeken?

Info zie website.



Ouder worden is een geluk, maar we moeten ouderen actief betrekken in de samenleving

Geert Messiaen



Jos Van Volsem Vief Edegem

Vrijwilliger
in de
kijker



Ter ere van zijn 10-jarig voorzitterschap ging ik op de koffie bij Jos Van Volsem van Vief Edegem. Vroeger was hij postbode in Hove, nu leidt hij trots een actieve oudervereniging in de Antwerpse Zuidrand. Tijd voor een babbeltje.

■ Dag Jos, hoe ben je bij Vief terechtgekomen?

Even terug 62 jaar in de tijd, ik was toen ongeveer 26 jaar. Vroeger kwam hier, net zoals een bakker en de melkboer, de bode van de ziekenkas aan de deur. Maandelijks kwamen ze lidgeld ontvangen en de ziekenbonnetjes ophalen. Op een bepaald moment vroeg hij om

hulp aangezien hij ouder werd. Ik stemde in en elke eerste zondag van de maand vergaderden we bij de ziekenkas, die toen nog 'Zorg Voor Later Vrij Edegem' heette.

Stilaan ontstond het idee om een ouderenbond op te richten. Al snel waren er 25 geëngageerden die op vrijdag steeds gingen kaarten. Onze

eerste uitstap was naar Bohan in Wallonië. Sinds 2016 ben ik voorzitter van Vief Edegem, mijn voorganger Elsa belandde in het ziekenhuis en al snel volgde de vraag of ik haar wou opvolgen. Als postbode was ik elke namiddag thuis, waardoor ik de tijd vond om me in te zetten voor de organisatie.

■ Je was dus als kind ook altijd heel erg geëngageerd?

Als kind was ik enorm graag omringd door anderen. Ik zat onder andere in de Chiro en heb ook lang in de fanfare gezeten. Wellicht is de behoefte aan sociaal contact nog meer ontwikkeld omwille van mijn job als postbode. 36 jaar lang deed ik dezelfde ronde, zo word je een echt mensenmens. Daarnaast was ik ook voorzitter

van de Vogeltjesbond in Edegem, waar we vogels kweekten en onder meer vogeltonstellingen organiseerden. We zijn nog met elf sympathisanten en zien elkaar nog regelmatig.

■ Wat staat er zoal op jullie activiteitenkalender?

Samen met regiomedewerker Petra wordt de kalender per halfjaar opgesteld, waarbij elke maand er anders uitziet. Mensen kunnen bij ons voor verschillende activiteiten terecht: klassiekers zoals een bingo, sjoelbakken en een muziekavond staan vaak op de planning, maar even goed een amusante quiz. Op dinsdagen organiseren we kaartnamiddagen in het nabijgelegen rusthuis. Hier is iedereen welkom. De winnaar krijgt steevast een fles wijn.

Voor uitstapjes in samenwerking met Vief Antwerpen lassen we altijd een bus in, want we kunnen met gemak een autocar vullen. De provinciale activiteiten vallen bij onze leden ook altijd in de smaak, want dan gaan er vaak 30 à 40 Vief'ers mee op pad.

Met Pasen organiseren we een Paasbrunch in restaurant De Basiliëk. Daar vindt ook ons jaarlijks Kerstbanket plaats, waar afgelopen december 109 deelnemers aanwezig waren. Om de drie jaar verkleed ik me dan als Kerstman. De nieuwelingen hebben dan totaal geen idee dat ik in het pak zit (*gniffelt*). Recent organiseerden we voor het eerst een nieuwjaarsreceptie waar zo'n honderd leden aanwezig waren. Het

glasje bubbels en het worstenbrood met appelbol maakten het tot een waar succes.

■ Hoeveel leden telt Vief Edegem?

Eind vorig jaar stond de teller op 146 leden. Op een paar jaar zijn we van 60 naar 140 gegaan. Dat is meer dan het dubbele erbij. Onze vereniging telt zo'n honderd Edegemnaars. De anderen zijn afkomstig uit omliggende gemeenten zoals Borsbeek en Kontich, maar ook wat verder zoals Wijnegem en Wommelgem. We hebben zelfs een lid dat vroeger in onze gemeente woonde, maar nu verhuisd is naar De Kempen. Hij woont (bijna) elke activiteit die we organiseren nog bij. Dan weet je dat je een toffe ouderenvereniging bent.

■ Waar vinden jullie activiteiten plaats?

In samenwerking met de gemeente vinden onze activiteiten plaats in de gemeentelijke basisschool op woensdagnamiddag. Ons bestuurslid Annie beschikt over al het materiaal: van koffie- en ondertassen tot bestek en complete serviessets. En dat voor zo'n 150 personen.

■ Hoe ziet jullie bestuur eruit?

We hebben een buitengewoon bestuur, bestaande uit acht leden, waaronder ook mijn vrouw Suzanne. Het zijn allemaal harde werkers, dat mag ook eens gezegd worden. Annie ken ik al sinds mijn zestien jaar ongeveer. Ze neemt de rol van

feestleider op zich, maar staat ook graag achter het fornuis. Haar specialiteiten zijn pannenkoeken en frikadellen met kriekjes.

Op ons lentefeest zijn de taken verdeeld. We verwennen onze leden dan met koude schotel. De ene maakt gevulde eieren, de andere voorziet de salade en nog iemand anders brengt de tomaten mee. We zijn een gouden team.

■ Wat betekent Vief Edegem voor jou?

De sfeer binnen onze afdeling is uitmuntend. De mensen een plezier doen is mijn grootste drijfveer. Het allerleukst vind ik dat als je de dag na een activiteit anderen tegenkomt op straat en ze zeggen: '*Het was weer plezant gisteren, hé!*'. Dat is de mooiste beloning voor al het werk.

Ik zou Vief Edegem omschrijven als een gezellige afdeling. Onze manier van werken slaat duidelijk aan bij onze leden. Onze activiteiten beginnen vaak om 14 uur maar iedereen zit altijd al geduldig te wachten alvorens de activiteit van start gaat.

■ Zijn er nog uitdagingen voor de toekomst?

Het is hier goed zoals het is. Iedereen voelt zich hier meteen thuis. Ik heb een goed oog op de toekomst. Momenteel hebben we zo'n vijf 90-plussers in ons ledenbestand. De oudste wordt dit jaar 98 jaar. Misschien is *Blind Getrouwd* wel iets voor bij ons op de afdeling te organiseren (*knipoogt*).



Eén van onze leden verhuisde van Edegem naar de Kempen. Hij woont nog steeds onze activiteiten bij. Dan weet je dat het goed zit

Wat jong en oud van elkaar kunnen opsteken over media en technologie



Jongeren groeien op in een digitale omgeving en hebben vaak een natuurlijke handigheid met internet, smartphones, tablets en online toepassingen. Ze durven experimenteren en vinden snel hun weg in nieuwe technologie. Voor ouderen kan die kennis een grote hulp zijn, bijvoorbeeld om contact te houden met familie, online diensten te gebruiken of drempelvrees te overwinnen. Jongeren tonen dat technologie niet perfect beheerst moet worden om er plezier of voordeel uit te halen.

Tegelijk brengen ouderen waardevolle inzichten mee die in het digitale tijdperk soms onder druk staan. Zij leerden omgaan met media in een tijd waarin informatie trager kwam en bronnen zorgvuldiger werden afgewogen. Die ervaring helpt om kritisch te kijken naar nieuws, reclame en

Media en technologie maken deel uit van het dagelijkse leven van jong en oud. Toch lijkt het soms alsof beide generaties in een andere wereld leven. Jongeren bewegen zich vlot door sociale media en apps, terwijl ouderen vaker voorzichtig en terughoudend omgaan met digitale technologie. Die verschillen worden vaak als een probleem gezien, maar ze bieden net kansen om van elkaar te leren.



Wanneer jong en oud met elkaar in gesprek gaan over media en technologie, ontstaat er wisselwerking. Die ontmoeting nodigt uit tot samen leren, kritisch nadenken en bewust omgaan met media, vandaag en in de toekomst.

social media. Ook het belang van rust, balans en privacy wordt vaak sterker bewaakt door oudere generaties, die bewuster omgaan met schermtijd, minder druk voelen om voortdurend bereikbaar te zijn en vaak voorzichtiger zijn met het delen van persoonlijke informatie.

Binnen Vief krijgen deze inzichten vorm in het project Gensconnect, waar jong en oud met elkaar in gesprek gaan. Die ontmoetingen tonen hoe waardevol het is wanneer generaties elkaar echt beluisteren en leren van elkaars ervaringen en levensverhalen.



Enkele sfeerbeelden van de sessie in Herzele in 2025.

Carmen door Opera Ballet Vlaanderen



Georges Bizets *Carmen* is een onbetwist hoogtepunt binnen het operarepertoire, geroemd om haar zwoele melodieën en opzwepende ritmes die nog lang blijven nazinderen. Regisseur en choreograaf brengen een indrukwekkend samenspel van zang en dans tot leven op het podium. Carmen is een vrijgevochten vrouw die verlangt naar liefde, maar bovenal haar absolute vrijheid bewaakt. De jaloerse en beklemmende soldaat Don José raakt steeds dieper verstrikt in haar wereld en laat alles wat hem lief is achter. Carmen, Don José en toreador Escamillo worden omringd door dansers van Opera Ballet Vlaanderen en Ultima Vez.

■ Praktische info

Deze voorstelling loopt van 29 mei t.e.m. 13 juni 2026 in Opera Antwerpen en van 20 juni t.e.m. 28 juni in Concertgebouw Brugge.

Prijzen tussen €17 en €152.

Meer info: <https://www.operaballet.be/nl/programma/seizoen-2025-2026/carmen>

EX PO



Antwerpse Zes

Veertig jaar geleden veroverden zes Antwerpse ontwerpers de internationale modewereld. Dirk Bikkembergs, Ann Demeulemeester, Walter Van Beirendonck, Dries Van Noten, Dirk Van Saene en Marina Yee. Als alumni van de modeacademie werd Londen hun uitvalsbasis voor hun eerste collecties. Dit was de start van zes succesvolle carrières. Het ModeMuseum Antwerpen eert deze verjaardag met de eerste officiële tentoonstelling gewijd aan deze zes creatievelingen. Hoe zetten ze hun modieuze stempel op de rest van de wereld? En hoe werd Antwerpen dankzij hen een modestad? Je ontdekt het in deze unieke expo.

■ Praktische info

De expo loopt van 28 maart 2026 t.e.m. 17 januari 2027.

Gratis met de museumpas, standaardprijs €13.

Meerinfo: <https://www.momu.be/nl/tentoonstellingen/de-antwerpse-zes>

1

Jaarthema 2026: Gezondheid

Wat betekent 'gezondheid' eigenlijk voor jou? De meesten onder ons maken meteen de link met het lichamelijk functioneren, de fysieke gezondheid. Denk aan de aan- of afwezigheid van lichamelijke aandoeningen. Maar minstens even belangrijk is de mentale gezondheid én de sociale gezondheid.

Respectievelijk je goed in je vel voelen en hechte sociale relaties ervaren en kunnen deelnemen aan de samenleving. Maar naast "gezond zijn" is er ook nog "je gezond voelen". Deze subjectieve beleving kan wisselen en veranderen tijdens het leven, mede door drastische veranderingen, die bij het ouder worden vaker voorkomen: een naaste verliezen, lichamelijke achteruitgang, de vertrouwde woning verlaten, ziekte van een partner,... We kunnen er niet omheen: ouder worden brengt lichamelijke, emotionele en sociale uitdagingen met zich mee. Máár als je je persoonlijke levensdoelen hierop afstemt, kan je je nog steeds gezond voelen. Laat onze activiteiten ook dit jaar jou inspireren voor een gezonde(re) levensstijl.

3

Terugblik op eerste sessie Gensconnect 2026



Op 6 februari 2026 vond in de Kunstkaai in Antwerpen de eerste activiteit van het project Gensconnect plaats. Een groep van 24 leerlingen uit verschillende kunstrichtingen ging in gesprek met drie vrijwilligers die intussen een vaste waarde binnen het project zijn geworden. Tijdens deze activiteit gingen jongeren en ouderen met elkaar in dialoog over wederzijdse vooroordelen. Het is al meermaals aangetoond dat intergenerationeel contact een belangrijke rol speelt in het doorbreken van stereotypering aan beide kanten.

Aan de hand van uiterlijke kenmerken, zoals de kleur van kledij, maakten jongeren bepaalde veronderstellingen over de hobby's van ouderen, die achteraf niet bleken te kloppen. Daarnaast kwamen ook vaststellingen aan bod die niet uitsluitend op jongeren van toepassing zijn. Zo werd duidelijk dat niet alleen jongeren veel tijd op hun smartphone doorbrengen, maar dat ook sommige ouderen hier intensief gebruik van maken.

Verder deelden jongeren dat velen van hen in het weekend bijwerken om hun leven betaalbaar te houden. Een jongere merkte op dat zelf verdiend geld specialer en waardevoller aanvoelt dan geld krijgen van ouders, omdat je zo al op jonge leeftijd leert omgaan met financiën. Deze uitspraak werd als bijzonder waardevol en mooi ervaren, aangezien dit inderdaad een belangrijke levensles is.

Na afloop van de twee lessen gaven verschillende jongeren aan dat ze graag nog dieper wilden ingaan op bepaalde onderwerpen. Dit bevestigt dat het project als zeer leerrijk en waardevol werd ervaren.

2 Stafmedewerker Kato maakt Vief- team compleet

We verwelkomen met veel plezier Kato (23) als nieuwe stafmedewerker verenigingsbeleid bij Vief. Kato is afkomstig uit de Vlaamse Ardennen en studeerde sociologie aan Universiteit Gent, waar ze zich specialiseerde in gezondheid en sociale demografie. Na haar studies bleef ze in Gent hangen, aangetrokken door haar vrienden én de liefde. In haar vrije tijd kan je haar vinden op een gezellig terras met vrienden, genietend van een goede film of helemaal verdiept in een meeslepend boek.

**Welkom bij het team,
Kato!**





Walter Van de Velde en Simonne Peeters over theater, ouder worden en waarom spelen nooit stopt

“Humor heeft alles met timing te maken. Mis je die één seconde, dan is het... weg”

Ze hebben samen zowat alles meegemaakt wat het theaterleven kan bieden: succes en twijfel, volle zalen en stille avonden, jeugdtheater en televisieklassiekers. Walter Van de Velde (75) en Simonne Peeters (84) zijn al tientallen jaren een onafscheidelijk duo, op scène en daarbuiten. Vandaag kijken ze met mildheid en humor terug op een rijk leven in het theater.

■ Jullie stonden allebei al heel jong op een podium. Was het meteen duidelijk: dit wordt mijn leven?

Simonne: “Bij mij wel, ja. Ik was zes jaar en ik stond al op de scène. Dat gevoel... ik wist dat meteen. Dat was het. Geen twijfel.”

Walter: “Ik was een jaar of acht. Mijn moeder en ik luisterden elke donderdag naar de radio. Charles Janssens deed daar sketches. Op een avond vertelde hij hoe hij begonnen was, en hij zei: ‘Als kind wou ik altijd komedie doen.’ Dat is blijven hangen. Ik zei tegen mijn moeder: ‘Ik ga later ook naar de komedie.’ En kijk... ik ben in de sector beland.”

■ Jullie zijn allebei rasechte Antwerpenaren. Doet dat iets met een acteur?

Walter: “Ik ben geboren op de Handschoenmarkt, onder de toren van de kathedraal. Antwerpser dan dat wordt het niet.”

Simonne: *(lacht)* “Ik ben van Borgerhout, maar opgegroeid in de stad. Dat Antwerps zit erin, hé. Of ge dat nu wilt of niet.”

■ Waar kruisten jullie paden voor het eerst?

Walter: “In het jeugdtheater, eind jaren zeventig. Soms samen in een stuk, soms niet.”

Simonne: “Maar het klikte meteen. In het theater, hé. Dat is toch een speciale wereld.”

■ Wat trok jullie zo aan in theater, meer dan in televisie?

Walter: “De confrontatie. Het publiek zit daar. Je voelt alles. Dat maakt theater levend.”

Simonne: “Bij televisie: *cut* en gedaan. In theater niet. Daar moet ge doorgaan. En elke avond is anders. Soms lachen ze maandag plat en dinsdag... niks. Dan denk je: amai, wat hebben wij verkeerd gedaan?”

■ Jullie speelden klassiekers én volkstheater. Is dat een groot verschil?

Walter: “Shakespeare, amai. Dat schud je niet uit je mouw. Dat zijn verzen, ritme, discipline.”

Simonne: “En toch heb ik Shakespeare ook in 't Antwerps gespeeld. Wannes Van de Velde had die verzen vertaald. Dat werkte. Theater is theater, maar je moet het anders benaderen.”

■ Lili & Marleen blijft een hoogtepunt in jullie carrière. Waarom werkte dat zo goed?

Walter: “Omdat het goed geschreven was. Dat is alles. Een Russische regisseur zei ooit: ‘Wat heb je nodig voor succes? Een goed script, een goed script en een goed script.’”

Simonne: “En die Ida... die lag dicht bij mij, denk ik. Die franke teut. Ik hoop toch dat ze iets van mij had.”

■ Humor lijkt vanzelfsprekend bij jullie, maar is dat zo?

Walter: “Absoluut niet. Humor is een vak. Dosereren, aanvoelen, bijsturen.”

Simonne: “En je moet ermee bezig zijn. Dat stopt niet als je thuiskomt. Je ploft niet zomaar in de zetel met het gevoel dat het werk erop zit.”

■ Jullie speelden ook veel voor kinderen. Wat vraagt dat van een acteur?

Simonne: “Eerlijkheid. Als ge kinderen niet van de eerste minuut meehebt, zijt ge gezien.”

Walter: “Maar volwassenen worden in theater ook weer kinderen. Die lachen even hard.”

■ Hoe gingen jullie om met kritiek en tegenslagen?

Walter: “We hebben zalen doen vollopen en zalen doen leeglopen. Dat hoort erbij.”

Simonne: “Ge moogt niet te snel op uw tenen getrapt zijn. Dat leer je wel.”

■ Zijn er reacties van het publiek die jullie zijn bijgebleven?

Walter: “Tony Bell *(Vlaams zanger, acteur en komiek, nvdr.)* heeft mij ooit opgebeld, een dag na een uitzending. Hij zei: ‘Walterke, ge hebt mij een half uur mijn pijn doen vergeten.’ Een paar weken later is hij overleden. Dat vergeet je nooit.”

Simonne: “Dat is toch... amai. Dat is het schoonste compliment dat je kunt krijgen.”

■ Worden jullie vandaag nog vaak herkend?

Simonne: “Aan mijn stem. Eén woord in de supermarkt en ze weten het al.”

Walter: “Bij mij zijn het vaak jonge mama's. Of iemand die zegt: ‘Gij zijt mijn jeugd.’ Dan weet je genoeg.”



Als je kinderen niet meteen meehebt, ben je gezien

Simonne Peeters



■ Hoe kijken jullie naar ouder worden?

Walter: *(lacht)* “Aan oud worden is niks goed. Het doet hier pijn, het doet daar pijn.”

Simonne: “Maar je hebt alles meegemaakt. Dat pakt niemand u nog af.”

Walter: “We kijken terug op een mooi leven. Samen. Dat is veel waard.”

■ Wat doen jullie vandaag om actief te blijven?

Walter: “Koken. Boodschappen doen. Reizen.”

Simonne: “Hij had gezegd: ‘*Als jij tachtig wordt, ga ik u verwennen.*’ En hij doet dat ook.”

■ Tot slot: wat zouden jullie jonge acteurs willen meegeven?

Simonne: “Ik zou niemand forceren. Het is een wankel beroep. Ge moet het écht willen.”

Walter: “En zoek uw eigen methode. Iedereen leert anders. Maar blijf eerlijk. Dat voelt het publiek.”

■ Ze zijn misschien met pensioen, maar hun stemmen blijven hangen. In herinneringen en in herhalingen. En dat, zeggen Simonne en Walter, is misschien wel het mooiste applaus dat er bestaat.

“

We hebben zalen doen vollopen en zalen doen leeglopen. Dat hoort erbij

Walter Van de Velde





Narcis haken voor Pasen

Zin in een creatief momentje voor jezelf? Met dit haakpatroon maak je een charmante narcis die instant lentegevoel oproept. Perfect om restjes garen op te gebruiken, gezellig op de bank, met een kop koffie of thee binnen handbereik.

■ Benodigheden

- Garen in je lievelingskleuren
- Haaknaald (volgens het garen)
- Schaar
- Steekmarkeerders
- Vulling
- IJzerdraad (of een rietje, stokje of pijpenrager)
- Tang

■ Afkortingen

- l = losse
- hv = halve vaste
- v = vaste
- hst = half stokje
- stk = stokje
- st = steek
- T = toer
- herh = herhaal
- volg = volgende
- nl = haaknaald

■ Werkwijze

- **Bloem:** Haak met geel een magische ring met 6v. Meerder in T1 tot 12 steken. Haak in T2 en T3 de bloemblaadjes volgens het patroon en hecht af.
- **Hart:** Start met 6v in een magische ring, meerder tot 12 steken en haak enkele toeren recht. In T6 meerder je tot 30 steken.
- **Steel:** Haak met groen een smalle buis van 6 steken tot ca. 30 toeren. Vul lichtjes, bevestig aan de bloem en verstevig met ijzerdraad.
- **Blaadje:** Haak 15 lossen, werk terug met vasten, hecht af en naai vast.

Veel haakplezier!



Digitale lente-opkuis: fris en veilig het voorjaar in

© stock.adobe.com

De lente is hét moment om niet alleen kasten en ramen onder handen te nemen, maar ook jouw smartphone, tablet of computer. Want net als in huis verzamelt zich digitaal heel wat "rommel". Met een kleine digitale lente-opkuis werkt alles sneller, overzichtelijker én veiliger.

Begin eenvoudig: **verwijder apps** die je niet meer gebruikt. Veel toestellen staan vol spelletjes of toepassingen die ooit handig leken, maar nu alleen maar plaats innemen. Door ze te wissen, maak je opslagruimte vrij en wordt jouw toestel vaak merkbaar sneller. Kijk ook eens naar jouw foto's. Dubbele of wazige beelden mogen gerust weg. Bewaar belangrijke foto's eventueel op een usb-stick of in een online opslagdienst.

Een tweede stap is **veiligheid**. Cybercriminelen worden steeds slimmer. Krijg je een bericht dat zogezegd van jouw bank komt? Wees voorzichtig. Banken vragen nooit via e-mail of sms om persoonlijke codes door te geven. Twijfel je, neem dan zelf contact op met je bank via het officiële telefoonnummer. Meer informatie en duidelijke waarschuwingen vind je bijvoorbeeld via Safeonweb, een initiatief van de Belgische overheid.

Ook je **wachtwoorden** verdienen aandacht. Gebruik bij voorkeur voor elke belangrijke account een ander wachtwoord. Kies geen voor de hand liggende combinaties zoals je geboortedatum. Een eenvoudige tip: maak een zin die je makkelijk onthoudt en gebruik de beginletters, aangevuld met cijfers of tekens.

Tot slot: **vergeet de updates niet**. Wanneer je toestel vraagt om een update uit te voeren, is dat meestal om de beveiliging te verbeteren. Even geduld hebben loont dus.

Met deze kleine ingrepen voelt je digitale leven weer fris en overzichtelijk aan. En dat geeft rust, precies wat de lente mag brengen.



Nieuws

uit de

knoop- punten

Overall Vief-vibes! Ontdek de leukste beelden en verhalen uit onze knooppunten. Kleine momenten, grote glimlachen!

■ Vief Sint-Pieters-Leeuw genoot van het gezellig samenzijn



Het eerste gezellig samenzijn van het jaar was er weer *boenk* op! De aanwezige leden genoten van het lekkere eten en dansten het jaar in op de tonen van de foute DJ.

■ Vief Ichtegem-Eernegem-Bekegem knalt het jaar in

Het nieuwe jaar ging van start met een knallend nieuwjaarsfeest bij Vief Ichtegem-Eernegem-Bekegem! De leden werden culinair verwend en een dansje ontbrak niet.

■ Vief Kapellen beleeft plezier tijdens kerstbingo



Tijdens de kerstbingo afgelopen december, had het bestuur voor enkele toffe attributen gezorgd waarmee de leden op de foto konden. Wat een leuke manier van Vief Kapellen om zo iedereen het beste te wensen voor het nieuwe jaar!

■ Vief Pelt zet 2026 in met nieuwjaarsreceptie



De nieuwjaarsreceptie van Vief Pelt bracht leden samen om het nieuwe jaar goed te beginnen. Samen stilstaan bij het verleden, kijken naar wat komt en genieten van elkaars gezelschap maakte het tot een fijne bijeenkomst.

■ Vief Zwalm krijgt Sint op bezoek



Sinterklaas kwam de voorbije december niet enkel voor de kinderen naar ons land. Ook bij ASV Vief Zwalm kwam de goedheiligman op bezoek. Een gezellige namiddag vol glimlachen, muziek en uiteraard ook voor alle brave kindsenioren wat lekkers.

■ Vief Geel wisselt van bestuur



Eind vorig jaar trad er een bestuurswissel op bij Vief Geel. Een jarenlang vrijwillig engagement dat gedragen werd door mensen met een groot hart. Dank ook voor hun enthousiasme, luisterend oor en hun doorzettingsvermogen. Vief Geel is sterker, hechter en levendiger geworden dankzij hen. Vrijwilligerswerk vraagt tijd, energie, geduld en vooral een groot hart. En dat hebben deze bestuursleden jaar na jaar, met volle overtuiging, gegeven. Vanaf 2026 neemt Kampers Irène de 'staf' over. Veel succes!

■ Vief Opwijk sloot jaar af met denderend kerstfeest



2025 werd afgesloten met een denderend kerstfeest. De 150 aanwezige leden kregen een mooi geschenk van de kerstman en zijn elfje. Het was een mooie afsluiter van het werkjaar, waar we al volop uitkeken naar ons jubileumjaar 2026.

■ Vief West leert bij over sterke botten en soepele gewrichten



Tijdens deze voordracht gaf orthopedisch chirurg van AZ Turnhout Thierry De Baets haalbare tips om onze botten en gewrichten soepel en sterkte houden. Zo'n 90 deelnemers keerden huiswaarts met simpele tips en meer kennis over onze botten en gewrichten.

■ Vief Tongeren bezoekt kerststal vol verwondering



Tijdens de kerstperiode bracht Vief Tongeren een bezoek aan de kerststal. In een sfeervolle en ingetogen setting werd samen stilgestaan bij de betekenis van Kerstmis, met ruimte voor ontmoeting en warme momenten.

■ Vief Wetteren klinkt op 2026



Met wel 60 leden kwam Vief De Broederband Wetteren samen om het afgelopen jaar te evalueren, vooruit te blikken op komende activiteiten en natuurlijk te klinken op de gezondheid. Een heerlijke maaltijd en speech van de voorzitter maakten de avond compleet.

■ Vief Vilvoorde bracht bezoek aan Koninklijke Bibliotheek van België

Vief Vilvoorde bezocht de Koninklijke Bibliotheek van België. Ze genoten eerst van het culinaire gedeelte bij "Albert" op de 5e verdieping. Daarna volgde het culturele bezoek aan het museum over de Bourgondiërs en de prachtige Nassaukapel.

Vief Vilvoorde bracht bezoek aan Brusselse Koninklijke Bibliotheek



■ Vief Travel stelt reisaanbod voor 2026 voor



Ook in 2026 trekt Vief Travel er opnieuw op uit, dit jaar naar Rhodos en Beieren. In januari werden beide reizen voorgesteld en kon er ingeschreven worden. Een succes want de reis naar Rhodos is al volzet, voor Beieren zijn er nog enkele plaatsen vrij. Snel zijn is de boodschap.

■ Vief Merchtem organiseert heus nieuwjaarsfeest



Het jaar inzetten doen ze bij Vief Merchtem steeds met een heus nieuwjaarsfeest waarop ook de burgemeester aanwezig is.

■ Vief Kluisbergen organiseert volksspelen en wafelenbak



Het nieuwe jaar werd bij Vief Kluisbergen ingezet met een namiddag vol wafels en volksspelen. Een waaier aan verschillende spelen bepaalde wie zich tot winnaar mocht kronen. Maar ook de andere deelnemers konden smullen van heerlijke verse wafels à volonté.

■ Vief Antwerpen dompelt zich onder in andere culturen



Het hele jaar door werden er in totaal 15 activiteiten ingericht in het teken van 'Kennismaking met andere culturen'. 245 Vief-leden maakten kennis met de Chinese, de Joodse, de Turkse en de Marokkaanse gemeenschappen in Antwerpen. Tijdens deze wandelingen werden volgende thema's besproken: waarom en wanneer zijn deze gemeenschappen naar België gekomen? Welke tradities hebben ze behouden? Welke zijn ondertussen aangepast aan het dagelijks leven in België? We brengen telkens een bezoek aan typische winkels, een moskee, een synagoge en bij sommige wandelingen stond er nog een lunch op het programma.

■ Vief Herent viert feest



Vief Herent danst het nieuwe jaar in tijdens hun nieuwjaarsfeest. Traditioneel huldigen zij ook hun bowlingkampioenen.

■ Vief Wevelgem geniet van zoete verwennerijen



Geen nieuwjaarsreceptie bij Vief Wevelgem maar wel heerlijk het jaar inzetten met snoep en chocolade. Chocolatier Filip De Meulenaere bracht de geschiedenis van snoep en suiker. Daarna kon men genieten van een volledig gevuld bord met snoep: cuberdons, drop, koekjes, gekonfijt fruit, karamel, beertjes, chocolade en veel meer. Heerlijk!

■ Vief Herk-de-Stad ervaart warme start van 2026



Met een feestelijke happening bracht Vief Herk-de-Stad leden samen voor een warme start van het jaar. In aanwezigheid van Frédéric De Gucht werd er genoten van ontmoeting, goede gesprekken en een positieve blik op de toekomst.

■ Vief Zwalm bezoekt knusse kerstmarkt in Maastricht

ASV Vief Zwalm trok in december naar Maastricht. Deze stad in Nederlands Limburg staat niet alleen bekend als winkelstad, maar ook de kerstmarkt is er uitermate gezellig. Een absolute aanrader voor wie graag rond kuiert en de kerstsfeer opsnuift.



■ Vief Brabant achter de schermen bij de Carnavalswerkhallen in Aalst



Dankzij de deskundige uitleg van gids Els werden we ondergedompeld in het carnavalsgebeuren tijdens ons bezoek aan de Carnavalswerkhallen in Aalst. Een unieke happening waar creativiteit en traditie hand in hand gaan.

■ Vief Tienen laat zich culinair verrassen door studenten



Vief Tienen liet zich bedienen in het didactisch TalentPISO, waar ze genoten van een lekkere lunch klaargemaakt en opgediend door de studenten restaurantkeuken. Het was weer dik in orde.

■ Vief Ronse klinkt op het nieuwe jaar



Het nieuwjaarsdiner van Vief Ronse was een waar succes. Niets overtreft een heerlijke maaltijd in goed gezelschap. Niemand ging overigens met lege handen naar huis, want iedereen ontving een kleine attentie om 2026 in te luiden.

■ Vief Moerbeke geniet van muzikaal kerstfeest



Het kerstdiner van Vief Moerbeke lokte traditiegetrouw heel wat Vief'ers naar de feesttafel. Na het dessert werd gezellig gekeuveld met nog een kop koffie en werd er volop gedanst onder de muzikale begeleiding. Door de samensmelting met de lokale VVVuur afdeling beleefde het bestuur er een transformatie, met voorzitter Edith aan het roer.

■ Vief Meise-Kapelle-op-den-Bos-Wolvertem



Ons eerste gezellig samenzijn van 2026 was fantastisch. Onze voorzitter Marie-Louise wenste iedereen een fijn nieuwjaar toe en vergastte ons op een nieuwjaarsbrief. De aanwezige leden kregen een doosje truffels en tal van andere verrassingen. Ook jarige Christiane werd in de bloemetjes gezet.

■ Vief Brabant bezoekt expo Autoworld



Het bezoek aan de tentoonstelling *Mercedes, the story of the star* in Autoworld was weer een voltreffer. We bezochten eveneens ook het museum, de schatkamer van de autogeschiedenis.



Activiteitenkalender

Hier vind je de activiteitenkalender van onze provinciale afdelingen. Het meest actuele overzicht kan je steeds raadplegen op de Vief-website (www.vief.be/activiteiten) of neem contact op met jouw lokale vereniging.

ANTWERPEN

Daguitstap 's-Hertogenbosch

's-Hertogenbosch
Dinsdag 12, donderdag 21,
woensdag 27 mei en dinsdag 9 juni 2026

Na een eerste stop 's ochtends in Tilburg voor koffie en gebak rijden we verder naar 's-Hertogenbosch. Er is keuze voor vrije tijd of een geleide boottocht op de Binnendieze. Na het middagmaal bezoeken we het nationaal museum Kamp Vught.

Tijdstip: Vertrek bus rond 7.00 uur

Locatie: Verschillende vertrekplaatsen in de provincie Antwerpen

Prijs: €73 (excl. boottocht) of €85 (incl. boottocht)

Inschrijven: info@viefantwerpen.be of 03 206 36 54

Wandeling Historische Hubs

Antwerpen
Vrijdag 8 mei 2026

HUB-IN is een Europees project dat zich tot doel stelt historische stedelijke omgevingen future-proof te maken, bv. door oude gebouwen een nieuwe functie te geven. Ook in Antwerpen zijn er mooie staaltjes van het recycleren van historische gebouwen. Enkele ervan gaan we tijdens deze wandeling samen ontdekken, en niet alleen aan de buitenkant.

Tijdstip: 10.00 uur

Locatie: Den Bell – Francis Wellesplein 1 te Antwerpen

Prijs: €17 (Vief-leden) of €20 (niet-leden)

Inschrijven of informatie: info@viefantwerpen.be of 03 206 36 54

BRABANT

Vief-fotozoektocht

Mechelen
Maandag 1 juni - woensdag 30 september 2026

De zesde editie van de Vief-fotozoektocht vindt dit jaar plaats in Mechelen. Er zijn opnieuw 50 foto's te zoeken over een parcours van zo'n 5 km in het centrum van Mechelen en er valt weer een mooie prijs te winnen. Vraag tijdig uw boekje aan bij het provinciaal Vief-secretariaat of haal het op bij Visit Mechelen.

Tijdstip: Naar keuze

Locatie: Grote Markt, 2800 Mechelen

Prijs: Gratis

Inschrijven: via info@viefantwerpen.be of 03 206 36 54

Floralia Brussels

Groot-Bijgaarden
Donderdag 16 april 2026

Een bloemrijk avontuur in het privépark van het kasteel van Groot-Bijgaarden. Tulpen, narcissen en hyacinten kleuren alle bloemperken en zorgen voor de mooiste lentewandeling die je ooit hebt gezien! Speciaal voor de nieuwe bloeiperiode planten onze experts meer dan een miljoen bloembollen. Bloementapijten onder eeuwenoude bomen, prachtige aangelegde bloemperken op het domein, het hart van rode tulpen, het kleurrijke labyrint, weten elk jaar bezoekers te imponeren. Geniet van deze bloemenpracht met haar verschillende bloeistadia: vroeg-, middel- en laatbloeiend.

Tijdstip: 13.30 uur

Waar: Kasteel van Groot-Bijgaarden –

Isidoor Van Beverenstraat 5, 1702 Groot-Bijgaarden

Prijs: €14

Inschrijven: info.brabant@vief.be of 0493 37 80 12

Bedrijfsbezoek Valentino

Dinsdag 9 juni 2026
Scheepdaal

Laat je smaakpapillen kennismaken met Valentino, een echte Belgische chocoladefamilie waar ze gepassioneerd zijn door pralines. Het familiebedrijf werd opgericht in 1978 en is uitgegroeid tot één van de belangrijkste producenten van authentieke Belgische chocolade. Ze houden zich aan de traditionele Belgische normen van kwaliteit en vakmanschap en bieden een ruim assortiment leuke, smaakvolle en eerlijke chocoladegeschenken voor gezinnen, vrienden en collega's die elkaar willen verrassen.

Tijdstip: 14.00 uur

Locatie: Valentino – Ninoofsesteenweg 1026 te 1703 Scheepdaal

Prijs: Gratis – inschrijven verplicht

Inschrijven: info.brabant@vief.be of 0493 37 80 12

Bezoek Het Warandepark

Brussel
Donderdag 18 juni 2026

Ontdek het oudste park van onze hoofdstad, het Warandepark. Ooit was dit een jachtgebied van hertogen en adel. In de tijd van Karel V lagen hier een wijngaard, visvijver en zelfs een labyrint. Na de paleisbrand van 1731 werd het park symmetrisch heraangelegd tot een statige wandelplek met brede lanen en talrijke beelden.

Tijdstip: 14.00 uur

Waar: Middeningang Warandepark (tegenover het Koninklijk Paleis) - Paleizenplein, 1000 Brussel

Prijs: €10

Inschrijven: info.brabant@vief.be of 0493 37 80 12

LIMBURG

Bezoek Kasteel Alden Biesen

Bilzen-Hoeselt
Vrijdag 8 mei 2026

Bezoek de Landcommanderij Alden Biesen, een imposante erfgoed site in het hart van Haspengouw. Ooit de hoofdzetel van de Duitse Ridderorde, nu een bruisend centrum voor cultuur, erfgoed, toerisme en congressen. De gids loodst ons doorheen de historische rondleiding met focus op het domein (kerk, Erekoer, Franse tuin). Met wat geluk, staan de prachtige bloesems in bloei.

Tijdstip: 14.00 – 16.00 uur

Locatie: Kasteel Alden Biesen – Kasteelstraat 6, 3740 Bilzen

Prijs: €8

Inschrijven: info.limburg@vief.be of 011 70 53 37

Culinair diner hotelschool

Hasselt
Donderdag 4 juni 2026

Je kan genieten van een heerlijk driegangenmenu in het didactisch restaurant Ter Kapermolen te Hasselt. De leerlingen bereiden de gerechten in een professionele keuken. Als gast sta je centraal tijdens deze praktijklessen. Je kan kiezen voor aangepaste wijnen of alcoholvrije dranken.

Tijdstip: 12.00 – 15.00 uur

Locatie: Ter Kapermolen- Elfde Liniestraat 11, 3500 Hasselt

Prijs: €55 excl. dranken

of €65 met aangepaste wijnen/mocktails

Inschrijven of informatie:

maryse3500marchal@gmail.com of 0474 26 50 50

Voordracht: Mee-Leven

Lokeren
Donderdag 19 maart 2026

Een lezing over erkenning, hoop en houvast voor naasten en hulpverleners. Met *Mee-leven met een dierbare die aan zelfdoding denkt* schreef Alexandre Reynders een warm en krachtig boek voor wie zich machteloos, bezorgd of uitgeput voelt in het meedragen van een onzichtbare last.

Duizenden mensen leven elke dag samen met een dierbare die aan zelfdoding denkt. Vaak weten deze naasten echter niet hoe ze hier mee moeten omgaan en hun ervaringen en noden blijven veelal onderbelicht. Rond het thema rust nog steeds een taboe, waardoor velen hun zorgen in stilte dragen.

Tijdens deze lezing vertelt auteur Alexandre Reynders over zijn pas verschenen boek dat gebaseerd is op jaren aan onderzoek bij de Odisee Hogeschool. Hij legt uit hoe een suïcidaal proces verloopt, welke handvatten naasten kunnen helpen om een veilige omgeving te creëren en hoe zij tegelijk zelf overeind kunnen blijven.

Tijdstip: 14.30 uur

Locatie: Cultuurcentrum – Kerkplein 5, 9160 Lokeren

Prijs: Gratis

Inschrijven: via vief.ov@lm.be of 09 235 72 90

Paasfeest

Parike
Dinsdag 24 maart en donderdag 26 maart

We vieren Pasen met een prachtige show met bekende gezichten zoals zanger Garry Hagger, zangeres Larissa en zanger/comedian Jef De Smedt. Ook Eddy Wally imitator Jurgen Dilano zal het beste van zichzelf geven. De show wordt gepresenteerd door Selina Pearl, ook bekend van tv-programma *What a Drag* of als leading lady van Les Filles de Malines.

Tijdstip: 11.30 uur

Locatie: Europacomplex - Steenweg 18A, 9661 Parike

Prijs: €45 (eigen vervoer) of €60 (incl. busvervoer)

Inschrijven: via vief.ov@lm.be of jouw lokale Vief afdeling in Oost-Vlaanderen

Lente-uitstap naar kasteel van Loppem en Blankenberge

Loppem & Blankenberge
Maandag 18, dinsdag 19, woensdag 20,
vrijdag 22 en dinsdag 26 mei 2026

Bezoek het kasteel van Loppem, een neogotisch monument vlakbij Brugge, onder begeleiding van een lokale gids. Het romantische kasteel werd gebouwd tussen 1858 en 1863, behield zijn oorspronkelijke interieur en herbergt een rijke kunstcollectie. Na een heerlijke lunch bij Liberty Blankenberge geniet je van een vrije namiddag aan de kust. Een strandwandeling, terrasje aan de dijk, een bezoek aan de beroemde pier of zeedieren spotten in Sea Life: Blankenberge biedt voor elk wat wils.

Tijdstip: Vertrekkur naargelang opstapplaats

Locatie: Diverse vertrekkplaatsen in Oost-Vlaanderen

Prijs: €65

Inschrijven: via jouw lokale Vief-afdeling in Oost-Vlaanderen

Verrassingsuitstap

Dinsdag 21, donderdag 23, maandag 27,
dinsdag 28 en donderdag 30 april 2026

Zin in avontuur, maar laat je je graag verrassen? Dan is deze verrassingsdaguitstap iets voor jou! We nemen je mee op een volledige georganiseerde dag vol unieke ervaringen, smakelijke pauzes en gezellige momenten. Een dag vol ontdekking, plezier en gezelligheid maar waar naartoe blijft geheim.

Je hoeft niks te plannen, wij regelen alles: vervoer, activiteiten, lunch, gids en begeleiding. Het enige wat je hoeft te doen is instappen en genieten! Toch een tipje van de sluier: de bestemming bevindt zich over de grens...

Vertrekpunten: Roeselare (21/04), Kortemark en Poperinge (23/04), Bredene (27/04), Langemark-Poelkapelle (28/04), Oostende (30/04)
Tijdstip: Wordt na inschrijving meegedeeld
Locatie: Verrassing 🤫
Prijs: €74 (incl. luxe autocar, lunch, gids en begeleide bezoeken)
Inschrijven: via info.west@vief.be of 056 25 72 61

Bessenpret in Beringen

Beringen
Maandag 1, dinsdag 2, donderdag 4,
maandag 8 en dinsdag 16 juni 2026

We starten de dag in alle comfort: je reist in een luxe autocar en wordt bij aankomst verwend met koffie en een verse koffiekoek. Daarna trekken we naar een sfeervolle bosbessenboerderij waar je tijdens een begeleid bezoek alles te weten komt over de teelt en pluk van deze supervrucht. In juni staat deze vrucht vol in bloei wat voor een mooi en kleurrijk zicht zorgt. Uiteraard hoort daar een lekkere degustatie bij.

Na dit frisse en fruitige intermezzo schuif je aan tafel voor een driegangenlunch op een gezellige locatie. In de namiddag duik je het indrukwekkende mijnverleden van Belgisch Limburg in. Tijdens een begeleid bezoek met gids aan be-MINE ontdekt u het verhaal van de mijnwerkers, zie je de originele installaties en voel je de geschiedenis tot leven komen. Het bezoek is intrigerend en authentiek dankzij de indrukwekkende ondergrondssimulatie.

Vertrekpunten: Kortemark (01/06), Langemark-Poelkapelle (02/06), Oostende (04/06), Deerlijk, Avelgem en Wevelgem (08/06), Maldegem (16/06)
Tijdstip: Wordt na inschrijving meegedeeld
Locatie: Limburg
Prijs: €78 (incl. luxe autocar, ontvangst met koffie en koffiekoek, begeleid bezoek aan een bosbessenboerderij met rondleiding en degustatie, driegangenlunch en begeleid bezoek aan be-MINE)
Inschrijven: via info.west@vief.be of 056 25 72 61



Meer weten over Vief?

Vief is de liberale vereniging van en voor 60-plussers en gepensioneerden. Via een netwerk van aangesloten verenigingen nemen leden deel aan allerhande vrijetijds- en vormingsactiviteiten. Leden van Vief vinden het fijn om elkaar te ontmoeten, om samen van een snuifje cultuur te genieten en om nieuwe leerervaringen op te doen. Bestuursleden en vrijwilligers benutten bovendien de kans om hun jarenlange ervaring, kennis en vaardigheden in te zetten binnen of namens de vereniging.

Meer info: www.vief.be

Lid worden?

Wil je een activiteit bijwonen of lid worden van één van onze verenigingen? Neem dan contact op met het Vief-secretariaat in jouw provincie.

Landelijk secretariaat Vief vzw

Livornostraat 25 - 1050 Brussel
tel.: 02/538 59 05 - info@vief.be
www.vief.be

Vief Provincie Antwerpen vzw

Lange Nieuwstraat 109 - 2000 Antwerpen
tel.: 03/206 36 54 - info@viefantwerpen.be
www.viefantwerpen.be

Vief Brabant vzw

Livornostraat 25 - 1050 Brussel
tel.: 0493/37 80 12 - info.brabant@vief.be
www.viefbrabant.be

Vief Limburg vzw

Geraetsstraat 20 - 3500 Hasselt
tel.: 011/70 53 37 - info.limburg@vief.be
www.vief limburg.be

Vief Oost-Vlaanderen vzw

Brabantdam 109 - 9000 Gent
tel.: 09/235 72 90 - vief.ov@lm.be
www.viefoost.be

Vief West-Vlaanderen vzw

Groeningelaan 40 - 8500 Kortrijk
tel.: 056/25 72 61 - info.west@vief.be
www.viefwest.be

