

Mei 2025

SENIORENKRANT ZOERSEL



VERSCHIJNT DRIEMAAL PER JAAR
IN JANUARI, MEI EN SEPTEMBER

OM UIT TE SCHEUREN EN BIJ TE HOUDEN

PLANNING ACTIVITEITEN SENIORENRAAD

Hierna volgen de geplande activiteiten voor 2025

Datum	Activiteit
Dinsdag 13 mei	Seniorenportdag, zie folder, inschrijven tussen 22 april en 2 mei
Vrijdag 23 mei	Bijeenkomst seniorenraad – Lezing professor De Schepper: 'Dementie en muziek.' (meer info p 9)
Vrijdag 13 juni	Daguitstap: Verken je eigen dorp (meer info p10) inschrijven tussen 19 en 23 mei
Vrijdag 26 september	Bijeenkomst seniorenraad – Lezing door professor Johan Verbraecken: 'Slapen, lig er niet van wakker!'
Dinsdag 7 oktober	Daguitstap: Bezoek aan witloofkwekerij en bakkerij (meer info p 12-13) inschrijven tussen 19 en 23 mei
Maandag 17 november tot zondag 23 november	Seniorenweek, inschrijven tussen 13 en 17 september
Juni-juli-augustus	'Wij weten elkaar wonen'- bezoek aan de 80-plussers in onze gemeente i.s.m. vrijwilligers seniorenraad, wijkcomités, verenigingen.



JAARGANG 31 – nr. 2

mei – juni – juli – augustus *(volgende editie verschijnt in september 2025)*

INHOUD VAN DIT NUMMER

Rubrieken:

- Woordje van de voorzitter – pag. 4
- Planning activiteiten seniorenraad – pag. 2
(uit te scheuren en bij te houden)
- Wekelijks sport- en spelaanbod seniorenraad – pag. 5, 6, 7 + 2 tips!
- Dwaallicht / Familiegroep dementie Malle-Zoersel / Rouwcafé – pag. 8
- Lezing seniorenraad: 'Levensstijl als medicijn - Bescherm je brein tegen dementie' – pag. 9
- Daguitstap: Verken je eigen dorp – p 10-11
- Daguitstap: Bezoek bakkerij Allemeersch en witloofbedrijf– p. 12-13
- Omaatje – pag. 14

Thema's:

~ Weetjes

- Hoe Brussels is witloof? – pag. 15 - 16
- Pasen is een feest met een rijke en complexe geschiedenis –pag. 17 -18
- Paaseieren rapen – pag. 19-20
- Een val kan iedereen overkomen – pag. 21-23
- Vijf tips voor een efficiënte en zuinige verwarming – pag. 24
- Westmalse cafébaas vond wegwerpfiler uit – pag. 25-27
- 600 jaar universiteit Leuven – pag. 28-29
- ... van het jaar 2024 – pag. 30

~ Ontspanning

- Quiz – pag. 31
- Sudoku – pag. 32
- Antwoorden – pag. 34

~ Gedichten

- Gedicht geboren - pag. 33

DE REDACTIERAAD

Gerald Biesemans
Simone Jansen
Kristien Schryvers

Els Schoepen
Jef Van der Linden

GRAFISCHE VORMGEVING

Kristien Schryvers

CONTACT DIENST SENIOREN

T 03 2980 904



WOORDJE VAN DE VOORZITTER

Els Schoepen

Voorzitter Seniorenraad Zoersel

Tel. 03 311 65 12, e-mail: schoepenels@hotmail.com

Beste vrienden,

In maart 2025 vierden we 'De Dag van de Vrijwilliger'. Het is een dag die sterk gewaardeerd wordt door onze vele vrijwilligers.

Bij deze wil ik graag mijn oprechte dank uitspreken aan al onze fantastische vrijwilligers van de seniorenraad. Dankzij jullie inzet en enthousiasme kunnen we activiteiten organiseren die onze gemeenschap versterken. Jullie zijn het kloppend hart van onze raad en verdienen daarvoor alle lof. Jullie enthousiasme is essentieel voor een vlekkeloos verloop van onze activiteiten.

Maar we zitten niet stil! Graag nodig ik jullie uit voor onze jaarlijkse sportdag op **13 mei 2025**. Het belooft een dag te worden vol plezier, beweging en gezelligheid - geschikt voor iedere senior! (zie folder)

Daarnaast organiseren we op **13 juni 2025** een uitstap in onze eigen gemeente. Het wordt ongetwijfeld een gezellige en toegankelijke dag voor iedereen.

Op **7 oktober 2025** staat een busuitstap op het programma naar de regio Kampenhout, waar we een witloofkwekerij en bakkerij bezoeken. De inschrijvingen starten al in de maand mei!

Kortom, er is voor ieder wat wils! Ik wil graag het belang van samenkomen benadrukken. Of het nu gaat om voordrachten, spel- en sportactiviteiten of een leuke uitstap - elke ontmoeting is een kans om nieuwe vrienden te maken en eenzaamheid achter ons te laten.

Samen bouwen we aan een warme en een hechte gemeenschap waarin niemand zich alleen hoeft te voelen.

Lieve groetjes,

Els Schoepen

WEKELIJKS SPORT & SPELAANBOD SENIORENRAAD

BOWLING

Verantwoordelijke Jef De Bie – tel. 03 383 30 34



Wij bowlen om de veertien dagen in 'Blue Ball Bowling' op de **Bredabaan 863** te **Brasschaat**. Alle senioren zijn welkom, je hoeft geen kampioen te zijn. Wij komen samen om 14.00 uur en de banen worden verdeeld onder de aanwezigen. Het is geen wedstrijd, eerder een portie plezier, maar toch wordt er over heel het seizoen een kleine evaluatie bijgehouden. Ons seizoen start in september en eindigt in juni. Nieuwe bowlingliefhebbers contacteren best even Jef De Bie, we proberen carpoolafspraken te maken.

Vrijdag 9 en 23 mei

Vrijdag 6 en 20 en 27 juni

Zomerpauze tijdens de maanden juli en augustus.

FIETSEN

Verantwoordelijken: Liliane Aerts en Ludo Marrien – M 0472 93 00 26, Alida Cop – M 0476 01 91 94 en Bob Roofthoofd – M 0494 47 73 74

Verzamelpunt: OKRA lokaal, Achterstraat 22a - geen inschrijving vereist

Voor uw veiligheid en die van de anderen: vergeet uw **fluohesje** niet !

Datum	Afstand	Vertrekuur
Woensdag 14 mei	45 km	13.00 uur
Woensdag 21 mei	65 km	09.30 uur
Woensdag 28 mei	35 km	13.00 uur
Woensdag 11 juni	45 km	13.00 uur
Woensdag 18 juni	65 km	09.30 uur
Woensdag 25 juni	35 km	13.00 uur
Woensdag 9 juli	45 km	13.00 uur
Woensdag 16 juli	65 km	09.30 uur
Woensdag 23 juli	35 km	13.00 uur
Woensdag 6 augustus	45 km	13.00 uur
Woensdag 13 augustus	65 km	09.30 uur
Woensdag 20 augustus	35 km	13.00 uur

OPGELET: Bij slecht weer kan een rit afgelast worden. Al de fietsers die in de mailinglijst van Zoersel/Fietst@outlook.com opgenomen zijn, krijgen dan een bericht. Aangeraden wordt de mails te raadplegen vóór de rit. Iedereen kan opgenomen worden in de mailinglijst door het zenden van een email aan ZoerselFietst@outlook.com. De mailinglijst wordt ENKEL gebruikt voor fietsactiviteiten van de Seniorenraad.

PETANQUE

Verantwoordelijken:

Van Loon Anita – tel. 0475 94 30 13

Gevers François – tel. 0498 32 02 38



Wij senioren spelen elke donderdag petanque. Ook tijdens de zomermaanden en op feestdagen. We verzamelen om 13.15 uur aan het OKRA lokaal in Sint-Antonius (Achterstraat 22a). Na het klaar zetten en de ploegindeling wordt de eerste bal geworpen om 13.30 uur. Iedereen is welkom. Petanqueballen zijn voorzien, je hoeft er zelf geen te kopen. Kom gerust een balletje werpen...het is volledig gratis. Omwille van het beperkt aantal velden, zal er geen lente-tornooi kunnen doorgaan.

Verzamelpunt: OKRA lokaal, Achterstraat telkens vanaf 13.15 uur

Donderdag 1,8,15,22 en 29 mei

Donderdag 5,12,19 en 26 juni

Donderdag 3,10, 17, 24 en 31 juli

Donderdag 7, 14, 21 en 28 augustus

SPELLETJESNAMIDDAG EN/OF GEZELLIG SAMENZIJN

Verantwoordelijken Chris Huysmans - M 0475 53 85 53, Van Gulck Agnes - T 03 289 41 79

Graag nodigen wij u uit op onze volgende spelletjesnamiddagen. Allen daarheen!

Waar: Buurthuis Ter Smisse, Smissestraat 19, deelgemeente Zoersel
(achter het woonzorgcentrum De Buurt)

Wanneer: Vrijdag 30 mei van 14 tot 16.30 uur

Inkom: gratis

Kaartnamiddagen in elke deelgemeente:

Maandag en woensdag van 13 tot 17 uur – OKRA St-Antonius - Achterstraat 22 a

Dinsdag van 13 tot 17 uur – OKRA Halle – Bremberg, Lotelinglaan 4

Woensdag van 13.30 tot 17 uur - OKRA Zoersel -Buurthuis Ter Smisse,
Smissestraat 19



WANDELEN KORTE EN LANGE AFSTANDEN

Verantwoordelijken **korte** wandeling: Simone Jansen – tel. 03 383 20 06 en Jacques Coppens – mobiel 0486 99 62 98

Verantwoordelijken **lange** wandeling: Emile Cop – tel. 03 312 43 57, René Mertens – tel. 03 383 26 09, Marc Coppens – T 03 383 11 30

Verzamelpunt (korte en lange wandelingen): Sint-Teunisplein - geen inschrijving vereist
Tijdens de schoolvakanties zijn kleinkinderen welkom.

DENK AAN EEN PAAR PROPERE RESERVESCHOENEN

Voor uw veiligheid en die van de anderen: vergeet uw **fluohesje** niet!

Datum	Afstand (kort)	Vertrekuur
Maandag 19 mei	kort: 3 à 4 km	13.00 uur
Maandag 16 juni	kort: 3 à 4 km	13.00 uur
Dinsdag 22 juli (21 ^{ste} = feestdag)	kort: 3 à 4 km	13.00 uur
Maandag 18 augustus	kort: 3 à 4 km	13.00 uur
Datum	Afstand (lang)	Vertrekuur
Maandag 5 en 19 mei	lang: 8 km	13.00 uur
Maandag 2 en 16 juni	lang: 8 km	13.00 uur
Maandag 7 juli	lang: 8 km	13.00 uur
Dinsdag 22 juli (21 ^{ste} = feestdag)	lang: 8 km	13.00 uur
Maandag 18 augustus	lang: 8 km	13.00 uur



RUST ROEST i.s.m. WZC De BUURT

Rust Roest, de gratis wekelijkse beweeguurttjes voor senioren verzorgd door de kine-ploeg van WZC De Buurt.

Tijdstip : dinsdag van 13.30 tot 14.30 uur
donderdag van 10.30 tot 11.30 uur

Locatie : buurthuis Ter Smissse, Smisssestraat 19

Tijdens deze beweeguurttjes wordt er 'van kop tot teen' op een rustige en laagdrempelige manier gewerkt aan mobiliteit, kracht en evenwicht. De oefeningen gebeuren zowel staand als zittend. Deelname is gratis, inschrijven is niet nodig.

PROGRAMMA DWAALLICHT 2025

Meer info en inschrijven bij : Inge Vandekerckhove, info@dwaallicht.be
tel. 0479 96 38 22



Het intergemeentelijk initiatief Dwaallicht wil dementie bespreekbaar maken. Op het driemaandelijks gratis praatcafé neemt een deskundige het woord over een bepaald aspect van dementie. Aansluitend brengt een mantelzorger zijn persoonlijk verhaal. Je kan er terecht met je vragen, maar gewoon luisteren kan net zo goed.

Lezing: Wat is dementie en wat kunnen we doen om het te voorkomen?

- Datum & startuur: dinsdag 6 mei 2025 – 19 uur
- Locatie: De Notelaar, Lierselei 15, Malle
- Spreker: Prof. Dr. Sebastiaan Engelborghs

Praatcafé: Wat met autorijden na de diagnose dementie?

- Datum & startuur: **dinsdag 24 juni 2025** – 13 uur (**opgelet: uurtje vroeger!**)
- Locatie: De Kapel, Handelslei 167, Zoersel
- Spreker: arts-geriater Mart Lutin

NIEUW: FAMILIEGROEP DEMENTIE – MALLE /ZOERSEL

Meer info en inschrijven bij : Annemie Voeten, malle.zoersel@alzheimerliqavlaanderen.be,
tel. 0479 46 81 34

Begin dit jaar werd er o.l.v. de Alzheimerliga een familiegroep Malle/Zoersel opgericht op vraag van de WZC uit Malle en Zoersel. In zo'n familiegroep komen mantelzorgers en familieleden samen om ervaringen, informatie en steun met elkaar te delen. Praten met lotgenoten kan immers bijzonder veel deugd doen! Je kan er je hart luchten, een luisterend oor vinden en ervaren dat je niet alleen bent met bepaalde zorgen. Elke bijeenkomst wordt opgehangen aan een gespreksthema. Deelnemen is gratis, maar schrijf je wel even vooraf in via de website.

Gespreksthema: Draagkracht en draaglast in balans

- Datum & startuur: woensdag 11 juni 2025 – 14 tot 16 uur
- Locatie: WCZ De Dennen, Nooitrust 18, Malle

Genietwandeling: Genieten van de natuur

- Datum & startuur: woensdag 20 augustus 2025 – 13.30 tot 16.30 uur
- Locatie: WCZ De Dennen, Nooitrust 18, Malle

Acute vraag rond dementie : Gratis dementielijn : 0800 88 100



NIEUW: STEUNPUNT ROUW ZOERSEL

Meer info en inschrijven bij : Susi Auth, praatcafe@coda.care (vermeld naam en tel.),
tel. 03 432 78 43



Lotgenotencontact rouwenden, elke eerste vrijdag van de maand van 14u tot 16u in Buurthuis Ter Smisse, Smissestraat 19, 2980 Zoersel.

UITNODIGING VRIJDAG 23 MEI 2025

LEVENSTIJL ALS MEDICIJN - BESCHERM JE BREIN TEGEN DEMENTIE

Hierbij nodigen wij alle Zoerselse senioren uit op onze bijeenkomst van de seniorenraad van vrijdag 23 mei 2025 om 14.00 uur in de Kapel.

Voordracht Professor Em., medisch antropoloog Reginald Deschepper:

‘Levensstijl als medicijn - Bescherm je brein tegen dementie’

Al decennia leeft het idee van dementie als een onvoorspelbare, ongeneeslijke hersendoder, die je alleen maar lijdzaam kunt ondergaan. Toch vertellen nieuwe wetenschappelijke inzichten en cijfers een heel ander verhaal: ongeveer de helft van de gevallen is gelinkt aan onze levensstijl, en valt dus vaak te voorkomen. Onderzoek toont aan dat je zelf heel wat kunt doen om chronische ziektes te voorkomen, of - als je al chronisch ziek bent - je levenskwaliteit kunt verbeteren of de ziekte zelfs kunt ‘omkeren’.

De professor geeft concrete en haalbare adviezen die iedereen kan toepassen. De belangrijkste zaken die je zelf kunt doen, vormen ‘de gereedschapskist van de dementologie’: voeding, beweging, slaap, neurofitness (je brein stimuleren door nieuwe dingen te leren) en breinboosters (supplementen en technologie). Als je op elk van deze zeven pijlers inzet van een gezonde levensstijl: minder stress, meer bewegen, een gezonde voeding, sociale steun, voldoende slaap, een positieve mindset en een gezonde omgeving, kun je langer, gezonder én gelukkiger leven.

Wist je dat een muziekinstrument leren bespelen bijna alle gebieden in de hersenen activeert? Mensen die actieve hobby’s hebben, lopen minder kans op dementie. Het zorgt voor een betere doorbloeding van de hersenen en betere verbindingen tussen de neuronen in de hersenen.

Waar: de Kapel, Handelslei 167

Wanneer: vrijdag 23 mei 2025, 14.00 uur

Inkom: gratis, deze activiteit is vrij toegankelijk.

UITSTAP SENIORENRAAD – Vrijdag 13 juni 2025

Verken je eigen dorp – Zoersel

Op de nieuwjaarsreceptie peilden we naar de interesses voor een uitstap met de seniorenraad. Eén van de voorstellen die werd naar voorgeschoven is het bezoek aan het toeristisch infopunt 'De Ster' dat gevestigd is in het Lindepaviljoen.

We starten onze verkenningstocht om 13u in de Sint-Elisabethkerk waar je de klanken van het gerestaureerde achttiende -eeuwse Pescheurorgel zal kunnen beluisteren.



Na het mini-concertje wordt de groep opgesplitst in twee. De ene groep gaat te voet naar het Heemhuisje dat zich onder de kerktoeren bevindt. Je kan er 'de Groot Zoerselse Geschiedenis', **een kroniek over Halle, Sint-Antonius en Zoersel, komen ontdekken.**

Elke deelgemeente heeft dus zijn eigen historie: Zoersel als dubbeldorp met Westmalle, Halle als eeuwenoude heerlijkheid en Sint-Antonius als gehuchtje van Brecht. In het Kempense boerderijtje bevindt zich het archief- en documentatieruimte van de Heemkundige Kring Zoersel. Hier kunt u terecht als u iets wil opzoeken over onze gemeente of ons rijkelijk dorpsverleden.

Je vindt er het volledige repertoire van **Hendrik Conscience**, een **fototheek** met enkele duizenden foto's en dia's en postkaarten van Zoersel.

De andere groep stapt in de huifkar die door een tractor getrokken wordt richting Lindepaviljoen. Hier brengt een gids het vroegere dorpsleven in deelgemeente Zoersel terug tot leven door de vele verhalen te vertellen die uitgehouwen zijn in de Lindeboom. Na drie kwartier wisselen de groepen van locatie. De tweede groep gaat te voet van de kerk naar het Buurthuis Ter Smisse waar ook de huifkar de andere groep naar toe brengt. Samen sluiten we af met een koffie en ijsje van boer Jef.

Praktisch:

- Datum: vrijdag 13 juni 2025
- Samenkomst : 13 uur in de Sint-Elisabethkerk op de hoek van de Kerkstraat in Zoersel.
Parkeren met de auto kan op de parking van De Bijl en op het Kermisplein aan WZC De Buurt.
- Max aantal deelnemers : 48 personen
- Transport van en naar Lindepaviljoen via huifkar met tractor (max 24 personen)
- Bijdrage: 15 euro per persoon, Z-paskorting voor Z-passers
- Koffie en een hoeve-ijsje in buurthuis Ter Smisse bij einde uitstap
- Bezoek met gids aan Heemhuisje, Sint-Elisabethkerk en Lindepaviljoen

Inschrijven:

Opgelet, **maximum 2** personen per inschrijving!

Uitsluitend telefonisch op T 03 2980 000 van **maandag 19 mei 10.00 uur tot en met vrijdag 23 mei om 16 uur.**

Betaling:

Na uw inschrijving per telefoon het bedrag 15,00 € p/p (Z-pastarief : 7,50 €) overschrijven op rekeningnummer BE67 0682 4162 3387 van de seniorenraad met als melding:

'daguitstap: Verken je eigen dorp' + naam van de deelnemer(s).

Maximaal: 48 deelnemers! Wees er dus vlug bij!

DAGUITSTAP SENIORENRAAD – Dinsdag 7 oktober 2025

WITLOOFBEDRIJF EN BAKKERIJ ALLEMEERSCH in KAMPENHOUT

De streek rond Kampenhout in Vlaams-Brabant is eigenlijk daar waar het witloof 'geboren' is. Met een plaatselijke streekgids toeren we door deze mooie streek, ten oosten van Brussel, maar ver van alle drukte.



We beginnen met een bezoek aan het bakkerijbedrijf van de familie Allemeersch. Hier wordt u verwelkomd met koffie met koek en daarna volgt de rondleiding door het bedrijf.

Als een rode draad deze dag rijden we met de gids rond naar het volgende bezoek, een witloofbedrijf. We passeren mooie lustkasteeltjes, witloofvelden, oude hoeves, om tenslotte bij een witloofkweker langs te gaan. Hier leert u over het harde werk dat het kweken van grondwitloof vereist. Vlaams-Brabant is een streek die bulkt van de geschiedenis. Wist u bijvoorbeeld dat de roots van de familie Van Beethoven hier lagen?

Tijd voor het middagmaal en wat dacht u? Jazéker! Witloof!

Het menu: witloofsoep - gegratineerd witloof met ham en kaassaus en hertoginnenaardappeltjes.

We vervolgen daarna onze rondrit met gids om een witloofbedrijf te bezoeken dat werkt met het kweken van witloof op hydrocultuur, een héél ander concept maar ook een andere smaak.

We besluiten deze dag met een bezoekje aan het beleefcentrum 'De Krop' waar natuurlijk witloof en de geschiedenis ervan centraal staan. Het is ook een cultuurcentrum, theaterzaal en centrum voor Brabantse muziektradities.

In de late namiddag nemen we afscheid van onze gids en rijden we terug naar Zoersel.

Praktisch:

- Datum: dinsdag 7 oktober 2025
- VERTREKPLAATS: 7.45 uur verzamelen **NIEUW** OKRA-lokaal (Achterstraat 22a), 8 uur bushalte De Haan richting Antwerpen (Park & Ride)
- Met een luxe autocar (48 pers.) van Verhoeven en plaatselijke gidsbegeleiding
- Bijdrage: 94,00€ per persoon, Z-paskorting voor Z-passers
- Koffie en koek in bakkerij Allemeersch
- Bezoek aan de bakkerij Allemeersch met gids
- Rondrit
- Toegang traditioneel en hydrocultuur witloofbedrijf
- Bezoek aan het cultuur- en beleefcentrum 'De Krop' over het witloof
- 2 gangenmiddagmaal: witloofsoep -gegratineerd witloof met ham - hertoginnenaardappeltjes. (Er is geen alternatief menu beschikbaar!)
- Verwachte thuiskomst 19.30 uur

Inschrijven:

Opgelet, **maximum 2** personen per inschrijving!

Uitsluitend telefonisch op T 03 2980 000 van **maandag 19 mei 10.00 uur tot en met vrijdag 23 mei om 16 uur.**

Als de activiteit op dinsdag 7 oktober volzet is, wordt er een wachtlijst aangelegd voor dezelfde daguitstap. Deze zal enkel doorgaan als er voldoende interesse is.

Betaling:

Na uw inschrijving per telefoon het bedrag 94,00€ p/p of 188,00€ per koppel (Z-pastarief : 47,00 € p/p of 94,00 € per koppel) overschrijven op rekeningnummer BE67 0682 4162 3387 van de seniorenraad met als melding: 'daguitstap Witloof en bakkerij + naam van de deelnemer(s).

Maximaal: 48 deelnemers! Wees er dus vlug bij!

ENKELE WEETJES over asperges - Ingediend door Simone Jansen

Er bestaan witte, groene en paarse asperges. De witte zijn onder de grond gegroeid en uit het licht gehouden; de groene en de paarse hebben wel de zon gezien. De eerste tekenen van aspergeconsumptie werden gevonden in de piramide van Sakkara in Egypte, gebouwd rond 2750 vóór Chr.

Asperges groeien ook nu nog in het wild, bv. in Polen.

In België worden asperges gekweekt rond Mechelen en rond Bornem/Puurs (Kalfort). Aspergepluk kent een kort seizoen: vanaf de tweede donderdag van april tot 24 juni (Sint-Jan De Doper).

OMAAATJE

Ingediend door Simone Jansen - bron: Dagelijkse Kost - Jeroen Meus

Asperges op Vlaamse wijze

Als voorgerecht reken je 4 stuks per persoon, als hoofdgerecht 7 stuks per persoon

Ingrediënten

- bussel asperges
- boter
- eieren
- zout, peper, nootmuskaat
- peterselie

Extra materiaal

- Aspergemes of dunschiller
- Aspergepot
- Schaar



Bereiding

Asperges schillen met speciaal aspergemesje of met een dunschiller, van het uiteinde naar de kop. Snijd een klein stukje van het uiteinde af indien nodig.

Je kookt de asperges in een speciale aspergepot (waarin de asperges rechtstaande worden gekookt, koppen niet onder water) of in een gewone kookpot. Je neemt voldoende water, zodat de asperges net onder water liggen. Het water tot aan het kookpunt brengen, even laten 'bubbelen', pot wegnemen van het vuur.

Nog 5 tot 10 minuten laten rusten in het kokende water. Schep dan de asperges uit het water, laat ze uitlekken en leg ze op een propere keukendoek.

Je laat boter smelten op een zacht vuur. Snipper de peterselie fijn.

Eieren in kokend water leggen met een beetje zout, kook ze ongeveer 10 minuten hard. Nadien koelen in koud water. Eitjes pellen, in een schaal pletten tot 'mimosa' = fijne stukjes ei.

Dan in de warme boter brengen, peterseliesnippers toevoegen en alles goed mengen.

Snuifje zout, peper van de molen en nootmuskaat toevoegen.

Serveer de asperges op een groot bord, breng daarover een flinke portie van het eiermengsel, boter en peterselie. Smakelijk!

Tip: Bewaar het kookvocht voor aspergesoep.

HOE BRUSSELS IS WITLOOF?

Ingediend door Gerald Biesemans - bron: BRUZZ, 15 juli 2023

‘Endives de Bruxelles’, ‘Brussels chicory’ of ‘Brüsseler Chicorée’. In veel talen wordt witloof in één adem genoemd met Brussel. Maar hoe Brussels is deze lekkernij eigenlijk?

Witloof, dat kleine witte kropje, verafschuwd door kinderen om z’n licht bittere smaak, maar omarmd door menig hobbykok die weet dat een gebraseerd stukje van het witte goud geen tafelgast onberoerd laat. Een streekproduct waar veel Brusselaars prat op gaan. Maar over de ontstaansgeschiedenis van de groente doen de wildste verhalen de ronde.



Centrum Agrarische Geschiedenis (CAG)

Mythisch is het verhaal van een boer uit Kortenberg, die in 1830 zijn cichoreiwortels in een donkere kelder verstopte voor de Nederlandse vijand en er later toevallig witte scheuten op ontdekte – wit lof, vandaar: witloof. Van die legende bestaan verschillende versies met telkens een andere reden waarom de cichorei verstopt moest worden.

Waarschijnlijker is het verhaal over ene Franciscus Breziers, die begin negentiende eeuw hoofdtuinier was in wat nu de Jardin Botanique is. Om de Kruidtuin herop te bouwen na de Belgische revolutie, kweekte hij er groenten en fruit voor verkoop. Zo ging Breziers in de champignonkelders van de botanische tuinen aan de slag met capucienenbaard, zeg maar de oervorm van ons witloof. Al in de zeventiende eeuw werd dat gekweekt door de wortels ervan met aarde en stro af te dekken en in het donker te laten schieten: het zogenoemde forceren.

Rond 1835 slaagde Breziers erin om de losbladige capucienenbaard te kruisen met het toen zeer populaire koffiecichorei, dat massaal geteeld werd als vervangproduct voor koffie. Maar pas in de jaren 1860 kreeg dat witloof min of meer zijn huidige vorm met vaste krop.

Niet veel later kwam de commerciële witloofteelt op gang. Eerst in Schaarbeek en Evere, daarna ook in de oostelijke en noordelijke rand van Brussel. Gedurende decennia doken her en der in het Brusselse winterlandschap typische kleine heuvels op van gegolfd plaatijzer, waaronder het witloof met behulp van een thermosifon - een verwarmingstoestel - werd geforceerd.

Exportproduct

Dat duurde tot vlak voor de Eerste Wereldoorlog, wanneer door bodemmoeheid en verstedelijking steeds meer witlooftelers uitweken naar andere dorpen via de spoorwegen. Zo werd de driehoek Brussel-Leuven-Mechelen het epicentrum van de witloofteelt, van waaruit heel Europa werd bevoorraad.

Al in 1890 trokken vrachtwagenkonvoien naar de Parijse Hallen. Later tjakten speciale witlooftreinen vanuit Haren richting Frankrijk, Nederland, Zwitserland en Duitsland. Per vliegtuig vlogen de kropjes naar Amerika en per stoomboot gingen ze het Kanaal over naar Engeland.

Gek genoeg komt het Europees erkende Brusselse grondwitloof al enige tijd niet meer uit Brussel, waar de laatste witloofboer overleed in 2018. De benaming 'Brussels grondwitloof' verwijst dan ook niet naar Brussel, maar duidt op een specifieke manier van telen - niet in water, maar in volle grond en onder een deklaag. Vooral in Vlaams-Brabant vind je nog telers van echt grondwitloof, onontbeerlijk in elke geslaagde 'chicon gratin'. A table !



collectie Familie P. Cnops - Centrum Agrarische Geschiedenis

Pasen is een feest met een rijke en complexe geschiedenis

Ingediend door Jef Van der Linden – bron: Flair 2023

Het is een viering van vernieuwing en wedergeboorte, die zowel religieuze als seculiere elementen bevat.

De Joodse oorsprong: Pesach

De wortels van Pasen liggen in het Joodse Pesach, een feest dat de uittocht van de Israëlieten uit de slavernij in Egypte herdenkt. Pesach wordt gevierd in het vroege voorjaar, rond dezelfde tijd als Pasen. Het delen van een maaltijd, het vertellen van verhalen en het symbolische lam zijn elementen die zowel in Pesach als in de vroegste christelijke paasvieringen voorkomen.

De christelijke betekenis: de opstanding van Jezus

Voor christenen is Pasen het belangrijkste feest van het jaar, dat de opstanding van Jezus Christus uit de dood viert. Volgens het Nieuwe Testament werd Jezus gekruisigd en begraven, maar stond hij drie dagen later weer op. Deze gebeurtenis wordt gezien als de basis van het christelijke geloof en symboliseert de overwinning van het leven op de dood.

De evolutie van paastradities

In de loop der eeuwen heeft Pasen zich ontwikkeld en verschillende tradities en gebruiken opgenomen. Sommige van deze tradities hebben heidense wortels, zoals het gebruik van eieren en hazen, die symbool staan voor vruchtbaarheid en nieuw leven. Andere tradities zijn specifiek christelijk, zoals de paaswake en de paasdienst.

Belangrijke aspecten van de evolutie van Pasen:

- * de vaststelling van de paasdatum: De datum van Pasen is in de loop der eeuwen verschillende keren vastgesteld. Uiteindelijk werd besloten dat Pasen gevierd wordt op de eerste zondag na de eerste volle maan na het begin van de lente.
- * de integratie van heidense gebruiken: Veel van de populaire paastradities, zoals het versieren van eieren en de paashaas, hebben waarschijnlijk een heidense oorsprong. Deze tradities werden geleidelijk aan geïntegreerd in de christelijke paasviering.
- * de ontwikkeling van paasrituelen: De paaswake, een nachtelijke dienst die de opstanding van Jezus viert, is een van de oudste christelijke paasrituelen. In de loop der eeuwen zijn er verschillende andere paasrituelen ontwikkeld, zoals het zegenen van paasvuren en paaskaarsen.

* de secularisatie van Pasen: In de moderne tijd is Pasen ook een seculier feest geworden, dat door veel mensen wordt gevierd zonder religieuze connotaties.

Pasen vandaag

Vandaag de dag is Pasen een feest dat door miljarden mensen over de hele wereld wordt gevierd. Het is een tijd van bezinning, vreugde en samenzijn, waarin zowel religieuze als seculiere tradities samenkomen. De viering van Pasen blijft evolueren, waarbij oude gebruiken worden gecombineerd met nieuwe interpretaties, waardoor het een levend en relevant feest blijft voor toekomstige generaties.



PAASEIEREN RAPEN

Ingediend door Jef Van der Linden – bron : Flair 2023 en paasgeschenken.nl

Het rapen van paaseieren is een geliefde paastraditie die diepe wortels heeft in zowel oude gebruiken als christelijke symboliek. We bekijken even de oorsprong en evolutie van deze traditie:

Oorsprong en vroege invloeden

* Vruchtbaarheidssymboliek: het ei is al eeuwenlang een symbool van vruchtbaarheid en nieuw leven. In oude culturen, waaronder Germaanse stammen, werden eieren geassocieerd met de lente en het ontwaken van de natuur. Er wordt gesuggereerd dat het begraven van eieren in akkers een oud Germaans gebruik was om de vruchtbaarheid van de grond te bevorderen. Dit zou een vroege voorloper kunnen zijn van het verstoppertje van paaseieren.

* Christelijke traditie: in de christelijke vastentijd, die voorafgaat aan Pasen, was het traditioneel verboden om eieren te eten. De eieren die tijdens deze periode werden gelegd, werden bewaard en versierd. Met Pasen, het feest van de opstanding van Jezus Christus, werden deze versierde eieren gegeten als een symbool van het einde van de vasten en de viering van nieuw leven. De katholieke kerk verbood het eten van eieren tijdens de vastenperiode. Hierdoor werden eieren die gelegd waren bewaard. Door deze eieren te versieren onderscheidden ze de eieren die bewaard waren van de eieren die wel gegeten mochten worden.

Evolutie van de traditie

* Versiering van eieren: het versieren van eieren is een oude traditie die in verschillende culturen voorkomt. In de loop der eeuwen zijn verschillende technieken en motieven ontwikkeld voor het versieren van paaseieren. Vroeger werden eieren vaak gekleurd met natuurlijke kleurstoffen, zoals uienchillen en bieten.



* Het verstoppertje van eieren: het verstoppertje van paaseieren in tuinen en huizen is een relatief recente traditie. Het is niet helemaal duidelijk hoe deze traditie is ontstaan, maar het zou kunnen voortkomen uit de oude Germaanse gewoonte om eieren in akkers te begraven. De paashaas is een populair figuur die vaak wordt geassocieerd met het verstoppertje van paaseieren. De oorsprong van de paashaas is onduidelijk, maar het zou kunnen voortkomen uit Germaanse legendes.

* Chocolade-eieren: de eerste chocolade eieren waren massief en werden gemaakt in de 18e eeuw. In 1882 ontwikkelden vader en zoon Casparus en Coenraad van Houten een cacaobonenpers om cacaopoeder te maken. Zij bedachten een methode, waarmee zij het cacaopoeder geschikt maakten voor verdere bewerkingen. Pas in de 19de eeuw werden de eerste holle paaseieren gemaakt.

De eerste paaseieren werden gemaakt door een lege eierschaal te vullen met warme chocolade. Wanneer de chocolade was afgekoeld werden de schalen verwijderd en de eieren versierd. Later werden de lege eierschalen vervangen voor gietvormen en ontstonden er ook andere vormen, zoals paashazen en kuikens.

Tegenwoordig is het assortiment met paaseitjes gigantisch! Naast de klassieke massieve melkchocolade paaseitjes en de grote holle paaseieren, vind je op paasgeschenken.nl ook een groot assortiment aan gevulde paaseitjes. Denk aan smaken als hazelnoot, mokka, sinaasappel, tiramisu en nog veel meer overheerlijke smaken!



Paaseieren rapen vandaag

Tegenwoordig is het rapen van paaseieren een wijdverspreide traditie in veel landen. Het is een leuke activiteit voor kinderen en volwassenen. Naast het verstoppertje van eieren in tuinen en huizen, worden er ook vaak paaseierenjachten georganiseerd in parken en andere openbare ruimtes. Het rapen van paaseieren is dus een traditie die is geëvolueerd van oude vruchtbaarheidssymboliek naar een vrolijke en geliefde paasactiviteit. Smakelijk!

EEN VAL KAN IEDEREEN OVERKOMEN!

Neem je valrisico onder de loep! Bron : valpreventie.be

Teveel ouderen onderschatten het probleem en zijn zich niet bewust dat voorkomen mogelijk is. Gedachten zoals “ik ben te oud geworden”, “er is niets meer aan te doen” of “vallen overkomt mij niet” zorgen ervoor dat ouderen niets doen aan hun valrisico. Misschien klinkt dit bekend in de oren? Het is dan ook van groot belang om vallen ernstig te nemen en tijdig te starten met maatregelen. Een val is immers snel gebeurd. Gelukkig kan je het risico op vallen eenvoudig verkleinen. Gewoon, met wat kleine aanpassingen in jouw woning en aandacht voor de conditie en gewoontes. Immers, hoe ouder je wordt, hoe groter de kans om te vallen.



IN BEWEGING BLIJVEN

Train 3 keer per week je evenwicht en spierkracht.

Blijf fit en actief

De beste remedie om valincidenten te voorkomen, is aan lichaamsbeweging doen. Integreer fysieke activiteiten daarom in jouw dagelijkse leven.

1. Onderbreek lang stilzitten en sta om de 30 minuten even recht. Ga voor **dagelijkse gewoontes** vb. Start de dag met een wandeling naar de bus. Doe lichte huishoudelijke taken, speel met je kleinkinderen, doe aan yoga, ...
2. Combineer dit met voldoende beweging aan **matige en/of hoge intensiteit doorheen de week**. Zo neemt jouw fysieke fitheid en uithoudingsvermogen toe en daalt het valrisico. Werk bijvoorbeeld in de tuin, maak een stevige wandeling of fietstocht (kan ook op de hometrainer) of ga zwemmen. Een combinatie van bewegen aan matige en hoge intensiteit mag natuurlijk ook! Doe wat je graag doet, dat houdt je het langste vol.
3. Drie keer per week oefeningen om je **spierkracht**, evenwicht en lenigheid te verbeteren mogen zeker niet ontbreken! En geef niet op bij een terugval!



VEILIGE WOONOMGEVING

Vraag advies over aanpassingen die je omgeving veiliger maken.

Ga voor een veilig huis

Jouw huis kan een stuk veiliger worden dankzij een aantal kleine aanpassingen. Zorg er bijvoorbeeld voor dat er geen losliggende matten en tapijten in het huis liggen, maar bevestig ze met een goede antislip laag of strips. Of haal bijvoorbeeld losliggende snoeren weg en zorg voor voldoende verlichting. Een ergotherapeut van de mutualiteiten kan je hierbij helpen!

Let ook op wanneer je de woning verlaat. De stoep ligt er immers niet altijd gelijk bij (putten, hindernissen, plassen ...).



STEVIG SCHOEISEL

Draag goed passende schoenen die je voet volledig omsluiten.

Zorg voor uw voeten

Voetproblemen en het dragen van onaangepast schoeisel kunnen eveneens het risico op vallen verhogen. Ook op kousen (zelfs op antislipkousen) of op blote voeten lopen verhoogt het valrisico. Je draagt dus best goed schoeisel dat de hele voet omsluit, een stevige, platte zool met reliëf en een goede sluiting (velcro of veters) heeft. Je vermijdt best schoenen die onvast zijn (bv. teenslippers), te groot of te klein zijn, open zijn aan de achterkant... Een orthopedist of podoloog weet raad bij problemen.

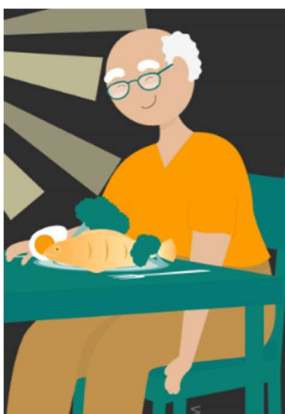


ZICHT NAKIJKEN

Laat je zicht ieder jaar nakijken bij je oogarts.

Kijk met uw ogen

Als je ouder wordt, gaat het zicht vaak achteruit. Problemen zoals een verminderde gezichtsscherpte, diepteperceptie en contrastgevoeligheid vergroten het risico op vallen. Je valt dan sneller doordat je bijvoorbeeld een obstakel op de grond over het hoofd ziet. Draag daarom zorg voor jouw ogen en raadpleeg een oogarts indien nodig.



Let op uw voeding

Een gezonde voeding is belangrijk om je spieren en beenderen sterk te houden. Eet voldoende voeding die rijk is aan calcium en vitamine D zoals vis, melkproducten, broccoli, Chinese kool, spinazie, rammenas, radijsjes, abrikoos, appel, dadels, kiwi, pruimen. De inname van extra calcium en vitamine D kan je met jouw huisarts bespreken. Wees matig met alcohol. Hoe ouder je wordt, hoe gevoeliger je immers bent voor de negatieve gevolgen van alcohol. Drink daarom niet meer dan 1 alcoholische consumptie per dag. En rook niet, want roken verhoogt het risico op broze botten. Met vragen over voeding kan je terecht bij een diëtist.



MEDICATIE CONTROLEREN

Laat je geneesmiddelen jaarlijks controleren bij je arts of apotheker.

Let op uw medicijnen

Hoe meer verschillende geneesmiddelen je moet innemen, hoe groter het risico om te vallen. Bepaalde geneesmiddelen zoals slaappillen hebben bovendien een grotere impact op het valrisico. Laat je medicatieschema i.f.v. van valpreventie screenen bij een apotheker.



RUSTIG RECHTSTAAN

Adem diep in en uit.
Draai voor het echtstaan even met je polsen en enkels.

Vaak duizelig bij het rechtstaan?

Als je vaak last hebt van duizeligheid, bijvoorbeeld bij rechtekomen uit bed of zetel, dan loop je een verhoogd risico om te vallen. Duizeligheid bij het rechtstaan kan je verminderen door bijvoorbeeld voldoende te bewegen, niet te snel recht te staan, het hoofdeinde van jouw bed hoger te plaatsen... Maar bespreek vaak terugkomende duizeligheid met jouw huisarts. Zeker wanneer je geneesmiddelen tegen depressie, voor het hart of voor een verhoogde bloeddruk moet innemen. Die kunnen een daling van de bloeddruk (ook orthostatische hypotensie genoemd) veroorzaken waardoor het risico om te vallen toeneemt. Aarzel niet om bij twijfels uw huisarts of een specialist te raadplegen.

**IK NEEM MIJN VALRISICO
ONDER DE LOEP
EN BESPREEK HET**

Valpreventie.be
Expertisecentrum val- en fractuurpreventie Vlaanderen

Vlaanderen
in gezondheid en welzijn

logo
van de Vlaamse Gemeenschap

5 TIPS



VOOR EEN EFFICIËNTE EN ZUINIGE VERWARMING

Bijna de helft van je energierekening gaat naar de verwarming van je woning. Je woning energiezuinig renoveren zal jaar na jaar de grootste besparing opbrengen, maar er zijn ook kleinere ingrepen die vandaag al een verschil kunnen maken. Met deze vijf tips blijft je verwarming zuiniger en efficiënt werken:

- 1 Ontlucht je radiatoren**
Worden je radiatoren maar half warm of maken ze borrelende geluiden? Dan zit er lucht in de leidingen. Ontlucht je verwarmingssysteem en vul bij met water. Weet je niet meteen hoe hieraan te beginnen? Je vindt op YouTube zeker wel enkele handige filmpjes.
- 2 Stel je thermostaat in op je dag- en nachtritme**
Zet je thermostaat 's nachts op 16 graden en bespaar gemiddeld 80 euro per jaar. Heb je vloerverwarming? Dan is 17 of 18 graden beter om hoge energiekosten te vermijden.
- 3 Gebruik radiatorfolie**
Radiatorfolie achter je radiator reflecteert stralingswarmte terug de kamer in, waardoor je veel minder warmte via de buitenmuur verliest en dus minder hoeft te stoken.
- 4 Installeer een radiatorventilator**
Een radiatorventilator heeft één of meer kleine ventilatoren in een behuizing. Je maakt deze op of onder je radiator vast en sluit het aan op een stopcontact. Wanneer de radiator warm wordt, springt de radiatorventilator aan en verspreidt deze de warmte beter door de kamer.
- 5 Onderhoud je verwarmingsketel**
Een goed onderhouden en afgestelde ketel gaat beter werken en tegelijk minder brandstof verbruiken. Dat is niet alleen beter voor je portemonnee, maar ook voor het milieu. Bij een onderhoud wordt bovendien ook de veilige werking van je verwarmingsketel nagegaan.

Meer tips?

Op www.duurzaamwonen.be vind je een schat aan neutrale informatie over duurzamer en goedkoper wonen en bouwen.

WESTMALSE CAFEBEAS VOND WEGWERPKOFFIEFILTER UIT

Ingediend door Gerald Bieseemans - bron: Kristin Matthyssen – GVA, 11 maart 2018

In 2018, op de zestigste verjaardag van de plastic wegwerpkoffiefilter, heeft de Heemkundige Kring van Malle ontdekt dat deze uitvinding door een Griekse Westmallenaar in café Kempenland gedaan werd. Met dank aan het archief van Gazet van Antwerpen.

De ene uitvinding heeft de wereld al wat harder veranderd dan de andere, maar de wegwerpkoffiefilter is toch ook niet niks. Zeker als je weet dat het plastic bakje om op een kop te zetten in die zestig jaar nauwelijks van uitzicht veranderd is.

De Heemkundige Kring van Malle baarde opzien met zijn tijdschrift, waarin voor het eerst onthuld werd dat een Westmalse cafébaas George Karageorges in 1956 de wegwerpfiler heeft uitgevonden. Hij nam er een patent op, maar was niet kapitaalkrachtig genoeg om zijn uitvinding te commercialiseren.

De man trok zijn stoute schoenen aan en stapte naar Koffie Frans Rombouts in Antwerpen. Hoewel er eerst grote argwaan bestond of mensen wel koffie uit een plastic opzetbakje zouden willen drinken, lanceerde Rombouts op 17 april 1958 tijdens de Wereldtentoonstelling in Brussel op de Heizel Karageorges' wegwerpfiler. De veertig miljoen bezoekers van Expo 58 waren wild van de 'kleinfilter voor uw eigen tas', zoals Rombouts het omschreef.

In 1960 werden er al 200.000 koffiefilters verkocht. De uitvinding van Karageorges verstevigde de positie van Rombouts Koffie in het horecasegment en gaf de firma een enorme scheut.

Schakel van toevalligheden

"Dat ontdekt werd dat het een Westmalse uitvinding is, komt door een schakel van toevalligheden, zoals zo dikwijls", vertelt Eric Loobuyck, die samen met Hugo Broen, voorzitter van de Heemkundige Kring van Malle, de bijdrage over de koffiefiler in het tijdschrift schreef. "In oktober 2017 namen drie leden van de Westmalse atletiekclub DAL deel aan het wereldkampioenschap Obstacle Course Racing in Canada. Tijdens de vlucht werd een uitzonderlijk lange bedrijfsfilm getoond van Koffie Rombouts, waarin een caféuitbater van Westmalle terloops als uitvinder van de koffiefiler werd vermeld. Via Leo Van Ginckel uit Malle kwam dit nieuwtje bij mij terecht", vertelt Eric Loobuyck.

Het bericht veroorzaakte opwinding bij de Malse heemkundigen. "De gegevens in die reclamefilm waren vaag. Er werd wel een naam genoemd, George Karageorges. Het café waar de uitvinding gebeurde, zou zich aan de overzijde van de Abdij van Trappisten bevonden hebben."

Loobuyck, toevallig archivaris van de abdij, wist dat het zeker niet om café Trappisten kon gaan tegenover de abdij. “Want ik ken de namen van de uitbaters van de voorbije decennia en daar zat geen Karageorges bij. Hier op de Antwerpsesteenweg in Westmalle waren echter heel veel cafés, zoals Het Beukenhof en De Lido. In de bedrijfsfilm van Rombouts werd gemeld dat zijn vrouw overdag het café openhield, en George Karageorges ’s avonds en ’s nachts. Toen wist ik zeker dat het niet om café Trappisten kon gaan, want dat is geen nachtcafé. Blijkbaar was George het zat dat hij ’s avonds altijd de hele afwas moest doen van overdag en vond hij daarom de wegwerpfILTER uit.”

Eric Loobuyck en de heemkundigen beten zich vast in het vergeten verhaal. “In de archieven van de gemeente vond ik een flinterdun papiertje van de accijnzen die George Karageorges betaald had. Aan de hand van het huisnummer kwam ik erachter dat het om café Kempenland gaat, dat later café Het Vermoeden werd genaamd. Café Kempenland heeft veel wisselende uitbaters gehad. Ik begon het online raadpleegbaar archief van Gazet van Antwerpen uit te vlooien en vond er zowaar een annonce van 27 april 1955 terug waarin café Kempenland als ‘over te nemen’ werd aangeboden. *‘Prachtige baancafé bij Trappisten Westmalle. Parking. Terras. Lusthof met daarbij een Blijvend Naftestation in volle werking. Wegens dubbel bedrijf, staat er te lezen.’*



café Kempenland

Overlijdensbericht in Gazet

“Waarschijnlijk heeft George Karageorges op deze annonce in Gazet van Antwerpen gereageerd”, reconstrueert Eric de geschiedenis van de wegwerpkoffiefilter.

Lang mocht de uitvinder niet van zijn succes genieten, want alweer in het onlinearchief van Gazet van Antwerpen vond Eric een overlijdensbericht van Karageorges terug, op 28 november 1966 overleden in het Stuivenbergziekenhuis ‘in de ouderdom van 49 jaar’, staat er. Als beroep wordt er ‘vertegenwoordiger van NV Rombouts Koffie’ vermeld. “Vermoedelijk heeft hij na zijn uitvinding en het daaraan verbonden commercieel succes een job gekregen bij Rombouts. In elk geval heeft hij op 1 januari

1961 café Kempenland overgelaten aan Augusta Poppe en Antoon Aertgeerts. Via het overlijdensbericht vond ik ook de naam van de echtgenote van George Karageorges, Rosalia Coppens, de dame die hem 's avonds altijd met een enorme afwas liet zitten en zo onbewust een revolutie in koffieland geforceerd heeft. Karageorges werd begraven in Hoevenen.”

In café Het Vermoeden (vroeger Kempenland) serveren ze geen filterkoffie meer. “We hebben nu een espressomachine. Klanten willen schuim op hun koffie”, zegt de uitbater Walter Peeters, die wel vereerd is met het nieuws dat in zijn kroeg ooit een Westmalse Griek een fantastisch eurekamoment kreeg.

Nog geen kilometer verder in café Trappisten staat de wegwerpkoffiefilter van Rombouts wél nog altijd op de kaart. En die wordt nog geregeld besteld.

Zelf is Eric Loobuyck niet zo’n filterfan. “Het is vaak zo’n gesmos als er te veel water wordt ingedaan, dan loopt je kopje over in het schoteltje”, zegt hij.



600 jaar Universiteit Leuven = KU Leuven

Ingediend door Simone Jansen - Bron: Wikipedia

De KU Leuven is de oudste universiteit van België en van de Lage Landen.

De KU Leuven is formeel gesticht door de bul (= officieel document van pausen en vorsten) die paus Martinus op 9 december 1425 heeft uitgevaardigd; zo werd één van de oudste universiteiten van Europa opgericht, met nu 60 000 studenten en met meer dan 20 000 medewerkers.

Op 15 februari 2025 barstte het feestjaar los; er komen nog veel activiteiten dit jaar: tentoonstellingen, erfgoedwandelingen, kunst, lezingen, muziek, dans,...



Er is ook een logo voor dit feestjaar onthuld: een 6, gevolgd door het oneindigheidssteken= een liggende 8.

Het oneindigheidssteken stelt de wetenschap centraal. Zes eeuwen al buigen onze wetenschappers zich nieuwsgierig over een brede waaier van vraagstukken. Ze zoeken naar inzichten, oorzaken, gevolgen, verbanden. Soms met een klaar doel voor ogen, soms louter bewogen door de honger naar kennis. Mijlpaal na mijlpaal verleggen ze de grenzen van de wereld. Op basis daarvan inspireren ze studenten en veranderen ze de wereld rondom ons. En vooral, uit elk antwoord ontspringt een nieuwe vraag.



LEUVEN en LIER: wat hebben ze met elkaar?

Hertog Jan II, hertog van Brabant en Limburg, wilde de Lierenaars bedanken voor hun strijd tegen de Mechelaars. Zo mochten ze kiezen uit twee beloningen voor hun stad: ofwel een universiteit ofwel een veemarkt.

De Lierenaars kozen voor het stapelrecht op vee. Een keuze die de Lierenaars geen windeieren legde, omdat er per regio maar aan één stad zo'n recht werd toegestaan. Prompt verhuisde de veemarkt, die tot dan in Wespelaar was gevestigd, naar Lier, op bevel van Hertog Jan.

Hertog Jan II zou daarbij al zuchtend gezegd hebben: "Oh, die schapenkoppen". Daarmee was de geuzennaam voor de Lierenaars geboren: **DE SCHAPENKOPPEN**.

En, zo ging de universiteit, de beloning die Lier links liet liggen, uiteindelijk naar Leuven. Maar, Lierke Plezierke, heeft zijn bijnaam handig gebruikt: het Schapenkoppenmonument met herder en schapen staat in de schaduw van de Zimmertoren. Het is een realisatie van de Lierse kunstenaar BERTRO= Robert Schoofs.

Echt de moeite om het monument op te zoeken, als we Lier nog eens bezoeken.



Foto: Agnes Van Parijs

..... VAN HET JAAR 2024

Ingediend door Simone Jansen - Bron: De Bode van Schoten/ Wikipedia

DE BOOM

De majestueuze KASTANJEBOOM op het terrein van Campus Sint-Rafaël in de Kerkelei in Sint-Job-in 't Goor, is verkozen tot 'Baillet-Latour Boom' van 2024.

Deze kastanje won met 1656 stemmen, voor de oude kastanje van Kwabeek (Vlaams-Brabant) en de populier van Deinze (Oost-Vlaanderen).

De kastanje van Sint-Rafaël is naar schatting tussen 150 en 200 jaar oud en neemt een prominente plek in op het terrein van het Orthopedagogisch Centrum Clara Fey, waar kinderen met een verstandelijke beperking verblijven en naar school gaan.

Hij is een 'stille getuige' van de ontwikkeling van Sint-Job en de zorginstelling Sint-Rafaël, die één van de grootste werkgevers van de regio is.

De titel '**Belgische Boom van het Jaar**' is een eervolle vermelding; ook goed voor een geldprijs van 2500 Euro, die gebruikt zal worden om de omgeving van de boom verder op te knappen.

In 2025 mag deze boom meedingen naar de Europese titel.

Wij wensen de Kastanje van Sint-Job veel succes toe.

HET WOORD

In december 2024 kon je stemmen op 10 genomineerde woorden voor Woord van het Jaar 2024.

Welk woord heeft gewonnen in België.

Ruud Hendrickx, Vlaams Hoofdredacteur van de 'Dikke van Dale', maakte het bekend:

HANGMATBELEGGEN = passief beleggen (alsof je in een hangmat afwacht) door te investeren in indexfondsen en trackers.

Het woord is bedacht door 2 economen.

In Nederland is in 2024 de verkiezing van WOORD van het JAAR afgelast, omdat er te veel polemiek rond bepaalde woorden is ontstaan.

QUIZ

Ingediend door Simone Jansen

De antwoorden van deze quiz kunt u terugvinden in de volgende Seniorenkrant. Bewaar dus zeker deze uitgave.

1. Graag de naam van de boom van het jaar 2024
2. Is 2025 een schrikkeljaar?
3. Zij kijkt de ... uit de boom
4. Hij loopt rond als een ... zonder kop
5. ... is ook niet op één dag gebouwd
6. Waar er ... is, is er vuur
7. Welke groente noemen we 'het witte goud'?
8. Een ... stoot zich geen twee keer aan dezelfde ...
9. Al draagt een ... een gouden ring, het is en blijft een lelijk...
10. Die dame is zo trots als een ...



TIJD VOOR SUDOKU !

Ingediend door Jef Van der Linden

Sudoku

In elk vakje hoort een cijfer van 1 tot en met 9 te staan. Vul de puzzel zo in dat in elke rij, elke kolom en elk blok van 3 keer 3 vakjes de cijfers 1 tot en met 9 één keer voorkomen.

© 42Puzzles

Beginners

							3	
6	8		5	4				
	9			6	2			
	7	6				9		
					9	1		
		5				4	2	
					4			
				1	8	5		2
2			6	7	3			1

Gevorderden

2		5						7
				5	3			
9	1		4					6
6	8							
	9					5		1
5							4	
						9		
8						2		3
			1		6	4	7	8



Uitslag van dit denkwerk
achteraan terug te vinden.

Wij wensen u veel denkplezier!

GEDICHT

Ingediend door Bert Van de Velde

Gedicht geboren

Hoofd vol beladen woorden
zwanger van gedachten
verdringen zich in een zin
tijd om geboren te worden
op een leeg blad
elke letter is begin
van een klankrijk gezin

Voor dit publiek verlost
sta hier eens stil
in rust
door te lezen zal het leven
in gedachten groeien
en wie weet
blijven kleven

Bert Van de Velde

ANTWOORDEN

Sudoku:

Sudoku Beginners

5	2	7	8	9	1	6	3	4
6	8	3	5	4	7	2	1	9
4	9	1	3	6	2	7	5	8
1	7	6	4	2	5	9	8	3
8	4	2	7	3	9	1	6	5
9	3	5	1	8	6	4	2	7
7	1	8	2	5	4	3	9	6
3	6	4	9	1	8	5	7	2
2	5	9	6	7	3	8	4	1

Gevorderden

2	4	5	6	8	1	3	9	7
7	6	8	9	5	3	1	2	4
9	1	3	4	7	2	8	5	6
6	8	1	2	4	5	7	3	9
4	9	2	3	6	7	5	8	1
5	3	7	8	1	9	6	4	2
1	2	4	7	3	8	9	6	5
8	7	6	5	9	4	2	1	3
3	5	9	1	2	6	4	7	8

ANTWOORDEN QUIZ (vragen editie januari)

Door Simone Jansen

1. De loemmert
2. Gerald Biesemans
3. Brahma
4. Tineke Weverbergh
5. Onmogelijk is geen Frans
6. Singapore
7. Eric De Maerteleire
8. Caspar, Melchior, Balthasar
9. Patrizia Cavalli
10. Een boon en een klein figuurtje

**verantwoordelijke uitgever**

gemeente en ocmw Zoersel, Seniorenraad
Handelslei 167, 2980 Zoersel

verspreiding

Gratis aan huis bij alle 60-plussers die erom vragen
(één exemplaar per gezin) of via digitale weg.

verantwoording

Elke auteur is verantwoordelijk voor zijn/haar bijdrage. Aan teksten in de seniorenkrant kan geen rechtskracht worden ontleend. Het staat de redactie vrij ingezonden stukken al dan niet (verkort) weer te geven, met respect voor het meest essentiële van de inhoud.