

Nieuwsbrief

mei | juni 2026



Pluk, Kook en Proef

Wat eet ik vandaag

*Kan ik eten
Wat kan ik eten
Hoeveel kan ik spenderen.*

*Ik krijg wel in de voedselbedeling
Als ik koop, koop ik wat ik wil.
Ik koop goedkoop
goedkoop en snel klaar.
Fastfood gaat snel en is goedkoop
Ik weet wel niet wat ik eet maar het smaakt
Ik weet niet wat het is maar ik zit vol.*

*Ik zou moeten eten wat gezond is
Ik zou moeten eten wat duurzaam is.
Wat is dat dan? Ik ken dat niet.
Is gezond 'ECO'
Is het Nutri Score label A
Is het 'dit is Belgisch'
of is het 'BIO'*

*Ik eet wat ik ken
Frieten dat ken ik goed
en hamburger
en chips*

*Vandaag eet ik met PKP brandnetelsoep
Ik moet toegeven dat dit lekker is
Het was vlug klaar en 't kostte niets
Dat was ook gezond.*

*Morgen ga ik daar in 't parkske wel geen
brandnetels gaan trekken
Wat zouden de mensen wel denken
Straks noemen ze mij een koe in 't gebuurte
Groen is toch voor de koeien he*

*Morgen ga ik een burgerke eten
dat ken ik en 't is lekker.*

Guy

INHOUD



Wat eet ik vandaag

Pagina 2

Middengroep & Bijeenkomst

Pagina 4

Brochure 'Zorg zonder gedoe'

Pagina 6

Gesprek met Frederik Sioen

Pagina 8

Pluk Kook en Proef & Lous Moes

Pagina 10

De Tafel van verandering

Pagina 11

Volksuniversiteit ATD

Pagina 14

Belgisch Netwerk tegen armoede

Pagina 16

Woonzaak

Pagina 17

Interview met Kato

Pagina 18

Langdurig ziek

Pagina 20

Komt erin

Pagina 21

Spelletjes

Pagina 22

Dit ben ik, Andro

Pagina 25

Gedicht eenzaamheid

Pagina 26

Waardige Uitvaart

Pagina 27

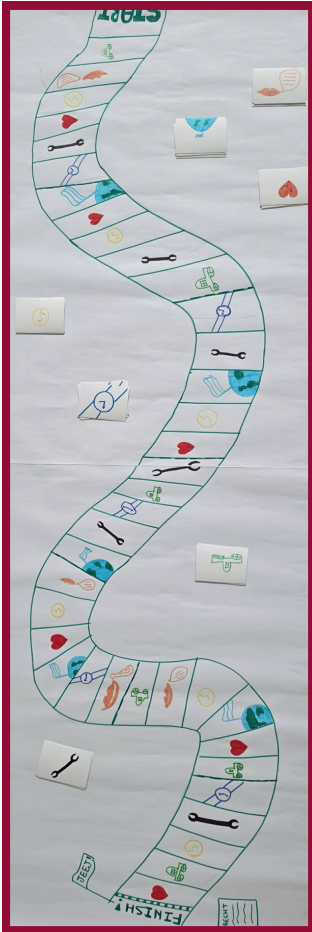
Ceremonie Stratendodencollectief

Pagina 27

Agenda

Pagina 28

Middengroep



De voorbije weken zijn we binnen de middengroep actief aan de slag gegaan rond het jaarthema van Netwerk tegen Armoede: toegang tot rechten. Tijdens een eerste bijeenkomst stonden we stil bij wat “toegang tot rechten” precies betekent. Wanneer is een dienst echt toegankelijk? Wat maakt een dienst ideaal? En waar loopt het vlot of net moeilijk wanneer je je rechten wil opnemen?

In een tweede sessie verdiepten we het thema op een speelse manier met een ganzenspel (zie foto). Via vragen rond de 7 B's, zoals bekendheid, bereikbaarheid en bruikbaarheid, gingen we samen op zoek naar wat toegang tot rechten in de praktijk betekent.

De komende bijeenkomst bouwen we hierop verder. We verkennen mogelijke partners en hoe we hen kunnen betrekken. Daarnaast starten we een creatieve brainstorm: kunnen we samen iets maken, een spel, object of kunstwerk, dat de weg naar rechten tastbaar maakt? Met het oog op 17 oktober willen we dit proces op een krachtige en visuele manier in beeld brengen.

Kato

4

Bijeenkomst

Op onze Bijeenkomst van 16 april kregen wij bezoek van Guy Lamon. Guy is actief bij de grootouders voor het klimaat en is een van de trekkers van Hart boven Hard. Hij was ook initiatiefnemer bij de kookavond van 'Bakken en Blijven plakken' waarbij BMLIK participeerde.

Guy heeft in wat hij 'zijn vroegere leven' noemt in een labo gewerkt waar hij analyses uitvoerde ivm de gezondheid van levensmiddelen. Hij is een kenner van

de wetgeving over etikettering van de voorverpakte voeding en hoe deze geïnterpreteerd en gelezen moet worden.



Op deze donderdag maakte hij ons wegwijs in thema's zoals allergeneninformatie, houdbaarheidsdatum, etc. De thema's die hij behandelde kwamen uit de Nieuwsbrief van maart/april van ons team 'voeding'. Een uitgebreid artikel hierover zal in onze Nieuwsbrief van juli/augustus verschijnen.

Gelukkig hadden wij nog een halfuurtje de tijd om de voorbereidingen voor onze deelname aan de 'Dag van de Aarde' verder te zetten. Wij bespraken nog eens de vragen die wij aan de bezoekers kunnen stellen met behulp van ons rad. Natuurlijk kan iedereen zijn vraag nog zelf formuleren maar het is een welkome leidraad.

Wij zullen die dag ook vragen stellen aan de aanwezige politici. Dit zijn enkele vragen die in de groep opkwamen:

Vragen politici:

Autovrij centrum en luchtkwaliteit

Het autovrij maken van het centrum verbetert de luchtkwaliteit daar, maar lijkt de verkeersdruk en vervuiling te verplaatsen naar de stadsrand (zoals Dampoort, Rabot en de Watersportbaan).

Welke maatregelen neemt de stad om niet alleen het verkeer te verplaatsen, maar het totale gebruik van privéwagens effectief te verminderen, zodat de vervuiling zich niet gewoon verplaatst?

Afschaffing van PASOA-middelen

De afschaffing van PASOA heeft een impact gehad op bepaalde doelgroepen.

Welke alternatieven voorziet de stad/ Vlaanderen om deze weggefallen ondersteuning op te vangen, en voor wie zijn die bedoelt?

Wachttijden voor volkstuinen

De wachttijden voor volkstuinen lopen sterk op, terwijl ze belangrijk zijn voor sociale cohesie én lokale voedselproductie.

Is de stad bereid om bijkomende volkstuinen te ontwikkelen buiten het centrum, bijvoorbeeld in de groene gordel, om de druk op de wachtlijsten te verlagen?

Als afsluiter kregen wij suggesties voor onze jaarlijkse zomeruitstap. Wij noteerden alvast; Planetarium, Bokrijk, Plopsaland, Huysmanshoeve, Planckendael, Zee, Bootwerf en museum Rupelmonde, Plantentuin enz...

Wij zongen het verzetslied en verwelkomden de vrijwillige chauffeurs zonder wie een aantal van ons niet op de vergadering aanwezig zouden kunnen zijn.

Energiebeleid en federale beslissingen

Federale beslissingen rond energie hebben vaak directe gevolgen op lokaal niveau.

Hoe zal Stad Gent inspelen op toekomstige federale energiebeslissingen om haar inwoners te ondersteunen?

Mobiliteit en doelgroep 18–65 jaar

Er bestaan voordelige vervoersformules voor jongeren (-18) en senioren (+65), maar minder voor de grote groep daartussen.

Welke plannen heeft het beleid om openbaar vervoer ook betaalbaar en aantrekkelijker te maken voor inwoners tussen 18 en 65 jaar?

Klimaatvriendelijke sociale woningen

Het verduurzamen van sociale woningen is cruciaal in het klimaatbeleid.

Welke concrete stappen onderneemt de stad om sociale woningen energiezuiniger te maken, en wat mogen we in de toekomst nog verwachten?



ZORG ZONDER GEDOE



Kosten in het ziekenhuis, zonder moeilijke woorden

Heb je vragen over het thema gezondheid
en bots je op drempels binnen de
gezondheidszorg? Neem contact op:
info@bmlk.be - 0484 94 07 65

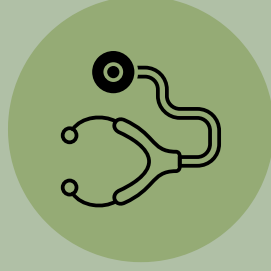
WAAROM DEZE INFORMATIE?

Veel mensen schrikken van een ziekenhuisfactuur. Soms is het niet duidelijk waar de kosten vandaan komen, wat extra kosten zijn, of bij wie je terecht kan.

Deze info toont per Gents ziekenhuis de juiste contactpunten voor vragen over geld en papieren. Ook staat hier simpel uitgelegd hoe facturen werken en welke extra kosten kunnen voorkomen. Zo is er meer duidelijkheid en sneller hulp op de juiste plek.

“Zorg mag geen luxe zijn.”

Toegankelijke gezondheidszorg betekent dat iedereen zorg kan krijgen. De zorg is betaalbaar (je kan ze betalen), dichtbij en bereikbaar (je geraakt er makkelijk), begrijpelijk (duidelijke uitleg, geen moeilijke woorden) en zonder drempels (je wordt geholpen, ook met papierwerk of vragen).



HOE WERKT EEN ZIEKENHUISFACTUUR?

- Een ziekenhuis stuurt meestal niet meteen een factuur. Die komt vaak pas later.
- Een deel van de kosten wordt rechtstreeks betaald door het **ziekenfonds**.
- Jij krijgt daarna de rekening van wat jij nog moet betalen.
- Op die rekening staan vaak veel codes en woorden.
- **Remgeld** = het deel dat jij moet betalen.
- **Extra kosten** = kosten bovenop het gewone (bv. door keuzes of regels).
- Een éénpersoonskamer is duurder: meestal komen er extra kosten bij.
- Soms komt er ook een **erelootoeslag** bij.
- Vragen? Bel de facturatedienst (nummer staat op de factuur) of ga naar de sociale dienst.
- Kan je niet betalen? Vraag hulp of een afbetalingsplan. Wacht niet te lang.



***“Gezondheid is
een basisrecht”***

WAT STAAT ER OP EEN ZIEKENHUISFACTUUR?

Vaste vorm: alle ziekenhuizen gebruiken dezelfde vaste opmaak. Dit is wettelijk bepaald.

Deel 1: Jouw gegevens en die van het ziekenhuis - korte samenvatting van de kosten - eventuele voorschotten die al betaald zijn - wat je zelf moet betalen - wat het ziekenfonds betaalt.

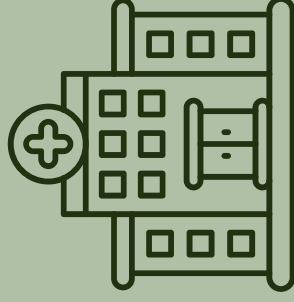
Deel 2: Een detail van alle kosten die voor jou zijn, bv. verblijf, vaste kosten, apotheek (medicatie), dokterskosten, andere kosten (materiaal, hulpmiddelen), vervoer, diverse kosten (bv. tv, internet) en btw.

“Duidelijke uitleg. Minder stress.”

ENKELE WOORDEN UITGELEGD

- **Kamersupplement:** extra kost omdat je een eenpersoonskamer koos.
- **Derdebetalersregeling:** het ziekenfonds betaalt een deel rechtstreeks aan het ziekenhuis. Jij betaalt enkel jouw deel.
- **Honoraria/ereloon:** de kosten die je aan de arts betaalt.
- **Ereloontoeslag:** extra kost bovenop de gewone dokterskosten.

**BMJLK vzw - Nieuwebosstraat 3 - 9000 Gent - www.bmlk.be
info@bmlk.be - 0484 94 07 65**



GENTSE ZIEKENHUIZEN

Waar kan je terecht voor hulp bij facturen, geld en papierwerk?

UZ Gent - Corneel Heymanslaan 10

In de inkomzone kan je terecht aan het **onthaal** met al je vragen en om je aan te melden (09 332 21 11 - info@uzgent.be / ma-vr: 6u-22u / weekend & feestdagen: 7u-22u).

Sociale dienst: helpt o.a. met administratie, geldzaken, rechten, bemiddeling. Vraag dit via je verpleegkundige/arts (of via 09 332 41 45 - socialedienstpatienten@uzgent.be - ma-vr: 8u30-17u).

Vragen over je factuur: contacteer **Facturatie Patiënten**. Je kan bellen (09 332 25 72), het contactformulier gebruiken of langgaan aan de balie.

Geen ziekteverzekering/bijzonder statuut (bv. asiel, geen wettig verblijf, buitenland): contacteer **Cel SoFIA** (09 332 20 15 - celsofia@uzgent.be). Daar kan je ook een prijsinschatting aanvragen.

AZ Jan Palfijn - Watersportlaan 5

Sociale dienst: daar kan je onder andere terecht met al je psychosociale en administratieve vragen (09 224 84 43 - sociale.dienst@janpalfijngent.be - ma-vr: 9u tot 11.30u en van 14u tot 16u, behalve op feestdagen)

Sociaal Administratieve Cel (SAC): helpt jou met administratie, kosten, afbetaling en andere financiële vragen (09 224 70 12 of sac@janpalfijngent.be).

AZ Sint-Lucas - Groenebriel 1

Sociale dienst: voor vragen van familiale, psychische, financiële of administratieve aard (09 224 58 01 - secretariaat.socialedienst@azstlucas.be - op afspraak: ma-vr: 8u30-12u15 en 13u15-16u30).

Sociaal Administratieve Dienst (SAD): helpt jou als je mutualiteit/verzekering niet in orde is, zodat je minder kans hebt op een hoge factuur (09 224 53 56 - sad@azstlucas.be - ma-vr: 07u30-17u45).

AZ Maria Middelaes - Buitenring-Sint Denijs 30

Sociale dienst: helpt je met uitleg, papieren en oplossingen, en stuurt je door naar de juiste hulp (09 246 46 46 - socialedienst.gent@mijnziekenhuis.be - ma-vr: 8u30-16u30).

Centrale Inning: voor alle vragen over je factuur (09 246 20 20 - facturatie@mijnziekenhuis.be).

Werkgroep Cultuur & Vrije tijd: Gesprek Frederik Sioen



Op 13 maart ging de werkgroep Cultuur en Vrije Tijd in gesprek met Frederik Sioen. Hij is Gents muzikant, gemeenteraadslid en Vlaams volksvertegenwoordiger, en zetelt in verschillende cultuurcommissies. Vanuit die rol geeft hij advies en doet hij aanbevelingen aan het beleid.

Het basisprincipe voor hem is ervoor te zorgen dat cultuur er voor iedereen is, dat iedereen overal naartoe kan en dat het toegankelijk en betaalbaar is. Er zijn nog veel zaken die kunnen verbeterd worden, dus voor hem is het interessant om met ervaringsdeskundigen te praten.

Ervaringsdeskundigen betrekken

BMLIK wil graag meedenken over hoe cultuur laagdrempeliger kan worden. We vroegen of er kansen zijn om mensen met ervaringskennis structureel te betrekken, bijvoorbeeld via een panel of adviesgroep.

Guy geeft aan dat BMLIK al inspanningen deed, zoals ronde tafelgesprekken met Gentse musea, maar dat daar weinig interesse voor was van hen uit. Sioen legt uit dat er gewerkt wordt aan een nieuwe structuur voor de Gentse musea. Hij wil daarbij expliciet de vraag stellen waarom er geen structureel overleg is met ervaringsdeskundigen.

Volgens hem is het ook belangrijk te vertrekken vanuit wat mensen zelf graag willen doen, wat hun interesse is. Hij verwees ook naar eerdere samenwerkingen tussen armoedeorganisaties en cultuurpartners, zoals tijdens de Armste Week, waaruit waardevolle samenwerkingen groeiden.

Toegankelijkheid en betaalbaarheid

De gratis toegangsmomenten in Gentse musea zijn verminderd: waar het vroeger elke zondagvoormiddag gratis was voor Gentenaars, is dat nu beperkt tot de eerste zondag en een donderdagavond per maand. Dit vormt voor veel mensen met een beperkt budget of een minder flexibele agenda een extra drempel. Sioen weet niet waarom die beslissing genomen is, maar belooft dit na te vragen.

Ook fysieke toegankelijkheid blijft een aandachtspunt. Volgens Sioen is er sinds 2020 wel vooruitgang en komt er meer aandacht voor vanuit de gemeenteraad. Er worden middelen vrijgemaakt om gebouwen toegankelijker te maken, zoals bij de Bijloke, Handelsbeurs en het Huis van Alijn. Ook de omgeving rond gebouwen (voetpaden, bushaltes) krijgt meer aandacht.

Ruimte voor organisaties

Er werd bezorgdheid geuit over het tekort aan betaalbare ruimtes, zeker nu Stad Gent gebouwen verkoopt. Sioen gaf aan dat de stad hiermee bezig is en moedigt aan om concrete noden te blijven signaleren.

UiTPAS: kansen en drempels

De regiogebonden werking van de UiTPAS zorgt soms voor verwarring en beperkingen. Sioen erkent dat dit een veelgestelde vraag is in het Vlaams Parlement. De organisatie achter de UiTPAS werkt aan oplossingen, maar een duidelijk antwoord is er nog niet.

Het succes van de UiTPAS zorgt ook voor uitdagingen: kleinere gemeenten kunnen de kosten moeilijk dragen, terwijl grotere steden zoals Gent meer gebruikers aantrekken. Niet alle organisaties bieden UiTPAS aan. Soms komt dat doordat externe organisatoren een zaal huren, of omdat organisaties hun inkomsten moeten beschermen. In sommige gevallen worden UiTPAS-tickets pas vrijgegeven als er plaatsen over zijn, wat kan leiden tot stigmatisering. Sioen nam deze bezorgdheid mee.

Een interessant idee dat werd besproken, is een systeem waarbij mensen punten kunnen sparen en doorgeven aan anderen, geïnspireerd op initiatieven zoals Enchanté.

Financiële drempels

Het wegvallen van de PASOA-subsidie maakt deelname aan cultuur en sport opnieuw moeilijker voor mensen met een beperkt budget. Sioen gaf aan dat hij momenteel geen weet heeft van een alternatief.

Gratis zalen

De vraag naar gratis zalen voor kwetsbare groepen blijft groot. Sioen kon hier niet meteen een antwoord op geven, maar verwees naar wijkregisseurs en lokale dienstencentra als mogelijke aanspreekpunten.

De stad heeft ook een “Zalenzoecker”, een online overzicht van beschikbare ruimtes. Dit systeem zal verder uitgebreid worden, met onder andere een kaart van beschikbare locaties en zelfs vrijwilligers en artiesten. Sioen onderzoekt of er een systeem bestaat om zalen gratis te gebruiken.

Openbare toiletten

Het betalend maken van sommige openbare toiletten heeft een grote impact op vrouwen, ouderen en mensen in een kwetsbare situatie. Sioen legde uit dat dit te maken heeft met vandalisme op locaties met weinig sociale controle.

De stad wil daarom meer samenwerken met horeca en cultuurhuizen, bijvoorbeeld via stickers die aangeven waar je gratis gebruik kan maken van een toilet. Dit plan wordt nog verder uitgewerkt.

Cash betalen op evenementen

Steeds vaker kan je op evenementen enkel elektronisch betalen. Voor veel mensen is cash nochtans belangrijk om hun uitgaven onder controle te houden. Sioen neemt deze bezorgdheid mee en wil dit aankaarten in de gemeenteraad, al is dit moeilijk af te dwingen bij commerciële organisatoren.

Mensen bereiken en betrekken

Tot slot werd het moeilijker bereiken van mensen besproken. De opkomst bij activiteiten daalt, mogelijk door isolement, digitale drempels of frustraties. Sioen verwees naar een nieuw initiatief dat gepland staat voor 2027: een papieren activiteitenkalender voor Gent (de opvolger van de vroegere WEEKUP), voorlopig met de naam “FOMO”. Deze kalender zal een overzicht geven van zowel grote als kleine activiteiten. Er wordt ook gedacht aan reportages door jongeren op AVS.

Pluk, Kook, Proef en Lous Moes

Hey, vrienden en gezellen van de Lous Moes, zaai en pluk vrienden, ...

Onze PKP (pluk, kook, proef) werkgroep lag niet stil. Ondanks het lekker zonnetje waar wij de laatste weken van konden genieten en die ons eerder uitnodigde om languit in het malse gras van het Lousbergparkje te liggen niksen, hebben wij onze vergader- en zaairuimte volledig klaargemaakt. Billy heeft al heel wat 'mini' serretjes bezaaid en wij zijn in blijde verwachting van wat hier uitkomen zal. Alles ligt klaar om de eerste 'baby's' op te vangen. Ik heb het hier wel over 'baby tomaatjes' Hé.



Onze moestuinbak ligt er ook klaar bij. Gery kreeg de titel van Koninklijke Moeshout schilder, Siska en Michaël ontpopten zich al snel tot volwaardige tuinmeubelen experts. Maar het beste moest nog komen... Was dat sleuren: 600 liter potgrond hebben wij verhuisd van de Gamma tot de Lousberg.



Laatst maakten wij ook een uitstap en plukten een volle mand netels bijeen waarmee wij later op die dag een lekkere soep maakten. De soep werd door iedereen gesmaakt. Behalve eentje die er niet van overtuigd geraakte dat hij zijn tong niet zou prikken en of dat wel gezond was, BAH! tengels 😂.



Wij plukten ook een mandvol klimopbladeren onder de deskundige leiding van klimopgrootmeesterplukker Rony en Guy leerde ons hoe wij volledig gratis vloeibare zeep konden maken. Het meest bizarre was dat het ook lukte. Het lukte zo goed dat iedereen die aanwezig was een potje mee wou naar huis en dat Robin het niet kon laten om de hele gang van de Beweging een grondige kuisbeurt te geven. De zeep werd ook al eens getest in de wasmachien en kreeg 4 van de vijf sterren.



De Tafel van Verandering: Onderwijs en armoede in Gent

Hoe is dit ontstaan?

In september 2024 vroeg onze werkgroep Onderwijs aan scholen in Gent: hoe merken jullie armoede op? Welke drempels komen jullie tegen? Maar liefst 97 scholen antwoordden op deze vragen. Daarna toonden we de resultaten aan ouders in kwetsbare situaties. Zij dachten na over hun eigen ervaringen, en praatten hierover.

We merkten dat de scholen en de ouders ongeveer dezelfde problemen zien. Maar wat de ouders nog belangrijker vonden dan de scholen was: meer duidelijkheid, meer voorspelbaarheid, meer betrokkenheid en meer vertrouwen.

Op 17 maart 2025 organiseerden we De Tafel van Verandering. Meer dan 60 mensen kwamen samen: leerkrachten, directeurs, mensen van het CLB en mensen van vzw's, CAW en OCMW. Ze werden in kleine groepen verdeeld en praatten over acht thema's. Daarna schreven ze hun ideeën en adviezen op. Hieronder kan je de belangrijkste ideeën per thema lezen.

Wat was het resultaat?

Omgaan met schaamte en verschil
Armoede is vaak onzichtbaar. Kinderen schamen zich en willen niet opvallen. Kleine dingen kunnen veel pijn doen: vertellen over het weekend in de klas, verjaardagscadeautjes, dure uitstappen...

- Geen klascadeautjes voor verjaardagen: in de plaats een extra pauze of spelletje voor de hele klas;
- Iets anders vragen dan weekendverhalen
- Weggeefkasten voor iedereen: het is ook duurzaam;
- Vertrouwen opbouwen in de eerste schoolweken: minder druk en meer ruimte;
- Vraag aan de leerlingen zelf wat helpt! Betrek hen bij het schoolbeleid;
- Soms staan er in de schoolboeken dingen die kwetsend zijn voor kinderen in armoede. De scholen kunnen dat bespreken met de uitgevers.

Veilig kunnen praten

Veel ouders en leerlingen vinden het moeilijk om open te praten. Ze zijn bang voor het oordeel van de anderen, of begrijpen de moeilijke taal van de school niet.

- Een vaste persoon op school waar je bij terecht kan;
- Niet iedereen kan overdag naar school komen. Graag ook gesprekken buiten de schooluren;
- 'Buddy' system. Ouders die de taal spreken en de weg kennen, helpen andere ouders;
- Leerkrachten mogen wat menselijker zijn: misschien ook eens een persoonlijk verhaal delen?
- Niet iedereen moet alles horen. Genoeg aparte ruimtes voor gesprekken die vertrouwelijk zijn.

Schoolkosten en facturen

Facturen kunnen voor veel stress zorgen. Zeker als je niet weet wat er allemaal komt.

- Bij de inschrijving al meegeven welke kosten er komen;
- Geen grote rekeningen in één keer. Liever gespreid, en liever maandelijkse facturen;
- Wie meer kan, betaalt meer – wie minder kan, betaalt minder: een 'solidariteitstarief'. Zo kan iedereen meedoen;
- De maximumfactuur voor het secundair onderwijs opnieuw bekijken. Veel kosten vallen er nu buiten;
- Bij wie kunnen we terecht als het niet lukt? Een vertrouwenspersoon vermelden op de factuur.
- Zijn alle kosten echt nodig? Moet die dure uitstap echt? Zijn er geen gratis sportevenementen? Dit kan het schoolteam eens bekijken.

Boeken en schoolmateriaal

Boeken en materiaal kosten veel geld, zeker in het secundair onderwijs.

- Als leerlingen van school veranderen: nieuwe laptop, nieuwe kosten. Hier moet meer aandacht voor komen;

- Tweedehands zou normaal moeten zijn, niet alleen voor wie het moeilijk heeft. Scholen kunnen samenwerken om tweedehandsmarkten te organiseren;
- Veel materiaal van oud-leerlingen blijft in de kast, of belandt op het containerpark: waarom niet schenken aan de school? De school kan dan een uitleendienst organiseren;
- Kiezen of: een computer, óf een boek – niet allebei;
- Verplichte invulboeken zijn duur en worden weggegooid. Liever herbruikbaar materiaal;
- Ouders en scholen moeten meer tips krijgen rond 'Kostenbewust onderwijs'.
- Bij de inschrijving al meegeven welke kosten er komen;
- Als de school beter opvolgt welke facturen nog openstaan, zijn er minder verrassingen, en staat de deurwaarder niet plots voor de deur;
- Sommige schulden kunnen misschien kwijtgescholden worden;
- Minder kosten = minder deurwaarders (preventief kosten laag houden, bv. lenen in plaats van kopen);
- Soms heb je recht op extra geld zonder het te weten: studietoelage, verhoogde tegemoetkoming, sociaal tarief energie, internet en telefoon, Buzzy Pazz. De school kan hiermee helpen.

Boeken en schoolmateriaal

Boeken en materiaal kosten veel geld, zeker in het secundair onderwijs.

- Tweedehands zou normaal moeten zijn, niet alleen voor wie het moeilijk heeft. Scholen kunnen samenwerken om tweedehandsmarkten te organiseren;
- Veel materiaal van oud-leerlingen blijft in de kast, of belandt op het containerpark: waarom niet schenken aan de school? De school kan dan een uitleendienst organiseren;
- Kiezen of: een computer, óf een boek – niet allebei;
- Verplichte invulboeken zijn duur en worden weggegooid. Liever herbruikbaar materiaal;
- Als leerlingen van school veranderen: nieuwe laptop, nieuwe kosten. Hier moet meer aandacht voor komen;
- Ouders en scholen moeten meer tips krijgen rond 'Kostenbewust onderwijs'.

Aanmaningen en deurwaarders

Een deurwaarder aan de deur is geen leuke ervaring. Soms worden boeken via een extern bedrijf verkocht. Dan weet de school niet eens dat een gezin een aanmaning heeft gekregen.

- De studietoelagen komen soms te laat. Gezinnen moeten eerst betalen, en pas daarna krijgen ze het geld van de toelage. Dat kan beter geregeld worden;

Digitale drempels en communicatie

Niet iedereen heeft een computer of kan overweg met Smartschool of andere digitale 'platformen'. Daardoor kan je ouders in kwetsbare situaties vaak heel moeilijk bereiken.

- Geef ouders de keuze: digitaal of per brief.
- Veel mensen hebben nu sms of WhatsApp: waarom niet flexibel zijn?
- Soms zijn er wel drie digitale systemen tegelijk: Smartschool én Teams, én Google. Kies één systeem.
- Maak het platform eenvoudiger: duidelijke mappen, duidelijke pictogrammen, niet te veel berichten.
- Bij het begin van het schooljaar: uitleg geven over het systeem. In de gaten houden wie nog niet ingelogd heeft.
- Laat de ouders eerst zelf het systeem testen voor het verplicht ingevoerd wordt.

Het schoolteam: Bijleren en samenwerken

Leerkrachten willen het goed doen, maar hebben daarbij hulp nodig.

- Brugfiguren zijn heel belangrijk. Investeer daarin;
- Werk samen met organisaties in de buurt;
- Een plek waar alle scholen informatie kunnen vinden over laptops, internettoegang, bijleren en doorverwijzen;

- Bijleren over armoede: niet één keer, maar vaak (bv. vorming welzijnsschakels).
- Een pedagogische studiedag organiseren over dit thema.
- Als je studeert voor leerkracht (lerarenopleiding), zou je al moeten leren over armoede en ongelijkheid.
- Diverse schoolteams: leerkrachten met verschillende achtergronden begrijpen leerlingen beter.

Wie helpt op school?

Op school zie je kinderen elke dag. Daardoor kan je het snel merken als er iets scheelt, en snel reageren. Maar daar heb je de juiste mensen voor nodig.

- De leerkracht speelt een belangrijke rol! Het is belangrijk dat ze bijleren over armoede;
- Een brugfiguur die helpt met de gesprekken met de ouders en drempels verlagen;

- Een maatschappelijk werker die bij de inschrijving aanwezig is: zo kan je meteen bekijken op welke hulp een gezin recht heeft;
- Problemen raken vaak meer kinderen tegelijk. Kijk ook breder: wat speelt er op de hele school?

Wat nu?

De ideeën en voorstellen worden verzameld en verder uitgewerkt. Eén of twee thema's krijgen extra aandacht. Drie studenten van de lerarenopleiding van Artevelde Hogeschool zullen al één thema concreet uitwerken. Het doel blijft hetzelfde: geen losse acties, maar echte, blijvende verandering. Voor alle kinderen, los van de portemonnee van hun ouders.

Frederik



Menselijkheid in publieke diensten

De laatste twee vergaderingen met de Volksuniversiteit van ATD bespraken wij de problemen die wij ondervinden bij het gebruik maken van de

publieke diensten en het niet kennen en opnemen van rechten.

Publieke dienst is een organisatie of dienst waar alle burgers naartoe kunnen gaan om hun rechten te kennen en te weten te komen hoe zij deze kunnen bekomen.

Doorheen de VU's kwamen drie duidelijke thema's naar voren.

1. Stigmatisering en gebrek aan menselijkheid
2. Digitalisering en afspraken maken
3. Afstemming tussen verschillende diensten.

1. Stigmatisering en gebrek aan menselijkheid

Menselijkheid betekent dat je eerst als mens wordt gezien en pas daarna als dossier.

- Niet alle openbare diensten zijn toegankelijk;
- Als je alleen gaat, word je scheef bekeken alsof we minderwaardig zijn;
- Eerst een afspraak maken is moeilijk voor veel mensen. Maar meestal kan je ook aan het loket of telefonisch een afspraak maken;
- Afspraak maken bespaart tijd, anders moet je in de wachtzaal zitten wachten;
- Bij oudere mensen gaat de motoriek weg om digitaal te werken;
- Basisvoorzieningen zijn niet ok: bedelen wordt de orde van de dag. Gemeentebesturen beginnen zelf voedselbedelingen te organiseren. Dat zijn oplossingen die structureel aangepakt moeten worden.

Het is precies of diensten verzwijgen waar je recht op hebt. Het is maar als je zelf iets komt vragen, omdat je het ergens gehoord of gelezen hebt, dat ze ineens weten dat je er recht op hebt. Waarom kunnen ze dat niet van bij het begin toekennen?

Ze zeggen soms: je hebt recht op... Maar... dan wordt het pas gevaarlijk. Ik wil enkel weten

waar ik recht op heb en ik verwacht dat ze me helpen om dat recht te krijgen. Normaal gezien moet je om de drie maanden een gesprek hebben met je assistent(e). Ik ben nu 1,5 jaar in collectieve maar heb mijn assistente slechts 1 keer gezien.

2. Digitalisering en afspraken maken

Ik ga niet meer naar veel diensten, het dienstencentrum en de ziekenkas. Als ik iets nodig heb, zoek ik dat op in het boekje "Met weinig geld leven in Gent" of ik zou het in de Beweging vragen. Meestal denk ik dan achteraf wat ik nog meer had kunnen doen. Het is goed dat je digitaal afspraken kunt maken, dat spaart tijd die je anders in de wachtzaal doorbrengt. Je kan ook beter plannen. Als je het zelf niet kan, vraag het aan iemand. Mijn mama kan het ook niet, ik doe het voor haar.

Er wordt op verschillende snelheden gewerkt. Soms kan je een formulier gemakkelijk digitaal bekomen, anders duurt het weken voor je het opgestuurd krijgt.

Als je iets niet begrijpt, hoe los je het dan op? Opzoeken in Google (maar dan oppassen voor AI), bellen naar de dienst en vragen om het uit te leggen.

De eerste keer dat ik leefloon kreeg, zeiden ze niet dat ik recht had op een installatiepremie. Ze wachten altijd tot jij de vraag komt stellen. Bij de Rechtenverkenner is de verwoording te moeilijk. Er zijn vier basisvragen en dan krijg je veel te veel rechten te zien waar je uit kan kiezen. We probeerden iets en kregen 188 rechten, dat is veel te breed, dat moet vernauwd worden.

3. Afstemming tussen verschillende diensten.

Als ik een nieuw medicament moet krijgen, gaat het van het ziekenhuis naar de mutualiteit, dan naar het OCMW en dan naar mijn bewindvoerder. Ik vraag opslag voor mijn medicatie, het gaat niet, en dan spreken ze

van toegankelijke gezondheidszorg!

Ik zou graag hebben dat de gegevens meer gecentraliseerd worden en bekeken kunnen worden via de databank. Mijn assistent duwt op een knop en ze ziet alle gegevens. Bij mijn jurist gebeurt hetzelfde maar je moet in drie verschillende diensten drie keer je hele geschiedenis herhalen.

De rechten zouden automatisch moeten worden toegekend. Nu krijgen enkel de mondige mensen waar ze recht op hebben. Als je alleen naar een dienst gaat, word je meestal niet goed behandeld. Diensten willen die automatische toekenning niet goedkeuren omdat ze schrik hebben voor misbruik.

Ik zou het interessant vinden dat er op 1 plek per wijk of stad een soort dienst opgericht wordt van verschillende organisaties waar mensen in armoede mee te maken hebben;

OCMW, huisvesting, mutualiteit enz. Je zou er vrij moeten kunnen naartoe stappen als je problemen hebt en als die diensten en/of organisaties op 1 plek zitten, kom je gemakkelijker bij de juiste persoon terecht.

Op de vergadering van 18 april nodigden we Anja Vanrobaeys uit, volksvertegenwoordiger voor Vooruit en gemeenteraadslid in Aalst. De punten waar zij beloofde rond te werken zijn: het automatisch informeren van de mensen over hun rechten; de rechten niet meer afhankelijk maken van de plaats waar je woont; de privatisering van diensten tegengaan en werken aan een betere communicatie tussen verschillende diensten.

Tiene, Ann & Guy

15

De volgende Volksuniversiteit is op zaterdag 27 juni 2026 in Brussel. Het word een nationaal treffen. Wie mee wil contacteerd Guy 0473/67.56.38



Is dit een geslaagd voorbeeld ? Deze info werd echter nog niet gecheckt naar bruikbaarheid. De stad Deinze heeft haar sociale dienstverlening vernieuwd. Je kunt er zonder afspraak binnenlopen tijdens vaste uren op werkdagen van 9 uur tot 17 uur en op dinsdag tot 19 uur.

Daar beantwoorden zij jouw vraag maar zoeken zij ook uit waar je recht op hebt. "Dit is een warm en laagdrempelig onthaal in dienstencentrum De Leiespiegel, daar bundelen wij diverse diensten en organisaties en kan elke burger snel weten waar hij terecht kan".

BAPN (Belgisch Netwerk tegen Armoede)

Binnen BMLIK blijven we BAPN (Belgisch Netwerk Armoedebestrijding) actief opvolgen, voornamelijk onder begeleiding van Wesley. Hieronder vind je de belangrijkste aandachtspunten en acties die voortgekomen zijn uit de verslagen van de overlegmomenten rond wonen en werk.

Dak- en thuisloosheid

Er komt een nieuwe Housing First-oproep met focus op twee prioriteiten: continuïteit van zorg en Housing First for Youth.

De aanpak blijft inzetten op noodopvang, maar vooral op duurzame woonoplossingen voor mensen met complexe problemen (Housing First methodiek).

De twee focuspunten zijn:

1. Continuïteit van zorg voor mensen na het ziekenhuis of buiten het ziekenhuis
2. Housing First for Youth focust op aangepaste zorg voor jongeren (van 16 tot 30 jaar) die geen thuis hebben

Toegankelijke zorg

De 0,5^{de} lijn wordt versterkt in de vijf grootste steden, met extra aandacht voor herstelbedden en samenwerking rond psychologische en verslavingszorg.

0,5^{de} gezondheidslijn = gezondheidszorg voor kwetsbare personen die geen toegang vinden tot de eerste lijn van de reguliere gezondheidszorg.

Er komt meer afstemming tussen partners uit de reguliere zorg als versterking van mobiele teams (psychologen, huisartsen, politie, etc.), zodat kwetsbare mensen sneller de juiste hulp krijgen.

Verlaging energieprijzen

Energie- en telecomprijzen moeten betaalbaarder worden voor kwetsbare gezinnen en de energieleveranciers moeten duidelijke prijsvoorstellen tonen in prijsvergelijkers.

Verlaging energieprijzen

Energie- en telecomprijzen moeten betaalbaarder worden voor kwetsbare gezinnen en de energieleveranciers moeten duidelijke prijsvoorstellen tonen in prijsvergelijkers.

Telecomoperators

Telecom is een basisbehoefte. Veel consumenten blijven onbewust op te dure abonnementen zitten, door een gebrek aan kennis, tijd of digitale vaardigheden.

Daarnaast moeten telecomoperators jaarlijks het voordeligste tariefplan voorstellen aan de consument.

Werk en activering

Het GPMI (Geïndividualiseerd Project voor Maatschappelijke Integratie) wordt gestimuleerd als instrument voor duurzame activering.

Het toepassingsgebied wordt uitgebreid naar meer leefloongerechtigden, behalve waar werken om redelijke- of gezondheidsredenen niet mogelijk is.

Het GPMI is een hefboom om mensen uit armoede te halen. Het biedt een op maat gemaakt traject rond het inschakelen in het beroepsleven of de inschakeling in de maatschappij.

OCMW's krijgen een bonus wanneer iemand na begeleiding minstens een jaar aan het werk blijft.

Samenwerking en administratie

Er komt meer samenwerking tussen VDAB, Actiris, Forem en OCMW's om cliënten beter op te volgen en te begeleiden.

De federale regering wil ook de administratieve last voor maatschappelijk werkers verminderen, zodat er meer tijd is voor begeleiding.

De woonzaak

De Woonzaak is een brede coalitie van een zeventigtal organisaties die aandacht vraagt voor de wooncrisis in Vlaanderen. Onder de deelnemers bevinden zich onder meer het Vlaams Huurdersplatform, Netwerk tegen Armoede en Welzijnzorg. De coalitie zet zich in om het recht op wonen hoger op de politieke agenda te plaatsen en structurele oplossingen na te streven.

Voor onze organisatie volgt Wesley dit dossier van nabij op. Hieronder vind je zijn verslag.

Geachte lezer,

Op donderdag 19 maart spoorde ik richting "De Kriekelaar" in Schaarbeek voor een evaluatie van de woonzaak. Waar staan we? Wat hebben we reeds bereikt? Waar willen we samen naartoe werken?

De woonzaak is een initiatief van de Gentse wooncoalitie, SAAMO en nog vele andere verenigingen. Er waren reeds enkele acties, waaronder het tentenkamp onder de schaapstal aan 't Gentse stadhuis.

De sociale huurmarkt ondergaat een aantal verstrengingen, na o.a. de middelentoets en sociale binding komen er nog een aantal verstrengingen:

- *Alle (kandidaat-)huurders moeten zich inspannen om werk te vinden of een traject richting werk te volgen.*
- *Er komen strengere regels rond het behaalde resultaat voor taalvereisten.*

Daarnaast kan de eerste maand dubbele huur kwijtgescholden worden, de rest van de maanden wordt verder afgelost in stukjes. De middelentoets is niet van toepassing bij zittende huurders en mutaties binnen dezelfde woonmaatschappij, in alle andere gevallen echter wel.

Enkele besproken cijfers:

- *In het CIR (Centraal Inschrijvingsregister) 210000 wachtenden.*
- *Er komen tegen 2045, 56000 effectieve extra sociale woningen bij.*
- *6,5% zal met dit groeipad sociaal zijn tegenover 5% nu.*

Het jaarthema van de woonzaak wordt nu de private huurmarkt. We konden een deelthema kiezen dat als eerste behandeld zal worden. Betaalbaarheid bleek het populairst; boven de kwaliteit van wonen, de woonzekerheid en de toegang tot het private huursegment. Een algemene blokkering van de huurindexaties wordt structureel verankerd bij de slechtere woningen.

17

Wesley

WOONZAAK SPRAAK

Interview met Kato (Vervangende groepswerkster)



Dag Kato. Welkom in het team van BMLIK. Jij zal tijdelijk de functie van Mathilde overnemen als groepsmedewerker. Kan je jezelf even kort voorstellen?

Hoi. Ik ben Kato. Ik ben 24 (bijna 25) jaar. Ik ben vorig jaar afgestudeerd, dus dit is mijn eerste job en ik ben hier nu twee maanden bezig. Daarvoor heb ik eerst pedagogische wetenschappen gestudeerd, dan sociale agogiek. Daarna heb ik de kans gehad om ook een jaartje stadssociologie in Rotterdam te volgen. De focus lag daar op grootstedelijke vraagstukken en de uitdagingen die daarmee gepaard gaan.

Verder volg ik in mijn vrije tijd twee keer in de week avondonderwijs keramiek. En houd ik me graag bezig met naaien en koken.

Je bent afgestudeerd als sociaal werker en pedagoog. Wat heeft je gemotiveerd om te starten als groepsmedewerker bij BMLIK?

Eerst en vooral heb ik stage gevolgd bij BMLIK voor een maandje. Dat was een superleuke ervaring. Ook tijdens mijn studies en erna voelde ik dat ik altijd al rond armoede wou werken. En het liefst ook het beleidsmatige, dus exact wat ik nu mag doen. Het structureel aankakken van armoede, is altijd iets dat ik interessant heb gevonden en vind. Armoede is iets waar nog veel rond gedaan kan en moet worden.

Kan je eens vertellen aan de lezer waar je vooral mee bezig bent als groepsmedewerker?

Momenteel ben ik grotendeels verantwoordelijk voor het verbreden van de doelgroep. Enerzijds doe ik dat door met organisaties samen te werken. Ik ben bijvoorbeeld onlangs naar Dien-Centrum Noord gegaan, een dienstencentrum voor voedsel, kledij en onthaal. We gaan daar een themawerking opstarten op locatie. Verder is het ook de bedoeling dat ik met het mooiere weer naar de buurthuizen ga om daar connecties te zoeken en met mensen in gesprek te gaan. Daarvoor ben ik nu ook gesprekskaarten aan het maken en nemen we het rad ook mee. Afhankelijk welk nummer ze draaien, wordt een thema besproken. Ik ben ook met de middengroep aan het werken rond het jaarthema van het Netwerk tegen Armoede: toegang tot rechten. Het is een veelbesproken en groot thema, maar ik zou het graag behapbaarder en visueel willen maken. Tot slot zullen we ook de werkgroep rond 17/10 (dag tegen armoede) opstarten. We streven naar een groter evenement, want naast de optocht en avondvoorstelling zouden we ook graag een organisatiemarkt op poten zetten aan het Sint-Pietersplein.

“Armoede is iets waar nog veel rond gedaan kan en moet worden.”

Je bent nu al twee maanden aan de slag hier, hoe heb je het die eerste maanden al ervaren?

Goed! Ik vind het eigenlijk echt heel leuk. Het is een klein, maar leuk team. Dat is handig, want omdat we zo klein zijn, kunnen we alles heel snel met elkaar bespreken en efficiënt terugkoppelen naar elkaar. Ik vind het ook uitdagend omdat mijn rol is om nieuwe mensen te zoeken, en dat wil ik ook goed doen.

Bij BMLIK vinden we het belangrijk om mensen in armoede aan het woord te laten. Op welke manier worden mensen in armoede betrokken bij je functie?

Ze zijn sowieso bij alles betrokken. Als we werken rond toegang tot rechten bijvoorbeeld, zal ik bijvoorbeeld niets uitwerken, maar werken we samen. Zij zijn degenen met ervaring. Bij de Bijeenkomst bijvoorbeeld, komt het kader van ons, maar de input en output komen van de mensen. De thema's die aan bod komen, kunnen bijvoorbeeld ook van de mensen zelf komen. Binnen een paar maanden komt er bijvoorbeeld een expert over podologie omdat de groep daar interesse voor had.

Waar haal je het meeste energie uit in je job?

Ik haal heel veel energie uit het in contact staan met de mensen van BMLIK. Ik had niet verwacht dat het zo goed bij me zou passen, maar ik krijg er eigenlijk heel veel energie van.

Je werkt ook samen met organisaties en instanties. Hoe verloopt die samenwerking?

Met KRAS bijvoorbeeld hebben we een beginnende samenwerking die alvast goed verloopt. Voor onze film Overdatum verliep alles met de Stadsacademie en KRAS ook heel goed. Ik denk dat het vooral belangrijk is om te onthouden dat we allemaal hetzelfde doel hebben en zo ook het beste kunnen samenwerken.

Is er nog iets dat je wil meegeven aan de lezer?

We zijn zeer dankbaar voor alle waardevolle mensen en staan ook open voor frisse energie. Iedereen is meer dan welkom bij BMLIK!

Hannah

19



Onze familiale zomeruitstap op zaterdag 22 augustus

Heb je zin in een gezellig dagje natuur en dier?

Schrijf je in ten laatste op 15 juli 2026 bij Kato:
0486/94.59.84!

Individueel: €3

Gezin: €6

ZOO
PLANCKENDAEL



Langdurig ziek: 'Hoe maak je de terugkeer naar werk mogelijk?'

Langdurig ziek zijn brengt grote risico's met zich mee: mensen verliezen vaak hun job, hun inkomen daalt en armoede dreigt. Onderzoek van het Netwerk tegen Armoede, gebaseerd op gesprekken met ervaringsdeskundigen, toont aan dat de overgang van ziekte naar werk beter ondersteund moet worden, met aandacht voor een geleidelijke opbouw.

In de samenleving hangt er een negatief beeld rond ziekte. Wie niet werkt, wordt vaak gezien als iemand die niet bijdraagt, terwijl langdurig zieken ook op andere manieren waardevol zijn, bijvoorbeeld via zorg of vrijwilligerswerk.

Tegelijk blijft werk belangrijk, omdat het een hefboom kan zijn om uit armoede te geraken en herstel te ondersteunen. Toch is aangepast werk, waarbij gezondheid vooropstaat, nog te weinig beschikbaar.

Inkomensonzekerheid

Een grote drempel is inkomensonzekerheid. Mensen verliezen vaak inkomen wanneer ze ziek worden, en ook de terugkeer naar werk leidt niet altijd tot financiële verbetering. Complexe regels rond uitkeringen en belastingen zorgen voor extra stress. Daarom pleit men voor een gegarandeerd inkomen boven de armoedegrens, ook bij combinatie van werk en uitkering.

Veel wantrouwen in het systeem

Daarnaast ervaren langdurig zieken veel wantrouwen in het systeem. Strengere controles maken dat ze zich telkens opnieuw moeten bewijzen. Hun eigen stem, en die van hun behandelende arts, wordt onvoldoende gehoord.

Ook de administratie is ingewikkeld: verschillende uitkeringen en instanties zorgen voor verwarring en vertraging. Gebrek aan samenwerking leidt ertoe dat mensen soms tegenstrijdig advies krijgen en vastlopen.

Herstel is een persoonlijk proces

Herstel is bovendien een persoonlijk proces dat tijd en autonomie vraagt.

Beleidsmaatregelen die inzetten op verplichtingen en sancties werken vaak contraproductief. Langdurig zieken willen zelf regie over hun traject, met ondersteuning op maat.

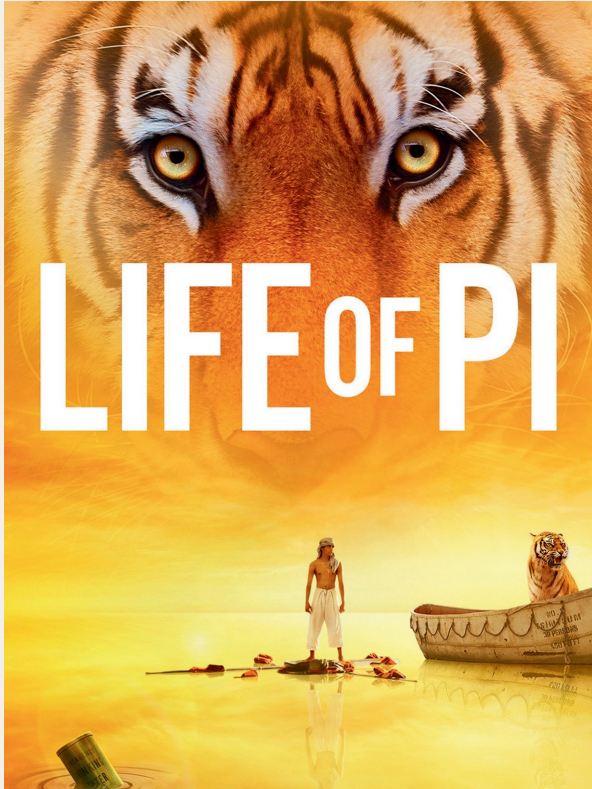
Uitstellen van zorg

Ook in de gezondheidszorg bestaan drempels. Extra kosten zorgen ervoor dat mensen zorg uitstellen, wat leidt tot ongelijkheid: wie meer kan betalen, krijgt sneller hulp. Er is nood aan betere toegankelijkheid, bijvoorbeeld via uitbreiding van de derdebetalersregeling.

Controle en besparing gaan samen met onzekerheid en angst.

Tot slot zorgt de huidige focus op controle en besparing voor angst en onzekerheid, niet alleen bij zieken zelf maar ook bij hun omgeving. In plaats van dwang is er nood aan vertrouwen, ondersteuning en aangepast werk. Een mensgerichte aanpak, met aandacht voor een geleidelijke terugkeer naar werk, is cruciaal om de negatieve spiraal van ziekte en armoede te doorbreken.

KOM'TERIN



“**Het leven van Pi**” vertelt het ongelooflijke verhaal van Piscine Patel (Pi), een zestienjarige Indiase jongen wiens vader een dierentuin in India heeft. Wanneer de familie besluit het land te verlaten, wordt de hele dierentuin ingescheept. Maar het schip vergaat en de enige overlevenden op de reddingssloep zijn Pi, een hyena, een zebra met een gebroken been en een tijger van 200 kilo. 227 dagen dobbert de sloep over de Grote Oceaan...



Woensdag, 27 Mei 2026



14:00u - 17:00u



Nieuwebosstraat 3, 9000 Gent

21

Spelnamiddag “Viking Kubb”

Hou jij van een uitdaging? Kom dan naar het Coyendanspark en probeer als eerste de koning omver te gooien, in dit razend spannende Viking Kubb spel, een leuk, oeroud Vikingspel dat uit Zweden is overgewaaid en dat draait om behendigheid, tactiek en strategie.



Woensdag, 24 Juni 2026



14:00u - 17:00u



Het Coyendanspark

Samenzijn

Zin in een gezellige namiddag in het Keizerspark?

BMLIK zorgt voor een drank, fruit en koekje en iedereen die wil brengt iets lekkers mee om te delen.

Samen maken we er een heerlijke, ontspannende namiddag van!



Woensdag, 29 Juli 2026



14:00u - 17:00u



Het Keizerspark

Woordenspel

Verbind het juiste dier met het juiste achtervoegsel.

Vogel



Hok



Honden



Web



Spinnen



Vijver



Vlinder



Nest



Vis



Tuin



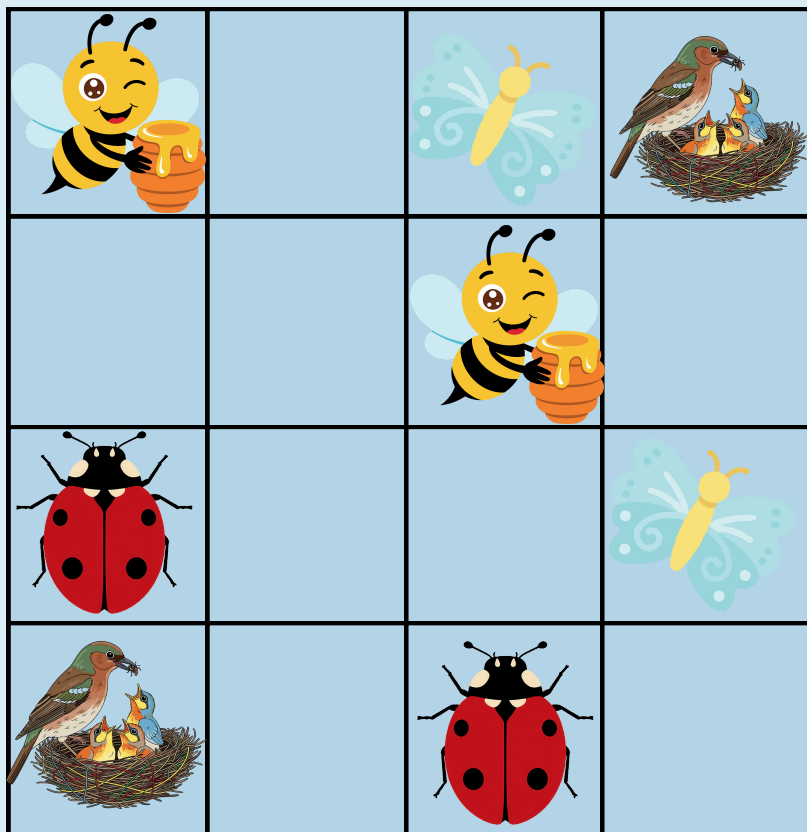
Woordenzoeker

I	N	E	P	P	O	N	K	G	T	H	M	T	T	N	G
F	A	E	Y	C	J	G	R	O	E	I	E	N	S	E	I
V	T	N	M	F	Z	A	E	I	Z	S	D	I	E	R	M
H	U	W	Y	E	J	N	G	Q	G	I	N	K	L	E	U
K	U	A	J	L	O	R	E	Z	N	B	E	T	J	G	K
A	R	R	J	Z	E	L	N	K	V	C	L	A	O	E	X
X	V	M	Y	N	Q	W	B	R	V	Z	E	X	M	I	C
T	L	E	E	V	Y	O	O	K	R	A	P	U	H	L	H
C	I	S	I	E	R	L	O	O	H	C	S	Z	F	V	A
L	N	E	A	H	I	R	G	K	C	I	N	K	C	I	P
M	D	O	S	J	E	T	U	I	N	W	E	R	K	E	N
Y	E	L	K	I	J	F	G	F	U	P	T	Y	U	U	Q
V	R	B	Z	X	C	Y	F	K	Q	X	I	F	Y	A	B
C	S	E	V	R	I	E	N	D	E	N	U	I	T	J	E
F	L	M	R	H	D	M	E	F	P	S	B	W	I	M	R
P	M	A	K	S	A	A	P	J	D	C	W	X	Y	D	C

- Bloemen
- Bloesem
- Buitenspelen
- Energie
- Groeien
- Knoppen
- Natuur
- Paaskamp
- Park
- Picknick
- Plezier
- Regenboog
- Schoolreis
- Tuinwerken
- Vliegeren
- Vlinders
- Vriendenutje
- Vrolijk
- Warm
- Zon

Sudoku

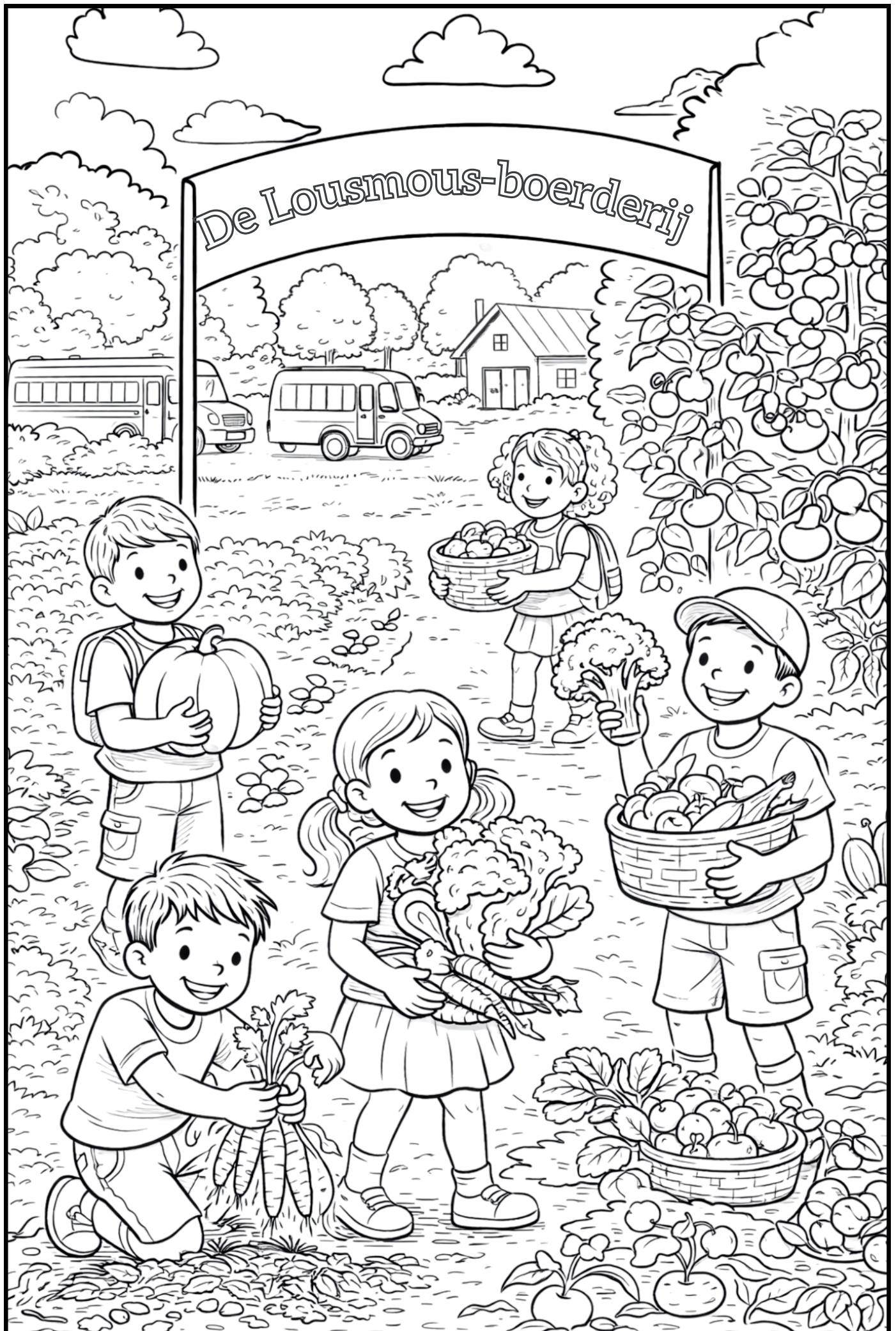
Knip de plaatjes uit en plak ze in het kader op de juiste plaats. Elk plaatje mag slechts 1 keer voorkomen op een horizontale, platte lijn of op een verticale, staande lijn.



23

Rebus





Dit ben ik, Andro

Ik ben een jongen van 14.

Ik ga naar het bijzonder onderwijs en zit in het eerste middelbaar.

Daar krijg ik alle vakken. Zoals hout, koken, tuinbouw enzovoort. Als we toetsen hebben gehad mag ik de overschot meenemen naar huis, dan kunnen mijn mama en papa ook proeven van mijn kookkunsten.

Ik ga op donderdagavond een uurtje gaan basketballen als ik in de leefgroep ben.

Meestal ga ik daar met de fiets naartoe. Mijn andere hobby is voetbal.

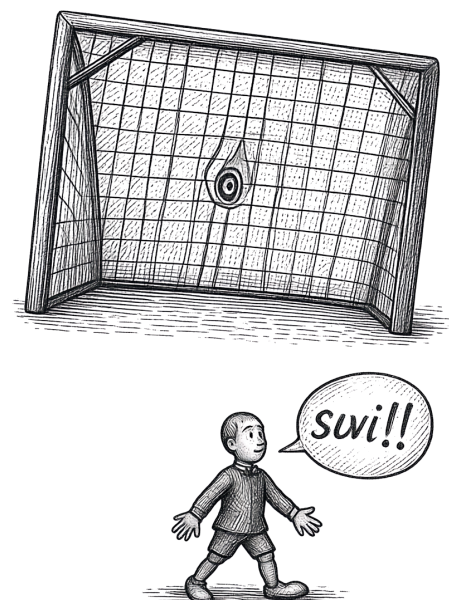
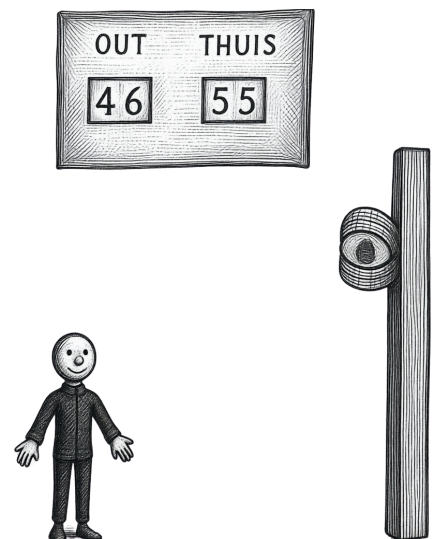
Gelukkig bestaat er G-sport, want door mijn ADHD en autisme kan ik niet in een gewone voetbalploeg spelen.

In de G-sport zijn het kinderen en mensen die niet in een gewone voetbalploeg kunnen spelen.

De voetbaltrainingen gaan twee keer per week door. Op woensdag en vrijdagavond van 18:30u tot 20:00u. Eén keer per maand is er in het weekend een voetbalmatch, soms is het ook meer in de maand.

In het weekend speel ik met vrienden buiten en speel ik op mijn PlayStation 4.

Ik speel ook graag gezelschapsspelletjes met mama. En soms doen we in het weekend een filmavond, dan zitten we allemaal gezellig in de zetel naar een film te kijken die we als gezin gekozen hebben, meestal met chips, snoep en iets van fruit en groenten erbij.



Gedicht over eenzaamheid

Hier zitten sommige mensen in hun cocon,
Zij voelen zich eenzaam
Ook als ze buiten zijn onder de mensen
voelen ze zich nog steeds eenzaam

De mensen kijken niet naar hen op
Dan sluiten ze zich op
Ze willen uitbreken
maar weten niet goed hoe
Ze het moeten doen.

Als wij nu eens allemaal samen
een eenzaam mens eens meevragen
en hem aandacht geven,
Al is het maar eens luisteren.

We moeten zijn vertrouwen winnen.
Dan kunnen wij bij hem naar binnen
We betrekken hem bij wat we doen,
Zo breken ze uit en langzaam
komen ze eruit
en komen ze naar buiten.

Dan is het hopelijk
Vaarwel eenzaamheid!

Rosita



Nieuwsbrief per post of liever per e-mail?

Wens je de nieuwsbrief voortaan enkel nog digitaal te ontvangen? Stuur een mailtje naar info@bmlik.be en vanaf mei ontvang je die in jouw mailbox.



Contactpunt "Waardige Uitvaart" herdenkt de overledenen.

Zondag 7 juni 2026 om 14:00u - Ontvangst 13.30u

Aan de herdenkingsboom Westerbegraafplaats Gent
(Opgelet! Er is geen toegang met de auto mogelijk.)

Al diegenen die een stadsbegrafenis kregen, worden op zondag 7 juni 2026 om 14:00u herdacht op een korte herdenkingsplechtigheid aan de herdenkingsboom op de Westerbegraafplaats.

We nodigen iedereen die een dierbare verloren heeft, alsook sympathisanten uit op deze plechtigheid.

Op het herdenkingsmoment zal de naam van de overledene aan de boom gelegd worden. Er worden ook blanco stenen gelegd waar je zelf de naam van een overledene kan opschrijven.

Er wordt op dat moment ook ruimte gecreëerd om eigen gedachten, herinneringen of teksten te delen, zodat we er samen een persoonlijk en betekenisvol moment van kunnen maken.

De herdenking krijgt muzikale ondersteuning van "Lucas Moors" en "Ypsilon".

Na de herdenking is er een ontmoetingsmoment met een drankje.

Er is geen afdak en er zijn geen zitplaatsen voorzien, breng gerust je stoel mee.

Voor verdere inlichtingen:

Els De Smet

Tel. 0479/43.33.27



27

Ceremonie Brussels Straatdodencollectief

De jaarlijkse herdenkingsceremonie van het Straatdodencollectief in Brussel gaat dit jaar door op donderdag 28 mei 2026 om 11:00u in het stadhuis van Brussel.

Tijdens deze gelegenheid herdenken we alle straatdoden van Brussel van het afgelopen jaar. Wie mee wil conacteerde Guy 0473/67.56.38

Een waardig afscheid voor alle Brusselse straatbewoners

Het Straatdodencollectief werd in 2005 opgericht door straatbewoners, buurtbewoners en organisaties uit de Brusselse Vierde Wereld. De Vierde Wereld, ATD, stond mee aan de wieg. Onze missie: ijveren voor een waardig afscheid voor Brusselse straatbewoners. Als een dakloze sterft, blijft dat vaak onopgemerkt. Daarom gaan we samen op zoek naar familie en/of vrienden om de sporen. Wij zorgen er zo voor dat mensen op de begrafenis aanwezig zijn. Bij sociale diensten en stadsdiensten bemiddelen wij om een waardige uitvaart te regelen.



AGENDA

MEI

Dinsdag
12 Mei
Middengroep
17:00u - 20:00u

Woensdag
13 Mei
Werkgroep Gezondheid
17:00u - 19:00u

Dinsdag
19 Mei
Open Bestuursorgaan
19:00u - 21:00u

Donderdag
21 Mei
Bijeenkomst
18:00u - 21:00u

Dinsdag
26 Mei
Werkgroep Onderwijs
13:30u - 15:00u

Dinsdag
26 Mei
Middengroep
17:00u - 20:00u

Woensdag
27 Mei
KOMT ERIN (Film: The Life of Pi)
14:00u - 17:00u

Donderdag
28 Mei
ATD Uitvaart Straatdoden (Brus)
11:00u

JUNI

Woensdag
3 Juni
Pluk, Kook en Proef
13:00u - 17:00u

Donderdag
4 Juni
Werkgroep 17/10
16:00u - 18:00u

Vrijdag
5 Juni
NTA: overleggroep onderwijs
10:00u - 12:30u

Zondag
7 Juni
Waardige uitvaart
13:30u

Dinsdag
9 Juni
NTA: Overleggroep Werk en sociale bescherming
10:00u - 12:30u

Dinsdag
9 Juni
Middengroep
17:00u - 20:00u

Vrijdag
12 Juni
Werkgroep Cultuur & Vrije Tijd
16:00u - 18:00u

Woensdag
17 Juni
Werkgroep Gezondheid
17:00u - 19:00u

Donderdag
18 Juni
Bijeenkomst (17/10)
18:00u - 21:00u

Dinsdag
23 Juni
Middengroep
17:00u - 20:00u

Woensdag
24 Juni
KOM'TERIN (spelnamiddag: buitenspelen - kubben, etc.)
14:00u - 17:00u

Dinsdag
30 Juni
Werkgroep Onderwijs
13:30u - 15:00u

JULI

Dinsdag
7 Juli
Middengroep
17:00u - 20:00u

Woensdag
8 Juli
Pluk, Kook en Proef
14:00u - 17:00u

Vrijdag
10 Juli
Werkgroep 17/10
14:00u - 16:00u

Vrijdag
10 Juli
Werkgroep Cultuur & Vrije tijd
16:00u - 18:00u

Woensdag
15 Juli
Werkgroep Gezondheid
17:00u - 19:00u

Donderdag
16 Juli
Bijeenkomst (Uitwerking 17.10)
17:00u - 19:00u



Luc Vandenheede
Voorzitter
09 224 12 15
info@bmlk.be



Kato Defloo
Groepswerkster
0486/94.59.84
kato.defloo@bmlk.be



Liesbet Van Cauteren
Projectmedewerkster
0478/18.88.44
liesbet.van.cauteren@bmlk.be



Guy Cammaert
Vrijwilliger volwassenwerking
0473/67.56.38
guylouiscammaert@gmail.com

Verantwoordelijke uitgever: Luc Vandenheede

 **Redactieleden:** Guy, Ann, Hannah, Wesley, Rosita, Els, Tienne, Andro en Kato

 **Foto's:** Robin, Koen en Guy

 **Vormgeving:** Robin Fostier

 **Nieuwebosstraat 3, Gent**

 **09/224.12.15**

 **info@bmlk.be**

Pluk, Kook, Proef en Lous Moes

Hey, vrienden en gezellen van de Lous Moes, zaai en pluk vrienden, ...

Onze PKP (pluk, kook, proef) werkgroep lag niet stil. Ondanks het lekker zonnetje waar wij de laatste weken van konden genieten en die ons eerder uitnodigde om languit in het malse gras van het Lousbergparkje te liggen niksen, hebben wij onze vergader- en zaairuimte volledig klaargemaakt. Billy heeft al heel wat 'mini' serretjes bezaaid en wij zijn in blijde verwachting van wat hier uitkomen zal. Alles ligt klaar om de eerste 'baby's' op te vangen. Ik heb het hier wel over 'baby tomaatjes' Hé.



Onze moestuinbak ligt er ook klaar bij. Gery kreeg de titel van Koninklijke Moeshout schilder, Siska en Michaël ontpopten zich al snel tot volwaardige tuinmeubelen experts. Maar het beste moest nog komen... Was dat sleuren: 600 liter potgrond hebben wij verhuisd van de Gamma tot de Lousberg.



Laatst maakten wij ook een uitstap en plukten een volle mand netels bijeen waarmee wij later op die dag een lekkere soep maakten. De soep werd door iedereen gesmaakt. Behalve eentje die er niet van overtuigd geraakte dat hij zijn tong niet zou prikken en of dat wel gezond was, BAH! tengels 😊.



Wij plukten ook een mandvol klimopbladeren onder de deskundige leiding van klimopgrootmeesterplukker Rony en Guy leerde ons hoe wij volledig gratis vloeibare zeep konden maken. Het meest bizarre was dat het ook lukte. Het lukte zo goed dat iedereen die aanwezig was een potje mee wou naar huis en dat Robin het niet kon laten om de hele gang van de Beweging een grondige kuisbeurt te geven. De zeep werd ook al eens getest in de wasmachien en kreeg 4 van de vijf sterren.



Wat eet ik vandaag

*Kan ik eten
Wat kan ik eten
Hoeveel kan ik spenderen.*

*Ik krijg wel in de voedselbedeling
Als ik koop, koop ik wat ik wil.
Ik koop goedkoop
goedkoop en snel klaar.
Fastfood gaat snel en is goedkoop
Ik weet wel niet wat ik eet maar het smaakt
Ik weet niet wat het is maar ik zit vol.*

*Ik zou moeten eten wat gezond is
Ik zou moeten eten wat duurzaam is.
Wat is dat dan? Ik ken dat niet.
Is gezond 'ECO'
Is het Nutri Score label A
Is het 'dit is Belgisch'
of is het 'BIO'*

*Ik eet wat ik ken
Frieten dat ken ik goed
en hamburger
en chips*

*Vandaag eet ik met PKP brandnetelsoep
Ik moet toegeven dat dit lekker is
Het was vlug klaar en 't kostte niets
Dat was ook gezond.*

*Morgen ga ik daar in 't parkske wel geen
brandnetels gaan trekken
Wat zouden de mensen wel denken
Straks noemen ze mij een koe in 't gebuurte
Groen is toch voor de koeien he
Morgen ga ik een burgerke eten
dat ken ik en 't is lekker.*



Kato Defloo
Groepswerkster
0486/94.59.84
kato.defloo@bmlik.be



Liesbet Van Cauteren
Projectmedewerkster
0478/18.88.44
liesbet.van.cauteren@bmlik.be



Guy Cammaert
Vrijwilliger volwassenwerking
0473/67.56.38
guylouiscammaert@gmail.com

 Nieuwebosstraat 3, Gent
 09/224.12.15
 info@bmlik.be