

KERK & Leven

08

2019

WEEKKRANT

20 FEBRUARI

JAARGANG 80

EDITIE 4330

SINT-FRANCISCUS
SINT-ANTONIUS
DON BOSCO

FEDERATIE FRANDO

WWW.KERKENLEVEN.BE

P900720 | AFGIFTEKANTOOR: 2099 ANTWERPEN X | AFZENDER: HALEWIJNLAAN 92 - 2050 ANTWERPEN

OECUMENISCHE VIERING VAN DE CHRISTELIJKE KERKEN IN LEUVEN



Mariakapel Heverlee, zondag
20 januari 2019

Welkom

Mensen van overal aangewaaid vormen hier weer een kring te samen: vele gezichten, elk zijn verhaal. Is dit maar dromen of horen wij bijeen?

Heer, moge deze dag goed zijn
Geef ons uw vrede
En geef ons uw liefde

Heer, moge deze dag goed zijn
Geef ons uw vrede en liefde.

Uit de homilie van predikant Ernst Veen

Godsspraak van de profeet, Jesaja: 'Al die offers in de tempel, wat moet ik daar mee? Waartoe dienen al de zogenaamd vrome brandoffers van rammen en kalveren. Ik heb genoeg van al het vrome gedoe in de tempel, terwijl jullie gewoon doorgaan met onrecht plegen. Stop met die liturgische huichelarij in dienst van het kwaad. Leer goed te doen, houdt de geweldenaar in toom, doe recht aan wees en weduwe, sta de zwakke bij.'

Wij wijzen in onze verlegenheid dan al gauw als excuus naar de economie en vragen: wie gaat dat allemaal betalen? De zorg voor de zorgbehoeftigen, de armen, de wees, de weduwe, de vluchtelingen,...

Echter, ook als economische omstandigheden zwaar en moeilijk zijn, ook dan moet, aldus de kern-



boodschap van de profeten, Israël anders zijn, anders in de zin van: levend volgens de Tora: rechtvaardig en menselijk, vredelievend en met oog voor de noodlijdenden en voor allen die in de hoek zitten waar de klappen vallen.

Houd die andere weg vol, zo roept de profetie van Israël vandaag ook ons toe. Houd vol, die Tora-weg van gerechtigheid, van vrede, van solidariteit. Juist als de tendens in de wereld anders is. Juist als het politieke klimaat vooral het eigenbelang wil benadrukken en het eigen erf wil beschermen ten koste van de bescherming van ontheemden en van de vreemdelingen aan onze poorten. Juist als nationale of internationale ontwikkelingen zo'n rechtvaardige weg onmogelijk lijken te maken, volg dan toch de Tora en ga niet mee op de wegen van het onrecht, maar houd dan, juist dan de droom van het beloofde land vast.

Maar meteen is dan de vraag: gaat die bijbelse profetie niet ons ene oor in en het andere weer uit? Durven we, samen met de profeten, te dromen van een betere wereld? Geloven we echt dat er andere wegen bestaan? Wegen van gerechtigheid en vrede? Van meer humaniteit? Van multiculturele ontmoeting? Durven we écht te geloven dat het in onze prachtige, jachtige, gecompliceerde, technische maar toch o zo kwetsbare wereld tóch anders kan?

Wij danken en vragen

Heer, wij danken U voor Uw bevrijdende Woord dat het anders kan dan zoals het in de wereld gaat:

rechtvaardiger en menselijker, hoopvoller en vredelievender.

Wij vragen U: geef dat wij ons niet neerleggen bij nood en dood, bij onrecht en onmenselijkheid.

Wijs ons een uitweg uit het aardse labyrint van goed en kwaad, oorlog en vrede, van machtsgebruik en machtsmisbruik.

Wij bidden U: om brood voor wie hongert, om hulp voor de hulpelozen.

Om recht voor wie recht ontbeert, om een thuis voor wie op de vlucht is.

Verlos ons van het recht van de sterkste en doe ons ijveren voor een sterk recht.

Een recht dat wereldwijd wegen baant voor medemenselijkheid en vrede voor barmhartigheid en liefde, gelijkheid en rechtvaardigheid.

Help ons zorg te dragen voor elkaar, over al onze verschillen en over alle grenzen heen.



Bekijk enkele sfeerbeelden op pagina 4

Colofon

ALGEMENE REDACTIE
Halewijnlaan 92, 2050 Antwerpen
03 210 08 40
redactie.kerkenleven@kerknet.be
secretariaat.kl@kerknet.be
www.kerkenleven.be

PUBLICITEIT
Trevi plus bvba
Meerlaan 9, 9620 Zottegem
09 360 48 54 • fax 09 367 49 88
katrien.lannoo@treviplus.be
www.trevipus.be

DIENST PAROCHEBLADEN
Halewijnlaan 92, 2050 Antwerpen
03 210 08 30
dienst.parochiebladen@kerknet.be

ABONNEMENTEN
Abonnementen en adreswijzigingen
uitsluitend via de parochie.

Copyright
Alle teksten, foto's en beeldmateriaal uit **KERK & leven** zijn auteursrechtelijk beschermd. Zonder toestemming van de uitgever mogen ze op geen enkele wijze worden verspreid. De uitgever is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties. Lezersbrieven moeten naam en adres vermelden. De redactie behoudt zich het recht teksten in te korten of te weigeren. **KERK & leven** is een uitgave van Studiecentrum Kerk en Media vzw

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER
Olivier Lins

Diocesane redactie Aartsbisdom
Filip Ceulemans, 03 202 84 35,
filip.ceulemans@kerknet.be
Tony Dupont, 011 23 08 80,
tony.dupont@kerknet.be
Frederik de Merodestraat 18, 2800 Mechelen

ABONNEMENTEN
Philippe Nachtergaele
P. Nollekensstraat 145,
3010 Kessel-Lo
philippe.nachtergaele@gmail.com

REDACTIECONTACTPERSOON
SINT-ANTONIUS
Leo Swinnen
Platte-Lostraat 202,
3010 Kessel-Lo
gsm 0496 214 614
leo.swinnen@telenet.be

REDACTIECONTACTPERSOON
DON BOSCO
Gilberte Havet
Grensstraat 79,
3010 Kessel-Lo
tel. 016 25 45 87
gilberte.havet@gmail.com

REDACTIECONTACTPERSOON
SINT-FRANCISCUS
Herman Van Overbeke
Kasteelstraat 58,
3330 Korbeek-Lo
tel. 016 250593 gsm 0474 893766
hv.overbeke@telenet.be

EINDREDACTIE FRANDO
Leo Page
Verenigingstraat 21
3010 Kessel-Lo
tel. 016 252151 gsm 0479 508178
leopage42@gmail.com

CONTACTADRESSEN
DON BOSCO
Jef Wauters,
federatiepastoor
Cristianlaan 43,
3010 Kessel-Lo
tel. 016 25 58 92 gsm 0485 06 30 38

SINT-ANTONIUS
Caroline Van Audenhoven,
parochieassistent
Léon Schreursvest 33,
3001 Heverlee
tel. 016 22 38 11, gsm 0476 39 79 02

SINT-FRANCISCUS
Parochiesecretariaat
Tiensesteenweg 190,
3001 Heverlee
tel. 016 25 04 59
Open van 09.30 u. - 11.30 u. op: maandag,
dinsdag, donderdag en vrijdag.
(woensdag niet open)

VIERINGEN

SINT-FRANCISCUS

Zondag 3 maart
8ste zondag door het jaar
4 maart 1914 erkenning
parochie
10.00 u. Eucharistieviering van de Sint-Franciscusgemeenschap
Voorganger: Pastor Fons Boey
Lector: Ann Francis
Zang: Eddy Van Espen
Orgel: Herman Baumers

Woensdag 6 maart
Aswoensdag
Woord- en communieviering
Voorgangers:
Lieven Dries & Hilde Pex
Lector: Gaston Eysermans
Zang: Lut Ruwet
Orgel: Herman Baumers

Zondag 10 maart
1ste zo van de vasten
10.00 u. Woord- en communieviering van de Sint-Franciscusgemeenschap
Voorganger: Thierry Van Craenem
Lector: Francois Barrette
Zang: Franciscuskoor
Orgel: Herman Baumers

SINT-ANTONIUS

Zondag 3 maart
8ste zondag door het jaar C
11 u. Viering met koor- en samenzang
Voorganger: pater Walter Verhelst
Assistent: Myriam Neves
Lector: Hilde Sinap
Homilie: pater Walter Verhelst
Beelden: Leo Swinnen
Orgel/piano: Nico Janssens
Dirigent: Toon Maes

Zondag 10 maart
1ste zondag in de veertigdagentijd C
11 u. Viering met koor- en samenzang
Voorganger: pater Romain Clement
Assistent: Mathieu Voets
Lector: Ann Wouters
Homilie: pater Romain Clement
Beelden: Leo Swinnen
Orgel/piano: Nico Janssens
Dirigent: Toon Maes

DON BOSCO

Zondag 3 maart 2019
8ste zondag door het kerkelijk jaar
Geen viering in Don Bosco

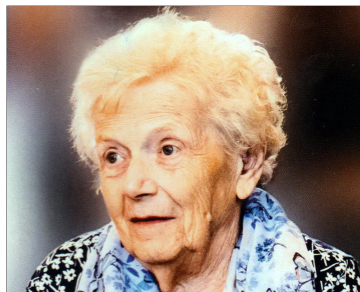
Woensdag 6 maart 2019
Aswoensdagviering
20.00 u. Viering
Voorgangers: Chris Willocx en Ingrid Wezemaal
Lector: Bernard Deprez

Zondag 10 maart 2019
1ste zondag van de Veertigdagentijd
Geen viering in Don Bosco

Viering op 17 maart: 2de zondag
veertigdagentijd
Voorgangers: Majo Werrebrouck, Ingrid Wezemaal, Jef Wauters - Lector: Constance Gielen

Viering op 31 maart: 4de zondag van de
veertigdagentijd
Voorganger: Hermien Den Tandt - Lector: Chris Hostens

Vergeten zullen we je nooit



Prudence Robberechts

Met onnoemelijk veel verdriet, maar getroost door wat zij ons gegeven heeft, namen wij op vrijdag 15 februari 2019 in de Sint-Franciscuskerk in Heverlee afscheid van mevrouw **Prudence Robberechts**, weduwe van Roger De Meulenaere, geboren in Pellenberg op 5 maart 1932 en plots overleden in UZ Leuven campus Gasthuisberg op 8 fe-

bruari 2019. De Sint-Franciscusgemeenschap zal haar herdenken in de viering van Allerheiligen op 1 november 2019.

Prudence was een moedige vrouw! We kunnen én mogen ons spiegelen aan haar wilskracht en discipline doorheen haar leven en ziekte. Een getuigenis van haar kinderen belichte moeders passie en talenten die van invloed waren tijdens haar leven en ziek zijn. Moeder was naar buiten toe eerder een teruggetrokken persoon, ze viel niet op. Kenmerkend was immer weer haar positieve gerichtheid. Bedachtzaamheid om niemand te kwetsen was haar levensstijl. Doorheen dit alles wil je op haar gelijken. Haar strijdvaardigheid doorheen haar ziekte heeft

ons meermaals beroerd. Prudence liet onverwachts het leven bij haar laatste onderzoek in Gasthuisberg. *Ann Francis*

*Ma
Vergeten zullen we je nooit.
Steeds weer was jij het zonnetje in ons leven en altijd stond je klaar om anderen te helpen, zelfs al ging dat soms wel ten koste van jezelf!
En nu jij er niet meer bent, beseffen we nog méér dan vroeger wie we nu verliezen ... en hoezeer we je wel missen is met geen woorden te beschrijven. Wij houden ontzettend veel van jou, die liefde zal altijd blijven.
Afscheid nemen doen we niet, want in onze harten zal je steeds aanwezig zijn ... Wij houden van je ...*



VASTENACTIE 2019 in Sint-Antonius

Soepverkoop t.v.v. van Broederlijk Delen
We voorzien iedere zondag twee verschillende soepen.

Wie is bereid om één of twee keer
10 à 12 liter soep te maken?

Naam: tel.

wil volgende soep(en) maken: soep
..... soep

voor zondag 10 maart
zondag 17 maart
zondag 24 maart
zondag 31 maart
zondag 07 april
zondag 14 april

*duid liefst verschillende data aan –
dat vergemakkelijkt de planning*
Medewerkers ontvangen tijdig de volledige planning.
Alvast heel veel dank voor je inzet.

DE GROOTSTE REIS
IS DE REIS NAAR BINNEN bzn

VERLIES GEEN TIJD
DOOR JE TE HAASTEN bzn

IEDEREEN VERDIENT
EEN PLEKJE IN DE ZON bzn

MEDITATIE IN DE CHRISTELIJKE TRADITIE

De stilte doorbreekt de gewone werkelijkheid en geeft ons zicht op het ongewone. In de stilte verdwijnt elk geluid van onze luidruchtige wereld en krijgt een nieuwe wereld gestalte. Stilte is sfeer en teken van de epifanie, van komst en opstanding. In de stilte van de nacht kwam het kind en verrees de gekruisigde.
Charles Vergeer – ‘De kunst van de Stilte’

In de maand maart vinden onze meditatieavonden plaats op **maandag 4 en maandag 18 maart**. Aanvang om 20 uur in de Stille ruimte “Ademtocht” in het Don Bosco centrum, Ortolanenstraat 6, Kessel-Lo.

Contactpersoon:
jos vermeulen 016/89.03.16
vermeulen.berte@telenet.be
meditatie in de christelijke traditie:
<http://www.christmed.be>

Agenda

Parochie-geloofsgemeenschap
Sint-Antonius

Donderdag 28 februari
14.00 uur Kaartnamiddag op het terras

Vrijdag 1 maart
19.45 tot 21.00 uur koorrepetitie in de kerk

Dinsdag 5 maart
14.00 uur Kaartnamiddag op het terras

Donderdag 7 maart
14.00 uur Kaartnamiddag op het terras

Vrijdag 8 maart
19.45 tot 21.00 uur koorrepetitie in de kerk

Zondag 10 maart
12.00 uur Soepverkoop B.D. in Kristoffelzaal

Sint-Franciscus
Woensdag 27 februari
VM: OKRA-team
NM: Catechese
20u.: Koor Blij Rondeel

Donderdag 28 februari
NM: Ontmoetingsnamiddag
AV: Koor Parcoeur

Vrijdag 29 februari
VM+NM: Bar Michotte
AV: De Ark

Zondag 31 februari
11 uur: Zondagscafé
AV: koor Dissonant

Maandag 1 maart
VM+NM: OKRA-ledenvergadering
AV: NN-Zang

Dinsdag 2 maart
VM: Samana
NM: Ontmoetingsnamiddag
AV: Gastvrij Michotte

Woensdag 3 maart
VM: Poetsen
NM: Catechese
20u.: Koor Blij Rondeel

BLAAS DE SJOFAR (1)



Patroonsfeest Don Bosco: 50 jaar eerstesteenlegging

Muziek: Geluid van de sjofar even laten horen: Shofars call

Vervul dit huis met hart en geest, met aandacht voor de kleinen. Dat al wie hier naar binnen gaat hen noemen zal de Zijnen.

Inleiding thema

Deze keer verwelkomen we jullie niet met het luiden van de klokken, maar met het geluid van de sjofar. Het was in de joodse traditie een taak van de priesters om de sjofar te blazen. Zowel bij vreugde als gevaar klonk de ramshoorn over Israël. Nog steeds is het een roepstem, die wekt en aanspoort tot God te keren en in orthodox joodse huizen wordt de sjofar nog wekelijks geblazen, als aankondiging van de sabbat.

In het boek Joshua geeft God eenmaal de opdracht de sjofar te blazen tijdens het jubeljaar, dat eens in de 50 jaar plaatsvond.

Vijftig jaar, dat doet geen belletje rinkelen, maar de ramshoorn blazen.

De naam *jubeljaar* komt via het Latijn van het Hebreeuwse woord *jobel*, dat ramshoorn of jubeljaar betekent. Het jubeljaar greep diep in het sociale leven van het volk in. Elk jubeljaar was een zo volledig mogelijke herstel van de oorspronkelijke sociale toestand lezen we in het boek Leviticus.

Het is ondertussen ook al 50 jaar geleden dat de eerste steen werd gelegd van deze kerk en het gemeenschapscentrum.

1ste lezing: Leviticus 25, 8-16

Na zeven sabbatjaren, dus na negenenveertig jaar, moeten jullie op de dag van verzoening, de tiende dag van de zevende maand, luid de ramshoorn laten klinken in heel het land. Dat vijftigste jaar moet een heilig jaar voor jullie zijn. dan moeten jullie in het land melden dat alle bewoners hun slaven vrijlaten. Het moet een jubeljaar voor u zijn; iedereen wordt hersteld in zijn vroeger bezit en mag terugkeren naar zijn familie.(...)

C. Leterme: *Uit De bijbel in 1000 seconden*

2de lezing: Lucas 4:14-21

In die tijd keert Jezus uit de woestijn terug naar Galilea. Hij is vol van heilige Geest. Men vertelt over Hem in heel de streek. Hij gaat naar de gebedshuizen in de dorpen, en spreekt er alsof Hij een meester was. Op een dag komt Hij in Nazaret. Daar woonde Hij als kind. Zoals Hij gewoon is, gaat Hij op sabbat naar de synagoge. Tijdens de dienst staat Hij op om voor te lezen uit de bijbel. Men geeft Hem de boekrol van de profeet Jesaja. Hij rolt die open en leest voor: „De Geest des Heren is over Mij gekomen, omdat Hij Mij gezalfd heeft. Hij heeft Mij gezonden om aan armen de Blijde Boodschap te brengen, aan gevangenen hun vrijlating bekend te maken en aan blinden dat zij zullen zien; om verdrukten te laten gaan in vrijheid, om een genadejaar af te kondigen van de Heer.” Dan rolt Hij het boek dicht, geeft het terug aan de dienaar en gaat zitten. Iedereen in de synagoge kijkt naar Hem. Dan zegt Jezus: ‘De woorden uit de bijbel die u zojuist gehoord hebt, zijn vandaag in vervulling gegaan.’

C. Leterme: *Bijbel in 1000 seconden*

Duiding

Ik mag meteen een woordje uitleg geven bij de twee teksten. Allebei de bijbelteksten bevatten goed en vreugdevol nieuws!

Met de aankondiging van een genadejaar in het priesterlijke boek Leviticus zien we hoe God zich in de geschiedenis laat zien als een bevrijdende kracht in de voorschriften over het jubeljaar. Zowel de mens als de aarde behoren niemand toe. Dat leiden we uit die voorschriften af. De afkondiging van een jubeljaar moet de *door macht kromgetrokken verhoudingen* voor armen en slaven herstellen en ook de verhouding van de mens tot de aarde.

“Doe afstand van macht en onderwerp je aan God”. Dat is wat in de oudtestamentische voorschriften over het jubeljaar doorklinkt. En dat is ook de zin die al een paar dagen hevig nazindert sinds onze ontmoeting met Kamel Bouzauani. Hij is administratief verantwoordelijke van de islamitische soefi-broederschap in de Islamitische Faculteit in Gent. Marcel, Lieve, Annie, Tuur en ik waren daar vorige week. We spraken met Kamel over de grote jihad. De zgn. grote of innerlijke jihad heeft niets met gewapende strijd te maken maar met de levenslange *innerlijke strijd tegen het eigen ego en de verleiding tot macht*. Deze innerlijke strijd tegen persoonlijke verlangens en verleidingen is de plicht van iedere moslim. Want wat is het kwade in deze wereld, zegt Kamel: het is *het menselijk streven naar macht*.

Ook in het Lucasverhaal van vandaag en de zgn. programmaverklaring van Jezus in de synagoge van Nazaret krijgen we een glimp te zien van een God in Jezus die zich niet als een machtige heerser manifesteert maar als een zachte bevrijdende kracht die aan de kant van de meest machtelozen gaat staan: de armen, de gevangenen, de blinden en de verdrukten.

Lucas laat Jezus als goede Jood een tekst voorlezen uit Jesaja in de synagoge en daarna duiden met slechts één zin. ‘De woorden uit de bijbel die u zojuist gehoord hebt, zijn vandaag in vervulling gegaan.’ Deze duiding van één- zin is ontzettend krachtig en eenvoudig en omgekeerd evenredig met het belang ervan. Het

gaat over het Rijk Gods, hier en nu. Hier schemert iets door van de daadkrachtige eenvoud van de gelouterde mens Jezus. Gelouterd na een innerlijke strijd in de woestijn en een doopsel door Johannes wil hij gehoorzaam aan God als een zachte kracht aan de kant van de machtelozen staan. Dit geeft zo ontzettend helder de richting aan waarin we hem mogen volgen dat er geen twijfel mogelijk is.

Dit wordt een jaar van vreugde, zegt Hij. En vandaag is de dag die de Heer heeft gemaakt en wij zullen hem vieren!

Voorbeden:

Keren wij ons hart tot God, en bidden wij om wat wij het meest nodig hebben:

Dat het ons nooit ontbreken mag aan verhalen die richting wijzen, aan woorden die opbeuren; Dat wij Gods woord lezen, herlezen en er steeds opnieuw kracht en bevestiging in vinden...
Laat ons bidden

Dan komt de dag dat wij licht en water aarde en mens bevrijden.

Dan komt de dag, dan zal het zijn: Alles, alles voor allen.

Dat het ons nooit ontbreken mag aan vertrouwen in de toekomst, aan gevoelens van samenhang en aan geloof in elkaar: Dat wij zelf goed nieuws zijn voor de armen, licht voor de blinden, bevrijding voor de verdrukten...
Laat ons bidden

Dan komt de dag dat wij licht en water aarde en mens bevrijden.

Dan komt de dag, dan zal het zijn: Alles, alles voor allen.

Dat het ons nooit ontbreken mag aan zin om met mekaar te vieren; dat wij brekend en delend doen wat ondenkbaar is, Gods toekomst naderbij brengen. God van alle leven, Gij spreekt in ons, Gij smeekt in ons. Laat niet af, houd aan, breng uw woord in ons tot waarheid.

Bezinningstekst **Waarom** vieren?

Om de weg te zien.
Om vertrouwen in de weg.
Om niet alleen te gaan.
Om helderheid te vinden die ons raakt.

Om de droom van ‘een nieuwe hemel en een nieuwe aarde’ wakker te houden.
Om te horen en te lezen hoe oud en nieuw die Bijbelse droom is.
Om te leren wat bevrijding is.
Om schouder aan schouder elkaar te bemoedigen.

Om weer te geloven in de grootste van alle beloftes:
“Ik zal er zijn”.

Mededeling

Kaartjes voor de mensen die ziek zijn en niet meer aanwezig kunnen zijn in de vieringen, mogen door jullie mee ondertekend worden.

Uit de viering van 27 januari 2019

Blaas de sjofar! Lev. 25, 8-16, Lc.4,14-22
Voorgangers: Chris Willocx en Ingrid Wezemaal
Zang: Lieve Neukermans - Orgel: Herman Beelen
bezielt.

**LEZING IN SENIORAMA****“Positief ouder worden”**

Door Anke Bonnewyn, dr. Psycholoog en psychotherapeut, UPC KU Leuven

Datum: maandag 25 februari 2019 van 14.00 u tot 16.00 u.

Plaats: Seniorama, Vanden Tymplestraat 35, 3000 Leuven
Bijdrage: 5,50 euro, leden 4,50 euro, koffie inbegrepen

VOELJE VEILIG!

Maandag 25 februari van 12.30 tot 14 u.

De taak van senioreninspecteurs bestaat er voornamelijk in om te luisteren naar de noden, vragen, problemen, voorstellen en kritieken afkomstig uit de senioren-gemeenschap.

Daarnaast trachten de seniorenin-

specteurs onveiligheidsgevoelens bij ouderen op te vangen. Deze hebben veeleer te maken met situaties die niet meteen tastbaar of meetbaar zijn, maar toch een impact hebben op het dagdagelijkse leven. Je kunt bij hen terecht met vragen, problemen en voorstellen over alles waarvoor de politie een bepaalde helpende hand kan reiken.

Plaats: Seniorama Vanden Tymplestraat 35, 3000 Leuven met Senior-eninspecteur **Patricia Van de Walle**

NORDIC WALKING

Je kent de techniek van het Nordic Walken? Dan nodigen we je uit om elke maandag mee te walken. We walken in 2 groepen:

De ‘rustige walkers’ walken elke 2 weken en wandelen dan een 6 km in

1.30 u

De ‘gevorderden’ walken elke week en wandelen dan een 7 tot 7,5 km in 1.30 u

Wat heb je nodig? Poles, goede stap-schoenen en veel goesting.

Voor beide groepen startplaats: Park Arboretum Heverleebos

Te bereiken met bus 18 van de Tec vanuit Leuven Station Perron 1 tot halte De Jacht, dan nog 5 minuutjes verder de Naamse steenweg volgen. Opgepast: je kan geen rittenkaart van de lijn gebruiken.

Vertrek: we vertrekken stipt om 14 u en walken ongeveer anderhalf uur.

Datum

Gevorderde walkers: **maandag 25 februari** 2019.

Voor meer info:

Lutgarde Michielsens, GSM 0478

88 15 56, e-mail Lutgarde.Michielsen@skynet.be

HULP BIJ LAPTOPGEBRUIK IN SENIORAMA

Je hebt een computercursus gevolgd en je werkt regelmatig op je laptop (draagbare pc) en af en toe word je met een probleempje geconfronteerd. Je hebt bv. last met de opsommingstekens of de marges of met het maken van een tabel? Hoe krijg je een pdf-document geopend en afgedrukt? Het lukt je niet je foto's van je digitaal fototoestel op je computer te zetten? Wat is het beste antivirusprogramma? De update, upgrade of back-up wil niet lukken. Of... mijn pc doet raar!...

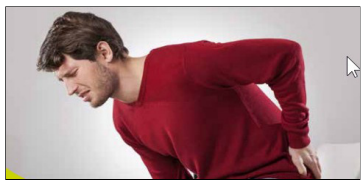
Seniorama probeert een antwoord

Oecumenische viering Leuven - enkele sfeerbeelden

Vervolg van pagina 1



Hoe omgaan met rugklachten?



Ongeveer 85% van de bevolking kent rug- of nekklachten gedurende zijn leven. Dit voor een korte of langere periodes. Soms biedt medicatie of een operatie een oplossing, maar in de meeste situaties is dit echter niet aan de orde. Het goede nieuws is dat er heel veel mogelijkheden zijn om rugproblemen te voorkomen! CM-kern Heverlee organiseert daarom op dinsdag 26 maart 2019 het infomoment 'Hoe omgaan met rugklachten?'. Op dit infomoment komt kinesitherapeut Ann Spriet, verbonden aan de rug- en nekschool van UZ Leuven, ons uitleggen hoe we zelf onze rugklachten kunnen aanpakken. Jezelf helpen begint met inzicht in onder andere hoe de werkolom is opgebouwd en wat de oorzaken van rugklachten zijn. In het begin van het infomoment worden deze zaken belicht. Daarna bekijken we hoe je zelf deze rugklachten kunt voorkomen of/ en aanpakken. Beweging, een goed bedstelsysteem, een goede bureauopstelling, een variabele houding, een gezonde geest in een gezond lichaam ... dragen allemaal bij tot een fitte rug! Er worden op dit infomoment allerhande concrete tips aangereikt die je onmiddellijk kunt toepassen in

jouw dagelijks leven. Ann Spriet is sinds 1993 als kinesitherapeute werkzaam in het domein van ambulante wervelkolomrevalidatie binnen UZ Leuven. Zij stond mee aan de wieg van de rug- en nekschool. Inschrijven is gewenst. Deelname is gratis.
Praktisch
Wanneer: Dinsdag 26 maart 2019 om 19.30 uur
Waar: Raadzaal gemeentehuis Heverlee, Waversebaan 66 in Heverlee Gratis parkeergelegenheid achter het gemeentehuis
Meer info en inschrijven: Sofie Coene - 016 35 96 00, leuven@cm.be of www.cm.be/agenda Organisatie: CM Heverlee

KAFFEE DETINEE



Vormingplus Oost Brabant

Wanneer
Zaterdag 9 maart 2019 van 13.15 tot 17.30 uur
Vrijdag 15 maart 2019 van 16.30 tot 20.30 uur
Vrijdag 22 maart 2019 van 16.30 tot 20.30 uur

Vrijdag 29 maart 2019 van 19.00 tot 22.00 uur
Vrijdag 5 april 2019 van 19.00 tot 21.00 uur
Waar
Justitiepaleis van Leuven
F. Smoldersplein 5 - 3000 Leuven
Prijzen: 15 euro
Code: 196127
<https://www.vormingplusob.be/kaffee-detinee-11>
Maak kennis met de wereld van de gevangenis. De eerste dag bezoeken we het gerechtsgebouw en het CAW. Daar vertellen verschillende actoren over hun rol naar gedetineerden toe. De tweede en derde bijeenkomst zal de aandacht richten op

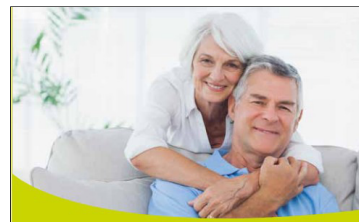
VOETVERZORGING

Woensdag 27 februari 2019.
Vanaf 9 u is **Leen Engels** aanwezig. Je kan een afspraak maken via het onthaal tel. 016 22 20 14 of onthaal@seniorama.be

Prijs per verzorgingsbeurt € 25 ter plaatse te betalen. Informeer bij uw mutualiteit naar de korting.
Plaats: Seniorama Vanden Tymplestraat 35, 3000 Leuven

FIETSEN MET SENIORAMA
Fietsen - rit met hellingen (40 km)
Do 28 februari 2019. Vertrek: 13.30 u. stipt aan Parkpoort te Leuven. Info: **Johan Kumps** 016 26 10 95 of 0489 55 02 60 of **Walter Rogge** 016 40 66 58 of 0496 57 47 82

Wonen na je 65



Wonen na je 65: wat zijn de mogelijkheden? Het merendeel van ouderen wenst zo lang en zelfstandig mogelijk in hun vertrouwde omgeving te blijven wonen. Hoe mensen wonen is heel verschillend. Actieve en nog fitte ouderen leven steeds langer en gaan op zoek naar alternatieve woonvormen. Er zijn verschillende woonvormen die zich situeren tussen zelfstandig thuis wonen en een verblijf in een rust- en verzorgingstehuis. Tijdens dit infomoment krijg je een inzicht in de waaier van woonvormen die bestaan voor 65-plussers en gaan we dieper in op een verblijf in een rust- en verzorgingstehuis. Er komt veel kijken bij

een opname in een rust- en verzorgingstehuis en er leven veel vragen rond. Waarop moet ik letten bij mijn keuze voor een woonzorgcentrum? Moet ik vooraf op een wachtlijst staan? Wat zit inbegrepen in de dagprijzen en wat niet? Kan ik voor kortverblijf zelf kiezen waar ik op kortverblijf ga? Deze en nog vele andere vragen komen aan bod tijdens het infomoment. CM-collega's Mieke Stas (dienst Gezondheidsbevordering) en Geert Vanmeldert (dienst Gezondheidszorgen) staan jullie graag te woord. Iedereen is van harte welkom! Op voorhand inschrijven is niet nodig. Toegang is gratis.

Praktisch
Wanneer: Dinsdag 2 april 2019 om 19.30 uur
Waar: Raadzaal gemeentehuis Heverlee, Waversebaan 66 in Heverlee Gratis parkeergelegenheid achter het gemeentehuis
Meer info: Sofie Coene - 016 35 96 00, leuven@cm.be of www.cm.be/agenda Organisatie: CM Heverlee

Universiteit Derde Leeftijd

* Aula Rector Pieter De Somer
Deberiotstraat 24, Leuven

Dinsdag 26 februari 2019 - Prof Eric Spruyt (Notaris-Vennoot Berquin Notarissen Brussel - Prof. KU Leuven en Fiscale Hogeschool)
Het nieuwe erfrecht: een introductie. Met tips & tricks voor je succesplanning

Dinsdag 5 maart 2019 - Prof. Hilde Laga (Voorzitter Raad van Bestuur GIMV - Vlaamse Investeringsmaatschappij)
De GIMV in de Vlaamse economie: rol en doelstellingen

gitaal abonnement nemen op de dinsdaglezingen van het Algemeen Programma 2018-2019.

Inlichtingen: Secretariaat UDLL - Dienst Alumni, Universiteitshal, Naamsestraat 22 - 3000 Leuven. Dagelijks open tussen 9 en 12 u. en tussen 14 en 16.30 u.
Tel. 016 32 40 01
E-mailadressen: udll@alum.kuleuven.be of veerle.valkenborgh@alum.kuleuven.be
Website: <http://alum.kuleuven.be/udll>
Bankrekeningnummer: BE57 7380 4224 4835 - BIC: KREDBEBB

* Als u dit wenst kunt u een di-