



# De Fluitketel

## Nieuwsbrief van de West-Vlaamse Groene Senioren

NR 3 - december 2007

### Editoriaal

Ouderen moeten zich emanciperen ! Zo klonk de uitdagende lezing van Ludo Abicht op de studiedag die Groen!Plus organiseerde in Mortsel in september 2007.

In deze Fluitketel gaan we daar dieper op in. We linken dit aan het wetsvoorstel van Jeannine Leduc en Margriet Hermans, die au pairs willen voor vitale senioren en aan senioren die wonen als kotstudenten .

Jullie kunnen het al raden : de fluitketel lezen wordt weer een leuke bezigheid !



### Verkiezingen :

Zo belangrijk, maar intussen voorbij : federale verkiezingen op 10 juni 2007.

**Verkiezingen die Groen! opnieuw in het federaal parlement hebben gebracht.**

Onze Westvlaamse Groen!plussers deden het goed, rekening houdende met het feit dat ze allemaal op opvolgersplaatsen stonden en dat ze weinig promotiemiddelen ter beschikking hadden. Aan iedereen een welgemeend **dankjewel**.

- Voor de **Senaat** behaalde Violette Vansteelandt 5.381 stemmen en Piet Hardeman 4.003.
- Voor de **Kamer** kreeg Anne-Mie Descheemaeker 1.874 stemmen.



### VAKANTIE-VAKANTIE-VAKANTIE-VAKANTIE...

Enkele van onze Groen!Plussers zonden ons onderstaande foto's door. En wat merkten we : hun temperament is een weerspiegeling van hun vakantie. Even meekijken ...



Violette temt de Stockholmse leeuw

Piet en Els gaan naar Compostela



Andrea houdt van dieren

Remi heeft altijd zin in een babbeltje



Fernande kiest voor sport !





## Persoonlijk verslag over de begeleide wandeling in het duinennatuureservaat De Westhoek in De Panne

door **Remi Cansse**

Gaat de tijd vlug? Ja, want ik zocht naar de datum van ons bezoek aan De Panne en ik moest al heel ver terug in mijn agenda. Tot op de zonnige zondag van 26 augustus 2007 hoefde ik te bladeren.

Aansluitend op het zomerweekend van Groen! in Nieuwpoort, had Groen!Plus West- Vlaanderen een bezoek gepland aan het Natuurreservaat van De Panne.

Naar goede gewoonte had Violette eerst een behoorlijk restaurant uitgezocht, waar het gezellig toeven en eten was. Zò gezellig dat we onze gids een beetje té lang op ons lieten wachten. Toen we er aan kwamen stond Robert ons al op te wachten uitgerust met laarzen, verrekijker, vergrootglas en zeer veel kennis, zoals het een echte natuurgids past.

We waren met een groep van ongeveer 20 personen en iedereen was geboeid door de uitleg van Robert. Het was dan ook een wondere wereld waar hij ons inleidde. Midden in de duinen, zag je grote grasvlakten, met her en der drassige gebieden, zelfs grote waterplassen. De plantenwereld was adembenemend mooi.

Het mosplantje dat er verdroogd en bruin bijstond, wist Robert met een geutje water tot een fris groen sterrenplantje om te toveren. Het zoveelste wonder van de natuur !

Ik dacht ook mijn steentje bij te dragen door de mooie rechtopstaande, paarsbloeiende kattenstaart, lyatrisch te noemen. Bij nazicht thuis stelde ik vast dat het om *Lytrum salicaria* ging. Hmm...!

Tenslotte hebben we na de wandeling nog even nagenoten van al het natuurschoon op een klein terrasje met een grote trappist!





## OUDEREN MOETEN ZICH EMANCIPEREN

Een persoonlijke selectie van de meest markante uitspraken van Ludo Abicht

door **Violette Vansteelandt**, voorzitter Groen!Plus West-Vlaanderen

De huidige en toekomstige "vergrijzing" (het ouder worden) van de bevolking is een belangrijke overwinning van de mens op de natuur.

Dit geldt ook voor de verlenging van de levensduur, een fenomeen waarop we noch psychologisch noch politiek voorbereid waren en dat heel ons traditionele beeld van "de vier seizoenen van het mensenleven" opnieuw in vraag stelt.

Niet alleen zitten de oma's en opa's van vandaag niet langer een beetje versuft te dommelen, dat wil zeggen te genieten van een welverdiende rust na een leven van noeste arbeid, maar ze blijven bovendien zó lang in leven dat de kinderen en kleinkinderen in feite hun erfenis niet meer nodig hebben, wanneer ze dan eindelijk doodgaan.

Indien we ons inzetten voor de vanzelfsprekende mensenrechten van de ouderen, moeten we duidelijk maken dat het hier om onderhandelingen tussen gelijkwaardige partners gaat, eerder dan om liefdadigheid en neerbuigende overheidszorg. Het gaat ook om een snel groeiend percentage van geïnformeerde kiezers die net als de andere bevolkingsgroepen hun belangen verdedigen en niet langer met gratis koffie en boterkoeken in een zaal vol verkiezingsposters voor de juiste partij te paaien zijn.

En gezien het ergerlijke tekort aan een goede opleiding in de geschiedenis zou het wel eens kunnen dat de senioren vandaag tot de beter ingelichte en gemotiveerde kiezers behoren. Het zijn mensen die nog kunnen vergelijken met vroeger, die het ene schandaal na het andere hebben meegemaakt en die weten dat de economische en politieke leiders, die beweren dat er voor het huidige neoliberale bestel "geen alternatief is", ofwel liegen ofwel onwetend zijn. Twee goede redenen om hen zo'n belangrijke taak als het welzijn van de bevolking niet langer toe te vertrouwen.

De senioren willen dus als gelijkwaardige partners behandeld worden, wat dan ook betekent dat ze zich als volwaardige, verantwoordelijke partners moeten gedragen.

In de plaats van "oudewijvenpraat" en "gezwets van oude mannen" vereist dit een vorm van dwangvrije communicatie tussen de generaties die een voorwaarde is voor de voortzetting van het emancipatieproject. Dit engagement veronderstelt echter dat we niet alleen waardig ouder worden, maar ook onze creativiteit blijven ontplooiën.

### Substantiële creativiteit of incidentele bezigheidstherapie?

Op het individuele vlak betekent die verlenging van de levensduur een verhoging van de kansen om "meer te leven en meer uit het leven te halen": we kunnen en zullen vaker van job veranderen, in veel gevallen meer relaties beleven dan de traditionele verhouding met één partner-voor-het-leven en in ieder geval meer ervaring opdoen in de mate dat we bewust leven en die bijkomende ervaring ook verwerken.

We zullen echter ook langere relaties en vriendschappen kunnen opbouwen met oudere mensen die onze ervaring delen. Dit kan leiden tot nieuwe en langere structurele verhoudingen in het middenveld (verenigingsleven, sociale en politieke drukkingsgroepen) die ons kunnen helpen bij de confrontatie met sociale, economische en politieke veranderingen.

**Deze confrontatie zal waarschijnlijk leiden tot nieuwe invullingen en veranderingen op het gebied van de wetgeving, bijvoorbeeld de vrijwillige en/of opgelegde verhoging van de pensioenleeftijd.**

We merken nu reeds een verandering in de openbare opinie. Het is niet langer zo duidelijk wanneer iemand als "oud" of "te oud" beschouwd wordt. Kranige dames als Jane Fonda, die op haar achtenzestigste nog schoonheidsproducten aanprijst zijn wel niet de regel geworden, maar zijn toch niet uitzonderlijk. Het is dan ook niet verwonderlijk dat er conflicten ontstaan tussen bestaande wetten en instellingen, die nog de traditionele visie vertegenwoordigen en de nieuwe demografische realiteit.

### Werk, arbeid of labeur?

Bij de meeste mensen blijft de intellectuele capaciteit stabiel tussen 60 en 80 jaar, en in veel gevallen gaat die stabiliteit zelfs vooruit.

**Op voorwaarde dat men actief blijft en door de omgeving (partner, familie, vrienden) ook als zodanig aanvaard wordt, of, wanneer nodig, zichzelf doet aanvaarden. (Use it or lose it)**

Als tegengewicht tegen het voordeel van de jeugd kunnen andere elementen overtuigend worden benadrukt, waaronder de rijkdom van de ervaring en een zekere mate van levenswijsheid, die ouderen de mogelijkheid biedt om tussen alternatieven te kiezen en aan opkomende nieuwe situaties te beantwoorden.

Deze creativiteit kan in de praktijk gebracht worden door bijvoorbeeld aan een tweede studierichting of opleiding te beginnen, iets wat men altijd al had willen doen, maar door gebrek aan tijd moest achterwege laten. Een andere manier om de creativiteit te bevorderen is het opstarten van een tweede loopbaan. Men kan ook, zonder zich om een diploma te bekommeren, aan zelfontwikkeling blijven doen, en daarvoor zijn er mogelijkheden genoeg. In dat geval moet men wel goed opletten, dat die zelfontwikkeling niet onttaardt in een vorm van bezigheidstherapie. Het woord therapie zegt het zelf: zoiets kan tijdelijk nuttig en zelfs noodzakelijk zijn, maar het mag geen blijvend karakter hebben. Ouderen hebben nog te veel te bieden om tientallen jaren lang in therapie te blijven steken.

## De late emancipatie van de vrouw

Het is namelijk makkelijker zinnig en/of betaald werk te vinden na de pensioenleeftijd, wanneer men dat vóór de pensioenleeftijd al gekend had, en daarin scoorden de vrouwen traditioneel slechter. Toch wordt vastgesteld dat steeds minder vrouwen boven de 60 terugvallen in de oude rolpatronen. Veel meer vrouwen blijven actief nadat hun man op pensioen is gegaan, en veel vrouwen die vroeger in contact zijn gekomen met of gewerkt hebben in de nieuwe sociale bewegingen vinden we vandaag terug in allerlei bewegingen voor de erkenning en de rechten van de Derde Leeftijd. Met een beetje overdrijving kunnen we stellen dat de vrouwen, meer dan de mannen, de voortrekkers zijn in de strijd voor de herwaardering van de Derde Leeftijd.

## Houdingen tegenover de dood

We moeten een onderscheid maken tussen de biologische en de sociale dood.

Die sociale dood bestaat vooral in de scheiding en afscheiding van de anderen, een proces dat uiteraard afgesloten wordt door de biologische dood. Om daar tegen in te gaan is het contact met de anderen, dat op zelfrespect en respect gebouwd is, essentieel.

Dit zelfrespect hangt samen met het toenemende gevoel voor verantwoordelijkheid van de mensen, in het bijzonder de ouderen, tegenover hun eigen leven en dood.

Een ander aspect van een nieuwe omgang met de realiteit van de dood is de strijd voor het "recht op waardig sterven": of de patiënt nu beslist van dat recht gebruik te maken of niet. Het belangrijkste hier is het wegvallen van de betutteling waarvan zoveel mensen aan het einde van hun leven slachtoffer worden, waardoor hun zelfrespect vermindert, net op het ogenblik dat ze daar het meeste behoefte aan hebben.

Zoals er niets ergerlijker is dan de boutade van macho mannen, "dat een vrouw die nee zegt in feite ja bedoelt", is de bewering van allerlei instanties dat een volwassen en geestelijk heldere patiënt die om euthanasie vraagt, in feite enkel hulp vraagt en dus enkel palliatieve zorgen verlangt, ronduit beledigend en mensonterend.

Vanzelfsprekend hebben mensen het recht, de waarheid over hun toestand niet te willen weten of palliatieve zorgen te verkiezen boven euthanasie, **maar het gaat om de keuze.**

**Emancipatie is nog nooit in de geschiedenis gratis verkregen. Na de arbeiders, de vrouwen en de kleurlingen moeten nu ook de ouderen leren dat je niets verkrijgt door passief te wachten op de goedheid van de machthebbers of te geloven in de beloften van de politici.**

**Dat zal werk vragen, maar dit soort werk kan alleen maar onze creativiteit en zelfwaardering en, uiteindelijk, die van de hele samenleving ten goede komen.**



## Wetsvoorstel om een stelsel van "au pairs" voor senioren in te voeren

Het wetsvoorstel schept een officieel kader om toe te laten dat buitenlandse au pairs gedurende een bepaalde periode en onder welbepaalde omstandigheden bij een senior inwonen en werken.

Senatoren Hermans en Leduc verdedigen hun voorstel door er op te wijzen dat een au pair de diensten voor thuiszorg, die overbevraagd zijn, zouden kunnen ontlasten door de kleine, dagdagelijkse huishoudelijke taken en vooral de morele ondersteuning van vereenzaamde senioren op zich te nemen.

## Wat zijn de voorwaarden waaraan moet worden voldaan ?

De au pairs moeten minimum 18 jaar zijn, kost en inwoning en een maandelijkse minimale vergoeding van €450 krijgen van de aanvrager. Ze moeten een eigen kamer hebben en minstens 1 dag per week vrij. Ook mag er maximaal 4 uren per dag of 20 uren per week gewerkt worden. En de senior moet voor hen een ziekte- en ongevallenverzekering afsluiten. Kandidaten moeten een basiskennis hebben van de omgangstaal van de senior of deze via een snelcursus verwerven. Om hun studieniveau aan te scherpen moeten de au pairs zich ertoe verbinden in België een studieopleiding te volgen.

De beide senatoren zijn van oordeel dat dit systeem een win-win situatie zou zijn voor beide partijen !

**Wat denk jij ervan ? Voor of tegen,... laat het ons weten !!**



## Abbeyfield huis in Schaarbeek : een voorbeeld van een ander soort woonconcept voor ouderen

Het idee is afkomstig uit Engeland.

In een notedop uitgelegd : senioren leven samen als kotstudenten .

Hoe zit dit ineen ? Er werd een vzw opgericht waarvan elke bewoner lid is en samen werd een huis gehuurd . De inwoners wonen er samen en doen een aantal dingen gezamenlijk, maar behouden elk hun autonomie. Ze hebben elk trouwens een eigen kamer

Elke middag wordt samen gegeten. Kan of wil je niet, dan moet je dit vooraf melden. Iedereen heeft een taak bij het organiseren van de huishouding.

Het Abbeyfield huis trekt vooral mensen aan die op een alternatieve wijze willen wonen: ze willen niet meer alleen wonen, maar willen ook niet naar een rusthuis.

Hoe kom je erin ? Nieuwe kandidaten voor een kamer in dit huis moeten gedurende 2 weken een soort stage doormaken om te kijken of ze zich kunnen aanpassen aan de groep. Intussen logeren ze op een gastenkamer. Na deze periode wordt er gestemd.

**En hoe vinden jullie dit woonidee voor ouderen ?  
Graag jullie mening ! [vanstevi@belgacom.net](mailto:vanstevi@belgacom.net)**



## AQUACULTUUR AAN LAND : nieuwe perspectieven voor landbouw en visserij

Het provinciebestuur West-Vlaanderen organiseerde op 26/09/07 een themadag over dit onderwerp te Oostende. Zeeuws-Vlaanderen en Oost-Vlaanderen waren medeorganisatoren. Hieronder hebben we beknopt de voornaamste nieuwigheden en uitdagingen voor jullie op een rijtje gezet.

### Kweken van tong in Zeeuws-Vlaanderen

Opmerkelijk is dat in Oostende reeds jaren met succes oa. tong in gevangenschap gekweekt wordt, maar dat de Nederlanders dit concreet uitwerken op het terrein door het oprichten van visboerderijen !

Een zeer uitgewerkt businessplan werd voorgesteld voor het kweken van tong op een terrein van 30 ha.

De Nederlanders maken gebruik van hun zilte leefomgeving en maken van dit nadeel een voordeel.

Tong heeft immers zout water nodig en wordt gekweekt via geïntegreerde teelt. Dit vereist ook zand voor het dierenwelzijn van de tong en in de kweekvijvers worden tevens een soort wormen, zagers genoemd, gekweekt, die de voeding zijn voor de tong. De mest van de vissen levert algen, die op hun beurt door schelpdieren, kokkels worden opgeëten.

Er worden ook zilte planten gekweekt, zoals zeekraal (rijk aan mineralen) of lamsoor (veel eiwitten).

En de cirkel is gesloten !

Wat zijn volgens ons de pijnpunten : teveel vissen in een vijver. Dit zal in de toekomst analoge problemen geven zoals met onze varkenskweek En nood aan voldoende zout water en voldoende grondoppervlakte  
Voordelen : biedt een alternatief voor overbevising van tong en voor een nieuwe vorm van landbouw aan land



## Kweken van tilapia in Moeskroen door Vitafish

Dit is een nieuw bedrijf in opbouw. Jaarlijkse capaciteit : 3.000 ton vis, met een fileerrendement van 1/3. Investering van €15 miljoen met subsidies van Waalse overheid.

Het is een volledig gesloten bedrijf : van viseitjes tot verwerkte vis.

Tilapia is een zoetwatervis die water van 28° C nodig heeft met drinkwaterkwaliteit en vegetarisch eet (keuze voor OGM vrij).

Er werd geopteerd voor een minimaal impact op het milieu via een recirculatiesysteem met enorme biofilters om een optimale waterkwaliteit te waarborgen. Er is ook een eigen waterzuiveringsstation om het afvalwater te behandelen voor lozing en recirculatie van afval voor mest voor de landbouw en voor diervoeding. Om energiezuinig te werken is er een warmtekrachtcentrale voorzien.

Minpunt is evenwel de enorme waterbehoefte : 200.000 m3 per jaar diep grondwater uit de bedreigde laag van de Kolenkalk . Volgens het bedrijf zou dit al vergund zijn door de Waalse overheid. Uit dezelfde laag pompt onze Vlaamse Maatschappij voor Watervoorziening ook grondwater op en de opgepompte debieten worden evenwel door onze Vlaamse overheid drastisch teruggeschroefd wegens overbepomping van deze bedreigde waterlaag !

Ook hier is overbevolking van de vijvers een aandachtspunt voor de toekomst.



### IN DE KIJKER : uit " de WEEK VAN DE SMAAK "

**Joepie ! Weer lekker smullen van originele bereidingen, nieuwe (of vergeten ouderwetse) groenten, zelf drankjes maken en ... zalig achterover leunen na gedane arbeid.**

**Hieronder een zeer eenvoudig te bereiden drankje MARIE'S ESTRAGONNADE, een digestief op basis van estragon . Hiermee verbaas je zelfs jezelf !**

Een goeie greep estragonbladeren(of circa 40 g)  
1 liter alcohol van 45 °  
1 kg suiker  
1 liter water  
1 stokje vanille(in 2 langsgesneden)

Steek de bladeren in een fles met brede hals en giet er de alcohol over. Laat macereren gedurende 3-4 dagen. Maak een stroop met de suiker en het water en giet dit in de fles. Laat dit alles trekken gedurende nog eens 15 dagen en filtreer vooraleer in een andere fles over te gieten. Plaats in de fles nog een takje estragon om de fles aantrekkelijker te doen ogen ... Gezondheid !

Nieuwe drankjes en gerechten kan je ook aanleren en of proeven bij **KRUIDENPERVISUM** in het **BIO-NATUURHUIS** Staatsbaan 2 C 8610 Kortemark (vlakbij afslag naar Kortemark-centrum) 051.302977 of 0496.810182 - e-mail: [info@kruidenpervisum.com](mailto:info@kruidenpervisum.com)

**Het Bio-Natuurhuis is open van dinsdag tot zaterdag, van 10 tot 19 u en Groenplussers krijgen 10% korting op hun inkopen..**



**LEZEN- LEZEN- LEZEN- LEZEN- LEZEN- LEZEN ...**



Heb je belangstelling voor armoedebestrijding en sociale netwerking ?  
Je kan je abonneren op de gratis nieuwsbrief **Surplus** van Samenlevingsopbouw West-Vlaanderen.  
Aanvragen bij 050.393771 of [dolores.pluym@samenlevingsopbouw.be](mailto:dolores.pluym@samenlevingsopbouw.be)



Ook het Agentschap Natuur en Bos, Zandstraat 256 te Sint-Andries Brugge tel 050.319458 verspreidt een aantal gratis brochures, boekjes voor het onderwijs, posters edm.  
Er is ook een leuk boekje "Sirus en de vlierbessentoverthee" van Marc De Bel met illustraties verkrijgbaar (4-5 jarigen).



Het provinciebestuur West-Vlaanderen en AGUR (agence d'urbanisme et de développement de la région Flandre-Dunkerque) hebben een grensoverschrijdende ATLAS Côte d'Opale-West-Vlaanderen uitgebracht met interessante kaartjes met commentaar.  
Deze publicatie kan gratis verkregen worden in het Provinciaal Infocentrum Tolhuis, Van Eyckplein te Brugge.

De boekenbeurs komt eraan en de geschenktijd ! Waarom eens geen boek bestellen bij een uitgeverij gespecialiseerd in boeiende streek- en geschiedenisboeken : Uitgeverij De Klaproos uit Veurne .  
Je kan telefonisch hun boekenlijst aanvragen en ook bestellen op 058.518530 of per e-mail [info@klaproos.be](mailto:info@klaproos.be) en [www.klaproos.be](http://www.klaproos.be).  
De boeken worden opgezonden mits 2€ verzendingskosten.

➤ **... en kijken naar T.V...**



**Vlaamse Ouderenraad brengt nieuws op VTM-teletekst**

Bent u op zoek naar specifieke informatie omtrent ouderen, maar beschikt u niet over een internetverbinding?  
Dan kunt u vanaf vandaag deze informatie raadplegen via uw televisietoestel; ga gewoon naar de teletekst op VTM.

Sinds september heeft VTM-teletekst een specifieke rubriek voor 50-plussers.  
Om tegemoet te komen aan ouderen die geen internetgebruikers zijn en omdat ouderen meer dan andere leeftijdsgroepen teletekst kijkers zijn, werd deze 50-plus rubriek op het teletekstkanaal in het leven geroepen.  
De inhoud wordt verzorgd door het OOK-Vlaamse Ouderenraad. Hierop vindt u niet enkel uitgebreide informatie over de werking van de Vlaamse Ouderenraad, maar ook nieuws van de overheid, aankondigingen van activiteiten, informatie over inkomen, zorg en gezondheid, mobiliteit, actief zijn en leren, wonen, ...  
Kijk vandaag nog op VTM-teletekst pagina's 480-490 en blijf zo op de hoogte van de laatste nieuwtjes omtrent ouderen!

\*\*\*\*\*



**Kerstreceptie Groen!Plus**

**Vrijdag 21 december van 15 tot 19 u.**

Brussel, in het Groen!huis, de Bruynestraat 78-82 Anderlecht(vlakbij Station Brussel-Zuid).  
Liefst vooraf inschrijven bij [hugo.vandienderen@groen.be](mailto:hugo.vandienderen@groen.be) of tel 03. 288 77 47; GSM 0495. 52 37 69

Gast spreker is Rik Torfs over "**Christendom en ecologie**"  
**Alle ouderen, mandatarissen, kaders, vrienden en contacten van Groen!Plus zijn vriendelijk uitgenodigd voor een stevige babbel, een hapje en een drankje ....**

\*\*\*\*\*





## **UITNODIGING aan alle groene westvlaamse senioren**

Om het nieuwe jaar 2008 te vieren organiseert **Groen!Plus West-Vlaanderen** een lekker etentje  
op **vrijdagmiddag 18 januari 08 om 12.30u**  
in het **Bio-Natuurhuis** Kruidenpervisum, Staatsbaan 2c  
te **Kortemark**.

Gast spreker is **Hugo Van Dienderen**, de stichter van Groen!Plus  
en oud-journalist en parlementair.

**Alle Groen!Plus leden uit West-Vlaanderen zijn hierop  
uitgenodigd.**

Snel reserveren is wel nodig, want het aantal plaatsen is beperkt.

De lunch kost € 15  
en daarvoor krijg je een volledige biologische en vegetarische lunch  
met een aperitief (alcoholisch of niet) , soep, hoofdschotel met  
groentjes en rijst , een nagerecht en koffie of thee.

\*\*\*\*\*

Voraf inschrijven is noodzakelijk : bij Violette Vansteelandt  
via [vanstevi@belgacom.net](mailto:vanstevi@belgacom.net) of telefonisch 059/501508  
( ok antwoordapparaat)

Er is parking voor de deur en afhalen is mogelijk aan het station van  
Kortemark.

Wegroute is te vinden op [www.mappy.be](http://www.mappy.be)



Voor meer info over Groen!Plus : [www.groen.be/groenplus](http://www.groen.be/groenplus)  
Eindredactie: Violette Vansteelandt  
Lay-out : Andrea Otlet  
VU: V. Vansteelandt, P. Michielslaan 16, 8400 - Oostende