

magazine **NEOS**

45e jaargang - 4e trimester 2025 - 3-maandelijks uitgave
www.neosvzw.be - P509677 - afgiftekantoor 9099 Gent X
Neos vzw, Mercatorstraat 92, 9100 Sint-Niklaas

Ontdek
het warme
hart van
NEOS



“Vriendschap moet je doorgeven”

Neos-directeur Martin De Loose en Auteur Selma Franssen



 VAYAMUNDO HOUFFALIZE



VAYAMUNDO
DICHTBIJ
VAKANTIES
ZONDER ZORGEN



Winters genieten in de Ardennen

Laat je betoveren door de winterse charme van de Ardennen met een begeleide busreis! Van een unieke blik achter de schermen op het legendarische **circuit van Francorchamps** tot het spectaculaire natuurschoon van de **Watervallen van Coö** – elke dag brengt nieuwe ontdekkingen. Dwaal door de gezellige straatjes van **Durbuy** tijdens een culinaire wandeling vol lokale lekkernijen en proef de authentieke smaken van kaas, chocolade, bier en meer. Ook liefhebbers van geschiedenis en bier komen ruimschoots aan hun trekken met een rondleiding en degustatie in de **brouwerij van La Chouffe** en een fascinerend bezoek aan het mysterieuze souterrain van de **Citadel van Namen**, inclusief een ritje in de iconische **kabellift**.

→ vayamundo.eu/hou-promo-2

www.vayamundo.eu

📞 078 156 100

Begeleide
busreis!

vayamundo
holiday clubs

Ouder worden, is je hart tonen en... een beetje dwarsliggen

Ouder worden, betekent je hart tonen. Ouder worden, betekent niet stilvallen, maar juist opstaan - voor elkaar, voor de buurt, voor de wereld. En waar kan dat beter dan in de veilige schoot van je Neos-club? Daar geniet je niet alleen samen van cultuur, ontmoeting en ontspanning maar, kan je ook je hart openen. Onder de vlag 'Neos met een Hart' bundelden we alle mooie initiatieven die Neos-clubs de afgelopen jaren namen. Het resultaat is een breed scala aan acties waarbij niet wijzelf maar de andere en de wereld rondom ons centraal staat. Je leest er alles over in ons speciale katern 'Neos met een Hart'. Het Hart van Neos kleurt rood, groen en goud. Het rode hart symboliseert onze verbondenheid met mensen die het met minder kunnen moeten doen, het groene hart focust op een circulaire en duurzame leefwereld, terwijl het gouden hart staat voor onze betrokkenheid met elkaar, met de eenzame man of vrouw die een extra hart onder de riem kan gebruiken. Want bij Neos ben je altijd meer dan zomaar een deelnemer. We combineren dit met drie mooie interviews die perfect aansluiten op elk van deze harten. Als symbool van het rode hart duiken we in het leven van **Erhan Demirci**, wiens vader vanuit Turkije in onze mijnen kwam werken. Erhan veroverd intussen vanuit de Cité heel Vlaanderen.

Voor het groene hart volgen we het bestuur van Neos West-Vlaanderen, helemaal in de ban van **Ludwig en Ann** die met hun bedrijf **Stroomop** pionierden in milieuvriendelijke energieoplossingen. De jonge zestigers bouwden hun eigen woonst om tot een 'offgrid' (zelfvoorzienend) huis. Inspirerend! We hadden ook een heel fijn gesprek met **Selma Franssen** die vriendschap als waardevolle maar onderbelichte relatievorm onder de loep neemt. Het mooiste wat je met vriendschap kan doen, is het doorgeven, aldus Franssen. Vrienden van vrienden die nieuwe vrienden worden, zo iets dus.

En, last but not least, ontdek zeker hoe **Jan Peumans** positief oud wordt: door lekker dwars te blijven liggen...

Een positieve kijk op weer een jaar dat voorbij is en een nieuw dat voor de deur staat, dat wensen we jullie van harte toe.

[Koester je naasten, koester je vrienden, koester je Neos-club.](#)

Veel leesplezier!

Grete
Hoofdredacteur

Reacties op dit nummer? Ideeën voor een volgend nummer? Mail naar welkom@neosvzw.be



Vriendschap in tijden van eenzaamheid

6



Dwarsligger Jan Peumans



Erhan Demirci: van de cité naar de city



Ludwig en Ann leven duurzaam



Neos met een Hart



Ruimte voor je toilet

Voor sommige mensen volstaat een aangepast toilet niet. Zij worden daardoor beperkt in hun mogelijkheden om op reis of uitstap te gaan. Gelukkig duiken er nu meer en meer 'changing places' op, extra grote toiletten waar je je liggend kan laten verzorgen en met een tillift. Inter (het Vlaams expertisecentrum toegankelijkheid) spoort gemeentes, projectontwikkelaars, horeca-uitbaters... aan hierop in te zetten. Een lijst van bestaande chaging places vind je alvast op www.vlaanderen.be/inter/mensen-met-een-handicap/changing-places



Luisterend oor bij de dementielyn

De Dementielyn is een gratis en anonieme telefoonlijn voor alle vragen over dementie. Of je nu informatie zoekt, advies nodig hebt, of gewoon even je hart wilt luchten, getrainde vrijwilligers en deskundigen zitten klaar voor jou. Wil jij ook een luisterend oor worden en mee permanentie verzorgen? Dat kan. Je krijgt een grondige opleiding en kan je engagement van thuis opnemen. Surf naar www.alzheimerliga.be/ondersteuning/de-dementielyn



Is AI goed voor onze democratie?

Zonder Artificiële Intelligentie (AI) geen goedwerkende zoekmachines of geen gerichte advertenties. Zonder AI geen zelfrijdende auto's of voorspellende ordehandhaving. Maar welke invloed heeft AI daarmee op onze democratie?

Technologiefilosoof Mark Coeckelbergh legt het haarfijn uit. Zijn conclusie? AI kan een zegen zijn, op voorwaarde dat ethiek in elke stap wordt meegenomen. Boeiend én noodzakelijk leesvoer.

Van Senior Ticket naar Train+

Ondanks het protest van onder meer Neos verdwijnt het populaire Senior Ticket en lanceerde de NMBS op 15 oktober een vernieuwd ticketaanbod. Bij aankoop van een treinticket krijgt de reiziger automatisch het goedkoopste ticket voorgesteld en voor wie vaak de trein neemt, lanceert NMBS Train+. Tot en met 4 januari 2026 kan je Train+ aankopen aan de helft van de prijs. Voor senioren is dat dan 2 euro per maand of 16 euro voor een jaarversie.

Alle info vind je op www.belgiantrain.be/nl/news/new-pricing-offer



Blauw voor vertrouwen

'Connecting Blue' is de trendkleur voor 2026 voor BOSS paints en Colora. Het is een zacht, rustgevend grijsblauw dat sereniteit, helderheid en vertrouwen uitstraalt en zich leent voor ruimtes die een kalme, gebalanceerde sfeer vereisen. Het is een veelzijdige, ingetogen kleur die zich moeiteloos laat combineren met natuurlijke materialen en lichte houtsoorten voor een frisse en moderne uitstraling.



2026: vrijwilligers in de spots

2026 wordt het Internationaal Jaar van de Vrijwilliger. De Verenigde Naties roepen lidstaten op om een heel jaar lang activiteiten en acties op te zetten om vrijwilligers te erkennen, inspireren en verbinden. Dat geeft jou dus ook een heel jaar lang de kans om de vrijwilligers van jouw club jouw dankbaarheid te tonen. Of beter nog, af en toe zelf de handen uit de mouwen te steken en te 'vrijwilligen' in en voor jouw geweldige Neos-club.



Ons brein houdt van hout

Een onderzoek onder leiding van neurowetenschapper Steven Laureys heeft het onomstotelijk aangetoond: hout in het interieur onderdrukt stress en activeert positieve gevoelens. De resultaten bevestigen wat velen al intuïtief aanvoelden: een omgeving met hout doet ons goed en verhoogt het 'thuis-gevoel'. Veel hout in een kantoor stimuleert de creativiteit en creëert een atmosfeer waar problemen makkelijker worden besproken en compromissen worden gesloten. In ziekenhuizen kan hout de stress verlagen en samenhang vergroten.

Wat zit er onder de schil?

Onder de schil van een aardappel zit veel meer dan je denkt en dat geldt ook voor mensen. Onze buitenkant vertelt lang niet alles. Je kan er goed uitzien, sociaal zijn en je toch verdrietig, leeg of angstig voelen. De campagne Te Gek!? focust zich dit jaar op het mentaal welzijn van ouderen. Misschien geldt dat ook voor jou en wil jij ervaringen delen om anderen te helpen of gewoon om je hart te luchten... Jouw persoonlijk levensverhaal mag je sturen naar welkom@neosvzw.be





Van vage kennis naar goede vriend? Dat kost je minstens 200 uur!

Selma Franssen over 'Vriendschap in tijden van eenzaamheid'

Vriendschappen gaan vaak langer mee dan romantische relaties. Journaliste Selma Franssen verdiepte zich in de helende werking van vriendschappelijke relaties. En omdat wij bij Neos oude en nieuwe vriendschappen koesteren, legde Neos-directeur Martin De Loose zijn oor graag te luisteren bij deze jonge Nederlandse (37) die intussen een thuis in Brussel gevonden heeft.

Grete Cornelis

Opmerkelijk: het boek 'Vriendschap in tijden van eenzaamheid' verscheen nog voor de coronapandemie. Voor velen was die periode een kantelpunt om het over verbinding te hebben, maar Selma Franssen had de fragiele tijdsgeest met toenemende eenzaamheidsgevoelens al sneller aanvoeld.

Martin: Waarom een boek over vriendschap?

Selma: Ik maakte jaren geleden een reeks over veranderende liefdesrelaties en het groeiend aantal singles. Verschillende uitgevers wilden hierover een persoonlijk boek, maar daar had ik geen zin in. Tot één uitgever opmerkte dat het in die verhalen ook vaak over vriendschap ging. Bij veel mensen duren hun vriendschapsrelaties langer

dan hun liefdesrelaties. Er zijn vrienden op wie ze altijd kunnen terugvallen, mensen die hen emotioneel en praktisch steunen of waar ze zelfs samen een huis mee kopen. Dát vond ik een interessante invalshoek en zo is dat boek er gekomen.

Martin: Hoe zit het vandaag met jouw vrienden?

Selma: Sommige vriendschappen gaan al heel lang mee, maar er is ook veel veranderd. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat vriendengroepen dynamisch zijn. De samenstelling verandert voortdurend. Ongeveer de helft van je vrienden verdwijnt om de zeven jaar en wordt vervangen door nieuwe contacten. Dat wisselen heeft te maken met grote levensgebeurtenissen of an-

dere levensfases zoals verhuizen, een nieuwe job of kinderen krijgen...

Vriendschap moet je doorgeven

Martin: Ben je door het boek een betere vriend geworden?

Selma: Ik sta er alleszins nu meer bij stil bij wat de ingrediënten zijn van een goede vriendschapsrelatie en hoe je die kan voeden. We gaan er gemakshalve van uit dat we weten hoe het moet, maar eigenlijk is het toch niet zo eenvoudig. Een van de voornaamste succesfactoren is tijd. En dat is vandaag niet evident. Maar als je je daar bewust van bent, kan je daar wel iets mee doen. Ik probeer mijn vriendschappen te voeden en breng andere mensen samen zodat er nieuwe vriendschappen ontstaan,

.....

*Sinds het schrijven van
het boek ben ik er echt van
doordrongen dat vriend-
schap ook iets is dat je
moet doorgeven*

.....

buiten mij om. Zo nodig ik met oud en nieuw verschillende mensen uit die elkaar niet kennen en die op hun beurt anderen mogen meebrengen. Soms zie je dat mensen na zo'n feestje blijven afspreken en nieuwe vriendschappen sluiten. Ik doe ook mee aan De Grootste Spaghettislag van Brussel Helpt. Je schrijft je in om te koken en dan kunnen mensen bij jou komen eten. En ik heb heel goede burens met wie ik actief mee afspreken en die eigenlijk vrienden zijn geworden... Kortom, sinds het schrijven van het boek ben ik er echt van doordrongen dat vriendschap ook iets is dat je moet doorgeven.

Martin: Je neemt zelf veel initiatief.

Dat is niet voor iedereen evident.

Selma: Klopt. Initiatief nemen zit er bij mij in, dat is een deel van mijn persoonlijkheid. Niet iedereen heeft dat, maar je mag je karretje ook aan het initiatief van anderen hangen. Sommige mensen worden bang als ze verhuizen en denken dat ze van nul moeten beginnen en enge dingen moeten doen – zoals alleen op café gaan en mensen moeten aanspreken. Vaak ken je toch al ergens iemand die je dan dichterbij anderen kan brengen. Thuis blijven zitten is alleszins geen optie, want daar ontstaat geen vriendschap.

Martin: Je hebt zelfs ooit een app om nieuwe vrienden te vinden uitgeprobeerd?

Selma: Met vallen en opstaan. Ik vond er een vriendin, maar we dreven toch wat uit elkaar. Het mooie is dat ik intussen beter bevriend raakte met een paar

van haar vrienden. Zo zie je maar hoe het kan lopen. Een echt grote fan van die apps zal ik wel nooit worden, want die blijven – net zoals Tinder voor een romantische match – toch gebaseerd op arbitraire dingen zoals uiterlijk of muzieksmaak. Anderzijds kunnen ze wel helpen om uit je eigen bubbel te stappen, je leert mensen kennen om sociale activiteiten mee te ondernemen. Sinds covid zijn er steeds meer initiatieven om mensen 'spontaan' samen te brengen. Zo is er bijvoorbeeld Table Mates, een concept om te dineren met onbekenden en zo nieuwe mensen en – wie weet – nieuwe vrienden te leren kennen.

Flexibel en onverwacht

Martin: Van sommige langdurende vriendschappen werd de basis al heel vroeg gelegd: bij de jeugdbeweging.

Selma: Ja, dat heb ik hier in Vlaanderen gemerkt. In Nederland is dat toch niet zo'n ding. In die vriendschappen uit de jeugdbeweging zitten heel wat ingrediënten voor een vriendschap voor het leven. De keerzijde hiervan is dat er later soms minder nieuwe vrienden bijkomen. Maar het mooie is wel dat er een consistentie in zit en dat de vriendschap meegroeit. Het is toch belangrijk dat je elkaar met enige regelmaat zien en dat zit natuurlijk ingebouwd in de jeugdbeweging.

Martin: Consistentie is belangrijk, maar ook het onverwachte is dat, vol-

gens jouw boek.

Selma: Consistentie is toewijding en opdagen voor elkaar. Er is vandaag een trend aan de gang waarbij mensen steeds vaker last minute een afspraak afzeggen. Dat is dan meestal voor hun eigen welzijn – wat uiteraard belangrijk is – maar toch is dat beetje moeite doen voor elkaar ook belangrijk. En vriendschap draagt ook bij aan ons mentaal welzijn. Vriendschap is een heel flexibele relatievorm, het kan alle kanten uitgaan en liefst ook die onverwachte. Ik geef vaak lezingen over dit thema – nu ja lezingen: het is heel interactief – en daar komen altijd heel mooie verhalen boven, vol verrassingen en onverwachte dingen. Bijvoorbeeld over een vriendschap die ontstaat tussen twee mensen die op de trein aan het lezen waren. De ene durft de andere aan te spreken en uiteindelijk zijn ze contact blijven houden...

Martin: Je hebt de factor tijd al een paar keer benoemd. Is die echt zo cruciaal?

Selma: Er is niet zo gek veel wetenschappelijk onderzoek naar hoe vriendschap werkt, maar tijd blijkt inderdaad bepalend. Om van een vage kennis naar een goede vriend te gaan, moet je minstens 200 uur samen doorbrengen. Vandaar dat die vrienden uit de jeugdbeweging zo hecht zijn. Daar staan héél veel uren op de teller.

Martin: Onze tijd voor fysieke contacten neemt alsmaar af. We kijken liever naar elkaars leven op sociale media.

Selma: Je kan een hele dag door de

*Vriendschap is een heel
flexibele relatievorm,
het kan alle kanten
uitgaan en liefst ook
die onverwachte*

levens van anderen scrollen en toch heel geïsoleerd geraken. De vorm van eenzaamheid verandert door de manier waarop sociale contacten veranderen. Ik schreef het boek nog voor de TikTok-hype en maakte me toen al zorgen. Sociale media zijn zo verslavend en vaak ook onrealistisch. Mensen doen er zich soms beter voor dan ze zich in werkelijkheid voelen. Bij vriendschap draait het net om dat masker dat je ook mag laten vallen. Vriendschappen worden versterkt als we mindere momenten kunnen delen. Door de voortdurende aanwezigheid van de smartphone worden gesprekken ook minder diepgaand. We zijn er ons altijd van bewust dat we onderbroken kunnen worden en daardoor gaan we onderwerpen vermijden.

**Vriendschapsbanden
wettelijk erkennen?**

Martin: Als eenzaamheid een maatschappelijk probleem is, is er dan geen nood aan een minister van Eenzaamheid of – beter – een minister van Vriendschap?

Selma: In het Verenigd Koninkrijk werd die functie vijf jaar geleden in het leven geroepen. Mocht ik die bevoegdheid krijgen, zou ik zeker de bedrijven achter de sociale media aan banden leggen. Hoewel ze zich sociaal noemen, willen ze ons gewoon online houden en net niét sociaal actief. Ze weten alles van ons en daar zouden ze eigenlijk iets positief mee kunnen doen. Ze weten wie online is, wie vrij is en met wie we iets zouden kunnen ondernemen, maar in de plaats daarvan willen ze dat we online blijven en hun advertenties bekijken.

Verder zou ik een heleboel dingen eenvoudiger maken: de administratieve rompslomp rond samenhuizen bijvoorbeeld. Dat zit in de lift, ook bij ouderen, maar de regelgeving daarrond moet eenvoudiger. Er zijn steeds meer mensen die hun leven op een andere manier inrichten dan via het standaardgezin. Ze doen dat via betekenisvolle vriendschappen, ouderen die voor elkaar zorgen bijvoorbeeld. Daar moet de regelgeving – bijvoorbeeld rond nalatenschap – op aangepast worden. Verder zou ik onze openbare ruimtes die nu vaak koud en kil zijn en meer ontmoetingsplekken voorzien. Ik zou pleiten voor het recht op deconnectie, dat je werkgever je dus niet op elk uur mag contacteren. Zelf leg ik ook regelmatig mijn telefoon weg om beter met de mensen die ik rond mij heb te connecteren.

Uiteraard is niet alles negatief: je kan ook vriendschappen onderhouden via

de sociale media. Daar zit wel een opmerkelijk generatieverschil op. Ouderen gebruiken sociale media meer om vrienden van vroeger te zoeken, terwijl jongeren langer blijven hangen bij influencers. En als ouderen die vrienden van vroeger terugvinden, dan overbruggen ze meteen die verloren periode. Ze hebben hun 200 uur samen immers allang achter de rug...

Face-to-face of schouder aan schouder?

Martin: Mannen- en vrouwenvriendschappen lijken nogal te verschillen.

Selma: Vrouwen zouden meer face-to-face contacten onderhouden en met elkaar praten, terwijl het bij mannen schouder aan schouder is, samen naar voetbal kijken bijvoorbeeld. Vrouwenvriendschappen zouden ook minder nodig hebben – samen koffie drinken is al genoeg om de vriendschap te onderhouden. Biologisch is dat verschil niet meteen te verklaren, maar misschien



Ga actief op zoek naar mensen die jonger zijn. Als er een klik is, maakt het toch niet uit of iemand 15 jaar jonger of ouder is dan jij?

Vriendschap in tijden van eenzaamheid

Journaliste Selma Franssen onderzoekt in dit boek hoe vriendschap verandert in een tijd waarin veel mensen zich eenzaam voelen, ondanks digitale connectie. Selma beschouwt vriendschap als een krachtige, maar vaak onderschatte vorm van menselijke verbondenheid. Een relatie die even belangrijk is als romantiek of familie, maar weinig aandacht krijgt in onze samenleving. Selma Franssen kan je uitnodigen in jouw club. Haar lezing is interactief, persoonlijk en maatschappelijk relevant.



verwachten we van jongens nog steeds dat ze niet te veel hun emoties tonen. Er is ook een verschil in lichamelijkheid. Lopen twee vrouwen arm in arm, dan denken we makkelijker dat dit zussen of vriendinnen zijn, bij mannen wordt meteen verondersteld dat het een koppel is, hoewel mannen elkaar nu toch ook vaker een kus op de wang geven. Je zou dat ook kunnen zeggen van vriendschappen tussen mannen en vrouwen: het is de omgeving die het moeilijker maakt, die vragen stelt of er toch niet een romantische ondertoon is, of de partner van een van de vrienden voelt er zich niet goed bij. Een vriendschap tussen een man en een vrouw kan daarom lastiger zijn, maar het kan wel degelijk.

Martin: Met het ouder worden, verlies je onvermijdelijk ook vrienden. Hoe ga je daarmee om?

Selma: Meestal lijken je vrienden op jou en zitten ze in dezelfde levensfase. Met het ouder worden, gaan er steeds meer wegvallen. Ik pleit daarom ook voor intergenerationale vriendschappen. Ga actief op zoek naar mensen die jonger zijn. Als er een klik is, maakt het toch niet uit of iemand vijftien jaar jonger of ouder is dan jij?

Lezen tegen eenzaamheid

Martin: Vriendschappen zijn een tegengif voor eenzaamheid. Gek genoeg zeg je dat ook van lezen.

Selma: Ik koester vriendschappen, maar tegelijk zijn mijn hobby's dingen

Ongeveer de helft van je vrienden verdwijnt om de 7 jaar en wordt vervangen door nieuwe contacten

die je vaak alleen doet: lezen en schrijven. Toch merk ik dat ik steeds vaker afsprek met andere auteurs om samen te schrijven en werkt lezen heel verbindend. Je stapt in een andere gedachtewereld, je moet je eigen empathie en verbeeldingskracht aanspreken. Een boek helpt je uit je eigen ervaring te treden en die van anderen te leren kennen. Het praten over boeken is ook heel verbindend. Denk maar aan de heropleving van de boekenclub. Door het praten over de romans, ga je automatisch ook vertellen over jezelf. Wil je een mooi boek over intergenerationale vriendschap, dan kan ik je trouwens 'Herfst' van de Schotse schrijfster Ali Smith aanbevelen.

We nemen de proef op de som en grasduinen in Herfst. Ali Smith schrijft: 'De tijd is een constructie. Maar vriendschap is echt'. Bedankt Selma!

Neos met een Hart

Dit interview past in het kader van onze campagne Neos met een Hart. Het gouden hart symboliseert hoe we bij Neos betrokken zijn op elkaar. Wil je meer weten hoe Neos-clubs hun gouden hart tonen? Lees dan ons speciaal katern in het hart van dit magazine.

Verrassende vriendschap?

Heb jij een verrassend verhaal over vriendschap? Stuur je verhaal dan naar welkom@neosvzw.be.

“Wat je in je kindertijd wou doen als gepensioneerde”

Jan Peumans in de Neos-podcast POSITIEF oud worden

“Weet je wat op mijn vaderdagskaart stond dit jaar? ‘Sterk als een eik, maar groot in gezeik.’ (lacht)” Zelfspot is nooit ver weg bij Jan Peumans, net zomin als een kwinkslag of een uitgesproken mening. Als zelfverklaard “hofleverancier bij Neos” doorkruist hij samen met zijn zoon Wim heel Vlaanderen met hun lezing ‘Een Zachte Anarchist’. En hoewel hij binnenkort 75 wordt, is van stilzitten geen sprake, vertelt hij in de Neos-podcast ‘POSITIEF oud worden’. “Ik ben met ‘het einde’ bezig door mij rot te amuseren.”

Sara Stragier

Mopjes bij de vleet wanneer Jan toe- komt in de radiostudio van Halle, on- danks de treinproblemen die bijna een stokje staken voor zijn opname met pod- casthost **Kris Baert**. Nochtans een be- wuste keuze, die lange treinreis vanuit het Limburgse Riemst. **Jan Peumans:** “Wat volgens mij heel belangrijk is als je ouder wordt – nu begin ik hier meteen een beetje les te geven, zeg – is bewe-

ging. Als ik ergens naartoe moet, neem ik de trein of de fiets, en de rest doe ik te voet. Dat vraagt inspanning en meer tijd, maar ik doe dat heel bewust. Ik heb namelijk een heel lichte vorm van dia- betes type 2. Endocrinoloog Guy T’Sjoen zei me dat je dat best ernstig neemt. En als de professor het zegt, moet je het geloven, he. (glimlacht) Daarom eet ik veel groenten, weinig

vlees,... Eigenlijk zou ik ook geen bier mogen drinken, maar dat kan ik niet maken als achterkleinzoon van een bierbrouwer. (knipoogt)”

Een zachte anarchist is iemand die ‘nee’ zegt wanneer iedereen ‘ja’ zegt. Het type van een dwarsligger, iemand die tegen de rest durft in te gaan



‘Het beeld over ouderen beantwoordt niet aan wat zij van zichzelf vinden. Zoveel 80-plussers wonen nog zelfstandig, doen hun eigen huishouden, hebben geen zorg nodig, ...’

Hangbuikzwijn

Jan Peumans: “Daarnaast sta ik elke ochtend een halfuur op de hometrainer, en in tegenstelling tot de meeste wielertoeristen – die wel 100 km fietsen, maar voor de 300 meter naar de bakker de auto nemen – ga ik heel bewust met de fiets. De teller van mijn elektrische fiets staat nu op 20.000 km, allemaal kilometers die níet met de auto gereden zijn. Werken in de tuin en wandelen, vind ik ook heel ontspannend. Je maakt je geest leeg en daar pomp ik dan weer energie uit. Na een kilometer of vier

maar wat niet kon, moet je doen

voel ik mij een heel ander mens. En over wandelen gesproken: dit jaar ben ik voor de 24ste keer te voet naar bedevaartsoord Banneux gegaan. Dat is 45 km heen en 45 km terug. Ik ben nu bijna 75 jaar, maar dat gaat nog altijd als een fluitje van een cent, omdat ik er een punt van maak om geen in de zetel liggend hangbuikzwijn te worden. Én ik doe ook veel geestelijke arbeid. Zo ben ik nog steeds bezig aan mijn doctoraat over de geschiedenis van de Volksunie in Limburg. Ik doe dat bij Bruno De Wever, de broer van de eerste minister – dat klinkt best chic, he. (glimlacht)”

De stem van de ouderen

Geen sprake dus van het zwarte gat waar iedereen Jan voor waarschuwde toen hij afzwaaide als voorzitter van het Vlaams Parlement. **Jan Peumans:** “Als ik ’s morgens opsta, zit ik niet voor het raam naar de vogeltjes te kijken en mij af te vragen wat ik vandaag nu weer ga doen. Ik vind het goed om een paar dingen in mijn leven te hebben waar ik altijd naartoe kan groeien en waar ik mee kan bezig zijn. Want mensen kunnen veel meer dan ze zelf denken, he. Ook op oudere leeftijd. Zo gaf ik lang geleden cursussen aan mensen die met pensioen gingen. Eén van onze adviezen was: wat je in je kindertijd hebt willen doen, maar door bijvoorbeeld je huwelijk of je werk hebt laten vallen, dat kan je als je met pensioen gaat en ouder wordt, weer oppakken. Denk aan iemand met een geweldige belangstelling voor tekenen. Nu, als je ziet wat

een aanbod er in de kunstacademie is, of in het volwassenonderwijs tout court... Er zijn mogelijkheden te over. En dan moet je niet zeggen: ‘Ja, maar ik ben al 73 jaar. Dat is niets meer voor mij.’ Nee, nee, nee. Je moet zeggen: ‘Ik ben 73, en ik wil dat doen, en ik gá dat doen.’” Dat is dan ook de sleutel van deze podcastreeks, merkt Kris op: mensen die ouder worden er vaker aan herinneren dat ze nog heel wat dingen kunnen. Daar schort het volgens Jan wel aan in onze samenleving. **Jan Peumans:** “Ik denk dat niemand van ons, ouderen, wakker ligt. Kijk nu naar het hele pensioenverhaal. Het lijkt alsof wij – en ik heb een goed pensioen, he, laat dat duidelijk zijn – de profiteurs zijn. Daar heb ik wel een beetje moeite mee. Ouderen betekenen voor veel mensen

Ik ga in tegen de stroming dat alles altijd méér moet zijn

ook ‘een last’. Je bent niet meer zo goed te been, mensen moeten hun plaats aan je afstaan,... Jongere mensen denken over de oudere generatie dat zij het zo wel gehad hebben. ‘Hou je mond’, bij wijze van spreken. Maar dat beeld over ouderen beantwoordt niet aan wat zij van zichzelf vinden. Want hoeveel 80-plussers wonen nog zelfstandig, doen hun eigen huishouden, hebben geen zorg nodig,...?

De club van de 20- tot 60-jarigen heeft het dan wel voor het zeggen, in Vlaanderen wonen meer dan 1,3 miljoen 65-plussers, die evenveel stemmen vertegenwoordigen. En zo zie je maar: bij de laatste verkiezingen in 2024 was ik opnieuw verkozen. Met nog veel stemmen ook, ik was aangenaam verrast. Toen zeiden mensen tegen mij: ‘Jan, jij moet gaan zetelen, want jij kan de stem van de ouderen laten horen.’ Je zou volgens mij – zoals je dat ook doet naar volwassenen en jongeren – specifiek politiek moeten voeren naar ouderen toe.”



Wie is Jan Peumans?

- °1951
- Vlaams Parlementslid voor N-VA (2004-2019) en voorzitter van het Vlaams Parlement (2009-2019)
- Bekend als ‘juryvoorzitter’ in het VRT-programma ‘Vrede Op Aarde’
- Geeft samen met zijn zoon Wim de lezing ‘Een Zachte Anarchist’
- Werkt momenteel aan een doctoraat over de Volksunie in Limburg

Een Zachte Anarchist

In diezelfde politieke wereld kreeg Jan ooit van Geert Bourgeois de bijnaam 'een zachte anarchist'. Vandaag brengen zijn zoon Wim en hij een lezing met dezelfde naam in heel Vlaanderen. Maar wat betekent die nu juist? **Jan Peumans:** "Voor mij is dat iemand die 'nee' zegt wanneer iedereen 'ja' zegt. Het type van een dwarsligger, iemand die tegen de rest durft in te gaan. En wanneer iemand tegen mij zegt dat ik iets móet doen, dan ga ik daar ook tegenin.

Niet iedereen moet of kan zijn eigen hachje redden

Zo vind ik bijvoorbeeld niet dat iedereen maar zijn eigen hachje moet redden. Voor mensen die het minder goed kunnen doen in de samenleving moet je ook aandacht hebben. Want de maatre-

gelen die de regering nu neemt – ervoor zorgen dat iedereen na twee jaar z'n werkloosheidsuitkering verliest – zijn allemaal heel aardig, maar als je bepaalde kwaliteiten of capaciteiten niet hebt en je moet het na twee jaar met een leefloon doen, dan wens ik je veel succes. Ik vind dat als de overheid zo'n beslissing neemt, dat ze ook voldoende begeleiding moet voorzien om die mensen aan werk te helpen, als ze tenminste kunnen werken. Er zijn mensen die supersterk zijn en er zijn mensen die fysiek of psychisch zwak zijn. Ik vind dat je daar anders mee om moet gaan, en niet een maatschappij in stand houden waarin altijd alles vooruit moet en altijd alles méér moet zijn. Daar ga ik wel tegenin. Als ik hoor dat ze het defensiebudget gaan verhogen tot 5% van ons bruto binnenlands product... Weet je om hoeveel miljarden euro's dat gaat? Wel 30 miljard euro per jaar! En dan willen ze inkorten op de sociale zekerheid,

gezondheidszorg, pensioenen,... Allemaal om de Russen tegen te houden. (plagend) Want de Russen staan vandaag of morgen hier op de markt in Halle, he. Ze komen met de boot via het Kanaal hier. Nee, serieus: mensen zijn elkaar aan het opfokken. Daar erger ik mij aan. Daarom kijk ik ook niet meer naar het nieuws. Als ik sommige ministers bezig hoor, begint mijn maag te draaien." Jan zet zich wat rechter, neemt een slokje water en zegt dan: "Enfin, dat is dus eigenlijk de achterliggende gedachte achter die titel, 'Een Zachte Anarchist'. Ben je daar tevreden mee? (lacht)"

Vrede Op Aarde

Nood aan meer 'Vrede Op Aarde', dus. In dat VRT-eindejaarsprogramma neemt Jan al acht seizoenen lang de rol van de 'juryvoorzitter' op zich. **Jan Peumans:** "Ik krijg er het hele jaar door reacties op. Er zijn zelfs mensen – en ik hoop dat presentator Sven De Leijer dit leest – die zeggen dat ze niet meer kijken als ik niet meer meedoe. Daar voel ik me wel vereerd door. Het is een programma waar niks venijnigs in zit, waarin mensen op een vriendelijke, leuke, humoristische manier met elkaar omgaan. Maar ik heb tegen De Leijer gezegd: 'Na de tiende keer gaan we stoppen, he. Anders moet ik een duurder contract onderhandelen.' (lacht)" Tussen de vele mopjes door merkt Kris op dat het leuk is om zo – vol humor – oud te worden. "Ik ben dan ook met 'het einde' bezig door mij nog altijd rot te amuseren. (lacht) Ik heb niet het gevoel dat ik morgen al zou zeggen dat het



gedaan mag zijn, integendeel. Mijn vrouw en ik zeggen altijd dat we samen 100 jaar worden. Er is dan ook nog van

Ik ben met 'het einde' bezig door mij nog altijd rot te amuseren

alles te doen. Ik moet mijn doctoraat afronden en ik heb ook nog een paar honderd boeken te lezen, want ik heb de 'ziekte' dat ik heel wat boeken koop, die dan op een stapel belanden, waarna die stapels zich op hun beurt dan weer op-

stapelen. (glimlacht) En spreken bij Neos-clubs, dat ga ik uiteraard ook nog doen. Er zijn er zelfs die ons al geboekt

hebben voor september 2027. Maar wie weet is tegen dan de Derde Wereldoorlog al uitgebroken. (lacht)"

Neos-podcast POSITIEF oud worden

Bekende ouderen getuigen over hoe ouder worden ook positief kan. Jan Peumans beet de spits af van seizoen 2. Schoven ook aan bij Kris Baert: acteur Carry Goossens, presentatrice Kathy Lindekens, filosoof Jean Paul Van Bendegem, actrice Leen Persijn, wielercomentator Michel Wuyts, acteur-zanger Marijn Devalck, radiopresentatrice Christel Van Dyck, actrice Karin Jacobs en zanger Bart Herman. Beluister de podcast via de QR-code.



- vaccinatie tegen griep -

Omdat je liever van de natuur geniet dan van een stevige griep.

Als 65-plusser wil je graag gezond ouder worden. Je vaccineren in de herfst tegen griep is de beste bescherming om niet ernstig ziek te worden. Ook als je je gezond en sterk voelt.

Vaccineren? **Jij** weet waarom.



Van eenvoudig tot verfijnd

30 klassiekers op 2 niveaus

'Wat eten we vanavond?' Het is ongetwijfeld een van de meest voorkomende vragen die dagelijks gesteld worden. Want laten we eerlijk zijn, 's avonds samen genieten van een heerlijke maaltijd, het is toch wel een van de hoogtepunten van onze dag.

Terwijl we op bepaalde dagen – denk maar aan de komende feestdagen – met plezier onze dag vrijhouden om later op de avond pareltjes op tafel te kunnen toveren, laten onze agenda's het niet elke dag toe om uitgebreid te kokkerellen. Daarom sloegen Liesbeth Buyse (van Lizzylizzblog) en Myriam Minne (van Hap & Tap) de handen in elkaar om ons 30 klassiekers voor te schotelen,

zowel in een eenvoudige versie als in een verfijnde versie. Zodat je elke avond, ongeacht je agenda, kan genieten van heerlijke gerechten.

Van de klassieke garnaalkrokot tot een curry van zalm met zeevruchten, voor de liefhebbers van voorgerechten tot de echte zoetekauwen, er is voor ieder wel wat wils. Geniet tijdens een koude winteravond van een bladerdeegtaart met



zalm en prei of schotel je gasten tijdens de feestdagen een hartige tompouce met gerookte zalm voor. Of het nu eenvoudig is of verfijnd, je zal gegarandeerd duimen en vingers aflikken.

BLADERDEEGTAART MET ZALM EN PREI

Ingrediënten voor 4 personen

- ✓ 1 rol bladerdeeg
- ✓ 250 g gerookte zalm
- ✓ 4 stronken prei
- ✓ Ongezouten roomboter
- ✓ 4 eieren
- ✓ 100 ml culinaire room 20%
- ✓ Peper en zout

Voor de afwerking

Eetbare kruiden/bloempjes
(bv. Affilla Cress)

Bereiding

- Verwarm de oven voor op 200 °C.
- Bekleed een langwerpige bakvorm (10x34 cm) met het bladerdeeg en snijd het deeg af dat over de randen komt. Druk goed aan en prik met een vork enkele gaatjes in de bodem.
- Snijd de gerookte zalm in fijne reepjes.
- Snijd het groen van de prei en spoel het witte stuk af onder koud water. Dep droog, snijd de prei in de lengte door-

midden en vervolgens in fijne halve ringen. Bak zachtjes aan in boter. Giet af in een vergiet en laat uitlekken.

- Klop de eieren en de room los. Kruid met peper en zout. Voeg de zalm en de prei toe, meng alles goed door elkaar.
- Giet dit mengsel in de met bladerdeeg bedekte bakvorm en bak gedurende een 30-tal minuten in de voorverwarmde oven.



Voor de afwerking

- Versier de bladerdeegtaart met eetbare kruiden of bloempjes.

HARTIGE TOMPOUCE MET GEROOKTE ZALM

Ingrediënten voor 4 personen

- ✓ 1 vel bladerdeeg

Voor de vulling

- ✓ 6 g gelatine
- ✓ 200 g room
- ✓ 150 g Philadelphia
- ✓ 1 handje dille, geplukt
- ✓ ½ citroen, rasp en sap
- ✓ Peper
- ✓ 4 sneetjes gerookte zalm

Voor de balsamicogelei

- ✓ 3 g gelatine
- ✓ 75 ml water
- ✓ 50 ml balsamicoazijn

Voor de afwerking

- ✓ 1 komkommer
- ✓ Dille
- ✓ ½ citroen, de rasp
- ✓ 2 stuks citroenkaviaar
- ✓ Erwtenscheuten

Bereiding

Voor het bladerdeeg

- Leg het deeg op een bakplaat bekleed met een geperforeerd bakmatje. Leg er een geperforeerd bakmatje en een bakplaat bovenop en zet zo in de oven. Dit voorkomt dat je deeg gaat rijzen.
- Bak het bladerdeeg goudbruin in een oven van 200 °C. Dit duurt ca. 20 minuten. Laat afkoelen.

Voor de vulling

- Week de gelatine in koud water.
- Breng 100 gram room aan de kook. Haal van het vuur en los er de uitgeknepen gelatine in op.
- Meng met de rest van de room en schep hier de losgeklopte Philadelphia, de dille en het citroensap door. Kruid met peper.
- Doe in een spuitzak.

Voor de balsamicogelei

- Week de gelatine in koud water.
- Breng het water aan de kook. Haal van het vuur en los er de uitgeknepen gelatine in op.
- Voeg de balsamicoazijn toe en laat afkoelen.

Voor de opbouw

- Snijd vier vierkanten van 10 x 10 cm uit het krokant afgebakken vel bladerdeeg.
- Neem twee vierkante bakringen (10 x 10 cm). Schik op de bodems een laag bladerdeeg.
- Spuit hierop een laagje vulling.
- Leg er een sneetje gerookte zalm op.
- Herhaal tot alles opgebruikt is. Eindig met een laagje vulling. Hierop komt dan de balsamicogelei.
- Zet in de koelkast om op te stijven.



Voor de afwerking

- Snijd met een dunschiller de komkommer in lange linten. Gebruik het middenstuk met de zaadjes niet.
- Breng de komkommerlinten op smaak met fijngehakte dille en citroenrasp en rol ze op.
- Haal de tompouces uit de koelkast en verwijder de bakringen.
- Snijd met een (elektrisch) mes de tompouces in twee stukken van 10 x 5 cm.
- Werk af met citroenkaviaar, opgerolde komkommer en een erwtenscheut.

Tip

Je kan dit recept ook maken met geitenkaas in plaats van Philadelphia. Laat in dat geval de citroen weg en voeg een straaltje honing toe.



Van schaamte naar trots

Comedian Erhan Demirci keert terug naar de Cité

“Onze pa kon overal naar toe in de wereld, maar hij koos voor... België, Limburg, Beringen. Of all places ...’ Comedian Erhan Demirci gooit meteen de knuppel in het hoenderhok tijdens zijn exclusieve optreden voor Neos Limburg in Ham. Dat gaat – o ironie – door in een zaal recht tegenover de school waar hij inder tijd vaker bij de directeur dan in de klas zat. De voorstelling baadt in nostalgie en herkenning, maar deelt ook méér dan wat speldenprikjes uit. Comedy is niet vrijblijvend. De staande ovatie van meer dan 300 Neos-leden bewees opnieuw dat humor zowel medicijn als wapen kan zijn.

Tekst: Grete Cornelis - Foto's: Freddy Knippenberg

Zijn naam betekent ‘held van de koning’ of ‘legeraanvoerder’, maar eigenlijk is Erhan een gewone – tja wat? – Limburger, Turk, Brusselaar, Vlaming of Belg? Of een beetje van dat alles? Hij groeide op in Limburg, maar woont vandaag in Brussel. Van de geborgenheid van de cité naar het geteisterde getto. Maar Brussel bracht hem wel diploma's en vrienden die zijn levenspad zouden bepalen. Ook zijn Turks-Belgische kinderen vinden er moeite-loos hun weg.

Erhan: Mikail en Semih zijn ‘straat-schoffies’ die vandaag niet in een Limburgse cité opgroeien, maar in het multiculturele Brussel waar ze zich helemaal thuis voelen. Hun identiteit is flexibel, vloeiend bijna. Met een ongelooflijk aanpassingsvermogen zetten ze de wereld naar hun hand. Ze delen mijn interesse in het Turkse voetbal en zijn Turk onder de Turken als ze mee naar een match in Turkije mogen. En in Brussel zijn ze Vlamingen bij hun scouts-vrienden. En op het voetbal praten ze

Frans met hun Cubaanse en Congolese vriendjes en alles wat daartussen zit. Ze passen zich zo makkelijk aan de realiteit van diversiteit aan. Onze oudste zoon zei ooit: ‘Mijn papa is Turk en mijn mama is gewoon normaal’ en dat blijft een running joke in de familie, langs beide kanten. Hun Turkse grootouders vinden het grappig, hun Vlaamse zeggen ‘Welkom in de normale familie.’ In hun Turkse familie is er geen bedtijdur, bij de Vlaamse overheersen de regeltjes en wordt hun schoolwerk opgevolgd.

En zo genieten zij van het beste van beide werelden...

Heb je ooit nagedacht om je kinderen de familienaam van je vrouw te geven om hen meer kansen in het leven te geven?

Erhan: Een dubbele familienaam of de naam van de moeder... De wetgeving laat dat nu toe, maar onze oudste was al geboren en die heette Demirci dus hebben we het maar zo gelaten. Of die Turkse familienaam een hinderpaal zou kunnen zijn om werk te vinden of kansen te krijgen? Tja, ze moeten het zelf doen. Als het goede en lieve mensen worden – zoals wij ze willen opvoeden – dan zullen die kansen wel komen. En als je dan geen kansen krijgt vanwege je huidskleur of achtergrond, dan denk ik: ‘Als ze jou zo niet willen, dan hoeft daar ook niet te gaan werken’ want zo zit ik dan ook wel in elkaar.

Van schaamte naar nostalgie ‘Ik had tot het middelbaar geen enkele Belgische vriend.’ Die uitspraak legt wel een vinger op de wonde.

Erhan: Als kind sta je daar niet bij stil. Je groeit op in de Cité. Daar zijn je vrienden de mensen met wie je woont en leeft. Daar zaten heel weinig Belgen bij. Pas in het middelbaar en bij het voetbal maakte ik mijn eerste Belgische vrienden. Je omgeving bepaalt nu eenmaal waar je leeft of sport. Scouts of KSA bijvoorbeeld, daar gingen wij vanuit de Cité niet naartoe. De Cité: het woord is homogeen, maar de diversiteit die er heerst, is het mooiste wat er is. Mijn nieuwe voorstelling gaat daarover, de nostalgie naar wat de

Cité was. Eigenlijk heb ik het lang verzwegen dat ik uit de Cité kwam, vanuit een soort schaamte. Je moffelt het weg, omdat je denkt dat anderen er negatief tegenover staan, terwijl je eigenlijk apetrots moet zijn. Kijk maar eens wie er uit de Cité komt: een beroemde comedian (lacht). Maar ook Chokri Mahassine, de organisator van Pukkelpop, het grootste festival van het land en bekende voetballers... Eén ding is zeker: er zit veel talent in de Cité, maar een dictator is er nog nooit opgestaan. Het goeie aan Limburg is dat het hele integratieproces – of zeg maar gewoon het samenleven – hier zo veel beter gelukt is dan in enkele grote steden. En dat komt omdat er in de Cité geen overheersende groep is of, geen getto's zijn in tegenstelling tot wat je in Molenbeek – met een overheersende groep Marokkanen – of Schaarbeek met een overwegende Turkse gemeenschap ziet. In de Limburgse cités is iedere groep een minderheid, waardoor het Nederlands onze gemeenschappelijke taal is. Turken, Grieken, Marokkanen, Spanjaarden, Italianen of Belgen: onze taal was wel het Nederlands.

Citétaal in opmars

En toch bestaat er naast het Nederlands zoiets als ‘Citétaal’. Elke keer dat taaltje – een mengeling van Italiaans, Arabisch, Grieks en Turks met eigen woorden en aparte melodie – opduikt in de voorstelling, wordt het hilarisch. Maar er is meer aan de hand. Deze smeltkroestaal is de Cité en Limburg ontgroeid en aan een steile opmars bezig. Wil je weten waar dat uitmondt, dan moet je zeker naar de voorstelling gaan kijken.

Integratie: rechts, links of gewoon nodig?

Erhan: Zou je ooit het prototype van een multiculturele wijk waar het goed samenleven is, moeten maken, dan is de Populierenwijk in Ham the place to be. Uiteraard is dat met vallen en opstaan en heb ik een beetje de neiging dit op te hemelen, maar toch gebeurt integratie daar op een spontane manier, wat ze in veel steden missen. Althans in mijn jeugd. Of het vandaag nog zo is, weet ik niet.

Integreren: het geladen woord is gevallen. Migrant zijn welkom, maar ze moeten zich wel integreren.

Erhan: Integreren hoort bij het samenleven. Dat is een terechte vraag, maar het mag nooit een vraag tot assimileren worden. Want dan vraag je mensen om hun identiteit te verloochenen. Dan moet je loslaten waar je vandaan komt om ergens te mogen bijhoren. Integreren roept nog steeds negatieve connotaties op, zowel voor mensen aan de linker- als aan de rechterzijde. Als ik over integratie spreek, heb ik het in de eerste plaats over taal. Die móet je leren. En dat is géén rechts standpunt. Dat is de basis van alles. Als je de taal niet kent, dan gaat er zoveel verloren. Ik zie dat rond mij in Brussel. Zoveel jonge mensen, vriendjes van mijn kinderen die uit de boot vallen, zoveel talent dat verloren gaat. Als je de taal kent en je bent intelligent genoeg, dan kan je deelnemen en kan je dingen van binnenuit veranderen. Anders blijf je aan de zijlijn staan. En het is mijn generatie die daar mee aan moet werken. Niet met ‘moeten’ of met een racistisch on-

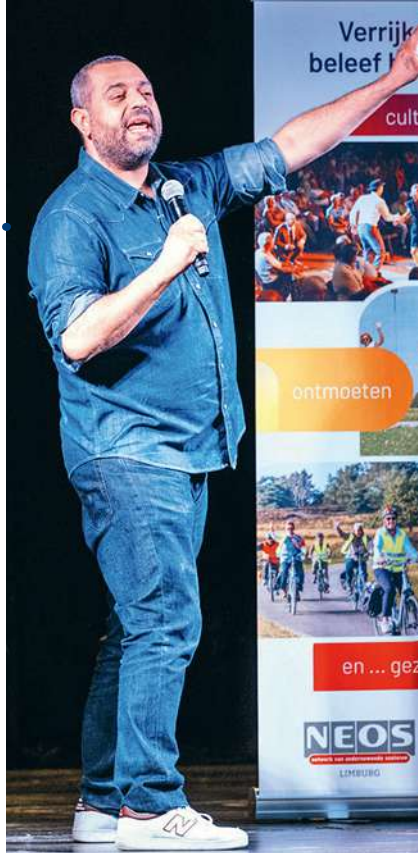
dertoontje, want dan moet je alles achterlaten en zal je toch nooit echt kunnen integreren, maar met kansen en op een positieve manier. En dan kan je alles worden, van comedian tot politiker.

Is het dan zo simpel? Er zijn toch culturele verschillen?

Erhan: Zeker als ik kijk naar Azerbeidzjan, waar mijn grootouders vandaan komen. Dat is een heel andere cultuur, maar ze delen wel dezelfde normen en waarden van samenleven. Als je vindt dat vrouwen minderwaardig zijn of dat sommige huwelijken niet kunnen, dan heb je een probleem, dan hoor je hier niet thuis, dan zal het samenleven niet lukken. De vrijheid die je jezelf gunt als andersgelovige moet je de ander ook gunnen. Het is langs beide kanten. Je kunt als moslim niet zeggen 'Ik word niet aanvaard omdat ik moslim ben,' en ondertussen zelf de ander niet aanvaarden omdat ze niet of anders geloven.

Humor is vandaag niet langer om mee te lachen, is nooit vrijblijvend. Er staat wat op het spel. Akkoord?

Erhan: Helemaal. Ik deel mijn shows in. Er zit puur entertainment in, maar tegelijk is het niet vrijblijvend. De moeilijkste onderwerpen stop ik in de grappigste situaties. Dat mensen achteraf het gevoel krijgen: 'Daar had je ons beet, daar heb ik toch *efkens* over moeten nadenken.' Dát effect wil ik in mijn shows. Ik zou het mezelf kwalijk nemen als ik niets doe. Ik heb een forum en daar moet ik wat mee doen. Er is geen beter forum dan dit. Ik zou ook in de politiek kunnen gaan. Ik ben al veel gevraagd en zou wel verkozen raken. Maar ik zou mijn geloofwaardigheid volledig verliezen. Politiek is



Made in Cité

Erhan Demirci, geboren in 1983 als zoon van een Turkse mijnwerker in Beringen, keert in zijn vijfde en voorlopig laatste voorstelling terug naar de plaats waar hij zijn jeugd jaren doorbracht: de cité in de Limburgse mijnstreek. Over zijn Turkse afkomst sprak hij altijd al vol trots, nu vindt hij eindelijk de manier om ook met fierheid te spreken over de cité, die smeltkroes van nationaliteiten die elkaar vinden in het Cités, de straattaal die stilaan Vlaanderen veroverd. Verwacht je aan een trip vol nostalgie én een blik op de toekomst. Zelfrelativering, hilariteit en diepgang: een heerlijke rollercoaster, ook voor niet-Limburgers. Ontdek de speellijst op www.erhandemirci.be/#speellijst

een spel, een ratrace. Ik ben bevriend met politiciers en ministers en zie hoe groot de kloof tussen privé en politiek

"Je kunt als moslim niet zeggen: 'Ik word niet aanvaard omdat ik moslim ben', en ondertussen zelf de anderen niet aanvaarden omdat ze niet of anders geloven."

soms is. Laat mij dan maar mijn ding doen op het podium. Ik heb geen achterban die ik tevreden moet houden. Met mijn optredens bereik ik veel mensen en kan ik ook een verschil maken. Ik ben er trots op dat mijn publiek heel divers is, iemand die op Vlaams Belang stemt, zit naast iemand die links stemt, iemand met een hoofddoek zit naast iemand met een minirok. Maar ze zitten er samen uit liefde voor de comedy en voor mij en twee uur lang breng je die mensen samen, doe je ze lachen en nadenken over het leven.

Alloctonen en Neos: een match?

Hoe komt het dat er nauwelijks alloctonen de weg naar Neos vinden?

Erhan: Ah, daar zal je toch nog wat geduld voor moeten opbrengen. Vergeet niet dat de eersten die naar België kwamen, hier 'tijdelijk' kwamen. Contact met Belgen bleef beperkt tot de baas, de bakker, de supermarkt... Die generatie kan je niets kwalijk nemen. Het zal mijn generatie zijn die makkelijk en spontaan de weg vindt naar het verenigingsleven. De generaties van mijn grootouders en ouders leven nog in een andere cultuur, die zijn daar niet mee bezig. Die leven met Turkije of Marokko in hun achterhoofd, die keren daar naar terug en komen dan enkel nog naar België om hun kleinkinderen te zien. Bij de generatie van mijn ouders zie je al een beetje verschil, die zijn actief in de integratieraad of diversiteitsgroepen en zo. Het is mijn generatie die het verschil zal maken, de generatie die hier is opgegroeid. Wij leven al samen. Dus dat komt sowieso goed voor Neos. Hoewel



“De moeilijkste onderwerpen stop ik in de grappigste situaties. Ik wil dat mensen achteraf het gevoel krijgen: Daar had je ons beet”.

ik vandaag nog een beetje de ‘excuus-allochtoon’ ben die in zijn eentje het publiek van de culturele centra diverser en kleurrijker moet maken.

Herinner je je eerste reis nog naar je vaderland?

Erhan: Als kind besef je dat niet en is het heel raar. Je vertrekt op vakantie – ik moet een jaar of 6-7 geweest zijn – met een volgeladen auto. Ik herinner mij nog de snoepzakken die we meehadden om onderweg uit te delen, want we zagen veel armoede. We reden door de Balkan – wat toen oorlogsgebied was – en bij aankomst in Turkije, man, dat was een waar volksfeest. ‘Eindelijk thuis!’ Hoe, wat? Thuis is toch België? Een ander land, dat ook mijn land is? Als kind is dat toch raar. Vandaag ben ik een trotse Turk én een trotse Belg, trotser

soms dan ‘echte’ Belgen. Maar ik ga ook heel graag naar Turkije, voor het Turkse voetbal maar ook gewoon omdat het zo’n mooi land is.

Ik ben er trots op dat mijn publiek heel divers is

Zo mooi dat je een reisbureau opstartte om samen met anderen het land te ontdekken.

Erhan: Klopt. Ik reis heel graag en wil een land écht ontdekken: eten, ruiken, proeven, onderdompeling in de cultuur. En die beleving wil ik aanbieden. De laatste jaren is Turkije een ‘all-in-land’ geworden met grote complexen aan zandstranden waar Russische en Duitse

toeristen nauwelijks buiten komen en weinig respect tonen voor het eten, het land. Maar Turkije is zoveel meer dan dat. Het oosten is prachtig gewoon en gelukkig verbeteren de relaties tussen de Turken en de Koerden. Je zit daar in Mesopotamië, het gebied van de Tigris en de Eufraat... Kortom: het begin van onze beschaving! Daar wil ik met mijn reizen naartoe, met lokale gidsen met wie we samen het land ontdekken. Toen ik die reizen lanceerde, ontlofte mijn mailbox. Zo veel mensen zijn, net als ik, op zoek naar het authentieke Turkije.

Je staat ook op de bres voor je land in nood. Na de grote aardbevingen zamelde je geld in en ging je ter plekke.

Erhan: Dat zit er gewoon in. Ik heb veel geluk gehad in mijn leven, ik verdien goed met mijn shows, maar – eerlijk gezegd – het maakt me ook gelukkig om te kunnen geven. Daarom ging vroeger ook 10% van elke show naar een goed doel. En met de aardbevingen hebben we dat zelf in handen genomen. Dan weten we perfect waar we het naartoe gaat. Dat is een deel van mijn geloof, een deel van mijn verantwoordelijkheid, een deel van mijn geweten. Of, zoals wij in het Turks zeggen: mijn ‘namus’, mijn eer.

Neos met een Hart

Neos Limburg organiseerde dit optreden in het kader van onze campagne Neos met een Hart. Het rode hart symboliseert onze aandacht voor al wie het minder goed heeft in onze samenleving: mensen met een beperking, mensen in armoede en mensen op zoek naar een betere wereld.

Wil je meer weten hoe Neos-clubs zich solidair tonen met wie minder kansen kreeg en concrete impact realiseren? Lees dan ons speciaal katern in het hart van dit magazine.

SAMEN GENIETEN TIJDENS DE NEOS-MIDWEKEN



In 2025 namen zo'n 350 Neos-leden deel aan vier geslaagde Neos-midweken. Met veel enthousiasme kijken we uit naar de midweken die in 2026 op de planning staan.

"Een vriendin stelde voor om mee te gaan. Het programma sprak me meteen aan, en wat ben ik blij dat ik ben meegegaan! Ik genoot van de sociale contacten en de uitstappen brachten me op plaatsen waar ik anders nooit zou komen. In 2026 ga ik opnieuw mee!"

Magda Puttemans – Neos Zemst, deelnemer midweek Vayamundo Houffalize 2025

Noteer de datums alvast in je agenda!

- 20 t.e.m. 24 april 2026 – Vayamundo Oostende
- 15 t.e.m. 19 juni 2026 – Vayamundo Oostende
- 14 t.e.m. 18 september 2026 – Vayamundo Houffalize
- 23 t.e.m. 27 november 2026 – Ter Helme Oostduinkerke

Wat maakt de Neos-midweken zo bijzonder?

De Neos-midweken zijn dé kans om er even tussenuit te zijn. In goed gezelschap geniet je van een mix van boeiende uitstappen, ontspannende momenten en interessante lezingen. Alles wordt voor jou tot in de puntjes geregeld en dankzij de vertrouwde Neos-reisbegeleider hoef je enkel maar te genieten.

Wil je op de hoogte blijven van het programma?

Mail je gegevens naar midweken@neosvzw.be en ontvang als eerste alle info over het programma en inschrijvingen.

LAUWERS



PROMO-CRUISE 'SCHATTEN VAN DE MIDDELLANDSE ZEE' MSC SPLENDIDA

**Vertrek 21/03, 28/03,
03/05, 10/05, 17/05 • 9 dagen**

INCLUSIEF

- ✓ Thuisophaling
- ✓ All inclusive cruise
- ✓ Verplichte fooien
- ✓ Vervoer heen & terug met luxe Royal class autocar naar Marseille
- ✓ Nederlandstalige begeleider

vanaf € 1199 pp



Busreizen



Vliegreizen



Cruises

WWW.LAUWERS.BE • 03 460 18 18

'Ik ben 68. Moet ik al aan een testament denken?'

U leest het in onze gratis gids!

Wilt u dat uw nalatenschap volgens uw wensen wordt verdeeld? Stel het opmaken van een testament dan niet uit. Een testament geeft u controle over wie wat krijgt en voorkomt problemen bij nabestaanden. Vraag nu onze gratis gids aan met 21 veelgestelde vragen (en antwoorden) over nalaten, testament en schenken.



Ja, ik ontvang graag de gratis gids over nalatenschap en testament.

Bestel de gids via komoptegenkanker.be/nalaten of vul deze antwoordstrook in.

☐ De heer ☐ Mevrouw

Voornaam

Naam

Straat

Nummer

Bus

Postcode

Gemeente

**Stuur de ingevulde antwoordstrook in een gefrankeerde envelop naar:
Kom op tegen Kanker vzw, Koningsstraat 217, 1210 Brussel.**

Vragen? Contacteer ons via testament@komoptegenkanker.be of op 02 227 69 69.

Wij gaan zorgvuldig met uw gegevens om en verstrekken ze nooit aan derden. Kijk op komoptegenkanker.be/privacybeleid voor meer informatie.

Klassieker

Groenten uit Balen

Groenten uit Balen, het iconische stuk uit 1972 van Walter van den Broeck, trekt opnieuw volle zalen. De topcast (met o.a. Koen De Bouw, Tania Van der Sanden en Ben Segers) brengt onder leiding van regisseur Stany Crets een weergaloos eerbetoon aan een meesterwerk. Tot januari 2026 zijn er voorstellingen. Kan je er niet bij zijn? Ook het boek blijft natuurlijk het (her)lezen waard.



www.huubcolla.be/product/groenten-uit-balen-seizoen-25-26/

Boek waar muziek in zit



Marc Didden

Een leven kan je illustreren aan de hand van liedjes. Dat geldt zeker voor een legendarisch muziekjournalist als Marc Didden. Welke liedjes maakten zijn leven mooier? Dat is het uitgangspunt van het boek 'Seventy Five', 75 liedjes – één voor elk levensjaar. Elvis, Dusty, Bob, The Beatles en vele anderen: met veel liefde, fijne weetjes en een knipoog laat Marc Didden je glimlachen en hoogstwaarschijnlijk mijmeren over jouw jeugdherinneringen bij deze of andere songs.

Multidisciplinair

Europalia Espana

EUROPALIA, het festival dat elke twee jaar een veelzijdig artistiek programma rond een bepaald thema of land ontwikkelt, viert zijn jubileumeditie met een grootschalige Spaanse biënnale, precies 40 jaar nadat Spanje al eens in de kijker stond. Erfgoed en hedendaagse kunstvormen gaan hand in hand tijdens dit festival dat op verschillen plaatsen doorgaat.

Het schilderij is van Santiago Ydanez en zijn expo is te zien in het Museum Snijders in Anwerpen tot 18 januari 2026.



Het volledig programma vind je op www.europalia.eu/nl/europalia-espana

Docu



Zoe Bizoe en Mimich Lumière

Zoé Blyau en Michael Ghysels zijn twee mensen die allebei graag dansen, maar in uiteenlopende stijlen. Zij is burleskedanseres, hij excelleerde in swing, lindyhop en charleston. In 2017 beland-

de Michael na een zwaar auto-ongeval in een rolstoel. Hun vriendschap werd er alleen maar intenser door en resulteerde in een briljante, ontroerende, fascinerende burlesquetango. Maaïke Cafmeyer vertelt het inspirerende verhaal achter deze gemeenschappelijke droom. Tot oktober 2026 kan je dit bekijken op VRT MAX.

www.vrt.be/vrtmax/a-z/zoe-bizoe---mimich-lumiere/

Samen sterk voor levenslange

La vaccination est un jeu d'enfant, mais pas pour les adultes

13 novembre 2025



Gezond ouder worden is geen toeval, maar het resultaat van beleidskeuzes

Op 13 november vulde de Erasmuszaal van het Federaal Parlement zich met een bijzondere mix van stemmen: actieve senioren van Neos, medische experts en beleidsmakers kwamen samen rond één thema dat ons allemaal nauw aan het hart ligt: hoe we ouderen beter kunnen beschermen via vaccinatie. Het sensibiliseringsevenement “Vaccinatie is kinderspel, maar niet voor ouderen”, georganiseerd door Neos, legde de kloof bloot tussen het goed georganiseerde systeem voor kinderen en de versnipperde aanpak voor volwassenen.

Maarten Peeters

Van kind naar grootouder

In België zijn vaccinatieprogramma's voor kinderen al decennialang een succesverhaal. Ouders ontvangen automatisch uitnodigingen, de opvolging is

eenvoudig en de vaccinatiegraad blijft hoog. Bij volwassenen en ouderen is de realiteit heel anders. Daar moeten mensen vaak zelf uitzoeken welke vaccins ze nodig hebben, wanneer ze zich moeten

laten inenten en of het vaccin al dan niet wordt terugbetaald. Het gevolg is dat veel ouderen, ondanks hun bereidheid, niet voldoende beschermd zijn tegen ziekten met mogelijke ernstige gevolgen voor ouderen zoals griep, pneumokokken, gordelroos of RSV.

“Onze leden geloven in vaccinatie, maar ze botsen op een systeem dat niet meegroeit met hun leeftijd,” zei Martin De Loose, directeur van Neos vzw. “Kinderen worden automatisch uitgenodigd, maar ouderen moeten zelf het overzicht bewaren. Wij pleiten voor een duidelijk vaccinatieschema, herinneringen en automatische uitnodigingen – precies zoals bij kinderen.”

De stem van de senioren

De bijeenkomst was het sluitstuk van een campagne over ouderenvaccinatie.

Prof. Van Damme:
*De wetenschap is duidelijk:
vaccins redden levens,
ook op oudere leeftijd*



Bestuurslid Henriette Tilkens (links) was een van de actieve deelnemers aan het sensibiliseringsevenement rond vaccinatie

vaccinatie



Neos-leden, federale parlementsleden en experts, waaronder prof Van Damme en Prof. Van Laethem (Voorzitter van de Hoge Gezondheidsraad) traden samen op als 'partners in preventie'

Mensen willen zich beschermen, maar weten vaak niet waar te beginnen."

Partners in preventie

In het parlement werd dat gevoel tastbaar gemaakt. In duo's gingen Neos-leden in gesprek met parlementsleden over hun persoonlijke ervaringen met vaccinatie. Samen bezochten ze een interactieve vaccinatiebooth



Marc Derveaux en Philippe Quinart, actieve Neos-deelnemers aan het debat

Centraal stond de Neos-bevraging bij 356 leden. De uitkomst was opvallend positief, maar tegelijk ook verhelderend. 95% van de respondenten vindt vaccins doeltreffend, 88% beschouwt ze als veilig, en 79% vindt vaccinatie belangrijk op oudere leeftijd. Toch gaf bij-

***Martin De Loose, Neos-directeur:
Wij pleiten voor een duidelijk vaccinatieschema,
herinneringen en automatische uitnodigingen
– precies zoals bij kinderen***

na de helft aan niet precies te weten wanneer vaccins nodig zijn of welke ze al gekregen hebben. Ook minder bekende vaccins, zoals die tegen RSV (59%) of gordelroos (32%), zijn nauwelijks vertrouwd terrein.

Ouderen blijven sterk vertrouwen op hun huisarts, 94% volgt hun raad, maar 3 op 10 zeggen dat hun huisarts zelden over vaccinatie spreekt. De meerderheid vindt dat er nood is aan duidelijke informatie, herinneringen en een gemakkelijker toegang tot vaccins, liefst via hun vertrouwde zorgverlener.

"Het vertrouwen en de wil is er," zegt Martin De Loose, "maar wat ontbreekt, is structuur en informatie op maat.

en informatieve banners die de kloof tussen kind- en ouderenvaccinatie in beeld brachten. Tijdens de plenaire sessie legden Pierre Van Damme (Universiteit Antwerpen) en Yves Van Laethem (Voorzitter van de Hoge Gezondheidsraad) uit waarom levenslange vaccinatie noodzakelijk is. "We moeten af van het idee dat vaccinatie iets is voor jonge mensen," zei Van Damme. "De wetenschap is duidelijk: vaccins redden levens, ook op oudere leeftijd."

Neos-leden brachten zelf concrete oplossingen naar voor: automatische uitnodigingen via de huisarts, vaccinatie in de apotheek, of een digitaal overzicht van alle vaccins per persoon.

Conclusie: ouderen willen niet alleen aangesproken worden als patiënt, maar zijn ook partners in preventie.

Gezond ouder worden is geen toeval

Uit de campagne en het evenement spreekt het geloof van ouderen in preventie via vaccinatie. Ondersteuning is daarbij cruciaal. Geen verplichting, wel duidelijkheid, toegankelijkheid en opvolging. Neos zal dit thema blijven aankaarten bij beleidsmakers, zodat vaccinatie ook op oudere leeftijd een vanzelfsprekend onderdeel wordt van goede gezondheidszorg.

Bewustwording werkt. Wanneer ouderen hun stem laten horen, komt beleid in beweging. Neos wil een samenleving waarin gezond ouder worden geen toeval is, maar het resultaat van weldoordachte beleidskeuzes.



kinderkankerfonds VZW

www.kinderkankerfonds.be

Kleine dromen vragen grote steun.



Doe een gift



Organiseer
een actie



Steun een actie



Neem ons op
in je testament

Kinderkanker heeft een grote impact op heel wat facetten van het gezinsleven. Met onze projecten proberen we de levenskwaliteit van het kind en het gezin te verbeteren, tijdens én na de behandeling. Ontdek meer op onze website www.kinderkankerfonds.be of scan de QR-code!

Steun ons in de strijd tegen kinderkanker.



Neos Cryptogram Breek je brein met een twist

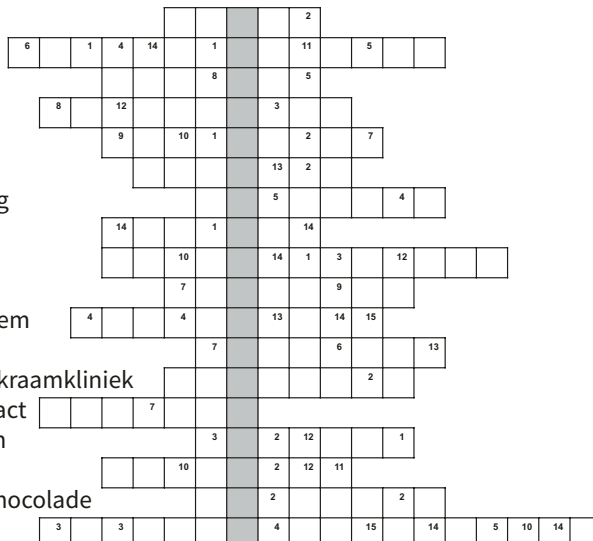
De onbetwiste koning van het cryptogram in Vlaanderen is ongetwijfeld Karel Vereertbrugghen. Maar onder zijn Neos-volgelingen zitten ook een paar echte krakken die graag je brein laten kraken. Deze keer presenteren we je de opdracht van Willem D'heer. De rode draad doorheen zijn puzzel zijn dieren.



Doe mee en win

Als je te weten komt waar Willem lid is, kan je het boek 'Je brein in topconditie' van Reginald Deschepper winnen. Stuur je oplossing naar welkom@neosvzw.be.

1. Beer in een Italiaanse auto
2. Emma en Noëlla zijn het
3. Poot in de materiaalbak
4. Hoofdgerecht
5. Reptiel met zichtprobleem
6. Havenarbeider
7. Springt wel maar rent niet graag
8. Streckje!!
9. Ijdele zwemmer
10. Dubbele vis
11. Vogeltje met een drankprobleem
12. Nachtelijke verlichting
13. Regelmatige bezoeker van de kraamkliniek
14. Vogel met een huwelijkscontract
15. Vogel met een (h)oorprobleem
16. Werkschuwe viervoeter
17. Vaders lievelingsdier brengt chocolade
18. Amfibie met termijnvisie



Hulpbalk

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

DE NOTENKRAKER

VANAF 21 DECEMBER 2025
HASSELT | GENT | ANTWERPEN

BOEK NU JE TICKETS MET 10% LEDENKORTING VIA [MUSICHALL.BE/NEOS](https://musichall.be/neos)

SLEEPING BEAUTY

ZONDAG 28 DECEMBER · CAPITOLE GENT

BOEK NU JE TICKETS MET 10% LEDENKORTING VIA [MUSICHALL.BE/NEOS](https://musichall.be/neos)



"VAN SAMENWERKEN WORD JE STERKER"

► **In Oeganda is samenwerken en uitwisselen met collega's wellicht nog belangrijker dan bij ons. Dat merkte ook Paul Kagame, een jonge kleermaker die werkt met het nieuwe Startersplatform dat Trias samen met UNIZO en USSIA ontwikkelde in Oeganda.**

Via ondernemersorganisatie USSIA deed Paul marketing- en andere businessvaardigheden op. Ondertussen geeft hij zelf opleidingen aan jonge ondernemers.

Met uw steun versterkt u in Oeganda nog meer jonge starters. Een onderneming opstarten is voor jonge Oegandezinnen vaak de enige manier om te ontsnappen aan de enorme jeugdwerkloosheid. Met **65 euro** kan USSIA een **uitwisselingsmoment** opzetten waar jonge Oegandese starters kennis delen en leren van elkaar. Zo creëert u samen met Trias verandering in de samenleving, van onderuit.

Daarom: doe vandaag nog een gift voor een jonge Oegandese starter

Elke gift telt. Vanaf 40 euro per jaar krijgt u een deel terug via de belastingen. **Bedankt!**

**Scan de QR-code of
schrijf uw gift over naar
BE45 7363 3333 3389
met mededeling: Neos voor Trias** ➔



Trias onderschrijft de ethische code van de EF
U hebt recht op informatie.
Dat houdt in dat we schenkers zoals u regelmatig
op de hoogte brengen van onze projecten.

www.trias.ngo

Trias, Kunstlaan 7-8, 1210 Brussel
info@trias.ngo – 02 513 75 34
BTW BE 0427 736 148



TRIAS

DROMEN KRIJGEN KANSEN

NEOS MET EEN HART

ZO VERRIJKT & VERWARMT NEOS ONZE SAMENLEVING

In een wereld die soms koud aanvoelt, klopt er in Vlaanderen een warm hart: het hart van Neos, hét Netwerk van Ondernemende Senioren.

Onze leden genieten samen van cultuur, ontmoeting en ontspanning, maar bouwen ook actief mee aan een warmere samenleving. Onder de vlag van 'Neos met een Hart' tonen 231 lokale clubs de kracht van kleine daden en grote projecten.

Neos met een Hart is geen campagne van bovenaf, maar een beweging van onderuit – gedragen door mensen die elkaar kennen, **steunen** en versterken. Elke club is anders, maar de **kern** is dezelfde: een warme plek waar mensen **elkaar** vinden en samen iets betekenen.

Van De Panne tot Kínrooi, overal zetten Neos-clubs zich in voor mens en wereld. Wat hen verbindt, is het verlangen om samen van betekenis te zijn.

Neos met een Hart is geen slogan, maar een levende realiteit in 231 clubs, gedragen door duizenden leden.

In een tijd waarin verbondenheid niet meer vanzelfsprekend is, bewijst Neos dat **solidariteit** leeft – als dagelijkse praktijk. Hier krijgen begrippen als **inclusie**, **duurzaamheid** en **solidariteit** echte betekenis.

Het hart van Neos kleurt rood, groen en goud. Ontdek **het** in de volgende pagina's.



***Wat Neos-leden verbindt,
is het verlangen om samen van betekenis te zijn***



HET RODE HART

“Iedereen is van de wereld en de wereld is van iedereen”

-The Scene

Het verhaal van wie minder kansen heeft, een beperking heeft, in armoede leeft of op zoek is naar een betere wereld, raakt ons.

Neos Hoogstraten: Stappen, helpen en schenken

Voor Neos Hoogstraten zijn zorg, solidariteit en ontmoeting geen loze woorden. Zo stapten 50 leden mee tijdens een wandeling met sobere broodmaaltijd ten voordele van Alegria, een open huis voor mensen met kanker en hun omgeving. Ze schonken ook €1.000 aan de vzw. Daarnaast hielpen enkele leden bij de maaltijdbedeling voor alleenstaande 75-plussers in het lokale woonzorgcentrum.

Voorzitter Frank Van Havermaet: “De dankbaarheid van de vrijwilligers van Alegria was hartverwarmend. Hun werking raakte ons allemaal. Onze leden kijken nu met andere ogen naar zorg en mensen die noodbehoevend zijn, en dat is precies wat we met Neos met een Hart willen bereiken.”



Neos Hasselt: Waar elke lezing het verschil maakt

Neos Hasselt toont hoe kleine daden grote betekenis krijgen. Voor lezingen verzamelen ze in Het Volkstehuis, een centrum dat onderdak biedt aan mannen zonder verblijfplaats en verenigingen met beperkte middelen. De zaalhuur gaat integraal naar het centrum, dat ook een sociaal restaurant runt.

Daarnaast schonk de club dit jaar telkens €500 aan drie warme initiatieven: vzw TUKI, die gezinnen met een ernstig ziek kind ondersteunt, het Julie Smeets-Fonds voor jongeren in noodopvang, en de actie van kankeronderzoeker Johan Swinnen.

Ook Neos **Aalter**, **Ardoorie-Koolskamp**, **Brugge**, **Dendermonde**, **Heusden-Zolder**, **Koksijde**, **Kuringen**, **Lebbeke**, **Lovendegem**, **Maaseik**, **Oosterzele**, **Pittem**, **Puurs-Sint-Amands**, **Schilde**, **Schoten**, **Staden**, **Torhout**, **Westerlo**, **Wijnegem**, **Zonnebeke** en nog vele andere clubs schonken na een activiteit een gift aan een goed doel.

De leden reageren enthousiast en betrokken – met extra giften of nieuwe suggesties. Zo spreekt het Hart van Neos Hasselt: niet omdat het moet, maar omdat samen helpen gewoon goed voelt.



Inleven in de wereld van de blinden bij Neos Kortrijk

Neos Kortrijk trok naar het Oogatelier van Blindenzorg Licht en Liefde. Daar ervoeren ze de wereld door de ogen van mensen met een visuele beperking. Voorzitter Christiane Degroote: "We beleefden een tearoom in the dark, met blinddoeken en simulatiebrillen. We proefden taart en dronken koffie zonder zicht. Dat was verrassend moeilijk! En we hoorden ook het aangrijpende relaas van iemand die blind geworden was door een hersenvliesontsteking."

"Door dit soort dingen leer je letterlijk met andere ogen kijken."



Neos Oudenaarde zet maatwerkbedrijf op de kaart

Neos Oudenaarde trok deze zomer naar maatwerkbedrijf Aarova. Wat begon als een eenvoudig bedrijfsbezoek, groeide uit tot een indrukwekkende ervaring vol respect en ontroering. "Binnen Neos is er altijd wel een link", vertelt secretaris Jeanine De Walsche. "Eén van onze bestuursleden kent de directeur van Aarova, en ook van onze leden hoorden we al positieve verhalen. Zo ontstond het idee voor dit bezoek."

Met 45 deelnemers werd het een leerrijke rondleiding. Jeanine: "We waren verrast door de grootsheid van het bedrijf, maar vooral door wat de mensen daar allemaal kunnen. Van tapijstalen maken over schilderen tot opdienen in het restaurant. Elk op hun manier dragen ze bij, en dat tegen een eerlijk loon."

Tijdens het bezoek viel vooral de zorg en precisie op waarmee gewerkt wordt. Ook persoonlijk raakte het Jeanine diep. "Ik zag daar een jongen die ik ken aan het werk. Beloftevol, net afgestudeerd, maar hij knalde met z'n motor tegen een muur. Toch zie je hem daar gelukkig bezig zijn. Dat vond ik echt pakkend." Het bezoek liet duidelijk sporen na bij de groep.

"Er sneuvelde heel wat vooroordelen. Veel leden beseften dat mensen met een beperking wél volwaardig kunnen meedraaien in de maatschappij. Sommige leden denken er nu concreet aan om zelf iemand van Aarova in te schakelen. Dat vind ik fantastisch."



Neos Ninove doorbreekt met velen het taboe rond dementie

Het begon allemaal met een eenvoudig idee. "Ons clubbestuur zocht een relevante film over een actueel thema", vertelt voorzitter Danny Schoon. "Ons oog viel op 'Human Forever', een documentaire waarin twintiger Teun Toebes, die al jaren in een verpleeghuis woont, naar elf landen reist om te onderzoeken hoe er met dementie wordt omgegaan."

Wat volgde, werd een hartverwarmend voorbeeld van samenwerking en maatschappelijke betrokkenheid. "Dit initiatief werd enthousiast onthaald door onze eigen club en een aantal concullega's zoals Okra en Vlas, maar ook de sociale dienst van de gemeente sprong mee op de kar. Sommige leden waren in het begin wat terughoudend – niemand wordt namelijk graag geconfronteerd met dementie – maar de nieuwsgierigheid haalde het uiteindelijk bij velen."

En die kregen meer dan alleen de film. "Er was ook ruimte voor een debat met experts en vragen van het publiek. En met Guido De Padt was er ook een



bekende ervaringsdeskundige aanwezig. Zijn aanwezigheid gaf de namiddag nog extra diepgang." De voormalige burgemeester van Geraardsbergen getuigde openlijk over zijn beginnende dementie. "Zijn eerlijkheid raakte iedereen. Hij begon zelfs met de woorden dat hij soms zijn draad kwijt zou zijn. De moderator hielp hem waar nodig, en zo zagen onze leden letterlijk op het podium wat dementie betekent, met iemand die ze allemaal kennen. Bijzonder aangrijpend."

"Het mooiste gevolg? Een Neos-lid uit Haaltert was zo geraakt dat hij als lid van de lokale seniorenraad hetzelfde initiatief ook daar op poten zette."

De infostanden in de foyer zorgden voor nog meer gesprek en verbondenheid; niet alleen tussen Neos-leden, maar ook tussen mensen van andere verenigingen en gemeenten. "De film werd zo een aanleiding om met elkaar in dialoog te gaan over iets wat velen liever vermijden, maar wat ons allemaal vroeg of laat raakt."

Neos Ham blijft mensen met dementie betrekken

Neos met een Hart wil verder gaan dan alleen maar spreken 'over'. Neos met een Hart betekent ook spreken 'met', zelfs als dat een uitdaging is. Zo werken heel wat Neos-clubs (bv. Neos Brecht, Antwerpen ...) aan een beleid waarbij mensen met beginnende dementie toch betrokken kunnen blijven bij de club, als lid en zelfs als bestuurslid.

Voorzitster Jaqueline Gils (Neos Ham): "Ik mag niet zeggen dat het gemakkelijk is en altijd van een leien dakje loopt, de ziekte manifesteert zich langzaamaan en plots besef je dat het moeilijker wordt. Wij gaan dan in gesprek met de partner en de familie en bekijken samen wat nog mogelijk is."

"Soms blijkt de oplossing dan verrassend eenvoudig. Als de draagkracht in het bestuur ontbreekt, nemen we de mantelzorger gewoon mee op uitstap."

Iedereen blijft welkom bij Neos!



Neos Lennik steunt voedselbank en nodigt mensen van Twinkeltje uit

Neos Lennik vierde haar 10-jarig bestaan met een bijzonder initiatief: een benefietconcert met Gunther Neefs volledig ten voordele van de voedselbank Pajottenland, beter bekend als Twinkeltje.

“De voedselbank is nog vrij jong in onze streek, maar doet fantastisch werk. We wilden hen een duwtje in de rug geven en wat meer aandacht vestigen op hun inzet”, vertelt voorzitter Ronny Lannoo.

De avond werd een groot succes: de zaal zat afgeladen vol en de club kon €1.500 schenken aan de voedselbank. Klanten van Twinkeltje werden bovendien uitgenodigd om gratis van het concert te genieten.

“Voor sommigen was dat niet vanzelfsprekend, maar het verlaagde wel de drempel.”

De actie kreeg een extra dimensie omdat Piet Vanthemsche, voorzitter van de nationale voedselbanken, ook lid is van Neos Lennik. Verschillende leden zetten zich als vrijwilliger in bij die van het Pajottenland. “Zo brachten we ook hulde aan hun inzet.” Een frisse invulling van wat het betekent om als vereniging midden in de samenleving te staan!

Neos Aalst geeft vluchtelingen een gezicht

“Met ons bezoek aan sociaal restaurant De Combi wilden we bewust verbinding maken met de mensen die daar werken. Dat zijn vaak vluchtelingen, mensen die weinig of geen Nederlands kennen,... *Sommige leden durfden daar vroeger geen stap binnen te zetten*, maar zo’n etentje was het perfecte excuus om de drempel tussen ons en hen weg te nemen”

-Nicole Ghijsels, bestuurslid Neos Aalst



Oorlog was nooit ver weg...

De afgelopen jaren bleken een aaneenschakeling van crisissen: de coronapandemie, de oorlog in Oekraïne en de genocide in Gaza. Geen van deze gebeurtenissen liet onze clubs koud. De vele verbindende activiteiten tijdens corona zorgden ervoor dat Neos sterk bleef staan. En de grote internationale conflicten brachten een golf van solidariteit op gang. Heel wat clubs organiseerden daarnaast ook lezingen om de geopolitieke spanningen beter te begrijpen.



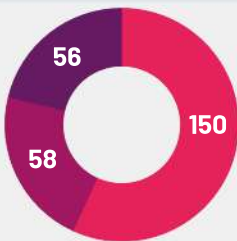
DE IMPACT VAN NEOS MET EEN HART

Met de campagne Neos met een hart toonden onze 231 clubs het beste van zichzelf. Elk **rood hart** klopte voor wie hulp nodig had en elk **groen hart** voor een duurzamere wereld. Het **gouden hart** is de dagelijkse realiteit binnen 231 Neos-clubs.

Veel initiatieven gebeurden in de luwte, discreet en in het hart van de eigen gemeenschap. Wat volgt, zijn acties die gedeeld werden. Het is meer dan statistiek: het is een selectief beeld van **wat er leeft in het hart van Neos**.

144 clubs & **25.505** leden

toonden hun **rode hart** met **264** acties



luisteren: lezingen over armoede, migratie en dementie

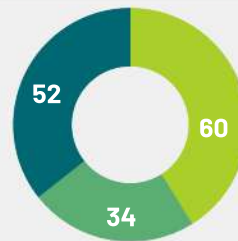
erop uit: bezoeken aan maatwerkbedrijven, asielcentra, sociale restaurants

handen uit de mouwen: financiële steun aan voedselbanken, tombola's voor goede doelen, benefietconcerten

impact: vooroordelen sneuvelden, begrip voor de ander, verbondenheid met kwetsbaren

103 clubs & **18.091** leden

toonden hun **groene hart** met **146** acties



luisteren: lezingen over klimaat, duurzaamheid en circulaire economie

erop uit: bezoeken aan afvalverwerkings- en recyclagebedrijven, kringloopwinkels

handen uit de mouwen: zwerfvuilacties bij wandelingen, dopjes en kurken verzamelen

impact: bewuster sorteergedrag, minder flessenwater, respect voor natuur

VERRUIMDE BLIK

openheid voor andere culturen, levensverhalen en perspectieven

BEGRIIP VOOR DE ANDER

door bezoeken en ontmoetingen verdwijnen vooroordelen en groeit empathie

LEVENSLANG LEREN

lezingen en bezoeken bieden nieuwe inzichten en perspectief

RESPECT VOOR NATUUR

zwerfvuilacties en natuurwandelingen versterken de band met de groene omgeving

BEWUSTER DUURZAAM

leden gaan bewuster om met afval, water en hun ecologische voetafdruk

BLIK OP DE TOEKOMST

aandacht voor klimaatopwarming en meer inzicht in mondiale voedselketen

Onze harten in beeld

Neos trok deze zomer heel Vlaanderen door om 6 warme Neos met een Hart-acties op beeld vast te leggen. Met de camera in de aanslag tonen we samen met Tom Baele van **Mag Het Wat Luider?** hoe onze leden zich inzetten: klein of groot, maar altijd met hart en ziel.

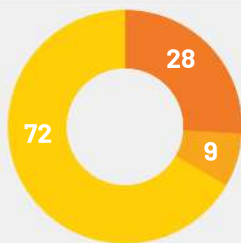
Elk verhaal is anders, maar overal klinkt dezelfde warme boodschap: **Neos maakt écht het verschil.**

Bekijk de video's vanaf 16 december op het YouTube-kanaal van Neos of via de QR-code.



231 clubs & **38.000+** leden

toon den hun **gouden hart** dag in, dag uit



luisteren: lezingen over rouw, verlies en verbinding

erop uit: activiteiten & gemeenschaps-initiatieven die mensen samenbrengen

handen uit de mouwen: carpooling, aandacht voor singles, warm welkom nieuwe leden

impact: 10.605 lokale activiteiten (gemiddeld 47 per club) met 255.641 deelnemers in totaal (jaarverslag 2024)



TOP 3 CLUBS MET EEN HART *

- 1. 9 acties:** Neos Sint-Gillis-Waas, Neos Hasselt
- 2. 8 acties:** Neos Begijnendijk-Betekom, Neos Gavere, Neos Herselt, Neos Oosterzele
- 3. 7 acties:** Neos Schilde, Neos Lennik, Neos Torhout

MINDER EENZAAMHEID

door o.a. ziekenbezoek en warme ontmoetingen voelen leden zich meer verbonden

VERBONDENHEID

nieuwe vriendschappen, sterke gemeenschap en het gevoel er te mogen zijn

VOLDOENING & TROTS

het gevoel iets te betekenen geeft energie en levensvreugde

181 SAMENWERKINGEN

met organisaties die zich inzetten voor zorg, solidariteit en welzijn. Denk onder meer aan: maatwerkbédrijven, Trias, welzijnsschakels, woonzorgcentra, sociale restaurants, Bond Zonder Naam, dienstencentra ...

62 HARTEN VOOR ONZE NGO TRIAS

Zoals Neos ondernemende mensen verbindt in België, doet Trias dat met 100+ verenigingen in Afrika, Azië en Latijns-Amerika. Want verbinding en samenwerking tussen mensen versterkt iedereen. Onze clubs leerden via workshops van Trias over duurzaamheid in alle vormen.



HET GROENE HART

**“Laat ons een bloem en wat gras dat nog groen is,
laat ons een bloem en het zicht op de zee”**

-Louis Neefs

De aarde moet nog een eeuwigheid mee.
We gaan er duurzaam en circulair mee om.



Neos Balen: **Doppen, vuilzakken en véél goesting**

Neos Balen liet zien hoe zorg voor de natuur mensen verbindt. Toen het zwerfvuil langs wandel- en fietspaden steeds meer begon te storen, sloot de club zich aan bij de gemeentelijke actie ‘Hou Balen Mooi’. Wat begon met enkel het bestuur, groeide al snel uit tot een gezellige groep leden die samen de handen uit de mouwen steekt en ondertussen geniet van het samenzijn in de buitenlucht.

Daarnaast verzamelde Neos Balen doppen voor de Blindengeleidehonden. Een eenvoudig initiatief, maar met groot effect – voor het milieu én voor mensen die baat hebben bij een trouwe viervoeter.

Ook Neos *Dessel, Eernegem, Heist-op-den-Berg, Hooglede-Gits, Jabbeke, Kalmthout-Essen, Oudenaarde, Oostkamp* en nog vele andere clubs zamelden dopjes en kurken in voor het goede doel.

Neos Oostrozebeke: **Bruisend bezoek voor bewust waterverbruik**

Neos Oostrozebeke bezocht de Aqualex Concept Store in Knokke om te ontdekken hoe je verantwoord met water omgaat. De leden kregen deskundige uitleg over de innovatieve kranen die gefilterd, gekoeld en bruisend water leveren en zo flessenwater overbodig maken.

Bestuurslid Carmen Behaeghe:

*“We leerden dat verantwoord omgaan met
waterverbruik geen hol begrip hoeft te zijn,
maar ook concreet en haalbaar kan.”*

Alle deelnemers gingen naar huis met praktische kennis om thuis water slimmer te gebruiken. Aqualex streeft naar een wereld zonder flessenwater tegen 2030, en Neos zette mee een stap in die duurzame missie.



Neos Begijnendijk-Betekom: Jaarlijkse uitstappen met blijvende effecten

Secretaris Inge Verbruggen:

"Je kan mensen alleen bewust laten omgaan met duurzaamheid als je hen ook de kennis aanreikt.

Daarom plannen we elk jaar een duurzaamheidsbezoek."

In 2023 zagen de leden van Neos Begijnendijk-Betekom bij Aquafin hoe afvalwater weer veilig drinkwater wordt. "Dat was zeer verhelderend. Ik vermoed dat de aankoop van flessenwater daarna toch wat gedaald is bij onze leden", lacht Inge. In 2024 volgde Ecowerf, waar ze leerden wat er gebeurt met ons huisvuil, en op welke manier dat duurzaam verwerkt wordt tot opnieuw bruikbare producten. Het maakte de leden alerter in hun dagelijkse sorteergewoontes. Details kregen plots échte impact: "Sindsdien neem ik zelf telkens het stickertje

van mijn appel of kiwi in plaats van het achteloos in de GFT-bak te gooien. Ook thuis kan je dus het verschil maken." Het recente bezoek aan Tablooo gaf dan weer verrassend veel gemoedsrust rond nucleair afval. "Iets verder van ons bed misschien, maar er leefden toch duidelijk heel wat vragen over. Maar voor de antwoorden hoefde je gelukkig géén kernfysicus te zijn."



"Door het bezoek van een messenslijper stonden we stil bij de wegwerpcultuur. Hij bewees dat het ook anders kan"

-Marie-Jeanne Loyez, voorzitter Neos Asse



Neos Lanaken houdt natuurreserveaat proper

In Limburg trekt Neos Lanaken op regelmatige basis de laarzen aan om de natuur een handje te helpen. In samenwerking met de Gemeente Lanaken, Limburg Landschap en Limburg.net ruimen de leden zwerfvuil op in Hochter Bampd, het prachtige natuurreserveaat langs de Maas in Smeermaas. Wat begon met enkele enthousiaste leden groeide uit tot een vaste gewoonte. "De eerste keer dat we deelnamen was in maart 2022", vertelt voorzitter Jos Gerets. "Sindsdien zijn we telkens met een mooi groepje, gewapend met grijpers, handschoenen en veel goesting om de natuur proper te houden." De voldoening is groot na elke opruimbeurt.

"Het gaat niet alleen om opruimen, maar om samen zorg dragen voor een stukje unieke natuur."



HET GOUDEN HART

**“Voor duizelingwekkend groot verdriet bestaat geen medicijn (...)
Niets verzacht ons groot verdriet, dus steunen we elkaar”**

-Bart Peeters

Verbinding is hét sleutelwoord.

We herstellen teloorgegangene spontane en sociale interacties.

***“De warmte van Neos zit
in de details – in de zorg
die niet gevraagd hoeft te
worden. De menselijke kant
van Neos is geen
programmaonderdeel,
maar vaak een klein gebaar”***

-Annemie Brulmans, voorzitter Neos Veldegem



Neos Sint-Gillis-Waas: Rouw als verbinding

Neos Sint-Gillis-Waas gaf op een warme manier invulling aan de campagne. Niet met grote gebaren naar buiten, maar met kleine, betekenisvolle acties voor de eigen leden. “We wilden tonen dat ons gouden hart klopt voor onze leden, in goede én moeilijke tijden”, vertelt voorzitter Dirk Foubert.

Tijdens activiteiten bleek dat sommige leden nood hadden aan meer verbondenheid.

***Daaruit groeiden eenvoudige, maar waardevolle
initiatieven: een aangepaste tafelschikking voor
singles, nieuwe zondagactiviteiten én een
praktisch carpoolingsysteem.***

Het absolute hoogtepunt was de lezing van Uus Knops. De bekende arts en rouwexpert bracht een beklijvend verhaal over verlies, troost en veerkracht. Velen herkenden zich in haar woorden, die erkenning gaven aan verdriet en tegelijk hoop en perspectief boden.

De reacties waren overweldigend. Leden voelden zich begrepen en kregen handvaten om beter met verlies om te gaan of om anderen met meer empathie te steunen. Het werd een namiddag vol herkenning, stilte en verbondenheid. “Het deed deugd om te merken dat we niet alleen zijn in ons verdriet”, klonk het bij velen.



Neos Hoegaarden: Wanneer het brandt, moet je er samen staan

Wanneer een gemeenschap getroffen wordt, groeit vaak iets moois uit de as. Dat bewees Neos Hoegaarden met haar deelname aan het lokale benefiet 'Hoegaarden on Fire'. Het idee ontstond na de verwoestende brand van juni 2024, waarbij de lokale sporthal volledig in vlammen opging. De klap trof vele verenigingen, maar uit die tegenslag ontstond solidariteit.

Precies één jaar later werd in het Park de tweede editie georganiseerd: 'Hoegaarden Brandt van Verbondenheid', een groot dorpsfeest dat draaide rond verbondenheid, positiviteit en heropbouw. Voor Neos Hoegaarden was dit de ideale kans om de waarden van Neos met een Hart te tonen.

Voorzitter Astrid Van Puymbroeck:

"Veel leden willen zich graag inzetten voor het goede doel, maar weten niet altijd hoe ze dat concreet kunnen doen. Het grotere dorpsinitiatief was de perfecte kans om de krachten te bundelen."

"We wilden vooral warmte en verbondenheid brengen in het hart van ons dorp – en dat deden we zeker!" Neos-leden bemanden de inkomkassa, verwelkomden de bezoekers, verdeelden ze polsbandjes en toverden ze een glimlach op ieders gezicht. Wat begon als een taak, werd al snel een gezellige ontmoetingsplek waar burens en vrienden elkaar troffen voor een praatje.

"Het mooiste moment was toen de inwoners, jong en oud, samen in het park lachten, meezongen en dansten. *Extra bijzonder was dat zelfs mensen die elkaar normaal nauwelijks spraken, nu samen stonden te genieten van het spektakel.* Zoals we in Hoegaarden zeggen: 'Samen maken we het vuur aan, samen houden we het warm.'"

De impact was voelbaar, óók binnen de Neos-werking zelf. Leden voelden zich meer verbonden met elkaar en de gemeenschap, én enkele inwoners sloten zich nadien aan als nieuw lid.



De Verenigingspil, de pil die verbindend werkt

Neos Kalmthout-Essen haalde de pers met De Verenigingspil, een initiatief van Neos om eenzaamheid te bestrijden. "Hoe ouder je bent, hoe groter de kans dat waardevolle relaties en warme, fysieke contacten wegvallen", vertelt voorzitter Edgard Meuleman.

De Verenigingspil leidt je naar een vereniging die bij je past, want "wie actief is in een vereniging, voelt zich letterlijk én figuurlijk beter in z'n vel".

Ook andere Neos-clubs zetten zich in voor de promotie én verspreiding van De Verenigingspil bij de gemeente en lokale eerstelijns werkers.

NEOS MET EEN HART

HET VERVOLG

De verhalen in deze bundel zijn maar het topje van de ijsberg. Er viel nog zoveel te vertellen...

Neos met een Hart is een verhaal dat blijft groeien. Vanuit al het moois dat we beleefd, geleefd, geleerd, ondernomen en gerealiseerd hebben, kijken we steeds verder.

Neos-clubs raken levens. Ze bieden een plek om te groeien, een netwerk om op terug te vallen, een podium om iets te betekenen en een gemeenschap die verbindt.

En toch zijn er mensen die de weg niet vinden. Zijn er drempels – zichtbaar en onzichtbaar – waardoor deuren en harten gesloten blijven. Samen kunnen we drempels verlagen.

Ben jij lid of bestuurslid van Neos? Wil je meewerken aan een actie of zelf iets opstarten? Neem contact op met je lokale club of mail naar welkom@neosvzw.be. Samen maken we Vlaanderen warmer.

*Eén hart,
duizenden kloppingen.*

Doe een gift en bouw mee aan een warme gemeenschap voor senioren.

Beste Neos-lid,

Overal in Vlaanderen brengen **Neos-clubs senioren samen** die op zoek zijn naar vriendschap, zingeving en plezier. In 2025 mochten we vier nieuwe clubs verwelkomen. Daarmee telt Neos **231 clubs en meer dan 38.000 leden** verspreid over Vlaanderen.

Achter elk lidnummer schuilt een verhaal: iemand die nieuwe vrienden vond, die weer zin kreeg om op te staan, die ontdekte dat het leven na 60 pas écht begint.

Dit gebeurt niet vanzelf. Het vraagt inzet van vrijwilligers én de financiële steun van sympathisanten. Eenzaamheid onder senioren neemt toe. Maar **verenigingsleven redt letterlijk levens**.

Met je gift:

- ✓ help je senioren fysiek, mentaal en sociaal gezond te blijven
- ✓ versterk je de werking van lokale clubs en de bestuursvrijwilligers
- ✓ maak je nieuwe clubs mogelijk en verlaag je de drempel in regio's waar er moeilijker toegang is tot activiteiten voor senioren

Maak je gift over op rekeningnummer **BE98 4263 1359 3193** met vermelding: "Gift Neos 2025" of gebruik het overschrijvingsformulier.

Bedankt dat je meebouwt aan een warme, verbonden samenleving.

Martin De Loose – Directeur Neos vzw

PS: steun ook je eigen club! Vermeld bij je gift "**Gift Neos + [naam van je club]**" en **50% van je bijdrage gaat rechtstreeks naar je lokale club**. Stort je bijvoorbeeld €100? Dan ontvangt jouw club €50 voor haar lokale werking en activiteiten.

Handtekening(en)		OVERSCHRIJVINGSOPDRACHT	
Bij invulling met de hand, één HOOFDLETTER of cijfer in zwart (of blauw) per vakje			
Gewenste uitvoeringsdatum in de toekomst	Bedrag	EUR	CENT
Rekening opdrachtgever (IBAN)			
Naam en adres opdrachtgever			
Rekening begunstigde (IBAN)	BE98 4263 1359 3193		
BIC begunstigde	KREDBEBB		
Naam en adres begunstigde	NEOS VZW MERCATORSTRAAT 92 9100 SINT-NIKLAAS		
Mededeling	STEUN NEOS		

Samen met Intersoc en Neos op reis

De nieuwste reizen van 2026

Rondreis Roemenië | 04.05 - 11.05: v.a. € 2.360

Treinreis doorheen Zwitserland | 24.06 - 01.07 : richtprijs € 2.650

Bad Hofgastein, Oostenrijk | 05.06 - 14.06 of 30.08 - 08.09: v.a. € 1.454

Rondreis Zuid-Holland & Delft | 06.06 - 10.06: v.a. € 1.035

Rondreis Oost-Canada | 05.09 - 19.09: v.a. € 4.360



Reis naar Bad Hofgastein in de kijker

Oostenrijk | 05.06 - 01.07.2026 of 30.08 - 08.09.2026 (bus)

In Bad Hofgastein zijn kilometers aan wandelpaden voor als je een sportievere vakantie wilt. Meer een cultuurliefhebber? Er is genoeg te doen, zoals de zoutmijnen van Hallein, Salzburg en het kasteel van Hohenwerfen.

De prijs van 05.06 - 01.07 €1.454

De prijs van 30.08 - 08.09 €1.524

Voor een single kamer betaal je € 202 extra per persoon.

Reis naar Oost-Canada in de kijker

Oost-Canada | 05.09 - 19.09.2026 (vliegtuig)

Van bruisende steden tot eindeloze bossen en bulderende watervallen: Oost-Canada is ruig, rijk en onvergetelijk. Bezoek onder andere Québec en de Niagarawatervallen.

De prijs bedraagt €4.360

Singletoeslag: € 865 extra per persoon.



Meer info of reizen boeken?

intersocgroepsvakanties.be/neos
of scan de QR-code!



intersoc
REIS GERUST

Op ontdekkingsreis met Neos

Audrey



Agnes



Een seniorenwerking uit het niets opstarten in je eigen gemeente: het is – zelfs voor ondernemende senioren – toch een beetje een sprong in het duister. Het is als een ontdekkingsreis waarvan je de start en het doel kent, maar hoe de weg zal verlopen en wie je onderweg mee aan boord krijgt, dat is toch koffiedik kijken.

Twee van die avonturiers zijn Agnes Vande Gaer en Audrey Van Branthegem. Zij stampden elk, samen met nog andere durvers, een nieuwe Neos-club uit de grond in respectievelijk Tielt-Winge en Kampenhout.

Stefaan De Doncker, provinciaal voorzitter Neos Vlaams-Brabant, polste hen na één jaar clubwerking.

Hoe kijken jullie terug op dat eerste jaar?

Agnes: Het was best een stresserende periode, maar heel positief. We zijn alle nieuwe leden bijzonder dankbaar voor de hoge respons op onze activiteiten.

Audrey: Ook voor ons werd het een ontdekkingsreis, een zeer explosief jaar. We hadden nooit verwacht zo'n snelle vooruitgang te maken.

Wat waren de momenten waarop jullie trots waren?

Agnes: Onze allereerste voordracht met Bram Verbruggen was een onverwacht groot succes, en ook meteen de voorbode van nog meer moois. Dat gaf ons echt wel een kick!

Audrey: Onze 'Oosterweel-cruise' met liefst 75 deelnemers, was een unieke ervaring om de Oosterweelwerven vanop het water te kunnen ervaren. Héél speciaal.

Hoe zijn jullie aan zoveel leden gekomen?

Agnes: Natuurlijk weet je vooraf niet of je nieuwe club een succes gaat worden. Maar al vrij snel begonnen mensen ons spontaan te contacteren, met vragen over ons jaarprogramma en lidmaatschap.

Audrey: De reputatie van Neos als warme seniorenvereniging is bij ons alom bekend. En mond-aan-mond-reclame zorgde al snel voor de nodige interesse in onze gemeente.

Wat hebben jullie geleerd uit deze ervaring?

Agnes: Het is verbazend hoe snel je een mooie, aangename seniorenwerking tot stand kan brengen. We kenden Neos, maar ervaren nu zelf welk samenzijn-gevoel senioren kunnen delen.

Audrey: Het Neos-concept om mensen te verbinden met een uitgebreid pakket van activiteiten zorgt voor warmte en samenhang bij onze senioren. Daaraan mee kunnen werken geeft de grootste voldoening.

Waar hopen jullie binnen nog een jaar te staan met jullie Neos-club?

Agnes: We hebben de ambitie om zo snel mogelijk de kaap van 100 leden te overschrijden en voor al die leden goed te zorgen!

Audrey: Ook wij willen onze leden nog meer verwennen en hopen onze activiteiten onder andere te verrijken met een meerdaagse reis. Een nieuwe uitdaging dus!

Wil jij hierop reageren? Mail naar welkom@neosvzw.be.



Stefaan De Doncker nam recent het voorzitterschap van Neos Vlaams-Brabant over van Agnes Bode. Stefaan: De provincie is er voor alle lokale afdelingen. Onze ordewoorden zijn luisteren, verbinden en versterken. En dat doen wij – als vrijwilligers – samen met de professionele medewerkers van Neos. Want ook de strafste avonturiers hebben een steun in de rug nodig!



Ook met kleine stapjes kom je vooruit

Een inkijk bij Stroomop, waar duurzaam een werkwoord is

Vandaag laat ik me op sleeptouw nemen door het bestuur van Neos West-Vlaanderen. Het is niet verwonderlijk dat net zij, met hun West-Vlaamse ondernemersgeest, een vergadering plannen in en een bezoek brengen aan Stroomop, een bedrijf gespecialiseerd in milieuvriendelijke verwarming door middel van pellets en hout. Een bedrijfsbezoek als een ander, hoor ik je denken. Maar niets is minder waar...

Tekst: Emelie Pauwels - Foto's: Patrick Van Biesbrouck

Van zodra je Stroomop binnenwandelt, merk je meteen dat dit een bijzonder bedrijf is, zowel aan de binnen- als de buitenkant. Twintig jaar geleden zag Stroomop het levenslicht, met als drijvende krachten **Ludwig Van Wonterghem** en **Ann Goethals**. Wat begon met slechts een visie, een flinke dosis doorzettingsvermogen en een scheutje geluk, is ondertussen uitgegroeid tot een reeks ondernemingen die zich, elk op hun eigen manier, inzet-

ten voor een meer duurzame wereld. Want met wat geduld, ijver en zorg, kan zelfs het kleinste zaadje uitgroeien tot een indrukwekkende boom.

Sparen voor bomen

'Als klein manneke was ik al gebeten door de natuur', vertelt **Ludwig**, oprichter van Stroomop. 'Ons gezin woonde in een omgebouwde vlasschuur, dus er was geen streepje groen te bespeuren. Geïnspireerd door Nonkel Bob, met zijn

liedje 'Plant een boom', besloot ik hier verandering in te brengen. Ik had gelezen dat papier gemaakt werd van bomen, dus ging ik heel Kuurne rond om oud papier in te zamelen. Zodat ik kon sparen voor een eigen boom', lacht hij. 'Die boom is er nooit gekomen, maar het eerste zaadje voor Stroomop werd wel al geplant. De liefde voor de natuur was er dus al van jongs af aan, maar pas tijdens mijn studententijd ging ik me verdiepen in duurzaamheid. Mijn pro-

fessor filosofie gaf me het 'Rapport van de Club van Rome' (een rapport waarin de uitputting van natuurlijke hulpbronnen en de gevolgen van de wereldbevolking, voedselproductie, industrialisering en vervuiling besproken werd) en ik was verkocht. Niet bepaald typische ontspannende studentenliteratuur, maar ik was erdoor gebeten. Dit rapport uit 1972 voorspelde dat we in de jaren 80 met 2 miljard mensen zouden zijn en over twintig jaar met 4 miljard. Ze werden toen zot verklaard, maar kijk, nu zijn we toch al met een gezellige bende van ruim 8 miljard. Na mijn studies ging ik als ingenieur aan de slag bij een producent van kunststofspuitgietsmachines. Niet echt duurzaam of ecologisch, ik geef het toe, maar mijn streven naar een duurzamere wereld bleef sluimeren en de eerste stap werd gezet toen Ann en ik besloten ons huis zo duurzaam en ecologisch mogelijk te verbouwen. Het begin van een lang verhaal...

Bij Stroomop staan de producten pas op de tweede plaats. De mensen staan met stip op nummer één

Wie zoekt, die vindt

Ludwig: 'In 1993 kochten we het huis van mijn vader, dat wel een opknaptbeurt nodig had, maar op een ecologische manier renoveren... Het was makkelijker gezegd dan gedaan. Ik had het geluk dat ik voor mijn werk vaak naar Oostenrijk moest, toen het walhalla voor bouwen en renoveren, en dat ik daar de mosterd kon halen. Het eerste wat we deden, was een zonneboiler installeren. Een smak geld, zeker in die tijd, maar tot op vandaag douch ik nog altijd met gratis verwarmd water. Van een duurzame aankoop gesproken. Daarnaast hebben we onder andere muurverwarming – beter dan vloerverwarming, alleen opletten als je een nagel in de muur slaat – een kurken vloer

en lemen bezetting. Het was een proces van lange adem – Rome is ook niet op één dag gebouwd – en het heeft ons wel wat centen gekost, maar ons harde werk wordt nu beloond. Op dit moment is ons huis volledig composteerbaar, bestaat het uit gezonde materialen én betalen we slechts 600 euro aan brandstof per jaar.'

Alle begin is moeilijk

'Met de verbouwing van ons huis werd ook, onbedoeld, de eerste stap in de oprichting van Stroomop gezet', vertelt **Ludwig.** 'In 2003 verscheen er een artikel over onze duurzame verbouwing in 'De Koevoet' (een ecologisch bouwmagazine) met helemaal onderaan mijn contactgegevens, mocht iemand interesse hebben. Het succes was groot; ik kreeg welgeteld één telefoontje', zucht **Ludwig.** 'Maar dat telefoontje zorgde er wel voor dat ik besloot om het roer om te gooien en voor mezelf te beginnen en pelletkachels te verkopen. Iedereen verklaarde ons gek. Eerst zo'n heuse investering van tijd en geld in de duurzame renovatie van ons huis en dan nog eens op mezelf beginnen in iets compleet onbekend? Zelfs mijn contacten voor de grondstoffen en technieken in Duitsland – waar pelletkachels wel al bekender waren – vroegen me hoe ik dit ging klaarspelen in een land waar nog quasi niemand van pellets had gehoord. 'Awel, dat is dan mijn probleem' zei ik', lacht Ludwig. 'Het was een moeilijke start – je moet weten dat in die tijd pellets drie keer zo duur waren als mazout – maar dat ene telefoontje maakte wel een wereld van verschil. Ik werd gevraagd om een pelletkachel te instal-



Ons energieverbruik blijft maar stijgen. Inzetten op hernieuwbare energie is dus meer dan noodzakelijk



'Het gebouw is zo goed geïsoleerd dat we – beetje ironisch voor een bedrijf dat verwarming plaatst – zelf nauwelijks moeten verwarmen', lacht Ludwig.

leren in het eerste West-Vlaamse passiefhuis. Met de media-aandacht die dit huis kreeg, stond mijn telefoon al snel niet meer stil. In 2004 had ik welgeteld drie pelletketels, tien pelletkachels, een vijftal zonneboilers en een paar ventilatietoestellen verkocht. Ik danste toen op tafel van geluk. 20 jaar later hebben we in totaal zo'n 8.000 pelletketels en ongeveer 39.000 pelletkachels verkocht in de Benelux. Al onze klanten samen verbruiken ongeveer 130.000 ton pellets per jaar, het equivalent van 65 miljoen liter stookolie. Wat neerkomt op een jaarlijkse besparing van 170.000 ton CO₂. 'Individuele acties voor het milieu en het klimaat zijn slechts een druppel op een hete plaat' heb ik ooit uit de mond van een politiker gehoord. Ik ben blij dat ik dat ik niet heb geluisterd. Met kleine stapjes kost het misschien wat meer tijd, maar geraak je ook een heel eind vooruit.'

De rijkdom van de natuur

'We kunnen er al lang niet meer omheen, we zijn niet echt goed bezig met ons klimaat. Kijk naar de seizoenen die verschuiven, de verwoestende hittegolven of overstromingen... Allemaal tekenen dat het vijf voor twaalf is', aldus

Duurzaam ondernemen is niet alleen werken met duurzame materialen, maar ook inzetten op duurzame relaties

Ludwig. 'Op dit moment halen we nog de meerderheid van onze energie uit fossiele brandstoffen en uranium. Deze zijn niet alleen vervuilend – wat doen we met het radioactieve afval dat nog tienduizenden jaren actief blijft? – maar ook eindig. En als je ziet hoe snel ons energieverbruik stijgt, slinken de reserves steeds sneller en sneller. Maar er is een simpele oplossing: natuurlijke energie. Akkoord, het is niet de makkelijkste weg, maar moeilijk kan ook. Op dit moment is 13% van onze energie hernieuwbaar. Wetende dat het streefdoel voor 2030 45% is, moeten we wel nog een tandje bijsteken. Hernieuwbare energie bestaat uit zonne-energie (met de boost van de zonnepanelen zijn we al op de goede weg), windkracht, waterkracht en energie uit biomassa. En onder die biomassa, daar bevinden de pellets zich. Pellets worden in feite gemaakt van het afval van de boomkap. Van een gekapte boom is maar 40%

bruikbaar om planken van te maken, de rest is eigenlijk afval. En van een deel van dat afval, het zaagmeel, worden pellets gemaakt. Dit zaagmeel wordt – met een scheutje water en maïzena voor de binding – geperst tot pellets.' En de houtkap en houtverbranding, zijn die dan niet nefast voor onze natuur? 'Hout is een hernieuwbare bron zolang er zon, water en grond zijn. Op 20 à 25 jaar is een boom kaprijik. Tijdens hun groei nemen bomen CO₂ op en stoten ze zuurstof uit. Het omgekeerde gebeurt dan tijdens het natuurlijke rottingsproces. Bij het gebruik van pellets stoten we dan CO₂ uit door de verbranding, dezelfde uitstoot die ook zou vrijkomen als de boom op een natuurlijke manier zou vergaan. Hierdoor zijn pellets niet CO₂-vrij, maar wel CO₂-neutraal. Het is dus zeker al een stap in de goede richting.'

Een boom met vele takken

Het begon allemaal met Stroomop, maar dit kleine boompje is ondertussen uitgegroeid tot een boom met heel wat sterke takken. Met de expertise van de renovatie van hun huis, besloten Ludwig en Anne om ook het gebouw waar Stroomop en haar dochteronder-

nemingen in huizen, ecologisch op te bouwen. 'Het gebouw is zo goed geïsoleerd dat we – beetje ironisch voor een bedrijf dat verwarming plaatst – zelf nauwelijks moeten verwarmen', lacht **Ludwig**. 'Met de expertise in en de passie voor ecologisch verbouwen hebben we dan ook Zuderwind in het leven geroepen. Het begon allemaal met ons engagement bij Welzijnsschakels. We besloten een krotwoning op te kopen en gezond en ecologisch te verbouwen. Want hoe je het ook draait of keert, arm maakt ziek en ziek maakt arm. Een gezond huis – zowel voor je lijf als je portemonnee – is al een kopzorg minder.' Naast Zuderwind, Ökofen (verwarmings- en stoomketels op basis van pellets) en FORT 07 (een fotostudio) maakt Atelier Ouvert de cirkel rond. Een cateringbedrijf dat inzet op gezonde en duurzame voeding. Stuk voor stuk ondernemingen die zich inzetten voor een duurzamere en gezondere wereld.

Ondernemer met een warm hart

Dat Ludwig een hart voor de natuur en het milieu heeft, staat buiten kijf. Maar deze ondernemer heeft ook een warm hart voor zijn medemens. 'Bij Stroomop – en alle ondernemingen in dit huis – staan de producten pas op de tweede plaats, de mensen staan met stip op de eerste plaats', vertelt **Ludwig**. 'Onze medewerkers krijgen de nodige ondersteuning – zo krijgt elke medewerker een fiets naar keuze om zich naar het werk te begeven en wordt er flexibel omgesprongen met de werktijd – maar ook klanten die het financieel wat moeilijker hebben, helpen we een handje.

Anne en Ludwig zijn de bezielers van Stroomop, maar hebben onlangs de fakkel doorgegeven aan een van hun medewerkers. Wil jij meer weten over Stroomop en haar dochterondernemingen? Neem dan zeker een kijkje op www.stroomop.be.

Daarnaast organiseren we jaarlijks een burenonthijt waarbij de opbrengst naar Welzijnsschakels gaat en steunen we een ontwikkelingsproject in Mozambique. Duurzaam ondernemen is niet alleen werken met duurzame materialen, maar ook inzetten op duurzame relaties', vertelt Ludwig overtuigend.

Duurzaam leven kan je leren

Geef toe, zelfs als je iemand bent wiens tenen al beginnen te krullen bij de gedachte om de woonkamer een nieuwe verf te geven, het begint bij jou toch ook te kriebelen om je huis in een ecologischer en duurzamer jasje te steken? Maar evident is het niet, het vraagt

de nodige tijd, ruimte en budget... iets wat niet iedereen op dit moment gegund is. **Ludwig**: 'Zoals ik al zei, kunnen individuele kleine stapjes ook al een verschil maken. Het effect is misschien niet zo direct zichtbaar op de korte termijn, maar het is er wel degelijk. Investeer in een goede fiets en laat de auto wat meer staan, spring eens een tweedehandswinkel binnen, investeer in duurzame meubels en kledij... Niet alleen gezond voor de planeet, maar ook voor je lijf en je portemonnee. Wist je dat ik in heel mijn leven nog nooit een blikje drank heb gekocht? Het is misschien even puzzelen en wennen – die eerste maaltijden op onze houtoven waren ook niet om over naar huis te schrijven – maar op den duur worden die kleine stapjes duurzame gewoontes. En zoals gezegd, ook met kleine stapjes kom je op den duur ook al een heel eind.'



Neos met een Hart

Het provinciaal bestuur van Neos West-Vlaanderen organiseerde dit bezoek in het kader van onze campagne Neos met een Hart. Het groene hart symboliseert onze aandacht voor circulaire economie en duurzaam omgaan met onze aarde. Wil je meer weten over hoe Neos-clubs zich engageren voor een duurzame wereld en concrete impact realiseren? Lees dan ons speciaal katern in het hart van dit magazine.

— Blijf Winterfit! Beweeg met

Buiten sporten in de winter: verfrissend en goed voor je weerstand, energie én humeur

De dagen worden korter, de temperaturen dalen en de verleiding om binnen te blijven groeit. Toch is juist de winter het perfecte moment om in beweging te blijven. Buiten sporten bij koud weer heeft niet alleen tal van gezondheidsvoordelen – het geeft je ook een frisse boost energie, versterkt je immuunsysteem en houdt je humeur op peil. Bovendien is het heerlijk om die frisse lucht in te ademen, je hoofd leeg te maken en te genieten van de rust die de winter met zich meebrengt.

Misschien lijkt het wat uitdagender om in de kou te sporten, maar met de juiste voorbereiding en kleding wordt het al snel een verkwikkende ervaring. En dat voldane gevoel achteraf? Dat is goud waard. Er circuleren echter heel wat misverstanden over bewegen in de kou. Tijd om de vijf grootste wintermythes te ontkrachten!

Mythe 1 – Sporten in de kou maakt je ziek

Fout! Je wordt niet ziek van de kou, maar van virussen en bacteriën die zich vooral in gesloten ruimtes verspreiden. Buiten sporten is dus net gezonder: het versterkt je afweer en verhoogt de aanmaak van witte bloedcellen. Om van die voordelen te profiteren zonder verkouden te raken, is de juiste kleding essentieel.

Gebruik het drielagensysteem:

1. Eerste laag: een thermisch T-shirt dat zweet afvoert en je huid droog houdt.
2. Tweede laag: een fleece of sweatshirt die warmte vasthoudt en bescherming biedt tegen de kou.
3. Derde laag: een ademende, waterafstotende jas die wind en vocht buitenhoudt.

Kies bij meer intensieve sporten zoals hardlopen of langlaufen voor een lichtere jas; bij rustigere activiteiten, zoals wandelen of yoga in de natuur, mag die wat warmer zijn. Zo blijf je comfortabel, hoe koud het ook is.

Mythe 2 – Je moet zweten om calorieën te verbranden

Ook dat klopt niet. Zweten zegt niets over hoeveel energie je verbruikt. Integendeel: bij koud weer verbrandt je lichaam meer calorieën, omdat het harder moet werken om warm te blijven. Dalende temperaturen activeren de thermogenese – het proces waarbij je lichaam extra energie gebruikt om warmte te produceren. Zo verbrand je met een halfuurtje nordic walking bij -5 °C tot wel 350 calorieën, tegenover 300 bij een wandeling in zomerse omstandigheden. Kies daarom voor ademende kleding die je temperatuur reguleert, en gebruik accessoires zoals hoofdbanden en nekwarmers voor extra comfort tijdens de inspanning.

Mythe 3 – De kou zorgt sneller voor spierblessures

Koude spieren zijn stijver, maar dat betekent niet dat je bij de minste beweging een blessure oploopt. De sleutel? Een goede warming-up. Neem in de winter iets meer tijd – zo'n 10 à 15 minuten – om je spieren en gewrichten voor te bereiden. Dynamische oefeningen zoals knieheffen, armrotaties of lunges verhogen de doorbloeding en maken je lichaam soepel en klaar voor actie. Extra tip: Draag compressiekleding bij intensieve sporten zoals fietsen of trailrunning. Die houdt je spieren warm en vermindert vermoeidheid na de training.

Mythe 4 – Koude lucht is slecht voor je longen

Het kan in het begin wat prikkelend aanvoelen, maar koude lucht vormt geen gevaar voor gezonde longen. Onze luchtwegen zijn slim gebouwd: ze warmen de ingeademde lucht razendsnel op voordat die de longen bereikt – zelfs bij temperaturen ver onder nul. Heb je toch last van de kou tijdens het ademen? Draag een ademende nekwarmer of een lichte buff. Die filtert en verwarmt de lucht een beetje, zodat je comfortabeler kunt blijven bewegen.

plezier, ook in de kou



Sporten in de winter: niet alleen een gezonde gewoonte, maar ook een moment van zelfzorg en plezier (Neos Herselt op winterwandeling)

Mythe 5 – Buiten sporten in de winter is altijd ijskoud

Niet als je de juiste uitrusting kiest! Dankzij de moderne sportmaterialen is het vandaag perfect mogelijk om warm en droog te blijven, zelfs bij vriesweer. Investeer in kwalitatieve softshelljassen, thermische onderlagen en wollen accessoires.

- Softshelljas: ideaal voor lange wandelingen, fietsen of langlaufen; beschermt tegen wind en voert zweet af.
- Wollen onderlaag: houdt warmte vast zonder te zwaar te zijn – perfect voor rustige activiteiten.
- Accessoires: vergeet je muts, handschoenen en warme sokken niet. Vooral de ledematen verliezen snel warmte.

Een goed paar handschoenen maakt fietsen aangenamer, en een ademende muts voorkomt dat je onnodig warmte verliest. Kleine details die een groot verschil maken voor je comfort én plezier.

Kortom: winterweer is geen excuus

De kou hoeft geen spelbreker te zijn, integendeel. Buiten sporten in de winter:

- versterkt je weerstand,
- verhoogt je energieverbruik,
- verbetert je stemming,
- en houdt je spieren en gewrichten soepel.

Met de juiste voorbereiding, kleding en opwarming blijft bewegen in de koude maanden niet alleen haalbaar, maar ook heerlijk. Dus trek die sportieve jas aan, adem diep in, voel de frisse lucht op je wangen en geniet van de kracht van winterbeweging.

Beloon jezelf!

Na een stevige wintertraining verdien je het om even stil te staan bij wat je hebt bereikt. Belonen helpt niet alleen om gemotiveerd te blijven, maar maakt sporten ook leuker op de lange termijn.

Dat hoeft niet groots te zijn, kleine, bewuste momenten maken het verschil.

Enkele ideeën:

- Warm jezelf op met een kop dampende chocolademelk of thee.
- Neem een warme douche of ontspan met een heerlijk bad met geurende olie.
- Zet je favoriete muziek op en geniet van dat voldane gevoel.
- Plan een rustmoment met een goed boek of je favoriete serie.
- Of trakteer jezelf op nieuwe sportkleding – een motivatieboost voor de volgende training!

Door jezelf af en toe te belonen, geef je positieve betekenis aan je inspanningen. Zo wordt sporten in de winter niet alleen een gezonde gewoonte, maar ook een moment van zelfzorg en plezier.

Bijdrage door Sportievak vzw

 **sportievak**
altijd in beweging

Jouw belangen, onze zorgen

Neos verdedigt voor en achter de schermen de belangen van ouderen

Op diverse fronten staat Neos op de bres om de belangen van haar leden te verdedigen. Dat doen we met eigen acties en initiatieven, maar ook en vooral in samenwerking met anderen – zoals de Vlaamse Ouderenraad en UNIZO – voor méér daadkracht en effect.

Verenigingen zijn geen onkruid

In Vlaanderen mogen we trots zijn op ons rijke verenigingsleven. Rijk in aantal, in soorten, in deelnemers en bestuursleden. Maar letterlijk rijk? Dat niet, nee. Omdat ze de drempel voor lidmaatschap zo laag mogelijk willen houden, hanteren de meeste verenigingen een democratisch lidgeld.

Daardoor zijn ze ook afhankelijk van Vlaamse subsidies om hun werking professioneel te kunnen uitbouwen en de vele duizenden vrijwilligers optimaal te ondersteunen. En daar wringt het schoentje. Subsidies staan onder druk. Zonder die steun overleven verenigingen niet. Nochtans spelen zij een cruciale rol in onze sociale gezondheid. Op het eind van de rit zal besparen op verenigingen resulteren in meer uit-

gaven voor mentale en fysieke gezondheid. Want eenzaamheid is een stille ziekte die resulteert in 870.000 doden per jaar, zo blijkt uit

een recent rapport van de Wereldgezondheidsorganisatie. Neos schreef hierover, samen met alle andere ouderenorganisaties, een open brief naar onze Vlaamse minister van Cultuur én welzijn, Caroline Gennez.



Het verenigingsleven, tegengif voor eenzaamheid

Heb jij recht op inkomensgarantie?

Eén op de twee ouderen die recht hebben op de inkomensgarantie voor ouderen (IGO) vraagt die aanvullende uitkering bovenop zijn pensioen niet aan. Uit recent wetenschappelijk onderzoek blijkt dat zowat 86.000 ouderen een maandelijkse toeslag van gemiddeld 400 euro mislopen! Aanvragen kan online, via mypension.be, via de Pensioenlijn 1765 of via het gemeentebestuur.



Maak dienstverlening toegankelijker

Volwaardige participatie aan de samenleving en optimaal gebruik van alle mogelijke dienstverlening staat en valt met de toegankelijkheid van die dienstverlening. Daar knelt het schoentje soms. Niet met opzet, maar omdat de drempels niet gezien worden. De Vlaamse Ouderenraad onderzocht een methodiek om dit thema – gezien vanuit een ouderenbril – bespreekbaar te maken. Voor de ontwikkeling van de methodiek kwamen vertegenwoordigers samen in het Neos Huis. Neos was ook inhoudelijk betrokken: Ann Housen en Nicole Ghijsels (Neos Aalst) en Joke Robion (Neos Ekeren) werkten als ervaringsdeskundigen mee aan de ontwikkeling van het project.





Neos voedt debat over toekomst van de zorg

Via Caruna wil CM Gezondheidsfonds – samen met Who Cares en Tree Company - een breed maatschappelijk debat voeren over de rol van zorg in de samenleving van morgen. Neos organiseerde in de schoot van de eigen werkgroep Belangenbehartiging een dialoogtafel om het debat, vanuit eigen ervaring en expertise, mee te voeren.

Willebroek verspreidt De Verenigingspil

De gemeente Willebroek schaat zich als eerste gemeente in Vlaanderen achter De Verenigingspil. Dit initiatief van Neos wil zorgverleners in de eerste lijn attent maken op mogelijke alternatieven voor mensen met klachten van eenzaamheid of depressieve gevoelens. De Verenigingspil leidt mensen immers naar de warme verbondheid van een lokale vereniging. Dankzij het initiatief van de seniorenraad van Willebroek zullen alle eerstelijns werkers van de gemeente De Verenigingspil ontvangen en kunnen 'voorschrijven'.



Inspraak en participatie in het WZC

Het is niet omdat je verhuist naar een woonzorgcentrum dat je je stem hoeft te verliezen. Ook als bewoner heb je recht op inspraak en participatie over het reilen en zeilen van je nieuwe woonst en de manier waarop jij wil leven en verzorgd worden. Neos leverde - via de eigen werkgroep Belangenbehartiging en onze vertegenwoordigers in de Vlaamse Ouderentaad - een inbreng in het advies hier rond.



Debat rond het levenseinde

Het debat rond een waardig levenseinde laat niemand onberoerd. De Vlaamse Ouderenraad is de aangewezen gesprekspartner voor de overheid om de stem van ouderen – in al zijn verscheidenheid hierover – te capteren. Behoedzaam en met respect voor diverse ethische standpunten, levert ook Neos haar bijdrage aan dit debat om tot een rijk en breed gedragen advies voor beleidsmakers te komen.



Luc Vandewalle coördineert binnen Neos de belangenbehartiging en zetelt namens Neos in de Vlaamse Ouderenraad en de Federale Adviesraad voor Ouderen. Heb je bedenkingen rond belangenbehartiging? Stuur ze naar welkom@neosvzw.be



Dat overkomt mij toch niet?!

En àls het gebeurt,
ben je maar beter
goed verzekerd.

Onverwachte hospitalisatiekosten kunnen hoog oplopen. Kies voor gemoedsrust met de hospitalisatieverzekeringen van CM.



Bereken jouw premie op
cm.be/hospitalisatieverzekeringen

CM Vlaanderen (f20), ingeschreven in het register van verzekeringsinstellingen onder het nummer 1016c (ondernemingsnummer 874.853.490), en optredend als verzekerings-agent voor de MOB Verzekeringen CM-Vlaanderen, een verzekeringsonderneming toegelaten onder codenummer 1507/01 om de tak 2 'ziekte' en tak 18 'hulpverlening' te beoefenen. Ondernemingsnummer 851601503. De algemene voorwaarden lees je op www.cm.be/verzekeringen-algemene-voorwaarden-2025



CM. Jouw gezondheidsfonds.

EXPEDITIE KENIA

Reizen Patteeuw
Moorslede

10-daagse van 2 februari tot 11 februari



Inclusief:

- ✓ Rechtstreekse vluchten
- ✓ Transport ter plaatse
- ✓ NL-talige gids + begeleiding Reizen Patteeuw
- ✓ Verschillende game-drives & safari's
- ✓ Bush dinner in Masai Mara



Doe mee en win!

In het Neos Magazine van september vielen er weer leuke prijzen te winnen!

Greta Van Landeghem, Gerda Verherstraeten, Peter Kramer, Gerda Roeffaers en Carlo Willems sleepten een Neos-zak in de wacht, **Lucien Van Den Driessche en Nicole De Jonghe** kunnen op-en-top genieten van hun trip naar een kerstmarkt met Reizen Lauwers en **Yvan Dossche** kan zijn volgende trip naar de Ardennen al plannen met een voucher van 250 euro van Ardennes Etape.

Doe jij ook mee? *

Je kunt deelnemen door de wedstrijdvraag bij iedere prijs in te vullen en te bezorgen samen met je contactgegevens naar welkom@neosvzw.be vóór 15 januari 2026 of per post naar Neos vzw, Mercatorstraat 92, 9100 Sint-Niklaas.

Veel succes!

Naam:

Adres:

Neos-club:

1. Duindomein Ter Helme: "The Big 3" Kunst & Cultuur voor 2 personen

Ontdek cultuur, comfort én culinair genot aan de Belgische kust. Geniet van een heerlijk verblijf in Duindomein Ter Helme, midden in de duinen en op wandelafstand van de zee. Overnacht in stijl, proef van een verfijnd diner en bezoek samen één van "The Big 3"-musea: het NAVIGO Visserijmuseum, het Paul Delvaux Museum of het Abdijmuseum Ten Duinen.



Wedstrijdvraag:

In welke gemeente ligt Duindomein Ter Helme?

2. Historium Brugge: 2 familietickets voor een magische tijdsreis naar de middeleeuwen

Beleef Brugge zoals je het nog nooit zag! Laat je meevoeren naar de 15de eeuw tijdens een meeslepende tijdsreis door de Historium Story, en bewonder middeleeuws Brugge vanuit een heel nieuw perspectief tijdens de spectaculaire Virtual Reality Experience. Het Historium is dé plek waar jong en oud de Gouden Tijd van Brugge op een boeiende, interactieve manier kunnen ontdekken. De ideale uitstap voor grootouders met kleinkinderen, of een unieke activiteit met vrienden of familie. En jij kan 2 familietickets (4 personen) voor de Historium Story en VR Experience in de wacht slepen.



Wedstrijdvraag: Welke stad stond bekend als het culturele én economische centrum van West-Europa tijdens de 15de eeuw?

3. Music Hall: duoticket voor Carmina Burana

Meer dan 160 uitvoerders brengen samen één van de meest indrukwekkende meesterwerken uit de muziekgeschiedenis: Carl Orffs Carmina Burana. Onder leiding van Paul Dinneweth vertolken drie solisten, het Flanders Boys Choir, het gemengd koor Chorale en het symfonisch orkest La Passione deze meeslepende cantate in Antwerpen, Gent en Brussel. Het programma bevat ook de beroemde Bolero van Maurice Ravel, de componist die in 1937 overleed. Een overweldigende muzikale belevenis die je voelt tot in elke vezel. Maak kans op een duoticket op een datum naar keuze! Leuk om te weten: als Neos-lid heb je ook 10% korting op de voorstellingen van Music Hall. Meer info vind je op musichall.be/neos



Wedstrijdvraag: In welk jaar ging Carmina Burana voor het eerst in première?

A: 1927

B: 1937

C: 1947

** De gewonnen prijzen dienen door de winnaar zelf gebruikt te worden en mogen dus in geen geval doorverkocht te worden.*

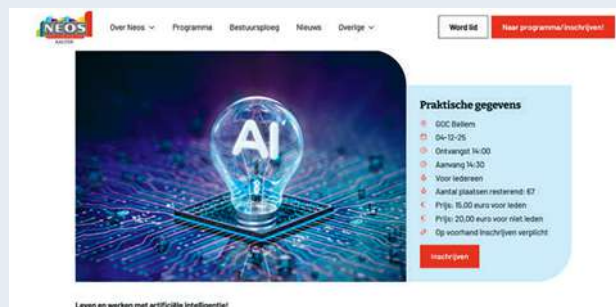
Digitaal Neos: zo schrijf je in en zo word je lid in een tweede club

Intussen heb je de nieuwe, frisse website van jouw favoriete club zeker al ontdekt. Via www.neosvzw.be/naamclub kom je er rechtstreeks terecht. Een tip: sla de pagina op bij je favorieten! En met je lidnummer bij de hand kan je meteen intekenen op elke activiteit van jouw club en zelfs lid worden bij een andere club. We leggen je even uit hoe het werkt.

Neem je lidnummer erbij

Je persoonlijke lidnummer kreeg je via jouw club of je vindt het op je lidkaart voor 2026. Dit nummer heb je nodig om online in te schrijven. Het is samengesteld uit 5 letters van je achternaam, 2 van je voornaam en 3 cijfers. Wie zijn geheugen wil trainen, kan het dus perfect van buiten leren.

Voorbeeld: Jan Peeters → lidnummer: peeteja486



Schrijf in voor een activiteit van je club

1. Surf naar de website van jouw club: www.neosvzw.be/naamclub
2. Klik op het tabblad 'Programma'
3. Bekijk de geplande activiteiten
4. Klik op 'Meer info' en daarna op de rode knop 'Inschrijven (en betalen)', waar dit mogelijk is

De rest wijst zichzelf uit. Betalen gebeurt veilig via Bancontact, met je kaart of bankapp (QR-code scannen). Je ontvangt een bevestiging van jouw inschrijving én bent meteen zeker van je plekje op de activiteit!

Word lid bij een tweede club

Heb je interesse in de activiteiten van een tweede club? Dan kan je kiezen voor het systeem van dubbel lidmaatschap.

Hoe werkt het?

1. Word lid of hernieuw je lidmaatschap en betaal je lidgeld bij een lokale club
2. Maak je lid en betaal je lidgeld bij een tweede lokale club. Gebruik hiervoor de knop 'Word lid' op de website van de tweede club en geef je lidnummer in
3. Je ontvangt een mail vanuit het overkoepeld Neos-secretariaat met de vraag om je rekeningnummer door te geven
4. Je krijgt het 'bovenlokale gedeelte' van het lidgeld voor de tweede club teruggestort. Dat bedraagt voor 2026 32 euro.

Je kan dat voor meerdere clubs herhalen en je zal telkens dat bovenlokale gedeelte van het lidgeld terugbetaald krijgen. Waarom dat niet automatisch kan? Door de GDPR-regels kan een lokale clubsecretaris of penningmeester enkel de inschrijvingen en betalingen van de eigen club bekijken. De controle gebeurt dus door het overkoepelend Neos-secretariaat.

Tip: Ben je lid in twee of meer clubs en heb je de mail niet ontvangen? Dan ben je waarschijnlijk niet met exact dezelfde persoonsgegevens genoteerd in de tweede club. Stuur dan een bericht naar welkom@neosvzw.be en we maken dat graag voor jou in orde.

Volg de webinars van Beego met korting!



Beego: dat is een gedreven team van studenten die klaar staan met hulp bij alles wat digitaal is. En dank zij de webinars van Beego blijf jij ook digitaal helemaal bij! Deelname aan zo'n webinar kost 7,5 euro, maar als **Neos-lid** betaal je slechts **5 euro**.

In 2025 staat enkel nog de webinar 'Veilig op het internet' op dinsdag 16 december om 14 uur op de planning, waarin je alles zal leren over phishing en online privacy.

Maar goed nieuws! Ook in 2026 kan je als Neos-lid blijven genieten van de webinars van Beego aan kortingsstarief. In totaal staan er **4 webinars** op het programma, dus hou zeker Neos Magazine en de Neos Digizines in de gaten voor de onderwerpen en data. De eerste webinar kunnen we je alvast meegeven: 'Leer je smartphone écht gebruiken' op dinsdag 17 maart van 14 uur tot 15 uur.

Hoe deelnemen?

Surf naar www.beego.be/webinars en geef bij je inschrijving voor de webinar in december de kortingscode **NEOSWAG2025** in. Voor de webinars in 2026 dien je de kortingscode **NEOSLSG2026** in te geven. Je krijgt daarna een bevestigingsmail met de betaalgegevens.



Beego Webinars



Meer doen, minder betalen

Met de Omnipas 65+ doe en zie je meer ...

want met dit jaarabonnement reis je een jaar lang onbeperkt voor maar 67 euro. Dat is als 65-plusser dus onbeperkt de bus en (Kust)tram nemen. Met andere woorden: zeg maar vaarwel tegen dure autokosten, en hallo tegen de vrijheid!

Koop je 65+-abonnement online of in een Lijnwinkel.

Alle info op delijn.be/65plus

Reis 1 jaar
onbeperkt voor

€ 67

=

1

tank-
beurt



Beweeg mee



Win een Neos-lidmaatschap voor het leven!

Een Neos-lidmaatschap voor het leven bij de club naar jouw keuze? Daarvoor moet je van alle markten thuis zijn. In de voorbije drie nummers van Neos Magazine kon je telkens een deel van de Neos-quiz terugvinden. Enkel wie tot het einde een quasi foutloos parcours aflegde, maakte kans op de droomprijs. Het was een recordjaar met heel wat deelnemers die alles juist hadden. **Hugo Cappelle** uit Neos Kuurne zat het dichtst bij het antwoord op de schiftingvraag en kroont zich hiermee tot winnaar.

Leer Hugo kennen!

Hugo: “Sport is echt mijn passie. Er zijn weinig sporten die me niet kunnen bekoren, maar wandelen, fietsen en voetbal zijn toch mijn favorieten. Zo maak ik regelmatig wandel- en fietstochtjes met mijn echtgenote en speel ik al meer dan 55 jaar nog wekelijks een uurtje zaalvoetbal. Maar ook een mentale uitdaging, zoals quizen, zoektochten, een boeiend bedrijfsbezoek... Kortom, iets waar je iets nieuws bijleert, daar zeg ik zeker ook geen neen tegen.”

Hugo en Neos

Hugo: “Tijdens de uitstappen van De Koperen Passer vroeg Johan Quartier (voorzitter Neos Kuurne) me telkens of ik geen zin had om ook lid te worden van Neos. Eerst dacht ik dat ik te jong was, maar uiteindelijk werd ik over de streep getrokken door Jacques Callens, ook Neos-bestuurslid en een volleybal-kennis. Ondertussen zijn we één jaar verder en hoewel ik moeilijk te overhalen was, ben ik wel enorm tevreden. Het leukste is het contact met andere leden en de gezellige babbels.

Soms zijn er ‘oude bekenden’ met wie je leuke herinneringen kan ophalen aan de studententijd. Maar je ontmoet ook veel nieuwe mensen, hoort nieuwe ideeën en soms kom je in een voor jou heel onbekende wereld. Enorm interessant!”



Hugo Cappelle won een levenslang lidmaatschap. En dat voor een inwoner van Kuurne, de ‘ezelsgemeente’

..... DE JUISTE ANTWOORDEN VAN DE GROTE NEOS QUIZ

VRAGEN NEOS-QUIZ DEEL 1 (maart)

1. Hoe heet de ngo die inzet op ondernemerschap in Afrika, Azië en Latijns-Amerika? Neos ligt mee aan de basis van deze organisatie.
Antwoord: Trias
2. Welke vogel met niet altijd een goede reputatie, is uitgeroepen tot vogel van het jaar 2025 en krijgt zo eerherstel?
Antwoord: Ekster
3. Deze FOERT-ambassadeur stond aan de wieg van Kom Op Tegen Kanker en BEDNET.
Antwoord: Kathy Lindekens
4. Ik ben een deugniet, een kanjer, maar ook een Vlaamse mediaprijs. Wat ben ik?
Antwoord: Kastaar
5. Het tienerwoord van 2024 wil zeggen, ‘nonchalant, chill, zorgeloos’. Wat is dat woord?
Antwoord: Noncha
6. We hebben een koude januarimaand achter de rug. Wie ging wandelen, kon een zeldzaam natuurfenomeen spotten. Wat is de naam van dit fenomeen?
Antwoord: IJshaar
7. Kunstenaar Salvador Dali was een excentriek man, ook op vlak van huisdieren. Zo nam hij vaak een ocelot of pardelkat mee op restaurant. Met welk ander vreemd huisdier liet hij zich soms opmerken in Parijs?
Antwoord: Miereneter
8. Welke optelsom waarbij je alleen 8 keer het getal 8 mag gebruiken, geeft als resultaat 1000?
Antwoord: 888+ 88 + 8 +8 + 8
9. In welke stad kan je deze kerk bezoeken?
Antwoord: Reykjavik
10. De naam van deze geautomatiseerde gesprekspartner is een samenvoeging van twee woorden. Hiermee kunnen mensen met digitale apparaten communiceren alsof het om een echte persoon gaat. **Antwoord: Chatbot**

VRAGEN NEOS-QUIZ DEEL 2 (juni)

1. Neos vzw bestaat dit jaar 45 jaar en vierde dat met een exclusief concert van Bart Peeters in de Lotto Arena. Wat was de naam bij de oprichting van onze koepelorganisatie? Drie letters volstaan.
Antwoord: CRM
2. Deze FOERT-ambassadeur?
Antwoord: Michel Wuyts
3. Bij Chinese karakters beeldt elk teken een specifiek woord of concept uit. Hoe noem je zo'n schrift?
Antwoord: Logografisch schrift
4. Cryptisch: een dagje naar Doel: ____ U I ____
Antwoord: Kernuitstap
5. Een aardbeving van 2 op de schaal van Richter is tien keer zo zwaar als een aardbeving van 1 op de schaal van Richter. Hoe komt dat?
Antwoord: Het is een logaritmische schaal
6. Nee, dit is geen slang maar een rups die een slang imiteert om haar te misleiden. Hoe heet dit fenomeen?
Antwoord: Mimicry
7. Op vraag van zijn vriendin, de Oekraïense danseres Ida Rubinstein, creëerde deze componist in 1928 een iconisch balletstuk. Wat is zijn naam en over welk stuk gaat het?
Antwoord: Bolero van Ravel
8. Jan is 6 keer zo oud als Piet. Twee jaar geleden was Jan 8 keer zo oud als Piet. Hoe oud zijn Jan en Piet?
Antwoord: 42 en 7
9. Dit iconische 'Basketgebouw' in Newark, Ohio diende oorspronkelijk als hoofdkantoor van de Longaberger Company. Waarin was dit bedrijf gespecialiseerd?
Antwoord: Handgemaakte houten manden
10. Om je beter te beveiligen tegen hackers word je vaak gevraagd om – naast het invullen van een wachtwoord – op nog een andere manier aan te geven dat je bent wie je beweert te zijn. Hoe noemen we deze vorm van dubbele beveiliging?
Antwoord: Tweestapsverificatie

VRAGEN NEOS-QUIZ DEEL 3 (september)

1. Ook Neos omarmt de digitale transformatie. Dankzij een nieuw communicatieplatform kunnen leden nu snel en veilig digitaal inschrijven via de website. Wat is de (vrouwen)naam van dit nieuwe systeem?
Antwoord: DiNA
2. Deze radio-coryfee draagt is een trotste FOERT-ambassadeur van Neos.
Antwoord: Christel Van Dyck
3. Het Nederlandse 'bier' en het Engels 'beer' hebben dezelfde oorsprong, een vergelijkbare betekenis en uitspraak. Hoe noem je zulke woorden?
Antwoord: Cognaat
4. Cryptisch: Piccolo op de fiets: _A_A__A__
Antwoord: Bagagedrager
5. Het lijken wel naakte mannetjes, maar hoe heet deze plant? **Antwoord: Orchis italica**
6. Ze zijn zeldzaam, maar bestaan: mensen die zonder één druppel alcohol te drinken toch geïntoxiceerd blijken omdat hun lichaam suikers en koolhydraten omzet in alcohol. Hoe noemen we dit syndroom?
Antwoord: Autobrouwerijsyndroom of gut fermentation syndrome
7. Als 3 apen 3 bananen kunnen eten in 3 minuten. Hoelang duurt het dan voor 100 apen 100 bananen eten?
Antwoord: Drie minuten
8. De Roma hebben geen eigen land of nationaliteit, maar wel een eigen vlag en een eigen volkslied. Hoe heet dit?
Antwoord: Djelem, djelem of Delem delem of Gelem, gelem
9. In welke gemeente vind je dit kromme of gebogen bos? Het is nog steeds een mysterie of dit een gril van de natuur dan wel het werk van mensenhanden is.
Antwoord: Gryfino
10. Hoe heet de vorm van oplichting waarbij oplichters telefonisch proberen persoonlijke informatie, financiële gegevens of inloggegevens te verkrijgen door zich voor te doen als een betrouwbare instantie, een bijzondere vorm van phishing dus? **Antwoord: Vishing**

SCHIFTINGSVRAAG: Hoeveel leden telde Neos op 31 augustus 2025? **Antwoord: 38.286 leden**

WAAR VIND JIJ VERWONDERING?

Kom mee proeven van de tijdloze charme van Parijs! Van de statige boulevards tot de sfeervolle straatjes van Montmartre; Parijs heeft het allemaal! Bevaar met ons de schitterende Seine en geniet van het adembenemende uitzicht vanaf de Tour Montparnasse. In mei 2026 neemt Alk Reizen je mét een Nederlandstalige gids mee op een geweldige ontdekkingsstocht doorheen de lichtstad.



PARIJS 3 DAGEN STIJLVOL GENIETEN VAN CULTUUR IN DE LIEFDEVOLLE LICHTSTAD!

- 3 dagen/ 2 nachten
- Vertrek op 1 mei 2026

**Beperkte plaatsen,
schrijf je snel in!**

www.alk.be/parijs26

Vanaf **€ 299,- pp!**



NEOS Lokaal

Reizen op maat voor jouw Neos-club?

Naast ons nationaal aanbod organiseren we ook reizen op maat voor lokale Neos-clubs. Zowel busreizen met luxe autocars als vliegreizen. Bekijk enkele inspirerende voorbeeldprogramma's via www.alk.be/neosbrochures.

*Perfect
op maat*

alk reizen

alk.be

Stel je vragen via neos@alk.be
of telefonisch via 011 36 10 43.

**onderweg
voor
verwondering**

Steenweg 170
3570 Alken
België

T. +32 11 31 36 20
info@alk.be



Neos-bestuurslid en cartoonist Hans Dierick kijkt met milde humor naar de wereld en de werkelijkheid

NEOS CLUBS IN

Buiten vriest het stilaan, maar binnen Neos was de warmte zelden zo voelbaar. De voorbije maanden trokken jullie eropuit, dichtbij én ver weg, en dat leverde een stroom aan prachtige foto's op. We kijken terug op een jaar vol verbondenheid in ondertussen 231 clubs. Geniet mee van deze hartverwarmende selectie, en blijf jullie belevenissen sturen naar welkom@neosvzw.be. Misschien schittert jouw club wel in het volgende nummer!

.....

FEEST BIJ NEOS



Neos Kruisem ging in maart officieel van start als 229ste lokale club binnen de Neos-familie! Hun eerste activiteit met politierechter Peter D'Hondt trok meteen een volle zaal en zorgde voor een mooie instroom van leden.



In september startte **Neos Sint-Pieters-Leeuw** met veel enthousiasme als 230ste Neos-club! Hun eerste activiteit met weerman Bram Verbruggen zorgde voor een inspirerende namiddag vol inzichten en gezellig samenzijn.



En onder leiding van Neos-podcaststem Kris Baert wordt ook onze 231ste club, **Neos Pajottegem**, ongetwijfeld een warme, actieve en inspirerende gemeenschap voor senioren in het Pajottenland!



Neos Aarschot vierde in september haar 45-jarig bestaan! De leden genoten van een feestelijke maaltijd met verjaardagstaart, en een liveband die voor een gezellige dansvloer zorgde.



Tijdens hun zomerfeest vierde **Neos leper** de 100ste verjaardag van hun lid Edgard Decrock. Als een echte Neos-eeuweling nam hij zelf de microfoon in de hand om iedereen hartelijk te bedanken voor de bijzondere huldiging.

ACTIE

EROP UIT



Neos Adegem organiseerde een geleid stadsbezoek naar Kortrijk, met een prachtig zicht op de Broeltoren en een boeiende kennismaking met de rijke geschiedenis van de stad.



Met 58 enthousiaste leden verkende **Neos Puurs-Sint-Amands** de stad Lier tijdens een geleid bezoek langs historische plekken. De dag werd feestelijk afgesloten met een boottochtje op de Binnen-Nete.



Neos Rijkvorsel organiseerde een artistieke wandeling langs de ateliers van kunstenaars Luk Van Soom en Diane Mees. Zo'n 50 leden genoten van de verhalen achter de schilderijen en beeldhouwwerken.



Neos Schilde-'s Gravenwezel opende het nieuwe werkjaar met een boeiende gegidste wandeling door de Duitse wijk in Antwerpen, waar de historische verhalen tot leven kwamen.



Neos Zonhoven trok met een goed gevulde bus naar het schilderachtige Land van Herve. De groep genoot van bezoeken aan een forellenkwekerij, de stroopfabriek van Aubel en chocolatier Didier Smeets.

VOORBIJ DE LANDSGRENZEN



Samen met onze reispartner KAMAAN Reizen ging **Neos Bierbeek** op 7-daagse autocarreis naar het Engelse Lake District. "Samen genieten, plezier maken en mooie dingen zien: het was superleuk erbij te zijn", aldus de reizigers.



Neos Brugge ging op tweedaagse reis naar de Duitse stad Düsseldorf. Ze poseerden voor Schloss Benrath, het roze barokpaleis uit de 18de eeuw. Een bijzonder decor voor een gezellige uitstap!



Een mooie groepsfoto van **Neos Ronse** als herinnering aan hun geslaagde reis naar Slovenië, met op de achtergrond een indrukwekkend berglandschap.



Neos Genk beleefde een fantastische nazomer tijdens hun 7-daagse reis naar het zonnige Corsica. Onder leiding van twee gidsen verkenden 33 leden het eiland met mooie stranden, bergen en cultuur.



Neos Lochristi bezocht de Duitse stad Goslar in het Harz-gebergte en poseerde voor de indrukwekkende residentie Kaiserpfalz, een prachtig historisch monument.



Neos Buggenhout trok op culturele reis naar de Italiaanse regio Umbrië, waar 22 leden genoten van mooie uitstapen, heerlijk eten en elkaars gezelschap. Dankzij de organisatie van onze reispartner Reizen Lauwers werd het een onvergetelijke ervaring!

VOORBIJ DE LANDSGRENZEN



De jaarlijkse buitenlandse reis van **Neos Sleidinge** bracht hen tot in Normandië. Met onze reispartner Reizen Patteeuw genoten ze van natuurschoon, charmante plaatsen en unieke ambachtelijke bedrijven.



Neos Temse trok met 41 leden op driedaagse culturele reis naar Luxemburg. Op een wijndomein genoten ze van een gezellige proeverij, een smakelijk moment dat ze niet konden laten liggen!

IN BEWEGING



Als je eigen stad zulke mooie natuur te bieden heeft, dan hoef je het niet verder weg te zoeken. **Neos Hoogstraten** verkende de wandelroutes van Wortel-Kolonie.



Neos Pelt ging samen op weg om het Nationale Park Bosland te ontdekken en daarna af te sluiten met lekkere koffie en taart.



Met 15 leden trok **Neos Oud-Heverlee** op een gezellige fietsvakantie langs de Leie, met dagelijkse tochten van 60 km en boeiende bezoeken aan onder meer het kasteel van Ooidonk en brouwerij Liefmans.



Neos Willebroek was sportief in de weer met een petanquetoernooi, waar gezelligheid en competitie hand in hand gingen.

GEBOEID LUISTEREN



Bloemetjes voor costumiëre en verteller Erna Siebens, want haar bezoek aan **Neos Brakel-Lierde** met de lezing 'De geschiedenis van het huwelijk' was haar 1.000ste voorstelling. Indrukwekkend!



Bij **Neos Kampenhout** gaf journalist Bert De Vroey de interessante voordracht 'Trump en de wereld', waarin hij zijn 25 jaar ervaring in de Amerikaanse politiek deelde.



Bij **Neos Marke** luisterden maar liefst 160 aanwezigen geboeid naar topadvocaat Jef Vermassen tijdens een leerrijke avond over seriemoordenaars.



Neos Sint-Andries organiseerde samen met Stad Brugge een lezing over 'phishing', gevolgd door een Digicafé, waar 120 deelnemers hun vragen en digitale problemen konden voorleggen.

UNIEK NEOS



Neos Koksijde leerde tijdens een EHBO-causerie van het Rode Kruis hoe je moet reanimeren en een defibrillator gebruikt. Gelukkig konden ze oefenen op poppen en niet op elkaar!



Zij zijn klaar voor hun close-up! De bestuursleden van **Neos Knokke-Heist** liepen als echte modellen over de catwalk tijdens een heus modedefilé van E5 Mode.



Waar het hart van vol is, loopt de mond van over. **Neos Lebbeke** was aanwezig op de jaarmarkt met een uitgebreide Neos-stand die heel wat bezoekers wist te boeien.

NEOS-PROVINCIES IN ACTIE



Tv- én wielervedetten op bezoek bij **Neos West-Vlaanderen**! Tijdens de eerste editie van Neos (Openlucht)Filmt kwam regisseur Mathias Sercu zijn film 'J'aime La Vie', persoonlijk inleiden. En drie beroepswielrenners uit de streek zorgden voor sportieve hoogtepunten tijdens de slotmanifestatie van alweer een succesvolle fietszoektocht.



Neos Limburg genoot met wel 450 leden van een onvergetelijk concert van levende legende Salvatore Adamo, die zijn 60-jarige carrière vierde in het Trixxo Theater. Ook op zijn 82ste weet hij het publiek te ontroeren met tijdloze klassiekers als 'Tombe la neige' en 'Vous permettez, monsieur'.



De Belgische Leonard Cohen Tribute Band trakteerde bijna 800 leden van **Neos Oost-Vlaanderen** op twee betoverende concerten. Met zowel bekende klassiekers als verborgen parels, afgewisseld met poëtische teksten, brachten ze Cohens geest tot leven.



Tijdens de 13de provinciale quiz van **Neos Vlaams-Brabant** streden de clubs om de titel van 'slimste club van de provincie' onder leiding van quizmaster Daniel Bruyninckx. Quizploeg De Halve Maan van Neos Diest beantwoordde de meeste vragen juist en ging zo met de overwinning én de wisselbeker aan de haal!



Neos Antwerpen genoot van de onvergetelijke Th  Dansant 'Proud2BFaut' in Balen. De nostalgische muziek zorgde voor een heerlijk speelse namiddag waarin iedereen in glitterpakjes, hoeden en zonnebrillen volop kon dansen en genieten.



Melodie n voor Miljoenen

Een zaal vol Neos: dat voel je, dat hoor je, dat beleef je anders! Met wel 1.350 leden genoten we van Melodie n voor Miljoenen in een tot de nok gevulde Koningin Elisabethzaal. Ons 'huisorkest' Frascati Symphonic nam er ons een hele namiddag mee in de tijdloze wereld van Mozart, Straus en L har.

CAROLUS

ZOMER 2026



vanaf
€ 749

Parijs - Frankrijk
Waar geschiedenis & kunst elkaar omarmen!

4-daagse begeleide reis
12/05/2026



vanaf
€ 1199

Dresden - Duitsland
Barokparel aan de Elbe.

6-daagse begeleide reis
12/07/2026



€ 2 49

Corsica - Frankrijk
Het eiland waar bergen de zee kussen en traditie leeft!

9-daagse begeleide reis
03/05/2026 & 04/10/2026



vanaf
€ 1 699

Ligurië - Italië
Van olijfgaarden tot azuurblauwe baaien.

8-daagse begeleide reis
11/05/2026



vanaf
€ 1 499

Dolomieten - Italië
UNESCO-parel van adembenemende berglandschappen!

7-daagse begeleide reis
19/06/2026



vanaf
€ 2 175

★ PREMIUMTOURS

Albanië 'Premium'
De verborgen schat van de Balkan.

8-daagse begeleide reis
11/06/2026 & 18/06/2026



Begeleide reizen | PremiumTours | Riviercruises
Strandvakantie Spanje | Vliegreizen | Themaparken
Weekendjes weg | Citytrips | Actief reizen

Bekijk het volledige reisaanbod op
carolus.be & premiumtours.be

Mol: Postelsesteenweg 27 - 014/81 11 41
Hasselt: Walenstraat 30 - 011/26 97 70



Alle reizen
vertrekken
vanuit Hasselt,
Mol, Antwerpen
en Sint-Niklaas
Geen ophaalritten,
instappen & genieten!



Neos neemt je mee!

Neos is cultuur en bij ons beleef je cultuur samen. Daarom plannen je club, je provinciaal verbond en het Neos-secretariaat ook de komende maanden grootse evenementen. Ontdek hier wat we de komende tijd voor jou in petto hebben! Interesse? Neem contact met je clubsecretaris of via welkom@neosvzw.be.

Benieuwd naar ál onze activiteiten? Neem dan een kijkje op www.neosvzw.be.

COLOFON

Neos vzw

Mercatorstraat 92

9100 Sint-Niklaas

tel. 03/213 92 60

welkom@neosvzw.be

www.neosvzw.be

Hoofd- en eindredactie: Grete Cornelis

VU: Martin De Loose, directeur Neos vzw

Reclameregie:

Neos vzw via welkom@neosvzw.be

Oplage: 31.000 exemplaren

Met structurele steun van



Je persoonsgegevens worden door Neos vzw in een bestand opgenomen zodat wij je op de hoogte kunnen houden van onze uitgaven en activiteiten. Overeenkomstig de wet van 8/12/92 tot bescherming van de persoonlijke levenssfeer willen we op jouw verzoek kennis geven van je gegevens in ons bestand en eventueel corrigeren.

media
netwerk plus
uitgeven met hart en ziel



Neos vzw

Cultuurdriedaagse met musical Moulin Rouge!

Dinsdag 3, woensdag 4 en donderdag 5 februari 2026 (Utrecht, Deventer en Leerdam)



Concert Grösse aus Wien

Zaterdag 21 februari 2026, 16u00
(deSingel, Antwerpen)

Zondag 22 februari 2026, 15u00
(deSingel, Antwerpen)



Neos provincie Antwerpen

Magical Musical Memories

Dinsdag 17 maart 2026, 15u
(CC Zwaneberg, Heist-op-den-Berg)



Neos Limburg

Mentalist Gili – 'Raar, hè?!'

Donderdag 12 februari 2026, namiddag
(t Poorthuis Peer)



Neos Oost-Vlaanderen

Klassiek Nieuwjaarsconcert met jong symfonisch orkest ARTEMIS

Dinsdag 27 januari 2026, 14u30
(Concertzaal De Bijloke, Gent)



Neos Vlaams-Brabant

Nieuwjaarshappening met Muziekkapel van de Gidsen

Donderdag 15 januari 2026, 14u30 o.v.
(De Factorij, Zaventem)



Neos West-Vlaanderen

Neos Nieuwjaart: Barbara Dex & band

Maandag 19 januari en dinsdag 20 januari 2026, 14u30 (CC De Leest, Izegem)

Donderdag 22 januari 2026, 14u30
(CC Casino Koksijde)

Dinsdag 27 januari 2026, 14u30
(Vrijtijdscentrum Jabbeke)

WORD VRIJWILLIGER BIJ DE BRAILLELIGA!



Heb je zin om je in te zetten voor een inclusieve samenleving?
De Brailleliga zoekt enthousiaste vrijwilligers om te helpen
bij evenementen, beurzen en sensibiliseringsacties
in het Brusselse.

HELP BLINDE EN SLECHTZIENDE PERSONEN
DOOR TE DOEN WAAR JIJ GOED IN BENT!

Interesse? Mail naar vol@braille.be.

Samen naar meer inclusie!



brailleliga^{vzw}
een andere kijk op het leven