

MAANDBLAD VAN OKRA. VERSCHIJNT NIET IN JANUARI EN AUGUSTUS • OKTOBER 2018 • JAARGANG 51 NR. 8

WWW.OKRA.BE @OKRAVZW OKRAVZW

okra
trefpunt 55+

magazine

FRIEDA GOOVAERTS
SCHRIJFT OP HAAR 74STE
HAAR EERSTE BOEK.

"ONZE REIZEN ZIJN
MIJN INSPIRATIE"

6 ONBELAST
BIJVERDIENEN

23 DOSSIER STEMME
OVER DE WERELD, OVER
14 OKTOBER EN OVER PIANO'S.

46 VAN OUD NAAR
HIP IN VIJF
STAPPEN

NU VANAF
€ 175,00 p.p.

Eigen
autoreis!

enjoyhotels
alles inclusief

Eigen
autoreis!

NU VANAF
€ 199,95 p.p.



De mooiste
vakantiegebieden
van Duitsland!



Weinhotel Veldenz

Moezelstreek

Veldenz / Moezel

All-inclusive

Vlakbij de toeristische plaats Bernkastel-Keus ligt Weinhotel Veldenz verscholen tussen de wijngaarden. Weinhotel Veldenz ligt in een zijdal van de welbekende Moezel, in het eeuwenoude winddorp Veldenz. Het beschikt over 30-tal kamers, van alle gemakken voorzien, zoals een douche/toilet, zithoek, TV met Nederlandse en Belgische zenders, gratis WiFi. Van de 30 kamers zijn er 16 per lift te bereiken. Tevens is er een familiekamer aanwezig met 2x 2-persoons bedden. In ons restaurant wordt u tijdens uw verblijf verwend met een dagelijks uitgebreid "Enjoy" ontbijtbuffet, warme lunch en een uitstekend 3-gangen keuzediner. Geniet lekker van een drankje en hapje in onze bar/lounge of wijnkelder.

Eifelhotel Daun

Eifel / Moezel

Daun / Vulkaaneifel

All-inclusive

Dit familiehotel ligt midden in de natuur naast het Kurort Daun met 3 kratermeren en de rivier 'Lieser'. Eifelhotel Daun is centraal gelegen voor uitstappen naar de Moezel, Trier, Koblenz en Luxemburg. Het hotel heeft 28 kamers met douche. Alle kamers hebben een groot balkon of terras. Een gezellige bar met open haard en groot buiten platform met voldoende zitplaatsen voor de gasten. Een restaurant met een groot terras waar u tijdens het eten kunt genieten van het prachtig uitzicht over het 'Putzdal'. Kamers voor eenpersoons gebruik op aanvraag. In ons restaurant wordt u tijdens uw verblijf verwend met een uitgebreid 'Enjoy' ontbijtbuffet, kleine lunchkaart en een afwisselend 3-gangen keuze diner.

Inbegrepen bij uw 5-daagse all-in vakantie

- ✓ 4 hotelovernachtingen
- ✓ Ontvangst met een warme lunch of koffie/thee met gebak
- ✓ Dagelijks ontbijtbuffet, warme lunch of lunchpakket en 3-gangen keuzediner
- ✓ Dagelijks alle consumpties gratis, van 17:00 tot 24:00 uur
- ✓ Frisdranken, vruchtensappen, bieren, wijnen, jenever en apfelkorn
- ✓ NIEUW! Koffiecorner: de gehele dag gratis koffie en thee
- ✓ Iedere avond entertainment, o.a. livemuziek, wandeling en wijnproeverij
- ✓ Hierbij wordt regelmatig een bittergarnituur geserveerd
- ✓ Gratis mooie dagtocht per luxe touringcar door de Moezelregio
- ✓ Kortingskaartjes boottocht over de Moezel (april - oktober)
- ✓ Optioneel: leuke huifkartocht door de regio met lunch
- ✓ Gratis diverse auto-, fiets en wandelroute's inclusief lunchpakket
- ✓ Breng ook een bezoek aan het nabij gelegen Luxemburg
- ✓ Gratis gebruik alle hotel faciliteiten en versnellingsfietsen
- ✓ Gratis uitstapjes boekje t.w.v. € 6,95 en gebruik infotheek

Aankomstdata en prijzen 2018

13, 17, 21, 25 oktober	€ 249,95 p.p.
10, 14, 18, 26 november	€ 199,95 p.p.
30 november	€ 175,00 p.p.
4, 8, 12 december	€ 175,00 p.p.

Nog enkele data in
2018 beschikbaar!

Wees er snel bij,
want op = op!

Inbegrepen bij uw 5-daagse all-in vakantie

- ✓ 4 hotelovernachtingen
- ✓ Ontvangst met een warme lunch of koffie/thee met gebak
- ✓ Dagelijks ontbijtbuffet, warme lunch of lunchpakket en 3-gangen keuzediner
- ✓ Dagelijks consumpties gratis, van 17:00 tot 24:00 uur
- ✓ (Frisdranken, vruchtensappen, bieren, huiswijnen, korn en apfelkorn)
- ✓ NIEUW! Koffiecorner: de gehele dag gratis koffie en thee
- ✓ Iedere avond entertainment, o.a. quizavond, livemuziek, wandeling en wijnproeverij
- ✓ Hierbij wordt regelmatig een bittergarnituur geserveerd
- ✓ Gratis mooie dagtocht per luxe touringcar door de Moezel / Eifel regio
- ✓ Gratis diverse auto-, fiets en wandelroute's inclusief lunchpakket
- ✓ Gratis gebruik alle hotel faciliteiten
- ✓ Gratis uitstapjes boekje t.w.v. € 6,95 en gebruik infotheek

Aankomstdata en prijzen 2018

1, 5, 9, 13, 21, 25 oktober	€ 249,95 p.p.
29 oktober	€ 199,95 p.p.
2, 6, 10, 14, 18, 22, 26 november	€ 199,95 p.p.

Nog enkele data in
2018 beschikbaar!

Wees er snel bij,
want op = op!

Kijk voor meer Enjoyhotels of informatie op **www.enjoyhotels.nl** of bel **0049 - 2953 9625 333**

Voor alle Enjoyhotels geldt geen boekings-, en reserveringskosten, geen 1-persoonskamer toeslag.
Alle fouten voorbehouden en exclusief eventuele toeristenbijdrage.

Nederlands gesproken.

Wees de stem,
niet de echo

THEE MET PANNENKOEKEN

“Ik drink nooit thee”, zeg ik aan de koffiemachine. “Jij drinkt altijd thee?”, vraag ik aan collega Anja. “Als ze tegenwoordig is toch”, roept er iemand anders. Een absurde conversatie op een ontegelijk vroeg uur op het werk.

Net daarvoor maakte een andere collega me attent op een dt-fout in een officiële mail. En we deelden de verontwaardiging hierover. In de vriendenkring wek ik dan weer ergernis op omdat ik systematisch mensen wijs op het fout gebruik van heten en noemen. En dan hou ik me nog heel vaak in. Om nog maar te zwijgen van het aantal keer dat ik op mijn tong bijt als iemand zegt ‘hij is groter als mij’. (Het kost me trouwens moeite om deze foute zin neer te schrijven.) © De ‘men’ in plaats van ‘mijn’ en ‘is’ in plaats van ‘eens’, laat ik al helemaal passeren – maar ik geef toe, niet zonder enige ergernis.

Een vroegere leraar Nederlands at nooit pannenkoeken in een zaak waar ze het woord pannenkoeken verkeerd schreven. Zijn uitleg: “Als ze in die brasserie geen moeite doen om correct te schrijven, dan heb ik minder vertrouwen in de kwaliteit van hun pannenkoeken.”

Ben ik zelf zo’n taalpuritein? Maar nee, want ik zondig meer dan eens tegen spellingregels die ik vergeten ben of misschien zelfs nooit geleerd heb. “Zo erg is dat toch niet”, zegt Isabel. “Je verstaat me toch, daar gaat taal toch om, of ik dan een fout maak of niet, doet er toch niet toe?” Ze heeft een punt. Aan de andere kant, de krantenkop ‘Jan Fabre beschuldigd’ of ‘Jan Fabre beschuldigt’ heeft wel een heel andere betekenis.

Trouwens, niet alleen in het Nederlands worstelen mensen met spelling. Ik herinner me een gesprek op een terras in Frankrijk - ik kon het net volgen - waarbij de ene Franstalige dame aan de andere vroeg hoe je het woord ‘vrolijk’ in het Frans schrijft. Moest het als ‘gai’ geschreven worden of ‘gay’? Ik moest gniffelen, en niet alleen omdat ik wel wist hoe je het woord moet schrijven.

Katrien



→ Dossier
Stemmen



OKRA-magazine ledenmagazine van OKRA vzw · PB 40, 1031 Brussel, 02 246 44 37, fax 02 246 44 42, www.okra.be, magazine@okra.be **Redactie** Katrien Vandeveegaete, Benjamin Ponsaerts, Lies Kiekens, Griet Van Beveren **Redactieraad** Herman De Leeuw, Niek De Meester, Hilde Masui, Dirk Van Beveren, Mark De Soete, Jan Rolies, Lieven Rijckooft, Jan Denil, Marc Pattyn, Anne-Marie Vandenbossche **Verantw. uitgever** Mark De Soete, Haachtsesteenweg 579, 1030 Brussel **Vormgeving** Gevaert Graphics nv **Druk** Corelio Printing, Erpe-Mere **OKRA-magazine** wordt op een milieuvriendelijke manier gedrukt. **Reclameregie** Publicarto, Driehoekstraat 18, 9300 Aalst, 053 82 60 80, fax 053 82 60 90, com@publicarto.be **Oplage**: 163 620 exemplaren. Zonder schriftelijke toestemming van de uitgever mag geen enkele tekst of illustratie geheel of gedeeltelijk worden gereproduceerd. Advertenties vallen niet onder de verantwoordelijkheid van de uitgever. **Coverfoto**: François de Heel **Het novembernummer verschijnt uiterlijk op 24 oktober 2018.** OKRA-magazine, trempunt 55+ is aangesloten bij de Unie van de Uitgevers van de Periodieke Pers. **Je kan OKRA-magazine ook lezen via okra.be.**



**GIGANTISCHE AFGERONDE
ROTSBLOKKEN STAAN IN
EN ROND EEN PUT VAN WEL
TWINTIG METER DIEP**



28

- 6 **INF: WAT TE DOEN MET JE PENSIOEN**
- 8 **AAN TAFEL**
Appels en peren
- 12 **GEZOND OUDER WORDEN**
Van kiezen krijg je keuzestress
- 14 **DE WERELD VOLGENS GUY POPPE**
De slag om glyfosaat
- 16 **STANDPUNT**
Duim omhoog voor een warme buurt
- 18 **UIT**
Philippeville en Viroinval.
Passie voor parfum en mysterieus water

23 DOSSIER

Stemmen

Guy Goris:

"Ik wil de wereld zien door de ogen van vissers in Fiji of boeren in Rajasthan"

- 36 **VREDESWAKE**
Peter Peene: Kiezen voor vrede
- 38 **TRENDS**
- 40 **GESMAAKT**
Cathérine Vandoorne, radiopresentatrice
- 42 **CULTUUR**
10 om niet te missen
- 44 **SPREKENDE SCHRIJVER**
Peter Terrin:
- 46 **DOE HET ZELF**
Weggooien of pimpen? Van oud naar hip in 5 stappen
- 50 **LANGS VLAAMSE WEGEN**
Frieda Goovaerts: "Ik haal inspiratie uit onze reizen"
- 52 **KRUISWOORDDRAADSEL**
- 54 **LEDENVOORDEEL**

+ EXTRA KATERN WERELDSOLIDARITEIT

Rechtzetting

Het gedicht dat in het vorige nummer van OKRA-magazine stond "Hij sterft langzaam, degene die niet van koers durft veranderen" werd onterecht toegewezen aan Pablo Neruda. Het gedicht is van de Braziliaanse dichteres Martha Medeiros.



Abonnement: Abonneren op OKRA-magazine gaat snel en eenvoudig, stuur je naam en adres aan Katrien Vandeveegaete, Postbus 40, 1031 Brussel of magazine@okra.be. Een jaarabonnement kost slechts 23 euro.

Algemeen secretariaat: www.okra.be | secretariaat@okra.be | 02 246 44 41



ONBELAST BIJVERDIENEN OF PLUSSEN

Tekst NIEK DE MEESTER // Foto SHUTTERSTOCK

Als je al een hoofdstatuut hebt als werknemer, zelfstandige of gepensioneerde kan je onbelast bijklossen, ook wel plussen genoemd. Onbelast betekent dat op de vergoedingen geen sociale bijdragen of belastingen worden geheven. De wet voorziet wel twee plafonds: de vergoeding wordt beperkt tot 500 euro per maand en 6 000 euro per belastingjaar. Op het moment dat je deze grenzen toch overschrijdt, dienen alle inkomsten als beroepsinkomsten te worden beschouwd met alle gevolgen van dien op het vlak van bijdragen.

Je statuut is belangrijk

Om onbelast bij te verdienen moet je voldoen aan een van onderstaande voorwaarden:

- Werknemer zijn met minstens een vier vijfde tewerkstelling, gemeten in de periode tussen 12 en 9 maanden voorafgaand aan de startdatum. Loopbaanonderbreking of tijdskrediet komen niet in aanmerking als prestaties.
- Zelfstandige zijn met een minimum aan sociale bijdragen, gemeten in de periode tussen 12 en 9 maanden voorafgaand aan de startdatum.
- Gepensioneerd zijn. Wie een overgangsuitkering of overlevingspensioen ontvangt, mag niet plussen.

Beperkingen

- Plussen mag niet bij de werkgever, tot 1 jaar na het beëindigen van je arbeidsovereenkomst.
- Plussen mag niet bij de vereniging waar je vrijwilligerswerk doet, tenzij hiervoor geen onkostenvergoeding wordt toegekend of het om een andere periode gaat.
- Plussen mag dus wel gecombineerd worden met vrijwilligerswerk bij een andere vereniging.
- Plussen mag niet ter vervanging van een personeelslid.

- Je moet een Belgisch rijksregisternummer hebben, deze regeling kan niet toegepast worden voor buitenlanders.

Om oneerlijke concurrentie met de professionele sector te voorkomen, bakent de overheid de activiteiten die in aanmerking komen ook af in twee lijsten. De focus ligt enerzijds op het verenigingsleven, sportcoaches en begeleiders, en anderzijds op klusjes waarbij burgers elkaar helpen.

Verenigingswerk

Het gaat om activiteiten tegen een beperkte vergoeding zowel bij vzw's als bij feitelijke verenigingen en openbare besturen. Slechts een aantal activiteiten komt in aanmerking. Een aantal voorbeelden:

- als sporttrainer, sportlesgever, sportcoach, jeugdsportcoördinator, sportscheidsrechter, jurylid, steward, terreinverzorger-materiaalmeester en seingever bij sportwedstrijden kan je plussen tegen een beperkte vergoeding;
- sta je in voor gebouwen van sport, buurtvoorzieningen of laagdrempelige ontmoetingsplaatsen, kan het ook;
- begeleider in de opvang voor, tijdens en/of na de schooluren georganiseerd op de school of tijdens schoolvakanties evenals bij het transport van en naar de

school, valt ook onder deze regeling.

Je mag niet voor dezelfde vereniging betaald bijklossen én vrijwilliger met vrijwilligersvergoeding zijn.

Er moet verplicht een geschreven overeenkomst opgesteld worden, die onder meer de duur, de vergoeding, de frequentie en de prestaties bevat. Modeldocumenten zijn voorhanden. Daarnaast moet de vereniging een verzekering afsluiten voor burgerlijke aansprakelijkheid en lichamelijke schade.

Occasionele activiteiten van burger tot burger

Bij het verenigingswerk gaat het om activiteiten voor organisaties. Bij de occasionele activiteiten worden de prestaties rechtstreeks tussen burgers geleverd. Het is niet de bedoeling dat de activiteiten een commercieel doel voor ogen hebben of winst opleveren. Je doet dit eerder occasioneel en in je vrije tijd. Dat kan bijvoorbeeld gaan om

- oppas van kinderen, gezinsondersteunende diensten, buitenschoolse kinderopvang en vakantieopvang;
- zorg voor zorgbehoevende personen;
- bijlessen, muziek-, teken-, knutsel- of techniekles;

- kleine onderhoudswerken aan of rondom de woning;
- hulp bij administratie en bij kleine IT-problemen.

Klus je voor een medeburger bij, mag dat niet met een vaste regemaat. Je mag dus bijvoorbeeld niet elke week voor een vergoeding het gras van jouw buurman afrijden.

Voor diensten van burger aan burger volstaat het dat je mondeling afspreekt met je medeburger wat je taak precies is en hoeveel je ervoor betaald krijgt.

Onlinetoeepassing Bijklussen

Wil je onbelast bijklussen onder een van deze twee systemen, dan moet je je melden bij de Rijksdienst voor Sociale Zekerheid (RSZ) via een elektronische applicatie

‘www.bijklussen.be’. Via die app kan zowel jouw opdrachtgever als jijzelf de inkomsten aangeven. De RSZ deelt die informatie met de fiscus en met het Rijksinstituut voor de Sociale Verzekering der Zelfstandigen (RSVZ) om controles mogelijk te maken.

Voor elke klus moeten drie gegevens aangegeven worden: het type activiteit, de periode en het betaalde bedrag. Als de aangifte niet voldoet aan de voorwaarden, wordt ze geweigerd.

Verenigingen kunnen van hun ondernemingsnummer gebruikmaken om de aangifte te doen. Feitelijke verenigingen hebben geen ondernemingsnummer, maar kunnen een uniek identificatienummer aannemen en zo toch een aangifte doen.

Als je als burger regelmatig bijklust, krijg je in de toepassing een overzicht van de verrichte activiteiten en de verdiende bedragen. ■

MEER INFO

Meer info vind je in het boek *Wat te doen met je pensioen*, een uitgave van *Borgerhoff&Lamberigts* en *OKRA*. In dit boek lees je alles over je pensioen en hoe je dit kan aanvullen maar ook over hoe je de vrijgekomen

tijd kan invullen. Je kan dit boek aanschaffen met een ledenvoordeel van 10 procent + gratis verzending. Om het boek te bestellen, ga naar www.pensioenboek.be en geef daar de kortingscode pensioen in. Beschik je niet over internet, kan je ook bellen naar 02 246 44 41.



**JE MAG NIET ELKE WEEK VOOR EEN
VERGOEDING HET GRAS VAN JOUW
BUURMAN AFRIJDEN**



APPELS EN PEREN

Tekst AN VERTRIST // Foto's AN VERTRIST

Wat je politieke kleur ook is, voor ons lokaal fruit is iedereen gewonnen. We kozen daarom voor een toast met peerchutney en kaas, een slaatje van gebakken peer, een stoofschotel van varkenswangetjes met appel en cider en een klassieke *tarte tatin*.

TOAST MET PEERCHUTNEY EN KAAS

1 klontje boter
2 stevige peren
50 g rozijnen
3 cm verse gember
2 el appelciderazijn
1 mespunt chilivlokken
½ rode ui
1 snuf zout
½ tl kaneelpoeder
1 citroen (rasp)

2 sneden bruin brood
enkele plakjes smeltkaas (brie, camembert, blauwe kaas ...)
preischeutjes

Schil de peer en snijd ze in blokjes. Schil de gember en de ui en snijd ze allebei in kleine blokjes.

Smelt de boter in een pan en doe er de ui en de gember bij. Laat op een matig vuur de ui glazig worden. Doe er de peren, rozijnen, azijn, chili, zout, kaneel en rasp bij. Laat 3-4 minuten meestoven. Doe er wat water bij (75 ml) en laat op een zacht vuurtje sudderen gedurende een half uurtje. Je kan de chutney een paar dagen bewaren in de koelkast.

Rooster het brood, doe er wat van de chutney op, een plakje of twee kaas en zet onder de grill. Serveer met wat preischeutjes.



VARKENSWANGETJES MET CIDERSAUS

1 klont boter
650 g varkenswangetjes
150 g gerookt spek
3 eetappels
1 ui
2 looktenen
2 wortelen
3 selderstengels
2 kleine laurierblaadjes
3 takjes tijm
1 el appelciderazijn
200 ml droge cider
400 ml kippenbouillon
100 ml room
1 tl graantjesmosterd
maïzena om te binden

Pel de ui en de look en hak ze fijn. Snijd de wortelen en de selder in plakjes. Kruid de varkenswangetjes met peper en zout.

Smelt de boter in een pan met dikke bodem en bak hierin de varkenswangetjes bruin. Bak ze in 2 tot 3 keer: een te grote hoeveelheid leidt tot stoven in plaats van bakken en we willen dichtgeschroeid vlees. Haal ze uit de pan en zet opzij.

Doe nu de spekblokjes in de pan en bak ze bijna krokant. Nu mogen ook de ui, de look en groentjes erbij. Laat 3-4 minuten op een zacht vuur stoven. Giet er de cider bij en laat een minuut koken.

Schil de appels en snijd ze in 8 stukken.

Doe de varkenswangen opnieuw in de pan samen met de appels, tijm, azijn en laurier.

Laat 2 uur op een heel rustig vuurtje sudderen. Bind de saus met de maïzena en werk af met de mosterd en de room.

Serveer met puree en groentjes.

>>



SLAATJE MET GEBAKKEN PEER

2 handen rucola of raketsla
2 peren
1 klont boter
100 g pancetta
3 el geroosterde pijnboompitten (of walnoten)
100 g blauwe kaas (gorgonzola of pas de bleu)
olijfolie
1 tl honing
citroensap
peper en zout

Schil de peren en snijd ze in blokjes.

Smelt de boter in een pan en bak de pancetta krokant. Haal uit de pan en doe er nu de peer in. Bak de peerblokjes goudbruin.

Klop een vinaigrette van 2 el olijfolie, 1 el citroensap, honing, peper en zout.

Verdeel de rucola over de twee borden, dresseer met de pancetta, pijnboompitten, peerblokjes en blauwe kaas. Werk af met de vinaigrette en serveer meteen.



TARTE TATIN MET STERANIJS

125 g suiker
75 g boter
5 appels (Braeburn)
3 steranijs
1 rol bladerdeeg

Verwarm de oven voor op 180°C.

Schil de appels en snijd ze in 4 stukken.

Neem een pan die in de oven mag en zet op het vuur. Doe hierin de suiker. Laat de suiker smelten, maar roer er niet in anders begint de suiker de kristalliseren. Draai gewoon af en toe de pan wat rond. Als de suiker volledig gesmolten is, smelt je er ook de boter in. Roer goed.

Leg de appels in de karamel samen met de steranijs. Bedek met het bladerdeeg, prik een gat in het deeg en zet 40 minuten in de oven. Bak tot het goudbruin ziet.

Haal uit de oven, laat wat afkoelen en serveer lauwwarm met eventueel een bolletje ijs en wat slagroom.

Veilig naar boven voor de laagste prijs!



Een betaalbare traplift voor iedereen!

Een tweedehands traplift is een pak goedkoper dan een nieuw exemplaar. Maar is zo'n gebruikte traplift wel veilig? Past hij in úw huis? Terechte vragen. Want u wilt natuurlijk zeker zijn van een goede investering. U mag op beide oren slapen. Want gebruikte trapliften onderwerpen we aan grondige controles. En duikt er toch een mankement op? Dan schiet onze technische ploeg te hulp.

Meer informatie of vrijblijvend een adviseur bij u thuis ontvangen?
Bel 025 88 7740 of kijk op onze website www.smienktrapliften.be

- ✓ Gegarandeerd de laagste prijs
- ✓ 5 jaar garantie i.c.m. onderhoud
- ✓ Alle merken, nieuw en gebruikt
- ✓ Binnen 48 uur leverbaar



Men waardeert onze prijs, kwaliteit en service!

GRATIS



Gratis informatiegids bij u thuis ontvangen?

Bel 025 88 7740 en vraag hem direct aan of kijk op www.smienktrapliften.be

smienk 
trapliften

VAN KIEZEN KRIJG JE KEUZESTRESS

Tekst TINE VANDECASTEELE // Foto LIEVE VAN ASSCHE

Kleine en levensgrote, dag na dag maken we keuzes. Maar kiezen betekent meestal ook een beetje verliezen. Precies de angst om kansen te verkijken veroorzaakt stress: hoe weet je of je de juiste keuze hebt gemaakt? Bart Soenens, professor in de ontwikkelingspsychologie van de UGent, vertelt er meer over.

Is keuzestress een ziekte van deze tijd?

We kunnen vandaag op veel domeinen kiezen uit een waaier aan mogelijkheden. Denk maar aan onderwijs bijvoorbeeld of vrijetijdsbesteding. Wat daar allemaal niet in bestaat... Verder zien we ook meer diversiteit in de samenstelling van gezinnen en een groeiende tolerantie voor niet-traditionele samenlevingsvormen zoals het homohuwelijk, bewust alleenstaand ouderschap en co-ouderschap.

Leidt een uitgebreid aanbod dan altijd tot stress?

Niet altijd, maar een toename in opties gaat hand in hand met een afname van sociale richtlijnen over levenskeuzes. Maatschappelijke

krachten, zoals religie en politieke achtergrond, bepalen minder dan voorheen de agenda en de levensloop van mensen. Mensen vallen dus meer op zichzelf terug om belangrijke beslissingen in het leven te nemen en daardoor voelen ze zich soms individueel verantwoordelijk.

Voorals je een foute keuze maakt, heb je niemand anders dan jezelf om met de vinger te wijzen. Dit verpletterend gevoel van verantwoordelijkheid kan verlamrend werken en dus stress met zich meebrengen.

Zijn jongeren daar gevoeliger voor dan ouderen?

Ouderen blijken inderdaad beter om te kunnen met kiezen dan jongeren.

Dat komt onder andere doordat jongeren de lat zeer hoog leggen en ambitieus zijn: *the sky is the limit*. Ze maken beslissingen op veel belangrijke vlakken tegelijk: een carrière opbouwen, een huis kopen en een gezin stichten. Bovendien willen ze op al die vlakken dan ook nog eens het allerbeste. Vanaf de middelbare volwassenheid hebben mensen de neiging om meer realistische, haalbare doelen voorop te stellen waardoor ze hun keuzes vaker daadwerkelijk realiseren.

Speelt de druk op jongeren van buitenaf ook een rol?

Zeker! Jongeren vergelijken zich vaker met anderen dan ouderen: ze bekijken geregeld hoe goed ze het doen ten opzichte van leeftijdsgenoten en zijn ook gevoeliger voor de verwachtingen van anderen. Zeker in dit tijdperk van sociale media schuilt het gevaar om steeds geconfronteerd te worden met iemand die al verder staat in het leven, een mooier huis heeft of meer geld verdient. Nogal wat jonge mensen lijden aan het fenomeen van FOMO of de *Fear Of Missing Out*, het gevoel dat je heel wat mist ten opzichte van anderen.

"VOLGENS MIJ MOETEN WE
JONGEREN VOORAL TIJD EN
RUIMTE GEVEN OM KEUZES TE
MAKEN"



Ouderen zullen hun blik eerder naar binnen richten en zich vooral afvragen wat ze zelf willen: hun criterium is niet zozeer wat anderen doen en denken, maar wel hoe een beslissing kan tegemoet komen aan hun eigen noden. Wanneer keuzes in het leven meer afgestemd zijn op dergelijke persoonlijke noden, hebben mensen een grotere kans om een gevoel van voldoening over te houden aan hun keuzes.

Moeten we onze jongeren wat meer bij de hand nemen?

Volgens mij moeten we jongeren vooral tijd en ruimte geven om keuzes te maken. Een belangrijke taak voor ouders en grootouders is om de druk van de ketel te houden. Bij belangrijke beslissingen kan je jongeren een stapje terug laten nemen en ze laten voelen dat het normaal is om druk en stress te ervaren. Meer tijd geeft hen de ruimte om na te gaan welke opties het best bij hen passen. Een foute keuze maken hoort bij het leven en je mening herzien en herbeginnen kan ook. Die boodschap moeten we ze meegeven. We kunnen een klankbord zijn, ze ondersteunen maar het keuzeproces toch bij hen laten.

Zijn er ook voordelen aan keuzevrijheid?

Natuurlijk, zulke situaties laten je vaak meer autonomie en geluk ervaren. Maar er zijn uitzonderingen, zoals mensen die geen uitgesproken mening over iets hebben of geen voorkeur ervaren. Ik neem mezelf als voorbeeld: ik ben niet begaan met mode. Een namiddag doorbrengen in een shoppingcentrum met een overaanbod aan opties draagt niet bepaald bij aan mijn levensgeluk. Wel integendeel. Op zo'n moment laat ik de keuze liever over aan iemand anders. Omdat ik dan het oordeel van mijn vriendin vertrouw, voelt het beter om zelf niet te kiezen.

Hoe maken we de juiste keuzes?

Cruciaal daarbij is contact maken met wat wij het 'intern kompas' noemen: de waarden, interesses en voorkeuren die voor jou als persoon het belangrijkste zijn. Er bestaat in

het leven altijd een risico dat we ons - bewust of onbewust - te veel laten leiden door wat anderen van ons verwachten. Of dat we bij het maken van keuzes louter afgaan op competentie, de zaken waar we goed in zijn.

Het is echter even belangrijk om ook bij jezelf na te gaan wat je wil. Voortdurend dingen doen die je wel goed kan maar waar je geen passie voor hebt, is geen goed recept voor een betekenisvol leven. Bij grote keuzemomenten is het goed om stil te staan bij de zaken die jij als persoon fundamenteel belangrijk vindt in het leven. Als je dat moeilijk vindt, kan je erover praten met iemand die jou goed kent en die weet waarvoor je staat.

Krijgen we binnenkort door de gemeenteraadsverkiezingen een opflakking van keuzestress?

(lacht) Misschien, al zal die dan van korte duur zijn. Hoewel politiek en ideologie best wel een belangrijke plaats kunnen innemen in de identiteit van mensen, denk ik dat een verkiezing voor velen aanvoelt als een 'ver-van-mijn-bedshow'. Verkiezingen hebben een minder directe impact op het leven dan persoonlijke beslissingen. Als je ervoor kiest om in het buitenland te gaan wonen zijn de gevolgen voor je leven groter dan wanneer er in je gemeente een bestuurswissel plaatsvindt. Precies daarom zal het met de keuzestress in oktober nog wel meevallen. ◆

GEZONDE VRIJWILLIGERS GEZOCHT VOOR DEELNAME WETENSCHAPPELIJKE STUDIE (BEELDVORMING VAN DE HERSENEN)

KU LEUVEN

Wie?

- Gezonde vrijwilligers tussen 55 en 80 jaar

Wat?

- Meten van veranderingen in de hersenen aan de hand van MRI en PET scan

Waar?

- UZ Leuven, campus Gasthuisberg

Vergoeding?

- Billijke vergoeding voorzien



Meer informatie?

Neem voor meer informatie contact met ons op via:

- Telefoon: 016 32 11 42
- Email: silvy.gabel@kuleuven.be

DE SLAG OM GLYFOSAAT

Tekst GUY POPPE // Illustratie SHUTTERSTOCK

Op 10 augustus veroordeelt een rechtbank in San Francisco het bedrijf Monsanto. Dewayne Johnson, een tuinier van 46, krijgt een schadevergoeding van 250 miljoen euro toegewezen. Hij lijdt aan een terminale kanker van de lymfeklieren, volgens de Amerikaanse rechters een gevolg van het gebruik van onkruidverdelgers als Roundup pro en Ranger pro, die Monsanto op de markt brengt. Ze bevatten het werkzame bestanddeel glyfosaat dat mogelijk kankerverwekkend is.

Wie heeft er nooit 's werelds meest verkochte verdelgingsmiddel Roundup gebruikt in zijn tuin, of Jardiselect (je vindt de overschot in mijn berghok)? Je verdunt het, giet het op netels of de Japanse duizendknoop en na enkele dagen zie je de uitwerking: het onbestrijdbare onkruid gaat dood en je hebt alleen de wortels vernietigd, geen neven-effecten. Zo luidt tenminste het sprookje. Tot blijkt dat er sporen van glyfosaat te vinden zijn in water, brood, eieren en zelfs bier en de discussie op gang komt over het verband met kanker.

In Campeche, Mexico, heeft de plaatselijke universiteit het drinkwater onderzocht. Het gehalte aan glyfosaat is er 10 tot 35 keer hoger dan de door de Europese Unie uitgevaardigde norm. Ook in de urine van de Maya's zit het element. Ze klagen over het toegenomen aantal kankergevallen.

Internationale tegenstellingen

In 2015 bestempelt het Internationale Agentschap voor Kankeronderzoek, dat deel uitmaakt van de Wereldgezondheidsorganisatie van de Verenigde Naties, glyfosaat als waarschijnlijk kankerverwekkend. Maar andere instellingen, zowel Europese als Amerikaanse, stellen dat het gebruik geen risico inhoudt.

In die zin is de recente uitspraak een doorbraak. In het vonnis lees je dat glyfosaat aanzienlijk bijgedragen

heeft tot Johnsons ziekte, dat het risico gekend was of kon zijn en Monsanto de gebruikers informatie had moeten verstrekken. Het beschuldigt de firma ronduit van kwaadaardig opzet.

Geen wonder dat Monsanto in beroep gaat. Per jaar zet de wereldmarkt 800.000 ton glyfosaat om en bovendien is de onderneming gespecialiseerd in de koppelverkoop van Roundup en genetisch gemani-puleerde maïs en soja, waarop het middel geen effect heeft.

De Monsanto papers

Hallucinant zijn interne documenten van Monsanto: rapporten, briefwisseling, mails en faxen, die het Amerikaanse gerecht verleden jaar openbaar gemaakt heeft. De rechters in San Francisco hebben daaruit gretig geput om hun argumentatie te onderbouwen.

Zo leren we dat er vanaf het begin van de jaren tachtig twijfel heerst binnen het bedrijf of Roundup wel veilig is. In 1983 wijst een interne studie uit dat glyfosaat bij muizen een tumor teweeggebracht heeft. Vijftien jaar later houdt Monsanto een rapport achter, dat gewag maakt van genetische veranderingen in sommige cellen, wat kanker kan veroorzaken. Ten slotte tonen de documenten aan dat Roundup als zodanig, als onkruidverdelger, nooit op kankerverwekkende verschijnselen getest is. "Ik zou ernstig ongerust zijn, mocht iemand me

komen vertellen dat hij Roundup wil testen", schrijft een van hun toxicologen in 2001!

De papers beschrijven ook het lobbywerk binnen instellingen die over Roundup een oordeel moeten vellen, de verregaande beïnvloeding van daaraan verbonden deskundigen en de propagandamachine die Monsanto via de pers en sociale media in gang zet, zo gauw het VN-agentschap in 2015 zijn besluit neemt.

Internationale gevolgen

Het blijft zo goed als zeker niet bij het Amerikaanse vonnis. In de Verenigde Staten zijn er meer dan vierduizend zaken aanhangig gemaakt. Ook in Frankrijk lopen er vier procedures. De toenmalige minister van Milieuzaken, Nicolas Hulot, trekt meteen scherp van leer: "Die beslissing staat haaks op de al decennia durende onverschilligheid van de politici tegenover Monsanto". Met die woorden wijst hij de president op zijn verantwoordelijkheid. Emmanuel Macron heeft namelijk beloofd om ten laatste eind 2020 glyfosaat te bannen. De regering heeft zich ertoe verbonden dat over drie jaar alvast de belangrijkste toepassingen verboden zouden zijn en over vijf jaar allemaal. Maar in de wet staat er niets, dat wou de minister van Landbouw niet.

In de schoot van de EU mag Monsanto, na een beslissing van de Commissie eind verleden jaar, als tevoren *Roundup* opnieuw vijf jaar lang op de markt brengen. In 2022 is de vergunning aan een nieuwe herziening toe. Het Europese Parlement heeft intussen een commissie opgericht die het gebruik van verdelingsmiddelen in de landbouw moet evalueren. De uitspraak in de zaak Monsanto staat op de agenda.

Ook buiten Europa beweegt er wat. In Brazilië heeft een rechter van de zomer de vergunning voor middelen op basis van glyfosaat opgeschort tot de gezondheidsdienst ze herbekeken heeft. In Sri Lanka is sinds juli het gebruik alleen in thee- en rubberplantages toegestaan. In Argentinië vaardigen bij gebrek aan wetgeving burgemeesters regels uit.

Afwachten of Monsanto een uitweg vindt uit de zaak Johnson. De Amerikaanse multinational is sinds kort immers in handen van de Duitse chemiereus Bayer. Bayer heeft meteen na het vonnis laten weten dat glyfosaat veilig en niet kankerverwekkend is. Met de overname bestaat het risico dat Monsanto de dans ontspringt en Dewayne Johnson zijn miljoenen in rook op ziet gaan.

Maatschappelijke discussie

Het kan best dat één veroordeling in de VS het debat aanzwengelt over de spanning tussen intensieve landbouw, met zijn herbiciden en pesticiden, en de bezorgdheid over gezond voedsel en de duurzame productie ervan. Het vergt nadenken over wisseloplossingen, zoals mechanische manieren om onkruid uit te roeien, wisselteelten, de tijdelijke inzet van velden voor beweiding, bodembedekkers als zonnebloemen en bonen en de omschakeling naar biologische landbouw. 



DUIM OMHOOG VOOR EEN WARME BUURT

Tekst MARK DE SOETE - ALGEMEEN DIRECTEUR OKRA // Foto FRANK BAHNMÜLLER

Recent onderzoek toont aan dat steeds meer banken hun loketfunctie afschaffen. Internetbankieren haalt het op het fysieke contact in een bankfiliaal. Handig natuurlijk, die online toegang.

Steeds meer handelaars beseffen dat ook zij moeten investeren in het ontwikkelen van een online shop, want kopen op het internet zit in de lift. Handig toch, winkelen vanuit je luie zetel. De sociale media blijven populair, van Facebook tot *What's app*. Ook senioren vinden er steeds beter hun draai. Een sterk wapen in de strijd tegen de eenzaamheid?

Maar zoals altijd heeft elke medaille ook een keerzijde. Kijk maar even rond in je eigen buurt. Kan je nog binnenspringen in een winkel in de buurt? Is er nog een bankkantoor of andere dienstverle-

ning nabij? En hoe zit het met het aantal cafés?

Vroeger ontmoetten mensen elkaar behalve in de kroeg ook nog bij de bakker, de slager of de kruidenier. Winkels hadden naast een economische waarde vooral ook een sociale functie.

Vandaag zie je veel dorpen waar enkel nog huizen zijn, waar haast alle dienstverlening of ontmoetingsplaatsen verdwenen zijn. Begrijp me niet verkeerd, ik ben niet tegen de vooruitgang en alle internetontwikkelingen. Wel integendeel! Ik pleit enkel met volle kracht voor een warme, sociale en bovenal zorgzame buurt, en daar kunnen we allemaal onze verantwoordelijkheid in nemen.

We leven te vaak naast elkaar, elk in onze woning. Bouwen we al sociale contacten op bij de sportclub, aan de schoolpoort, tijdens een cultuurmoment of online, dan zijn ze vluchtig want geen tijd en veel te druk... Jammer is het voor ouderen die niet bij de sportclub geraken, geen kleinkinderen hebben om aan de schoolpoort op te halen, niet aangesloten zijn bij een vereniging en geen internettoegang hebben.

Kennen we elkaar nog? Ja, oppervlakkig.

Kennen we elkaar wel echt? Weet je dat er in jouw straat misschien een oudere is die weinig of niemand mag welkom heten? Die jou met open armen zou ontvangen als je even binnenspringt? Weet je dat er ook in jouw buurt iemand woont

die moeilijk te been is, voor wie je misschien een boodschapje kan meenemen? Weet je dat ook in jouw omgeving meerdere mensen elke dag treuren om het verlies van hun partner? Alleen koken, niemand om mee te praten, geen schouder om op uit te huilen. Kijk maar even rond en stel zelf vast...

Bij OKRA dromen we van warme en zorgzame buurten. Buurten waar burens klaar staan voor elkaar, waar het samenhorigheidsgevoel zo sterk is dat velen de handen uit de mouwen steken voor elkaar. Soms individueel, soms met de vereniging. Meer zelfs... bij OKRA dromen we er niet alleen van, we maken er echt werk van! OKRA Peulis is het proefproject bij uitstek dat dagelijks aantoonst hoe wij vanuit OKRA de motor kunnen worden van een zorgzame buurt. Waar voetbalclubs wandelvoetbal organiseren, waar ouderen samen het middagmaal gebruiken, waar mindermobielen worden opgepikt om met een riksja een tochtje te maken. Niet alleen door OKRA, maar door een netwerk van plaatselijke organisaties. Zorgzaam voor iedereen, dankzij iedereen!

OKRA wil niet alleen in Peulis de motor zijn van deze warme en zorgzame buurten, wel in heel Vlaanderen en Brussel. Wacht niet: de buurt, dat zijn jij en ik, wij samen! Laten we er samen voor gaan! ●

mark



EEN NETWERK VAN
PLAATSELIJKE ORGANISATIES.
ZORGZAAM VOOR IEDEREEN,
DANKZIJ IEDEREEN!

SPECIALE AANBIEDING!

LAAG GEPRIJSD!

BIJZONDER SHIRT

Met geraffineerd afgestikte plooijs representeert dit meesterwerk alle expertise van Atelier Goldner Schnitt! Prachtig afgewerkt, Atelier-kwaliteit, mooie lengte, 6 kleuren en leverbaar in 2 lengtematen zodat het zit alsof op maat gemaakt:

Bijvoorbeeld in maat 46 **N** Lengte ca. 70 cm **K** Lengte ca. 66 cm

100% polyacryl. Machinewasbaar



cyclaam

mooie structuur



atelier
goldner
schnitt

www.atelierng.be

MODE ALSOF OP MAAT GEMAAKT

Zo kiest u de juiste maat



N
NORMALE
MAAT

Normale maat
u bent 1,65 m.
of langer

K
KORTE
MAAT

Korte maat
u bent kleiner
dan 1,65 m.

WELKOMSTACTIE

Deze blouse €39.95
+ de catalogus gratis
+ verzending €0.- €4.99

Uw bestelling €44.94

-45%

slechts

€24.45

ZO KUNT U BESTELLEN:

per telefoon:
070 - 22 28 28**
en geef CODE 1421 door

op internet:
www.atelierng.be
vul het artikelnummer in het zoekveld in:

Zoekterm / artikelnummer

per post:
vul de bon in en stuur hem gratis op naar:
Atelier Goldner Schnitt
Z.5 Mollem 390, B-1730 Asse

Aanbieding geldig tot 31-12-2018
en zolang de voorraad strekt.

☐ JA, ik profiteer graag van deze SPECIALE AANBIEDING voor €24.45 in plaats van €44.94

1. Ik kies

- KLEUR

bestelnr. 8640-500 8638-600 8641-600 8642-700 8643-800 8645-500

☐ cyclaam ☐ donkerblauw ☐ petrolgroen ☐ wit ☐ ijsgroen ☐ sering

- MAAT

☐ 40 ☐ 42 ☐ 44 ☐ 46 ☐ 48 ☐ 50 ☐ 52 ☐ 54* ☐ 56*

* hiervan is
geen korte
maat leverbaar

- LENGTE

☐ Normale maat (u bent 1,65 m of langer) ☐ Korte maat (u bent kleiner dan 1,65 m)

Aantal	Prijs	Totaal
	x € 24,45 =	
+ de catalogus		gratis
+ verzending €4.99		gratis
TOTAALBEDRAG:		

2. Ik vul hieronder mijn gegevens in HOOFDLETTERS in (CODE 1421)

Achternaam/voornaam*

Straat en huis-/busnr.*

Postcode* _____

Woonplaats* _____

BELANGRIJK: om u beter van dienst te kunnen zijn
vragen we u om de volgende informatie:

Tel. _____ Geboortedatum _____

_____ 1 9 _____

Ik ontvang graag informatie en aanbiedingen:

☐ per e-mail **E-mail**

3. Manier van betalen:

☐ Ik bestel op rekening

In uw pakket vindt u uw leveringsnota,
gelieve deze rekening te betalen binnen 14 dagen.

Datum

Handtekening

☐ Ik wil niet bestellen maar wil wel graag
DE NIEUWE CATALOGUS GRATIS
ontvangen.

CODE
1428

U bestelt de artikelen volgens de algemene leverings- en betalingsvoorwaarden zoals vermeld op de website www.atelierng.be. Informatie over de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) en de bescherming van uw persoonsgegevens vindt u op de servicepagina's van onze catalogi en op www.atelierng.be. De informatie die in dit document wordt verzameld, is bedoeld voor intern gebruik door Atelier Goldner Schnitt. De informatie kan worden doorgegeven worden aan de organisaties die contractueel verbonden zijn met Atelier Goldner Schnitt. Als u niet gecontacteerd wenst te worden voor andere commerciële acties, kunt u dit schriftelijk aan ons meedelen.

**Verplichte gegevens zijn gemarkeerd met een sterretje.

**Variabele kosten volgens operator - max. € 0.30/min
V.U.: D. Ribs, Z. 5 Mollem 390, 1730 Asse

38098040 ANK HW18



PHILIPPEVILLE EN VIROINVAL

PASSIE VOOR PARFUM EN MYSTERIEUS WATER

Tekst AN CANDAELE // Foto's AN CANDAELE EN SHUTTERSTOCK

'Waarom zouden we naar het buitenland gaan als er in eigen land zoveel moois te zien is?' Onder dat motto trokken we naar Philippeville en Nismes. Raad eens... We voelden ons toch in een ander land. De zuidse warmte en de taal zaten daar voor iets tussen, maar ook de bleke kalksteen waaruit veel huizen er zijn opgetrokken. En dan zijn er ook nog de rotsen en grotten. Kortom, Wallonië is een beetje buitenland.

Er worden nogal wat streekbieren gebrouwen daar in de omgeving, maar wij willen eens iets anders bezoeken dan een brouwerij en zijn daarvoor aan het goeie adres bij ÔÔ Parfums in Philippeville. Ivan, Joséphine en Sophie delen er hun passie voor geuren met bezoekers. Uit de parfumar worden kleurrijke geuren getapt. Passievrucht, kaneel, mimosa... maar ook complexe parfums samengesteld uit soms wel 250 verschillende geurbestanddelen. Ze kregen namen die - in de drie puntjes - het mysterie koesteren: Messages..., Avec toi..., Offre moi... "Het is niet omdat je de afzonderlijke geuren fijn vindt, dat ze samen ook

geslaagd zijn", zegt Ivan. "Het huwelijk tussen de componenten is belangrijk."

Onder begeleiding kan je ook je eigen parfum op maat creëren, passend bij je persoonlijkheid. "Geuren zijn emotie", zegt Ivan. "Het effect speelt zich af in je binnenwereld." We ruiken en drinken thee om onze voorkeur te bepalen en leren dat je polsen met parfum niet tegen elkaar mag wrijven omdat dat de geur beïnvloedt. Je baseert je aankoop ook beter niet op even kort snuffelen, want geuren evolueren. Eerst krijg je de hoofdnoot, dan de hartnoten - bijna altijd bloemengeuren - en pas

dan komen de grondnoten die urenlang blijven geuren. Een geur went, maar dat je ze na een tijdje niet meer ruikt heeft volgens Ivan nog een andere reden: "Het is zoals bij kleren", zegt hij, "als het als gegoten zit, merk je niet dat je iets aanhebt."

Koningin Louise-Marie

Nog in de roes van geuren lopen we naar het achthoekige marktplein. Het stratenplan van Philippeville leunt dicht aan bij dat van de achttiende eeuw, zo leren we in het filmpje dat je ook in het Nederlands kan bekijken in het bureau voor toerisme. Je krijgt zo een idee van wat er te zien en te beleven valt hier en in de omliggende dorpen. We zetten een helm op en volgen de gids in de onderaardse gangen. Ze zijn in tegenstelling tot de vestingmuren die verdwenen zijn grotendeels bewaard gebleven. Een stuk ervan is toegankelijk.

WAAROM Zouden we naar
het buitenland gaan als
er in eigen land zoveel
moois te zien is?

Op een bloedhete dag zoals we er afgelopen zomer veel hadden, doet de koelte daar beneden deugd: het is er zo'n 11 à 12 graden. We lopen door de galerijen waarlangs soldaten werden bevoorradt en manschappen vervangen, en vanuit de kleinere luistergangen werden de ondermijningswerken van de vijand afgeluisterd. De gids toont ons nadien ook enkele andere bezienswaardigheden in het stadscentrum. De vestingkerk Sint-Philippe, met lage toren om niet het doelwit van kanonnen te worden. Het kruutmagazijn dat nu een kapel is: met dikke muren en zigzag luchtopeningen zodat projectielen het opgeslagen kruut niet konden doen ontvlammen. Opvallend is het grote beeld van koningin Louise-Marie (echtgenote van Koning Leopold I). Het werd in 1878 ingehuldigd op de markt, na een discussie omdat de waterput ervoor moest wijken. Toen Louise-Marie in slechte staat geraakte, werd een kopie gemaakt die verhuisde naar een parkje. De waterput keerde terug op de markt. Het origineel van het koninklijke hoofd staat nu in het bureau voor toerisme. Er zijn weinig plaatsen in België waar onze eerste koningin een beeld kreeg, en zo groot als in Philippeville vind je het wellicht nergens.

Dorp van de drie valleien

Op achttien kilometer van Philippeville ligt Nismes, het dorp van de drie valleien, waar het water van de Eau Blanche en de Eau Noire samenvloeien tot de Viroin. De Viroin



Bij ôô Parfums kan je je eigen parfum creëren.

leent zijn naam aan de gemeente Viroinval die naast Nismes zeven andere dorpen verenigt. Vanuit elk van de dorpen vertrekken wandellussen, samen goed voor 300 kilometer. Er zijn ook langere circuits van 125 en 175 kilometer en zowel GR 12 van Parijs naar Brussel als GR 125 'Tussen Sambre en Maas' kruisen de streek. Wandelkaarten en -gidsen zijn te koop bij de toeristische dienst van Viroinval.

In het centrum van Nismes is het heerlijk toeven in het park bij het kasteel Licot. Je kan normaal gezien met een elektrisch aangedreven bootje de rivier op en het park in, maar bij ons bezoek staat het water te laag door de lange droogte. De familie Licot bewoonde het kasteel vanaf 1745. De gemeente kocht het tussen de twee wereldoorlogen. In het kasteel bevinden zich nu de

gemeentelijke diensten, het park is vrij toegankelijk. We huren een fiets bij de toeristische dienst. Ze hebben gewone exemplaren, maar bij deze hoge temperaturen vallen we voor het gemak van elektrische fietsen. We rijden naar de grotten van Neptunus in Petigny zo'n tien kilometer verderop. Een perfect tweetalige gids wacht ons op. Ze wijst ons op de verdwijngaten, het resultaat van water en tijd op kalkgesteente. Fossielen van sponzen en koralen in een kalkstrook getuigen van de tijd dat hier de zee vloeiende. Het water van de Eau Noire gaat aan de grot via een vertakking ondergronds om in Nismes weer samen te vloeien met het bovengrondse deel. Een test met kleurstof wees uit dat het water er ondergronds twee dagen over deed voor het in Nismes arriveerde, bovengronds amper een paar uren. Hoe dat komt, blijft een mysterie.

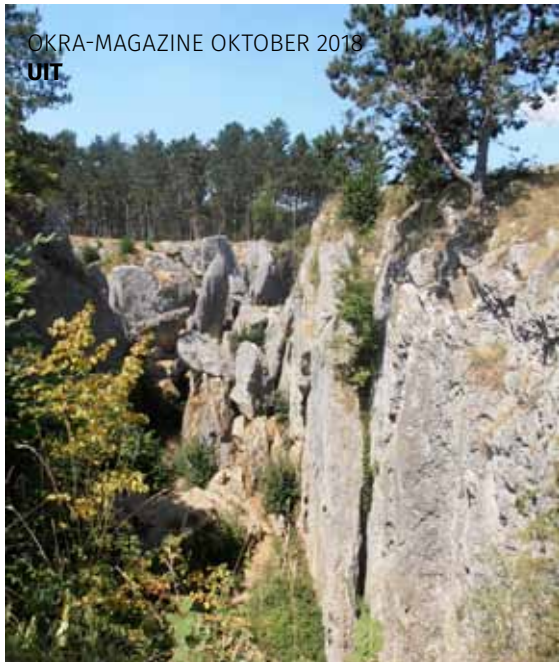
>>



De eerste koningin van België kreeg prominente plek in Philippeville.



Een Nederlandstalige gids wijdt het publiek in de geheimen van de grotten van Neptunus.



Het gebied rond Fondry des Chiens is beschermd als natuurmonument.

We dalen af in de grot waar met klank en licht de imponerende omgeving nog wat luister wordt bijgezet. En dan het aantrekkelijkste deel van het bezoek: een traject met bootje. De gidsbeurt duurt zo'n drie kwartier en is zijn geld zeker waard.

Fondry des Chiens

We fietsen terug en nemen de afslag naar le Fondry des Chiens, nog een meesterwerk van de natuur. Gigantische afgeronde rotsblokken staan in en rond een put van wel twintig meter diep. Dit soort natuurlijke kuilen of

dolines komen in België alleen in de streek van de Viroin voor. Het gebied rond de Fondry is beschermd als natuurmonument. In de kalkgraslanden bloeien in de lente orchideeën, gentianen, anemonen en kogelbloemen. De zon brandt op ons hoofd en het zweet vloeit overvloedig, hadden we maar een hoedje meegebracht.

Tijd om ons hotel op te zoeken. *La Calestienne* is een karaktervol herenhuis waar de Vlaamse Chris Vanbeveren de gasten ontvangt. *La Calestienne* verwijst naar de zes kilometer brede strook kalksteen die de Fagne scheidt van de Ardennen. In het huis zijn zoveel mogelijk authentieke elementen behouden: een prachtige vloer, de wandtegels, de oude ingebouwde kasten. Chris is een gepassioneerd verzamelaar van oude gebruiksvoorwerpen en spullen die passen bij het gebouw en het interieur. Zo vulde het huis zich met een fornuis van Godin, huisgerief uit overgrootmoeders tijd, theepotten in allerlei maten en stijlen, foto's, kaarten en overal boeken. Ze liggen in

het salon waar je op koude winteravonden uren en dagen bij de kachel zou kunnen lezen.

We sluiten de dag af in de mooie tuin. Er is een uitgebreide kaart met streekbieren, thee kies je in het theehoekje. De specialiteit van het huis is de taart met Queen Victoriapruimen uit eigen tuin. Chris staat altijd klaar met een verhaal over wat er in en rond het huis te zien is. Over de oorspronkelijke bewoners bijvoorbeeld, rijkelui die dit grote huis bewoonden met hun tweetjes. Zonde van zoveel ruimte. Dankzij het hotel kunnen we er met velen van genieten.

Ritje met de stoomtrein

We gaan een dagje terug in de tijd. Buiten de dorpskern is er een halte van de stoomtrein naar Treignes. Zwarte rook en de stoomfluit kondigen zijn komst aan. De tijd van de stoomtreinen hebben wij niet meegemaakt, maar de wagons roepen wel herinneringen op. 'Ne pas se



EEN RITJE
MET DE STOOMTREIN



Chris van La Calestienne heeft altijd een verhaal klaar.



Het is heerlijk toeven bij de grotten van Neptunus.

pencher au dehors/niet naar buiten leunen', ik las het zinnetje onder het schuifraam in mijn kindertijd ettelijke keren.

Nog meer treinen in Treignes waar in een loods historische locomotieven, treinstellen, seinhuizen en spoomateriaal zijn bijeengebracht. Alles staat wat dicht opeen, maar er zitten wel prachtige exemplaren tussen. En bij sommige mag je ook binnengaan.

Op naar Espace Arthur Masson. De zon blijft branden en ons water geraakt op. Als de nood het hoogst is, duikt er gelukkig een caféterras op. En Espace Arthur Masson is dan niet ver meer. Masson was een populaire Waalse auteur die in zijn boeken het landelijke leven van de jaren 1930 tot 1960 beschreef. We worden door een strenge schooljuf aangemaand per twee in de rij *De School van Eertijds* binnen te gaan, een klas ingericht zoals in 1932. Met leien, lederen boekentassen, houten banken met inktpot, landkaarten en een foto van het koningspaar. Groepen kunnen een uurtje les volgen 'zoals toen'. Bij kleine groepen mogen individuele geïnteresseerden aansluiten. Wij krijgen al meteen een uitbrander omdat ons haar niet is samengebonden. Als onze schort weer aan de haak hangt, zijn we net op tijd voor het spektakelparcours in de voormalige jongensschool. Daar wekken decors (drogisterij, boerderij, dokter) en dialogen uit het werk van Masson de tijd van toen tot leven. Heel mooi gedaan en je krijgt een Nederlandstalige audiogids mee. Aan de overkant is in de voormalige kleuterschool een stemmige cafetaria *Chez Toine*. Naar de figuur Toine Culot die door Masson werd gecreëerd.

Voor de andere musea in dit museumdorp hebben we jammer genoeg geen tijd meer. De laatste stoomtrein van de dag puft ons terug naar Nismes. 🍀

MEER INFO

walloniebelgietoerisme.be

www.viroinval.be

www.tourismephilippeville.be

Voor bezoek aan ÔÔ parfums of andere bedrijfsbezoeken in Wallonië:

www.bedrijfsbezoek.be



Maak kans op een gratis verblijf in La Caletienne in Nismes. Kijk op blz. 52.

epitact®

PIJNLIJKE DUIM



■ SOEPELE ORTHESE

De soepele EPITACT®-orthese immobiliseert de duim niet maar steunt hem in de ruststand en absorbeert traumatiserende bewegingen. Hierdoor verlicht de orthese de pijn aan de duimbasis en wordt de evolutie van de duimartrose beperkt. Met deze dunne en discrete soepele orthese behoudt u overdag de volledige bewegingsfuncties van uw hand.

***BEWEZEN DOELTREFFENDHEID:** Een verlichting voor 90% van de gebruikers (tevredenheidsenquête uitgevoerd in oktober 2014 onder 174 gebruikers).

1 Soepele orthese

Linkerhand S: 3148-186 M: 3148-202 L: 3148-210

Rechterhand S: 3148-145 M: 3148-194 L: 3148-228

Aanbevolen prijs € 24,90

Steun en verlichting



■ IMMOBILISERENDE ORTHESE

In aanvulling op de soepele orthese voor overdag, wordt aanbevolen om 's nachts en als u uw hand enige tijd niet gebruikt een immobiliserende orthese te dragen. Door de duim in de ruststand te immobiliseren, verlicht de orthese 's nachts de gewrichtspijn en wordt de verergering van de artrose beperkt. Dun, licht en zeer comfortabel, zodat u hem eenvoudig vergeet tijdens het slapen.

1 immobiliserende orthese

Linkerhand S: 3148-186 M: 3148-202 L: 3148-210

Rechterhand S: 3148-145 M: 3148-194 L: 3148-228

Aanbevolen prijs € 34,95



MAATTABEL SOEPELE ORTHESE / IMMOBILISERENDE ORTHESE:

SOEPELE ORTHESE		
	S	13 <  ≤ 15 cm
	M	15 <  ≤ 17 cm
	L	17 <  ≤ 19 cm

IMMOBILISERENDE ORTHESE		
	S	$17,5 \leq \text{👉} \leq 19 \text{ cm}$
	M	$19 < \text{👉} \leq 21,5 \text{ cm}$
	L	$21,5 < \text{👉} \leq 23,5 \text{ cm}$

✚ VRAAG RAAD AAN UW APOTHEKER.

www.epitact.be

DPI48E-NL_2018



Avenue Reine Astrid 1 - 1440 Wauthier-Braine (Woutersbrakel)
T: +32 (0) 2 367 88 76 - F: +32 (0) 2 367 88 69 - info@patchpharma.com

Lees aandachtig de bijsluiter. Deze medische hulpmiddelen zijn gezondheidsproducten die onderworpen zijn aan de Europese wetgeving en het CE-label dragen. Fabrikant: MILLET INNOVATION - ZA Champgrand - BP 64 - 26270 Lorient-sur-Drôme - FRANKRIJK. Update: 07-2018



THUISZORGWINKEL

samen met



Wij blijven lekker thuis



**Actie
week**

**Ontdek hoe je beter ligt en zit!
Comfortweek van 19 tot 27 oktober**



Vlot vooruit



Comfort in huis



Discrete zekerheid



Zo hoort het

Dankzij het zorgmeubilair van Thuiszorgwinkel

Langer zelfstandig thuis wonen in de vertrouwde omgeving van je eigen woonst. Als jonge senior denk je er misschien al over na. Aangepast en stijlvol zorg- en slaapmeubilair biedt je alle ondersteuning, en vaak kunnen kleine ingrepen aan je huis ook je dagelijkse gemak verhogen. Aan praktische hulp en comfort hoef je niet in te boeten. Thuiszorgwinkel adviseert je graag rond comfortabele zorg in huis.

Maak een afspraak
voor een persoonlijk
advies over hoe je
je woning comfortabel
kunt inrichten voor
nu en later.

Meer info op
www.thuiszorgwinkel.be

Kom naar Thuiszorgwinkel
of bel 03 205 69 29.

Samen vinden we wat jij nodig hebt.
Groetjes, Tina



A close-up photograph of a person's hand, wearing a dark brown jacket, placing a white ballot into a grey ballot box. The background is blurred, showing what appears to be a voting station.

Dossier

STEMMEN

24 GIE GORIS: "IK WIL DE WERELD
ZIEN DOOR DE OGEN
VAN VISSERS IN FIJI"

28 CARL DE VOS
NAAR DE VERKIEZINGEN

31 PIANO'S STEMMEN
IS EEN VAK

“IK WIL DE WERELD ZIEN DOOR DE OGEN VAN VISSERS IN FIJI OF BOEREN IN RAJASTHAN”

Tekst DOMINIQUE COOPMAN // Foto's BRECHT GORIS

“Buiten Vlaanderen of West-Europa bestaat er een wereld van mensen met dezelfde zorgen als jij en ik. De vraag is alleen ‘Hoe komt het dat zij het niet goed hebben?’” Gie Goris (63) is hoofdredacteur van Mo*magazine, een tijdschrift dat z'n lezers verbanden tussen de wereldproblemen aanreikt. Zijn grote zorgen zijn de grote vatbaarheid van mensen voor propaganda, de toenemende ongelijkheid en de klimaatverandering. “Zoals we nu bezig zijn, maken we de mensheid kapot.”

“Ik ben geboren en getogen in het dorpje Veerle, deelgemeente van Laakdal, maar woon nu in Tongerlo. Ik ben 40 jaar getrouwd met Jim en we hebben drie kinderen en zeven kleinkinderen. Wereldburgerschap is een schizofreen begrip: ik woon op amper negen kilometer van mijn ouderlijk huis maar laat me m'n reiskilometers niet tellen, want dat zouden er ongerekend veel zijn.

Mijn vader was mijnwerker, hij stierf vorig jaar. Sinds zijn elfde was hij thuis van school om te werken. Mijn moeder was huisvrouw, ook zij ging op haar dertiende aan de slag. Economisch zaten wij aan de onderkant van de samenleving, maar we voelden ons niet minderwaardig. ‘Ge zijt zo goed als die van de koning’, zeiden onze ouders altijd. Ik ben groot geworden met Cardijn, de sociale actie, de kwb.”

Rebel

“Mijn jeugd speelde zich af in de vroege jaren zeventig. Mijn schoolparcours verliep geaccidenteerd: drie jaar Latijn-Grieks, dan de vakschool en daarna godsdienstwetenschappen. Op school en in de parochie botste ik met wat naar mijn gevoel ongefundeerde autoriteit was. Op mijn zeventiende werd ik groepsleider van een Chiro in crisis, maar die bouwden we snel op tot meer dan honderd leden. We waren heel progressief, zetten ons af tegen het verleden.

Mijn interesse voor het Zuiden en later de globalisering is gaandeweg gegroeid. Ik was een buitenjongen, die wel veel kranten en tijdschriften las. In 1977 maakte ik met een Amerikaanse vriend een reis door het Tanzania van Nyerere, president en grondlegger van het Afrikaanse socialisme. Ik studeerde af in 1978, trouwde en werd vader van drie kinderen. Mijn vrouw en ik verdienden samen amper 18.000 Belgische frank per maand. Ik moest niet naar het leger, maar uit solidariteit met de gasten uit de vakschool koos ik ervoor om mijn burgerdienst te doen. Ik kwam terecht bij Broederlijk Delen en bleef er tien jaar.”

Globalisering

“In 1990 werd ik hoofdredacteur van Wereldwijd, in 2003 van MO*magazine. De wereld is erg veranderd, en toch ging het ook toen al over terrorisme en geopolitieke spanningen. Mark Fillet maakte een reportage over Algerije, over mensen die zich uitgesloten voelden en hoe het moslimfundamentalisme zich daarop ging enten. De termen ‘Derde Wereld’ en ‘het Zuiden’ maakten plaats voor globalisering en mondialisering. Een neoliberale globalisering, waarbij de kapitalistische economie alle grenzen doorbrak en de wereld in zijn greep nam. De grote schulden crisis van de jaren tachtig werd opgelost met nieuwe leningen, een liberaal beleid en privatiseren. Elk land werd gedwongen in te zetten op uitvoer en minder op eigen pro-

ductie. Voortaan vormde de wereld één economisch systeem dat echter zeer ongelijk was. Let op, er zijn toen zowel in China als in India honderden miljoenen mensen uit de armoede gehaald, maar er zijn ook miljoenen mensen arm gebleven. De kloof tussen rijk en arm werd altijd maar groter. En toen de financiële crisis in 2008 uitbrak, moest de overheid de banken redden. Daardoor voerden ze, zeker in West-Europa, een nog harder besparingsbeleid, wat de kloof rijk-arm nog meer aanscherpte.

Wil de wereld die globalisering nog? Trump niet. Hij beweert de arme middenklasse te vertegenwoordigen, maar kiest voor de belangen van een bepaalde nationaal georganiseerde elite.”

Zeven miljard mensen

“Met MO* willen we onze lezers eraan herinneren dat er buiten Vlaanderen nog mensen bestaan die net zo menselijk zijn als jij en ik. We delen dezelfde vragen: waar komen mijn kinderen terecht, hoe zeker ben ik dat ik hier kan blijven wonen, heb ik nog een job morgen of volgend jaar, kan ik als ik ziek word naar het ziekenhuis of kan ik de nodige zorg betalen? We komen op plaatsen waar mensen in hun concrete, dagelijkse bestaan geraakt en bedreigd worden door de economische globalisering, de klimaatverandering, het terrorisme of het fundamentalisme. Soms zie je bijna letterlijk dat mensen worden verdreven. Ik was een paar jaar gele-



**'WAAROM ZEGT ONZE
GENERATIE NIET HARDOP DAT
ONZE KLEINKINDEREN DE
KLIMAATREKENING MOETEN
BETALEN?'**

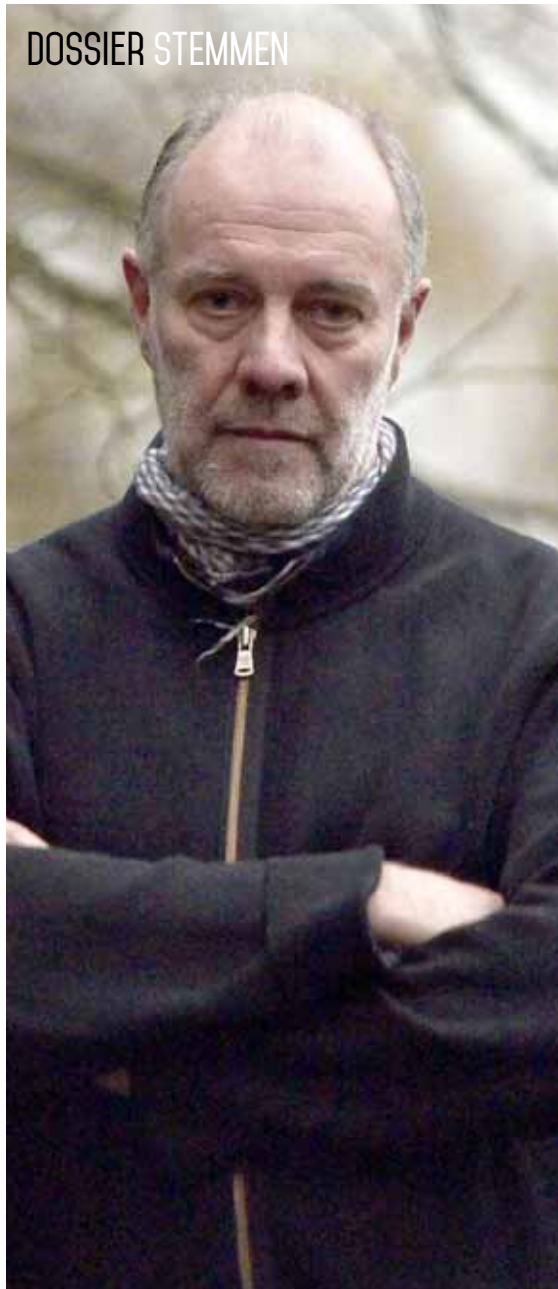
den op Fiji, in de Stille Oceaan, een van de eilanden die echt bedreigd worden door de stijgende zeewater-spiegel. Kustbewoners moesten er al twee tot drie kilometer landinwaarts gaan wonen, terwijl ze nog altijd van de visvangst leven.

Een goed of slecht beleid heeft enorm veel invloed op mensen. Wie India bezoekt, bezoekt Bombay, Delhi, Bangalore. Maar zestig procent van de Indiërs leeft in het ongekende, vaak vergeten binnenland. Je hebt twee tot drie dagen nodig om in sommige dorpen te geraken. In de deelstaten Andhra Pradesh en Bihar bezocht ik enkele dorpen die waren ondergelopen. Oorzaak was een dam, zestig kilometer verder, gebouwd om elektriciteit te leveren aan de industrie. Door het water was het voor hen gedaan met boeren. En werken in de nieuwe industrieën was ook geen optie want niemand kon er lezen of schrijven.

Ik reis omdat ik zicht wil hebben op wat mensen werkelijk beweegt. Skyp je met iemand, dan heb je geen idee waar die zit, of er in zijn huis twee of drie stoelen staan, hoe het er ruikt. Zo was ik eens op stap in Rajasthan, de droogste staat van India, waar een lokale vrijwilligersorganisatie water wint door kleine dammetjes te herstellen. Ik had mijn rugzakje en camera mee, en helaas slechts een halve liter drinkbaar water. Het was er veertig graden. Dat ik die nacht wakker lag van de dorst herinnerde me aan datgene waarover het altijd moet gaan: de zeven miljard mensen en de planeet waarop wij leven. Wil je over grote problemen schrijven, dan is het best die heel concreet te ervaren."

Hoe komt dit nu?

"MO* brengt zijn lezers inzicht in wat er gaande is in de wereld en stelt de vraag hoe dat komt? Waarom is dit zo? Wiens belang dient dit? Wiens keuze? Tegelijk maken we verbanden tussen het lokale en het mondiale.
>>



De wereld is een ingewikkelde plek. Met MO* proberen we dat vanuit onze waarden – rechtvaardigheid, solidariteit, duurzaamheid, mensenrechten – uit te leggen en via verhalen van overal ter wereld inspiratie te geven aan maatschappelijke bewegingen. Ik onderstreep daarbij dat mensen, waar ook ter wereld, zelf hun verhaal schrijven. Zelf opstaan. Zelf vechten. Ik ontmoette deze zomer in Peshawar (Pakistan) twee vrouwen die opkwamen voor verandering en vrouwenrechten, niet omdat ze beïnvloed zijn door het Westen maar omdat hun dochters niet de kansen krijgen die hun zonen

krijgen en omdat de inwoners van de tribale gebieden (grensgebied tussen Pakistan en Afghanistan) niet dezelfde grondrechten hebben als andere Pakistani. Ze pleiten voor een rechtstaat waar vrijheid van meningsuiting en vrijheid van organisatie is. Een beleid dat voor hen zorgt, denk maar aan onderwijs en gezondheidszorg. Ik vind het straf hoe moedig en vastberaden die zijn. En hoe daar, na 39 jaar oorlog, mensen doorgaan met hun menselijke levens: trouwen, kinderen krijgen, dromen, hun veld ploegen en zaaien voor het komende seizoen.

Of ik zelf nooit ontmoedigd raak tussen al die ellende? Kijk, je moet je talenten kennen maar ook je beperkingen. Ik heb een beperkte empathie: ik kan het leed van mensen in de ogen kijken zonder daar zelf deel van te worden. Als een Zuid-Soedanees vrouw met een zwaar ondervoed kind in een dispensarium aankomt en weet dat haar kind zal sterven, snoert me dat de keel maar niet in die mate dat ik mijn werk niet meer kan doen. Mijn beperkte empathie helpt me om een goed verslag te maken.”

Twee grote zorgen

“Ik maak me grote zorgen over twee dingen: de grote vatbaarheid van mensen voor propaganda en de klimaatverandering. Het polariseren heeft, in de meest destructieve zin, opgang gemaakt in Europa en de VS, maar ook in Turkije, de Filipijnen, Rusland en zelfs in Zweden en Denemarken. De sociale zekerheid brokkelt af. Onze kinderen zullen het niet zo goed hebben als wij. Het is makkelijk om de schuld op een ander te steken: de vluchtelingen, de zieken. En zo mensen te rekruteren en een voedingsbodem te creëren voor extreem fundamentalisme en geweld.

Mijn tweede zorg is de klimaatverandering. We zijn onze planeet naar de kloten aan het helpen. De planeet zal dit overleven, maar de mensheid niet. Het is hoogtijd dat we een langetermijnpolitiek gaan voeren. Ik heb zeven kleinkinderen, leeftijd tussen drie en twaalf jaar, zij gaan de klimaatverandering op hun kop krijgen. Waarom zegt de oudere generatie dat niet hardop?

Het is tijd voor verzet. Wat gebeurt er in mijn wijk, mijn gemeente, mijn land? En wat gebeurt er in de wereld? Het lokale en het mondiale schuiven in elkaar. Overal ontstaan lokale initiatieven: in Vlaanderen, India en Zuid-Afrika, die de politiek terug naar de burger willen brengen. Informeren en sensibiliseren is wat MO* doet. Politiseren is de taak van militante groepen en middenveldorganisaties. Zij moeten mensen samenbrengen en actie voeren.”

Liefde en dood

“Zelf sta ik te weinig stil bij thema's als liefde, ouder worden en sterven. Ik heb daar te weinig tijd voor. Journalistiek is echt hectisch geworden. MO* verschijnt als papieren uitgave vier keer per jaar, maar we publiceren ook elke dag nieuws op het internet. Over twee jaar ben ik 65. En daarna? Die vraag stel ik me wel eens. Ik ga zeker niet stoppen met wat ik nu doe, maar het zal anders zijn. De kleinkinderen? Ik ben geen geboren opa: van het grootouderschap neemt mijn vrouw het leeuwendeel voor haar rekening. Jim is professioneel minstens even actief als ik: ze begeleidt verandingsprocessen inzake duurzaamheid. Maar ze is er ook voor de kinderen en kleinkinderen, veel meer dan ik. Het is een van mijn beperkingen.”

VAN DOKTERSBEZOEK TOT OORDOPPEN OP MAAT

We doen veel voor jouw gezondheid



**En daarom verandert CM van
ziekenfonds naar gezondheidsfonds.**

Ontdek wat we allemaal doen
voor jouw gezondheid op cm.be/gezondheidsfonds



NAAR DE VERKIEZINGEN

Tekst SUZANNE ANTONIS // Foto's WOUTER VAN VAERENBERGH

Op zondag 14 oktober trekken we naar de stembus voor de verkiezing van nieuwe gemeente- en provincieraadsleden. Volgend jaar zijn het nationaal, gewestelijk en Europees parlement aan de beurt. Maar wie ziet door de bomen het bos nog en waarom kijken we zo vaak met tegenzin naar politiek? Carl Devos is politicoloog en volgt het reilen en zeilen in de Wet- en de Dorpsstraat op de voet.

DE KIESDREMPEL HEEFT DE
FRAGMENTATIE VAN HET
PARTIJLANDSCHAP WAT KUNNEN
VERMINDEREN, MAAR KON NIET
DE GROTE VERSCHUIVINGEN
TEGENHOUDEN

De Failed State? schreef Carl Devos (48) over het politieke jaar 2016. De docent politieke wetenschappen van de Universiteit Gent en columnist bij De Morgen gaf in zijn boek commentaar bij dat bewogen jaar waarin onder andere slechte economische vooruitzichten, de asielcrisis en de terreurschok van 22 maart de burger deed twifelen aan ons maatschappelijk model. "Ik deed dat kritisch maar ook genuanceerd", zegt Carl. "Politiek is een moeilijk vak waarin gewone mensen volgens hun eigen inzichten willen werken aan een betere samenleving. Maar het klopt dat ons politieke landschap met vijf beleidsniveaus en dito stembusgangen niet eenvoudig is. En eens de stemmen geteld, volgt een delicate oefening om een coalitie te vormen die onze gemeentes, gewesten en het land voor de komende jaren ordentelijk kan besturen. Provincies zijn de voorbije jaren serieus ontmanteld, in deze verkiezingsstrijd spelen ze een beperkte rol."

Politieke verschuivingen

"Op nationaal en gewestelijk niveau bestaat er sinds 2003 een kiesdrempel. Dat betekent dat je minimum vijf procent van het aantal uitgebrachte stemmen moet behalen om mee te spelen voor de zetelverdeling in het parlement. De kiesdrempel heeft de fragmentatie van het partijlandschap via de kartelvorming wat kunnen verminderen, maar kon niet de grote verschuivingen tegenhouden. De traditionele partijen zoals CD&V, Open VLD en sp.a moesten plaats ruimen voor anderen, met voorop N-VA die vandaag met voorsprong de grootste partij is. Toch hoeft zo'n afgetekende overwinning geen bedreiging te zijn voor onze democratie. Vanuit de basis van de partij wordt er nu zelfs geklaagd dat, ondanks het overwicht in de regering, de N-VA wel de agenda maar niet de besluitvorming kan domineren. Het is het beste bewijs dat ons systeem van 'checks and balances' werkt en ons behoedt voor een radicale beleidsomslag."

Vijf verkiezingen, één slogan

Tussen de gemeente- en provincieraadverkiezingen van 14 oktober 2018 en de nationale, gewestelijke en Europese verkiezingen van (voorlopig) 26 mei 2019 liggen zeven maanden. Ons land zit dus meer dan een half jaar in verkiezingsmodus. Carl: "De partijen hebben dat goed begrepen en trekken voor de beide campagnes met één slogan naar de kiezer. De globale balans – en politieke afrekening – zal dus in mei 2019 worden gemaakt. De meeste slogans zijn al gekend. Ook hier komt de grootste partij sterk voor de dag. De slogan 'Thuis in een veilig Vlaanderen' vat alle speerpunten van hun beleid in één zin samen. Open VLD gaat met 'Gewoon doen' naar de kiezer. Voor de modale burger komt die wat betekenisloos over maar hun strategie van 'geen woorden maar daden' en 'doe maar gewoon' refereert naar de campagne van de Nederlandse Mark Rutte. CD&V, die werkt rond levenskwali-

teit, en sp.a hebben het moeilijker. Vooral van de laatste partij is bekend dat ze niet 'in goeden doen' is. Van het Stevaertisme waarbij hij dé politieke referentie was en de hele sp.a op zijn persoonlijke visie teerde, blijft vijftien jaar later niets meer over. Het moet een wijze les zijn voor alle partijen: wie te lang met één sterspeler volgens één strategie speelt, komt vroeg of laat in de problemen."

De gemeenteraad

De gemeenteraadsverkiezingen zullen georganiseerd worden in 308 gemeenten. Carl: "Correctie, 300 want enkele gemeenten in Vlaanderen hebben al besloten tot een fusie. Dat zal trouwens een heikel debat worden in de volgende legislatuur. Al geruime tijd vinden veel politici op Vlaams niveau dat sommige gemeenten te klein geworden zijn om haar bewoners de service te bieden die in 2018 en later vereist is. Dat gaat vooral over pro-

>>



HOTEL SANDESHOVED

Nieuwpoort

www.sandeshoved.be info@sandeshoved.be
Zeedijk 26 Nieuwpoort 058/22 23 60

Vraag vrijblijvend onze promobrochure!

NIEUWPOORTSE SENIORENWEEK

Kamer of studio/appartement + halfpension
(ontbijtbuffet en middag- of avondmaal met saladbar)
+ welkomstdrink, mosselstijf, gastronomische brunch!

Een week met tal van activiteiten en ambiance!
maandag 12/11 tot maandag 19/11/18 (of van zondag tot zondag)
maandag 19/11 tot maandag 26/11/18 (of van zondag tot zondag)

€ 300 p.p. met twee op een tweepersoonskamer
€ 355 p.p. met twee op een studio of appartement
(bijkomende persoon op studio of appartement: € 220)
€ 385 p.p. alleen op een grote single

HERFSTARRANGEMENT

van maandag 29/10 tot vrijdag 02/11/18

4 nachten in halfpension
(ontbijtbuffet + middag- of avond 3 gangenmenu)
Logement op een standaardkamer
of op een comfortkamer/ studio of appartement

€ 205 p.p./twee op een standaardkamer (single: + € 84)
€ 265 p.p./twee op comfortkamer, studio of appartement
Extra personen:
0-3 jaar: gratis • 4-7 jaar: € 104 • 8-11 jaar: € 120 • +12jr: € 140

Uw vakantie voor elk seizoen...

fessionalisme in het bestuur, want je moet gespecialiseerde ambtenaren hebben voor privacywetgeving, ruimtelijke ordening, milieu... Financieel is dat niet haalbaar en dus dringt een samenwerking zich op.

De wortel die de Vlaamse regering hanteert om financiële ondersteuning te geven, heeft maar beperkt gewerkt. Maar geen enkele politicus durft het aan om gemeenten tot fusie te verplichten want de fusieronde van 1976 is voor veel burgers nog altijd niet verteerd. Wat ik jammer vind, is dat in de lokale politiek soms gedaan wordt alsof ideologie er niet belangrijk is. Alsof het enkel gaat over personen. Debatten gaan inderdaad vaak over praktische aangelegenheden, bijvoorbeeld investeren in een nieuwe bibliotheek of in een zwembad. Bij grote thema's zoals migratie of sociale zekerheid moeten ook in de lokale samenleving fundamentele keuzes gemaakt worden. Maar wie ligt er wakker van de begroting van een gemeente? Nochtans wordt daar via de opcentiemen toch over onze centen beslist. Er is veel meer te doen over het federale begrotingstekort."

Verkozen, maar voor hoelang?

De houdbaarheidsdatum van een politicus wordt steeds korter. Ze zijn sneller opgebrand door de enorme druk die sociale en andere media op hen leggen. Op elk moment moeten ze klaarstaan met een uitleg, stevige quotes en meningen die niet mogen botsen met andere. Carl: "Inderdaad, de gemiddelde verblijfsduur in het parlement is vandaag acht jaar. Een belangrijke reden is ook dat politici niet meer de normale groeifase kennen van opleiding en groei. Ze worden meteen op het front getorpedeerd. Vroeger leerden ze de stiel in het middenveld en namen ze daarna een politiek mandaat op. Bovendien is de cultuur veel ruwer en persoonlijker geworden, waarbij fouten genadeloos worden uitvergroot. Ook in het politieke debat is spektakel belangrijker geworden dan inhoud. Maar in de parlementaire commissies wordt wel interessant gedebat-



teerd, met een degelijke dossier- en vakkennis. Die debatten zijn publiek maar komen helaas zelden in de media. Mensen willen het steekspel tussen de grote vedetten zien, waarin ze geen moeite meer doen om de ander te overtuigen en je ongelijk toegeven een schande is. Brood en spelen, zeg maar."

Hoe denkt de kiezer

Wie aan de gemiddelde burger vraagt hoe hij over politiek denkt, krijgt dikwijls een negatief antwoord. Carl: "Klopt, de ontgoocheling is groot maar dat komt omdat men van de politiek onrealistische dingen verwacht. En politici werken dat zelf in de hand omdat ze zaken

beloven die ze niet kunnen waarmaken. Hun communicatie strookt niet altijd met het beleid dat ze voeren. Een belangrijke reden voor dat negativisme is een gebrek aan vorming. Mensen hebben vaak geen idee hoe ons politiek systeem werkt. Wat zijn de mechanismen achter bepaalde beslissingen, wat betekenen de cijfers in een begroting, begrippen als 'taxshift' en 'tax-cut'... Ik merk tijdens lezingen dat er een grote behoefte is aan een fundamentele uitleg over basisbegrippen. Als we die vorming kunnen organiseren, zouden burgers en politici al veel dichter bij elkaar staan." ◆

HOREN IN KWARTEN EN KWINTEN PIANO'S STEMMEN IS EEN VAK

Tekst GRIET VAN BEVEREN // Foto's GUY PUTTEMANS

Stefaan Van de Winkel is een expert in piano's stemmen. Hij leerde het vak deels van zijn vader, Albert, en volgde een grondige opleiding bij de grote pianofabrikant Grotrian-Steinweg in Duitsland toen hij amper negentien jaar was. "Alleen als ik die studies met succes kon afronden, mocht ik in de zaak van mijn vader beginnen", aldus Stefaan die er intussen vijftig is.



"HOE MEER JE SPEELT,
DES TE SNELLER DE PIANO
OOK ONTSTEMD GERAAKT.
BOVENDIEN MOET JE BIJ EEN
GLOEDNIEUWE PIANO REKENING
HOUDEN MET DRIE JAAR
'REKPROCES'"

GROTRIAN-STEINWEG

Stefaan Van de Winkel: "De liefde voor muziek en in het bijzonder piano's kreeg ik met de paplepel mee. Mijn vader was slechtziend en leerde het vak in de befaamde school van de Broeders van Liefde in Sint-Lambrechts-Woluwe. Blinde en slechtziende kinderen werden er opgeleid tot pianostemmer en organist. Samen met hem studeerden er vele andere grote namen af. Denk maar aan Lambert Driesen, Raf Deckers, Frans Oosterlinck en Edgard Deviaene. Hij eiste kwaliteit van mij en vond die in een opleiding bij Grotrian-Steinweg in Duitsland. Daar aanvaarden ze onder strenge voorwaarden slechts drie à vier studenten per jaar.

Gedurende drie jaar en een half bouwde ik mee piano's in hun fabriek en kreeg ik een intensieve opleiding in piano's stemmen. Mentaal was dat loodzwaar. Ik zat uren achter de piano om ze te stemmen. Als ik klaar was, kwam er iemand testen of het goed was, gaf

mij aanwijzingen en ontstemde het instrument weer volledig. Ik kon herbeginnen. Hoe hard het ook was, een betere leerschool kan ik me vandaag nog altijd niet inbeelden. Ook Edmond Bovesse, van de Brusselse pianobouwer Hautrive die tot in de jaren '60 de concertvleugels leverde in het Paleis voor Schone Kunsten in Brussel, en Michel Dewit zijn voor mij een bijzondere bron van leren en inspiratie."

Anders leren horen

"Een piano stemmen draait om haarfijn kunnen luisteren. Tijdens mijn opleiding en de jaren die ik naast mijn vader op het bankje doorbracht, leerde ik om te horen in kwarten en kwinten. Loepzuiver moet je frequenties kunnen waarnemen, anders is het onbegonnen werk. Als ik alle piano's die ik ooit stemde vandaag op een rij zet, dan vullen we met gemak de baan van Brussel naar Parijs: ervaring is alles.

Het stemmen begint met het aanslaan van de noot la in 440 Hertz. Ik gebruik daarvoor een stemvork en luister dan naar de klank. Daarna sla ik de la een octaaf lager aan. Dat octaaf verdeel ik dan in twaalf gelijke toonafstanden: in kwarten en kwinten. Bach heeft het principe van de twaalf gelijke toonafstanden ook toegepast, onder meer in het welbekende *Das Wohltemperierte Klavier*. 'Wolhtemperiert' betekent 'welgetemperd' en is een verwijzing naar de verdeling van de toonafstanden. Tot op heden is dat nog altijd de gangbare norm.

Dankzij controlepunten met tertsen en tienden, span ik de 220 snaren van de piano elk apart op totdat het perfect juist zit. In totaal bereiken we zo 88 verschillende frequenties. Dat stemproces neemt gemakkelijk zestig tot negentig minuten in beslag.

Vandaag bestaan er ook hoogtechnologische stemapparaten die zelfs bij omgevingslawaaï functioneren. Ik gebruik die vaak als extra check en om de continuïteit in onze kwaliteit te garanderen. De piano die 's avonds gestemd wordt, moet even goed klinken als de eerste in de ochtend en stemmen vraagt om een uitzonderlijke concentratie."

Wat de piano wil

"Er zijn verschillende factoren die een invloed hebben op de klank van een piano. Allereerst is dat de constructie zelf. Het is een instrument dat gemaakt wordt met verschillende materialen: speciaal hout uit de bergen voor de zangbodem, staal, vilt, leder en gietijzer voor het frame. Op elke snaar komt er een gigantische spanning te staan, samen creëren ze een enorme druk op de totale constructie.

Vooral het hout is onderhevig aan veranderingen in luchtvochtigheid

“Ik denk nog vaak aan mijn vader en aan mijn moeder. Ik ben ze dankbaar voor alles wat ze aan mijn broer en mij hebben doorgegeven”

en temperatuur. In de winter verwarmen we meer en wordt de lucht droger, tijdens de zomer een stuk vochtiger. Dat zorgt voor valse noten op je klavier.

Hoe meer je speelt, des te sneller de piano ook ontstemd geraakt. Bovendien moet je bij een gloed-nieuwe piano rekening houden met drie jaar ‘rekproces’. Ze moet zich ‘zetten’, ‘uitrekken’ en helemaal zichzelf worden. Tijdens die periode

is het normaal dat ze vaker ontstemd raakt.

Van generatie op generatie

“Vandaag neemt het stemmen van piano’s maar een klein deeltje van mijn tijd in beslag. Ik ben als ondernemer en zaakvoerder ook met tal van andere dingen bezig, zeker omdat Piano’s Van de Winkel gestaag blijft groeien. We hebben net onze derde vestiging geopend, na Dilbeek en Itterbeek vinden muzikliefhebbers ons nu ook in Antwerpen.

Dat is een stap waar mijn vader trots zou op geweest zijn. Jammer genoeg overleed hij in 2003. Ik denk nog vaak aan hem en aan mijn moe-

der, die enkele jaren geleden stierf. Ik ben ze dankbaar voor alles wat ze aan mijn broer en mij hebben doorgegeven. Ik heb het heel lang moeilijk gehad met de dood van mijn vader, ik had heel graag nog vele jaren met hem samengewerkt. Pas na enkele jaren ben ik erin geslaagd iemand aan te werven zodat ons succes kon blijven duren. Vandaag zijn onze medewerkers stuk voor stuk mensen met dezelfde passie, toewijding en gedrevenheid als ik. Het doet deugd om met zo’n fantastisch team te kunnen ondernemen. Onze klanten weten dat we niet uit zijn op louter verkopen, wel op een duurzame samenwerking vanuit respect. Dat tekende de stijl van mijn vader vroeger en is onze signatuur vandaag.”

BrailleTech

hulpmiddelenbeurs

18 → 20 OKT 2018

10u → 16u30 gratis toegang

Blind of slechtziend?

Er zijn oplossingen om uw dagelijks leven een stuk gemakkelijker te maken!

Kom ze ontdekken, vergelijken en testen bij de Brailleliga

MET DE STEUN VAN
 **Nationale Loterij**

Deze beurs is de ideale gelegenheid om kennis te maken met hulpmiddelen voor blinde en slechtziende personen: hulpmiddelen voor het dagelijks leven, aangepaste GSM's, optische loepen, beeldschermloepen, vergrotingssoftware, spraaksyntheseprogramma's, brailleleesregels...

Ontdek, vergelijk en probeer dit alles uit bij de Brailleliga!

Engelandstraat 57
1060 Brussel
T +32 (0)2 533 32 11
info@braille.be
www.braille.be

brailleliga vzw



HOORWEEK

15 t.e.m. 20 oktober



GRATIS
HOORTEST
+
goodiebag

INFOESSIE
HOORHULP-
MIDDELEN
+
koffie en taart

Schrijf je in via
www.aurilis.be/hoorweek of telefonisch.

Wil je op de hoogte blijven van onze acties?
Schrijf je in op onze **digitale nieuwsbrief** op www.aurilis.be
of volg ons via  

aurilis 
samen met 

Voor info of een afspraak: Limburg 011 21 39 78 • Antwerpen-Waas&Dender 015 27 77 47
Vlaams-Brabant 016 20 84 84 • Midden-Vlaanderen 09 242 43 44 • West-Vlaanderen 051 23 34 94



Slechts 48 uur levertijd!

Dankzij onze unieke technologie kunnen wij zowel rechte als gebogen trappen binnen 48 uur van een traplift voorzien!



- 1 Dunste enkele rail ter wereld
- 2 Brede kant van de trap blijft vrij
- 3 Volledig opklapbaar
- 4 Uw trapeuning blijft zitten



Niet goed = geld terug

Bent u niet tevreden met uw Otolift? Geen probleem. Wij bieden u een unieke niet-goed-geld-terug-garantie aan op de Otolift Modul-Air.

• Marktleider in de Benelux

• Alle keuze in trapliften, nieuw en gebruikt

Bel gratis 0800 59 003 of ga naar www.otolift.be
voor een gratis thuisadvies of om kosteloos onze brochure te bestellen.

Al meer dan 11.000 trapliften van Otolift in België!

KIEZEN VOOR VREDE

Tekst DOMINIQUE COOPMAN // Foto's VIOLET CORBETT BROCK

Het begon met een memorabele speech van Jeanne Devos tijdens de prelude in november 2013. Daarna twaalf vredeswakes die gedurende vier jaar duizenden mensen in beweging brachten voor vrede. En nu vindt op zaterdag 3 en zondag 4 november 24 uur *Wakker voor vrede* plaats in Langemark. “Het is tegelijk een orgelpunt én een nieuwe start”, zegt Peter Peene, initiatiefnemer en bezieler. Hij coördineert alle vrijwilligers en is een vredesactivist in hart en nieren.

Peter Peene (52) groeide op in Bikschote (Langemark), op een boerderij. Op zijn zestiende werd hij bestuurslid van het Davidsfonds in Langemark. Hij studeerde klassieke filologie, werkte van 1994 tot 2000 voor het Davidsfonds en werd daarna nationaal voorzitter. “Mijn vrouw Mia, die van Leuven afkomstig is, is huisarts in Langemark. Onze kinderen zijn Fien (23), Wouter (22) en Marthe (20). Na de geboorte van onze jongste dochter besloot ik thuis te blijven en huisman te worden.”

Jeanne Devos

“In 2011 startten de eerste gesprekken voor de herdenking '14-'18. Ik vond dat we ook moesten stilstaan bij de actualiteit. Hoe gaat het 100 jaar na WO I met de vrede? En wat kan de brede christelijke gemeenschap vertellen? Ik ging praten met Jo Hanssens van Pax Christi en met Roger Burggraeve van het Centrum voor Vredesethiek. Zo groeide het idee om vier jaar lang en drie keer per jaar iets te doen rond een actueel thema. De prelude in november 2001 werd een ongelooflijk succes. De kerk liep bomvol. Jeanne Devos zette met een memorabele speech de toon. Daarna organiseerden we twaalf Vredeswakes, telkens rond een ander thema. De belangstelling bleef groot. We maakten ook regelmatig een statement, denk aan de Verklaring van Langemark en de verklaring van de Westhoekburgermeesters tegen kernwapens.

Ik vind het heel belangrijk om mensen niet vrijblijvend samen te brengen, maar telkens weer op te roepen tot een concreet engagement. Ieder mens kan het verschil maken in zijn eigen kleine leefwereld. Maar er is ook een tweede spoor, waarbij we beleids mensen en politici engageren rond thema's als armoede, vluchtelingen, racisme of het klimaat. *Wakker voor vrede* heeft het voordeel een onafhankelijke organisatie te zijn, het nadeel is dat we zelf ons geld bijeen moeten zoeken.”

Mijn grootvader

“In 1918 was Langemark helemaal verwoest. Mijn grootvader, Fabien Peene, en zijn twee broers, waren soldaat in WO I. Als kind van elf heb ik ooit zijn levensverhaal opgetekend. Zijn broer Cyriel Peene, priester in opleiding en brancardier, is gesneuveld tijdens het slotoffensief op 1 november 1918. Hij ligt begraven in Bikschote. Mijn grootvader langs moederskant heeft heel bewust de heropbouw na de oorlog meegemaakt. En daarna kwam WOII... Ik ben geen oorlogskenner, wel een vredesactivist die zich afvraagt hoe de duizenden soldaten die hier hun leven lieten, graag zouden willen dat we de oorlog herdachten.”

Bea Cantillon

“De Vredeswakes zijn stuk voor stuk bijzonder. Tijdens de wake rond het thema verzoening kwamen een Israëlische en een Palestijnse jonge-

re samen getuigen. Ik krijg het er nog koud van hoe zij - twee jonge gasten die zoveel hebben meegeemaakt - zoveel wijsheid vertelden en een alternatief boden. Ik denk aan de wake rond armoede, waar ervaringsdeskundigen hun verhaal deden en professor Bea Cantillon - de grote expert in armoede - zich heel klein maakte en zei: ‘Wat moet ik nu nog vertellen? Wie wil weten wat de impact van armoede is op mensen, heeft dat net gehoord.’ En dan was er nog de wake over kernwapens, waar de jonge Daniël Högsta, coördinator van ICAN en winnaar van de Nobelprijs voor de Vrede 2017, een volle kerk wist te raken en te inspireren.”

Nooit meer oorlog

“Ik had geen ervaring met vredeswerk, maar ben nu meer dan ooit overtuigd dat we wakker moeten blijven voor vrede. De Canadese Margaret Mc Millan vroeg zich op 11 november 2013 af hoe het zover was kunnen komen, die oorlog in 1914? Toen waren er ook vredesactivisten, maar zij hebben het niet gehaald. Vandaag moeten we de vredeskrachten versterken opdat er nooit meer oorlog zou zijn. Ik geloof daar echt in, zeker als ik de meer dan honderd vrijwilligers bezig zie voor *Wakker voor Vrede*. Echt straf wat zij doen.

Dankzij *Wakker voor vrede* ben ik een rijker mens geworden. De Universele Verklaring van de Rechten van de Mens (1948) is een

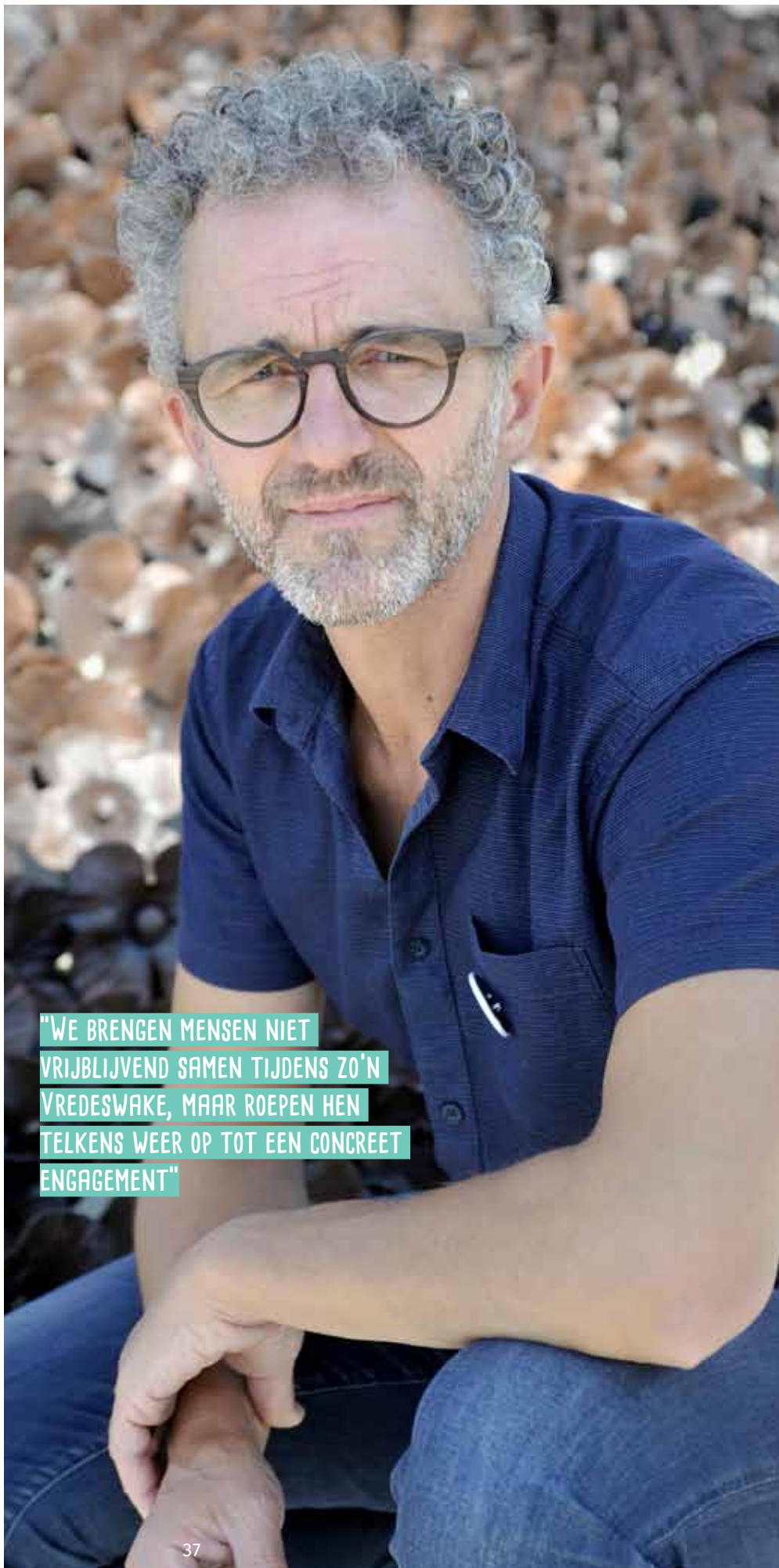
unieke verworvenheid die we nooit ofte nimmer opzij mogen schuiven, zelfs niet in tijden van terreur.”

24 uur Wakker voor Vrede, in Langemark

“Voor het Vredesweekend van 3-4 november pakken we uit met een fantastisch programma. We roepen iedereen op om vredeskunstenaar te zijn op de plek waar hij staat. Dankzij 26 huiskamergesprekken kunnen we diep in de ziel kijken van mensen die zich al een leven lang inzetten. We genieten van een concert en duiken dan de nacht in waarin onze vuurmeesters de vredesvuren brandend zullen houden. De monniken van West-Vleteren verlaten voor een keer hun abdij om psalmen te zingen. We doen de nachtwake vlakbij het Duitse kerkhof van Langemark en in verbondenheid met de 45.000 kinderen die er begraven liggen. ‘Altijd iemands kind’, zou Willem Vermandere zeggen. Tot slot is er op zondag de veertiende Vredeswake. Vrede is zoeken naar balans, net zoals een koorddanser dat moet doen. En ik? Ik ben blij dat ik dit vrijwilligerswerk kan doen.”



Inschrijven en tickets op
www.wakkervoorvrede.be
Telefoonnummer 0474 689 460



**"WE BRENGEN MENSEN NIET
VRIJBLIJVEND SAMEN TIJDENS ZO'N
VREDESWAKE, MAAR ROEPEN HEN
TELKENS WEER OP TOT EEN CONCREET
ENGAGEMENT"**



DE COMPUTER ALS GESPREKSPARTNER

Tekst BENJAMIN PONSARTS // Foto SHUTTERSTOCK

Ten tijde van Lernout & Hauspie leek spraaktechnologie op de rand van de doorbraak te staan, maar de realiteit bleek anders: het leperse bedrijf ging failliet en de ontwikkeling van de technologie zou jarenlang trager verlopen dan verwacht. Sinds 2011 is er evenwel sprake van een stroomversnelling. De zichtbaarste tekenen daarvan zijn de digitale assistenten die steeds vaker gebruikt worden en waarmee je via je stem je computer of andere apparaten kan bedienen. “Mensen moeten nog altijd een beetje een drempel over om te spreken met een computer, maar het staat buiten kijf dat er steeds meer toepassingen zullen opduiken”, aldus professor Kris Demuynck.

Enkele maanden geleden presenteerde Google een nieuwe functie voor zijn digitale assistent: voortaan zou die zelfstandig een telefonische reservatie bij een restaurant kunnen maken. De demonstratie bleek erg overtuigend te zijn. Het gesprek voelde zeer natuurlijk aan en je hoorde nauwelijks het onderscheid met een menselijke stem. Het toont aan hoever de spraaktechnologie ondertussen staat, na jaren van beperkte vooruitgang. “Dat we zo lang na Lernout & Hauspie op een doorbraak hebben moeten wachten, heeft verschillende redenen”, vertelt professor Kris Demuynck, gespecia-

liseerd in spraakverwerking en verbonden aan Universiteit Gent en het Leuvense onderzoekscentrum imec. “Pas sinds 2011 is er voldoende rekenkracht ter beschikking om de technologie naar een hoger niveau te tillen. Die rekenkracht komt van grafische kaarten, die dankzij de ontwikkeling van computerspelletjes ongelooflijk sterk zijn geworden.”

Dat volstaat echter niet, er zijn ook enorme hoeveelheden spraakdata nodig, waarbij je bovendien moet weten wat er juist gezegd wordt. Databanken van beperkte grootte waren er al langer. Google slaagde

erin om nog een stap verder te gaan. “Door zijn digitale assistent in een vroeg stadium gratis te laten gebruiken door het grote publiek wist het meer dan 30 000 uur aan opnames te verzamelen voor alle grote talen. De probleemzinnen die de technologie niet herkent, worden door mensen gecorrigeerd. Vervolgens wordt op de data een indrukwekkend rekenvermogen losgelaten, waardoor de technologie de gesproken taal steeds beter onder de knie krijgt.” Voor kleinere talen zoals het Nederlands en specifiek nog het Vlaams is het veel moeilijker om datzelfde aantal uur aan

opnames en correcties bij elkaar te krijgen. "In dat geval kan je de computer theoretische taalkennis aanleren, maar dat is een proces dat op dit moment nog niet tot dezelfde resultaten leidt. Om vooruitgang te boeken zullen alle actoren die in Vlaanderen iets van spraaktechnologie willen maken, moeten samenwerken. Al zouden we ook enigszins kunnen profiteren van Engelstalige opnames, aangezien die taal verwant is aan het Vlaams."

Zorgtoepassingen

Ondertussen duiken er toch meer en meer toepassingen op, vooral in het Engels maar ook in het Nederlands. Zo maakte Telenet recent bekend dat het een nieuwe decoder gaat testen waarmee je door het filmaanbod kan grasduinen aan de hand van stemcommando's. Het doet denken aan Google Home, een toestel waarmee je zelfs je verwarming en lichten met je stem aan of uit kan zetten. En dat is nog maar het begin, want er is veel meer mogelijk met de technologie. Denk maar aan toepassingen die voor de gezondheidszorg kunnen worden ingezet. "Voor de hand liggend is natuurlijk spraaktherapie: wie een beroerte of kanker aan het stemkanaal heeft gehad, kan oefeningen uitvoeren met een computer die ook feedback geeft. Voor mensen met beginnende dementie kan een robot in huis dan weer heel wat betekenen. Elke sociale interactie vertraagt immers de achteruitgang en dankzij zo'n robot kunnen zij op elk moment van de dag een gesprek aangaan. En dan is er ook nog een app in ontwikkeling die erop wijst als je naar een depressie afglijdt. Dat gebeurt door bij telefoongesprekken na te gaan wat je zegt en hoe je het zegt. Begint je stem vlakker te klinken en gebruik je vaker negatieve woorden, dan kan de app je daar attent op maken", verduidelijkt Kris.

"Begint je stem vlakker te klinken en gebruik je vaker negatieve woorden, dan kan een app je erop attent maken dat je afglijdt naar een depressie"

Zoals dat gaat bij elke technologie is ook misbruik mogelijk. Het principe van stemidentificatie leek voor de banksector een betrouwbare inlogmethode voor internetbankieren, totdat bleek dat een menselijke stem perfect gekloond kan worden. "Toch kan stemidentificatie nog van waarde zijn voor zoiets als Google Home, want wie zou je stem klonen enkel en alleen om de verwarming bij je thuis een standje lager te plaatsen?", stelt Kris de vraag. Spraaktechnologie maakt het ook mogelijk om persoonlijkheidskenmerken af te lezen of zelfs na te gaan of iemand regelmatig rookt of drinkt. Dat kan positief gebruikt worden, maar evengoed leiden tot gecontesteerde toepassingen, al helemaal als je er niet van op de hoogte bent dat je stem geanalyseerd wordt. "Regelgeving zal soe-

laas moeten brengen. In Europa is de burger dankzij de nieuwe privacywetgeving gelukkig al goed beschermd en kan er zonder toestemming geen data gebruikt worden."

Het is duidelijk: de spraaktechnologie kent een hausse en lijkt hoe langer hoe meer zijn plaats in te nemen. Alleen is het nog wachten op de echte doorbraak bij het grote publiek en het gebruik ervan in het dagelijkse leven. Volgens Kris is daarvoor eerst een toepassing nodig die sterk in de smaak valt, waar niemand nog om heen kan. "Het zou me niet verbazen als die zich op kinderen richt. Kinderen werken graag met spraaktechnologie. Ze gaan er spontaan mee om. Door ermee op te groeien zullen ze zich er ook nooit vragen bij stellen. Het staat buiten kijf dat er meer toepassingen gaan opduiken, maar nu moeten mensen nog altijd een beetje een drempel over om te spreken met een computer. Zelfs ik, geef ik toe. Zeker in het openbaar voelt het vreemd aan om er gebruik van te maken. Het zal dus moeten beginnen met thuisgebruik. Mensen hebben tijd nodig om iets gewoon te worden. Bij internetbankieren was dat ook zo, maar ondertussen is dat goed ingeburgerd." 

¿BURGERPRAAT! - GEEF DE VLAAMSE SPRAAKTECHNOLOGIE EEN DUWTJE IN DE RUG

Vooralsnog heb jij het Vlaams-Nederlands beter onder de knie dan de computer. Daarom heeft de wetenschap jou nodig. Wil je meewerken aan een onderzoek om computers communicatievaardiger te maken en tegelijkertijd ook je eigen communicatievaardigheden op punt te stellen? Stel je dan kandidaat om een opname van vijftien minuten te maken van je spraak. Daarna leer je een persoonlijkheidsanalyse aan tijdens een tweedaagse cursus en wordt die kennis toegepast op je opname. Je kan er ook in kleine groepen aan meedoen. Voor meer informatie surf je naar burgerpraat.elis.ugent.be of stuur je een mail naar burgerpraat@ugent.be.

HET CULTURELE EN CULINAIRE LEVEN VAN EEN BEKENDE VLAMING. DEZE MAAND:

Cathérine Vandoorne

RADIOPRESENTATRICE

Tekst BENJAMIN PONSAERTS // Foto VRT

"Mijn man en ik doen graag aan cultuur, maar het komt er toch te weinig van, vind ik. We zijn allebei drukbezet, zeker sinds we zes jaar geleden een dochtertje kregen. Ik sta open voor veel, maar beeldende kunst, dans en theater hebben een streepje voor. Zo zag ik onlangs nog Marx, een monoloog over het leven van de Duitse filosoof, gespeeld door Johan Heldenberg. Het was een herneming, want hij trok er eerder al mee door Vlaanderen. Ik heb er echt van genoten, het was fantastisch.

Met een aantal vrijwilligers sta ik ook in voor de programmatie in het gemeenschapscentrum in Boechout, waar ik woon. Het is leuk om artiesten uit te nodigen en tegelijk is het de ideale manier om cultuur in de eigen agenda in te plannen: het centrum ligt vlak naast de deur, ik sta er in geen tijd. Onder meer Stef Bos, Raymond van het Groenewoud en Gabriel Rios hebben er al opgetreden. Binnenkort staan ook de jazzmuzikanten Bert en Sam Joris, vader en zoon, geprogrammeerd. Ik heb een brede muzieksmaak, ook jazz valt daaronder. Maar dan wel uit-

sluitend de rustige variant en niet de diatonische, waarbij de ene noot te snel de andere aflost. Ik ben ook een grote U2-fan. Samen met mijn man ga ik binnen enkele weken naar een concert in Belfast. Iets om naar uit te kijken!

Normaal moet ik een drempel over vooraleer ik aan een boek begin. Maar dankzij het VRT-initiatief LangZullenWeLezen, dat mensen aanmoedigt om te lezen en waarvan ik een van de ambassadeurs ben, krijg ik het noodzakelijk duwtje in de rug en heb ik al heel wat boeken verslonden. Maar ik heb er ook al veel aan de kant gelegd: een verhaal moet mij in de eerste tien pagina's weten vast te grijpen, anders raak ik er niet door. Het boek dat me dit jaar tot nu toe het meest trof, is *Jij bent van mij* van Peter Middendorp. Het gaat over een man die zich vergrijpt aan een kind, het vermoordt en in de jaren die daarop volgen ongestoord zijn leven voortzet, tot hij uiteindelijk gepakt wordt. Het doet sterk denken aan de moord op Nicky Verstappen, een zaak die recent de media beheerste.

Ik hou ook heel erg van lekker eten. Op restaurant gaan is telkens een feest. Een maaltijd die met liefde en respect voor de producten is klaargemaakt, maakt mij echt blij. Ik heb het idee dat we terug naar de essentie gaan: er was een periode dat je vaak schuimpjes en gels op je bord vond, terwijl je nu weer ziet wat je eet. Dat juich ik toe. Ik heb niet meteen een favoriete keuken, maar ben verzot op goedgemaakte garnaalkroketten. Ook de eenvoudige boerenkeuken bevalt me: soms hoeft het niet meer te zijn dan een braadworst met bloemkool en witte saus." ♦



Cathérines kant-en-klaar tips

Restaurant: De Schone van Boskoop. "De absolute top, we gaan er vaak."
Appelkant 10, 2530 Boechout
03 454 19 31
www.deschonevanboskoop.be



Televisie: The Handmaid's Tale. "Science-fiction waarbij ik denk: het zou echt kunnen gebeuren." Tweede seizoen vanaf eind oktober te zien op Canvas



Boek: Zuivering van Tom Lanoye. "Leest als een trein. Lanoye pakt je in met zijn taalvirtuositeit."

LEER GRATIS MET SMARTPHONE, TABLET EN APPS WERKEN

MET DIGIWIJS VAN KBC SPRING JE MEE OP DE DIGITALE TREIN

Ben je KBC-klant en wil je je digitale kennis bijspijkeren? Schrijf je dan kosteloos in voor een van de infosessies van DIGIwijs. Er is voor ieder wat wils: beginners leren werken met smartphone of tablet, terwijl gevorderden verschillende handige apps leren gebruiken.

Met het initiatief DIGIwijs wil KBC zijn klanten vertrouwd maken met de digitale evolutie. Wie digitaal onderlegd is, doet daar immers profijt mee. Dat geldt zeker ook voor bankzaken. Apps als KBC Touch of KBC Mobile zijn gebruiksvriendelijk en je wint er ook tijd mee. Om elke klant hiervan te laten genieten, organiseert KBC sinds kort een aantal laagdrempelige infosessies, afgestemd op ieders interesse en ervaring. De KBC-medewerkers heten je van harte welkom!

1. Van smartphone tot tablet

Wat? In deze instapmodule word je wegwijs gemaakt in het gebruik van een smartphone en tablet.

Wanneer? Jaarlijks vinden er drie sessies in jouw buurt plaats

2. DigiDinsdag: KBC-basisapps

Wat? Kan je al vlot werken met je smartphone of tablet? Dan kan je in deze infosessie toespitsen op het gebruik van KBC Mobile en KBC Touch. Perfect voor het dagelijks bankieren.

Wanneer? Elke eerste dinsdag van de maand is er een Digidinsdag in je buurt.

3. KBC-apps voor gevorderden

Wat? Heb je voornamelijk verzekeringen bij KBC? Of ben je een belegger in hart en nieren? Dan heeft KBC specifieke apps voor je. Deze sessies focussen op de digitale toepassingen die handig zijn voor jou.

Wanneer? Per toepassing wordt minstens een keer per jaar een infosessie in jouw buurt georganiseerd.

4. Cybercrime in klare taal, een infosessie rond veiligheid op het internet

Wat? Wat kan je doen om veilig aan internetbankieren te doen? Wat zijn phishing en malware en hoe kan je je ertegen beschermen?

Wanneer? KBC organiseert hierover twee keer per jaar een infosessie in jouw provincie.

GEÏNTERESSEERD?

Neem contact op met je KBC-kantoor om je in te schrijven of surf naar www.kbc.be/digiwijs.



Dankzij DIGIwijs leer je in een ongedwongen sfeer smartphone, tablet en apps gebruiken.



10 OM NIET TE MISSEN

1 DE BLIKMAN*

Ellis en Michael sluiten vriendschap op hun twaalfde en lange tijd bestaat het leven van de jongens uit samen fietsen door de straten van Oxford, zichzelf leren zwemmen in de rivier, gedichten ontdekken en de vuisten van hun vaders ontwijken. Tot op



een dag deze vriendschap uitgroeit tot iets meer. Maar tien jaar later is Ellis getrouwd met Annie en is Michael uit het zicht verdwenen. Wat is er in de tussentijd gebeurd? *De blikman* is een hartverscheurend verhaal dat de liefde

viert in al haar vormen. Een liefdesverklaring aan zachtmoedigheid en vriendschap, aan verlies en het leven.

Sarah Winman, *De Blikman* - Uitgeverij Orlando

2 RAOUL DE KEYSER. OEUVE**

Raoul De Keyser, overleden in 2012, wordt stilzwijgend beschouwd als de grootmeester onder de Belgische schilders van de voorbije vijftig jaar. Hij ontwikkelde een eigenzinnige, tactiele werkmethode, met een hang naar het abstracte. Aan de hand van circa honderd schilderijen en een vijftigtal aquarellen en tekeningen, die werden gemaakt tussen 1964 en 2012, toont deze tentoonstelling voor het eerst na De Keyser's overlijden een overzicht van zijn oeuvre.

S.M.A.K., Gent - Nog t.e.m. 27/01 - www.smak.be - 09 240 76 01



3 GIRL**

Tijdens het Filmfestival van Cannes sleepte *Girl* verschillende prijzen in de wacht. Debuterend regisseur Lukas Dhont werd bekroond met de prestigieuze Camera d'Or, de jonge hoofdrolspeler Victor Polster won de prijs voor de beste vertolking in de competitie *Un Certain Regard*. *Girl* schetst het leven van de vijftienjarige Lara, van wie de grootste droom is om carrière te maken als ballerina. Maar haar lichaam strubbelt tegen, want Lara is geboren als jongen. Samen met haar vader en jonge broertje tracht ze de wereld te trotseren.

Vanaf 17/10 te zien in de bioscoop

4 HET KWARTET**

Een hilarisch theaterstuk over drie operazangers op hun retour. Samen brengen ze in alle rust hun oude dagen door in een woonzorgcentrum. Maar elk jaar is er één dag die wat opwinding brengt: op de verjaardag van Giuseppe Verdi hebben ze gewoonte om de grote componist te herdenken met een concert. In de aanloop daarnaartoe doet een nieuwe bewoonster haar intrede, een ware diva met wie het drietal vele jaren geleden nog op het podium stond. Een gelukkig toeval met oog op het concert. Maar het weerzien loopt niet van een leien dakje... Humor, melancholie, poëzie en muziek vormen de rode draad in dit stuk, gebracht door een cast om u tegen te zeggen. Niemand minder dan Jef Demedts, Magda Cnudde, Danni Heylen en Bob Snijers geven het beste van zichzelf.

Van 23/10 t.e.m. 20/12 op verschillende locaties in Vlaanderen - www.courenjardin.be 0473 71 33 41



5 BEGIJNHOVEN. EEUWENOUDE. EIGENTIJD*

De begijnhoven in de Lage Landen zijn van grote historische waarde. Dat twintig jaar geleden dertien Vlaamse begijnhoven als UNESCO-werelderfgoed werden erkend, bewijst dat. Maar behalve eeuwenoude zijn het ook eigentijdse plekken, die een nieuwe invulling hebben gekregen. Het is precies die hedendaagse cultuur die in het boek en de gratis tentoonstellingsreeks *Begijnhoven. Eeuwenoud. Eigentijds* centraal staat. Door middel van tekeningen, historische benaderingen, bijzondere verhalen, fotomateriaal en getuigenissen krijg je een beeld van hoe het er tegenwoordig op de begijnhoven aan toe gaat.

Boek: Mieke Felix, Stefaan Kerkhof, Maria Lammerant, Regina De Martelaere en Alexander Kerkhof, met illustraties van Stefaan Kerkhof, *Begijnhoven. Eeuwenoud. Eigentijds* - Feathers on Wings

Tentoonstelling: reizend langs verschillende begijnhoven in Vlaanderen en Nederland - Nog t.e.m. 31/01/20 - www.eeuwenoudeigentijds.be



9 STONEHENGE. VOORBIJ HET MYSTERIE**

Rond 2500 voor Christus verrijst in het zuiden van Engeland een indrukwekkend bouwwerk. Cirkelvormig, zoals de zon. Met gigantische rechtopstaande stenen. Vandaag staat de constructie bekend als Stonehenge. Maar wat is het eigenlijk? Waarom ligt het net daar? Wie liet het grootse monument optrekken? En hoe gingen de bouwers concreet te werk? Recent archeologisch onderzoek biedt boeiende feiten én verrassende inzichten. Tegelijk roept het nieuwe vragen op. Alle kennis is nu gebundeld in één grote expo: interviews met archeologen, kwaliteitsvolle 3D-visualisaties, mooie schaalmodellen... Authentieke grafvondsten getuigen van de feesten, ceremonies en begrafeniserituelen die het leven van de Stonehenge-mensen kleurden. Sfeervolle filmbeelden tonen een glimp van hun cultuur.

Gallo-Romeins Museum, Tongeren - Van 13/10 t.e.m. 21/04/19 - www.gallo-romeinsmuseum.be - 012 67 03 30

6 SOUL CLASSICS IN SYMPHONY*

Helmut Lotti is helemaal terug. Nadat hij dit jaar al een opgemerkte verschijning maakte in het televisieprogramma *Liefde voor muziek*, heeft hij nu een nieuw album uit. Deze keer richt hij zich op soulnummers, met versies van onder meer *My*



Girl van The Temptations, *Wonderful World* van Louis Armstrong en *Easy* van The Commodores. Naast twaalf klassiekers in een eigen jasje staan op de cd ook twee zelfgeschreven nummers en een uitvoering van *Purple Rain* van Prince, Helmut Lotti's favoriete nummer alle tijden. Zijn warme stem kan bovendien rekenen op de steun van de rijke klanken die zijn Golden Symphonic Orchestra voortbrengt.

Helmut Lotti, *Soul Classics in Symphony* - CNR Records Belgium

7 HOE MIJN VADER WERD VERWEKT*

Op een dag deelt Jos Meuleman het geheim over zijn afkomst met zijn jongste zoon, Bart. Het verhaal van zijn grootmoeder raakt Bart en hij verdiept er zich in. Dit boek is het relaas van haar leven, van iemand die kort na de Grote Oorlog als meisje vanuit de Kempen naar Brugge werd gestuurd om er in een gegoede middenstandersfamilie de huishouding te doen. Toen ze er, ongetrouwd, zwanger raakte, werd haar kind haar afgenomen en onder de hoede van een bejaarde engeltjesmaakster gesteld. Een foto van het tweetal trekt Barts aandacht en hij besluit op onderzoek te gaan - niet alleen in de archieven, maar ook in zijn verbeelding, om een stem te geven aan wie door de geschiedenis monddood werd gemaakt.



Bart Meuleman, *Hoe mijn vader werd verwekt* - Querido

8 NIET SCHIETEN**

De gewelddadige overvallen die de Bende van Nijvel pleegde in de jaren 80, waarbij ook doden vielen, behoren tot het collectieve geheugen. Met acht dodelijke slachtoffers was de overval op de Delhaize in Aalst de bloedigste. Geïnspireerd op die aanslag komt Stijn Coninx nu met de film *Niet schieten*. De film zoomt in op de negenjarige David Van de Steen, die ziet hoe zijn ouders en zus voor zijn ogen worden neergeschoten in de Aalsterse supermarkt. Hijzelf blijft zwaargewond en verveesd achter. De grootouders Albert en Metje vangen hun kleinzoon op en hebben de loodzware opdracht om, ondanks het grote verlies, verdriet en vele onbeantwoorde vragen, hun kleinzoon een toekomst te bieden...

Vanaf 10/10 in de bioscoop



10 DE KLEUREN VAN HET LEVEN*

In deze bij wijlen spannende maar vooral hartverwarmende roman verruult hoofdpersoon Kim het pittoreske eiland Groix voor de Côte d'Azur, om als gezelschapsdame in dienst te treden van de steenrijke en dementerende Gilonne. Deze excentrieke bejaarde krijgt wekelijks bezoek van haar zoon, die zeer gesteld is op zijn moeder. Kim raakt gecharmeerd door het duo. Maar dan ontdekt ze dat de echte en enige zoon van Gilonne twee jaar eerder is verongelukt. Gilonne lijkt hier niet van op de hoogte te zijn. Wie is deze man die wekelijks op bezoek komt? Kim is vastbesloten dit familiegeheim te ontrafelen.



Lorraine Fouchet, *De kleuren van het leven* - Nieuw Amsterdam

- * Win met het kruiswoordraadsel! Kijk op blz. 52
- ** Win met het ledenvoordeel! Kijk op blz. 54

"EEN MYSTERIEUS EN PRIKKELEND VERHAAL DAT IEDER OP ZIJN MANIER ZAL ERVAREN" PETER TERRIN VERTROK VOOR NIEUWE ROMAN BIJ ZICHZELF EN HET GEVOEL ER EVEN GENOEG VAN TE HEBBEN

Tekst BENJAMIN PONSARTS // Foto JEF BOES

Alles achterlaten en ontsnappen aan je eigen leven, al was het maar voor even. Misschien is het gevoel je ook al overvallen? In zijn nieuwe roman *Patricia* maakt Peter Terrin er het uitgangspunt van. "Het boek begint als een thriller maar evolueert al snel naar een existentieel verhaal", aldus de auteur, onder andere bekend van *Post Mortem* waarvoor hij in 2012 de AKO Literatuurprijs won.

"*Patricia* gaat over een 39 jaar oude vrouw, een drukbezette eventmanager met een zoontje van 5 en een man die bijna nooit thuis is. Wanneer haar zoontje in bad zit, laat ze haar smartphone in het water vallen. Plots is ze onbereikbaar: het voelt alsof ze van de wereldbol verdwenen is. Ze ziet een kans om alles achter te laten, stapt in de auto en rijdt weg. Maar al snel komt ze bij haar positieven en beseft ze dat ze terug naar haar zoontje moet. Als ze haar huis nadert, blijkt haar man er onverwacht al te zijn. Ze beseft dat ze een verklaring zal moeten geven, terwijl ze gewoon naar haar leven terug wil. Maar daarvoor is het te laat. En dat is de clou: het gaat niet louter over iemand die er even genoeg van heeft, het gaat over iemand die er niet meer in slaagt

terug te keren naar haar oude leven, ook al zou ze dat willen.

Ik denk dat velen al eens getroffen zijn door het gevoel er even tussenuit te willen, weg te vluchten. Het is eigen aan deze tijden: je hoort zoveel over burn-outs, maar ook mensen die opnieuw willen studeren, hun leven een andere kant op willen sturen. Mensen raken soms vervreemd van hun eigen leven, ze herkennen zichzelf niet meer in wie ze zijn geworden. Daarover gaat mijn boek. Het is spannend en begint als een thriller maar evolueert al snel naar een existentieel verhaal, over identiteit. We blijken niet altijd te zijn wie we denken te zijn, of toch niet in de ogen van anderen. Dat kan heel confronterend zijn."

Uit het leven gegrepen

"Het idee ervoor vertrok gewoon bij mezelf, want ook ik heb al eens gedacht: 'Ik heb genoeg van hoe mijn leven nu loopt.' Maar dan onmiddellijk gevolgd door de bedenking: dit is een interessant idee voor een roman. Dat is het voordeel dat je als schrijver hebt. Uit intense gevoelens haal je stof voor een volgend boek. Eerder dan het zelf te gaan beleven, beleef ik het dus in mijn verbeelding. Ik geloof ook niet dat je ideeën kan forceren, toch zeker niet de kiem van een verhaal. Zoiets overvalt je, als een flits die binnenkomt. Het vindt ook altijd zijn oorsprong uit situaties die uit het leven gegrepen zijn, een insteek die je nadien verder kan uitwerken.

Patricia is een mysterieus en prikkelend verhaal dat ieder op zijn manier zal ervaren. Ik ga nooit mijn interpretatie van het verhaal expliciet geven, anders maak ik mijn boek armer en neem ik iets weg van de lezer. Zelfs al zeg ik dat het maar een interpretatie is, zou ze toch gezien worden als de interpretatie omdat ze van mij komt. Ik wil dat de lezer er zelf iets van maakt, ik wil daar niet in tussenkomen. Zelf hou ik ook het meest van dat soort boeken, van verhalen die prikkelen."



Peter Terrin, ***Patricia***
De Bezige Bij, Amsterdam, 2018, 240 blz.,
19,99 euro

"ALS SCHRIJVER
HAAL JE UIT INTENSE
GEVOELEN STOF VOOR EEN
VOLGEND BOEK"



Klaar voor de winter

met de zonne-vitamine !

VISTA-D3TM



VISTA-Life
PHARMA
www.vistalife.be

Fit en gezond de winter door ? Met vitamine D !

De zomer is voorbij, nu moet u ervoor zorgen vitamine D op peil te houden.

Uiterst belangrijk voor een goede weerstand. **De beste manier ?**

Elke dag een smelttabletje VISTA-D3 onder de tong voor groot en klein !

Gemakkelijk en aangenaam, geen olieachtige oplossing, geen druppels tellen.

Zonder suiker, synthetische zoetstoffen, kleurstoffen, lactose of gluten.

In de apotheek.



400

0 - 12 j.



600

12 - 60 j.



800

60+ j.



1000

verhoogde
behoefte



2000

om te starten
bij groot tekort



TIP!

Is je plantenstaander klaar? Laat hem dan een weekje aan de kant staan voor je hem in gebruik neemt. De lak moet immers uitharden en dat duurt enkele dagen. Met het blote oog zie je niets gebeuren, maar het is toch een cruciaal proces. Goed uitgeharde lak is veel krasvaster.

Weggooien of pimpen?

VAN OUD NAAR HIP IN 5 STAPPEN

Tekst GRIET VAN BEVEREN // Foto's PAND ZESTIEN

Vroeger waren ze een onmisbaar stuk in de woonkamer of de 'voorplaats'. Vandaag schudden we het oubollige imago van deze donkerbruine, houten plantenstaanders af en we toveren ze om tot een hip interieurstuk met smaak. Heb je er geen in huis? Dan kan je dezelfde tips toepassen op gelijk welk ander houten meubeltje. Daar gaan we!

STAP 1: BOEN OF VERNIS? ZORG DAT JE WEET WAT HET IS!

Neem een potje met heet water en los er enkele brokken soda in op. Schrob met een keukensponsje over een stukje hout. Gebeurt er niets? Dan is je staander vernist. Komt er een bruine smurrie op je sponsje te zitten? Dan is hij geboend.

Met de soda-oplossing krijg je de boenwas makkelijk van het hout af. Let wel op: doe dit werkje buiten, in de schaduw en niet op je mooie terastegels want het is een vuil goedje. Spoel je plantenstaander overvloedig na met zuiver water en laat hem volledig drogen vooraleer je gaat lakken of vernissen.

STAP 2: ONTVETTEN. 'T IS EEN VAN DE BASISWETTEN!

Ontvetten is een stap die vaak overgeslagen wordt. Geheel onterecht, want het bespaart je veel last achteraf. Wie vooraf ontvet, heeft geen last van smurrie op z'n schuurpapier en zorgt ervoor dat de nieuwe producten veel makkelijker hechten.

De beste en goedkoopste ontvetter is amoniak.

Vul een emmer met water en voeg er een scheut amoniak aan toe. Neem een keukensponsje en was hiermee je plantenstaander. Spoel na met zuiver water en laat drogen. Wees voorzichtig met industriële ontvetters, die kunnen een impact hebben op je verf.

KIEZEN TUSSEN VERNIS OF LAK

VERNIS is een transparante houtbeschermer. Je gebruikt vernis wanneer...

- › het gaat om een kwalitatief houten meubelstuk. Bewaar de charme en voorzie voldoende tijd om het hout helemaal 'bloot' te maken.
- › je de warmte van het hout tot z'n recht wil laten komen.

LAK is een product waarmee je de houtstructuur verstopt. Je gebruikt lak wanneer...

- › het gaat om een meubelstuk met geplakt hout.
- › je niet veel tijd wil steken in schuren.
- › je kleur wil brengen in je interieur.





STAP 3: VOORAF GOED SCHUREN BESPAART JE KOSTBARE UREN!

Zodra je staander helemaal droog is, kan je aan het schuurproces beginnen. Voor velen geen favoriet taakje, maar broodnodig voor een mooi resultaat.

Er geldt alvast één gouden regel: schuur altijd mee met de nerven van het hout.

Je kan werken met een van volgende schuurmaterialen:

1. Het gewone schuurpapier: start met de grove en eindig met de fijne korrel.
2. Schuursponsjes en schuurmatjes: sponsjes geven meer grip terwijl matjes plooibaar zijn om randen mooi te schuren.
3. Een schuurmachine: handig voor grotere oppervlakken.
4. Een krabber: een meubelstuk met verfijnd snijwerk vraagt om krabbers in verschillende vormen.

STAP 4: EEN LAAGJE VERNIS EN MOOI DAT HET IS!

Vernis bestaat in verschillende glansgraden: hoe meer glans, des te sterker.

Kies bij voorkeur voor een watergedragen vernis. Zo voorkom je dat je staander vergeelt. Bovendien creëer je een heel naturel resultaat met een matte, watergedragen vernis en droogt het geheel veel sneller. Respecteer altijd de vermelde droogtijden en de tijd die nodig is om een tweede laag aan te brengen.



TIP!

Gebruik de juiste borstels en rolletjes voor het aanbrengen van watergedragen producten. Goed materiaal draagt bij tot een prachtig eindresultaat.

- Breng je lak altijd aan met een borstel en een velvet rolletje.
- De zachte rolletjes in mousse dienen enkel om na de eindlaag heel lichtjes over de lak te gaan. Gebruik ze niet om lak aan te brengen: de lucht maakt bubbeltjes in je lakwerk.

STAP 5: EEN BEETJE VERVEN, DAT KAN NOOIT DE PRET BEDERVEN!

Eerst de grondlaag...

Een grondlaag is geen overbodige luxe: ze zorgt ervoor dat je eindlaag hecht aan je plantenstaander. Wil je straks zorgeloos lakken, sla dan deze stap niet over.

... dan de tape

Schilderstape en schilderstape is twee. Er is een enorm verschil in kwaliteit en zoals het spreekwoord zegt 'de gierigheid bedriegt de wijsheid'. Kleuren kunnen verschillen per merk. Het belangrijkste is dat je kiest voor een gladde tape die niet te fel kleeft.

Breng de tape in een vloeiende beweging aan. Wrijf één keer voldoende stevig over de tape, niet meer want dan verwarm je de lijm en dat geeft problemen bij het verwijderen achteraf.

Vermijd het gebruik van papieren, crêpe tape. Die is wel goedkoper maar dient eigenlijk om dozen te sluiten, niet om verfwerken voor te bereiden. Hij laat lijmsporen na en het reliëf van het papier tekent zich onvermijdelijk af in de lak.

En dan eindelijk... jouw kleur!

Breng je gekozen kleur aan in twee lagen. Houd rekening met de droogtijden en de vermelde tijd die nodig is tussen de twee lagen.

Kies voor watergedragen producten om vergelen te voorkomen en de droogtijd in te korten. Handig is ook dat je dan je materiaal gewoon kan uitspoelen met water.

Idee en uitvoering:

PAND ZESTIEN
Dr. Verdurmenstraat 16,
9100 Sint-Niklaas
www.pandzestien.be



Wij gunnen haar een wereld zonder kanker



Wij geloven dat morgen beter wordt. Dat steeds meer mensen kanker zullen overleven. Tot op een dag niemand het meer van kanker verliest. Daar kunt u nu al aan bijdragen door Kom op tegen Kanker op te nemen in uw testament. Uw legaat wordt gebruikt voor kankeronderzoek én voor betere zorg aan kankerpatiënten en hun omgeving. Lees meer, vraag nu de gratis brochure "Morgen wordt beter" aan. Dat kan met de antwoordstrook of via de website: komoptegenkanker.be/nalaten



Ja, ik ontvang graag de gratis informatiebrochure "Morgen wordt beter"

☐ De heer ☐ Mevrouw

Voornaam

Naam

Straat

Nummer

Bus

Postcode

Gemeente

Stuur de ingevulde antwoordstrook in een gefrankeerde enveloppe naar: Kom op tegen Kanker, Koningsstraat 217, 1210 Brussel. Of contacteer ons via legaten@komoptegenkanker.be of op 02 227 69 69.

Waar men komt langs Vlaamse wegen, overal kom je interessante bewoners tegen. OKRA-magazine geeft je elke maand een kijk op een Vlaamse weg en maakt een praatje met enkele bewoners.

LANGS VLAAMSE WEGEN

FRIEDA GOOVAERTS PUBLICEEERDE HAAR EERSTE BOEK

"IK HAAL INSPIRATIE UIT ONZE REIZEN"

Tekst MATTHIAS VAN MILDERS // Foto FRANÇOIS DE HEEL

Rijd je Antwerpen binnen langs de E19 vanuit Brussel, dan is een van de eerste gebouwen die je tegenkomt een indrukwekkend appartementsgebouw van twaalf verdiepingen. Hier woont Frieda Goovaerts samen met haar man Willy. 2018 is voor haar een bijzonder jaar, want op 74-jarige leeftijd publiceerde ze haar eerste boek. Voor de thriller *De cargo-mix* vond ze inspiratie in reizen en andere gebeurtenissen in haar leven.

Een ruime inkomhal met marmer, plantenbakken met bruine korrels en kunst aan de muur: dit is de statige entree van appartementsblok *Den Dryhoeck* aan de Karel Oomsstraat in Antwerpen. Een van de zestig deurbellen is die van Frieda en Willy. "Ik heb veel sociaal contact, maar weinig in onze appartementsblok. De meeste bewoners werken en gaan op andere uren buiten en binnen. Ik sla wel een babbeltje als ik iemand op het terras van Café Lucien hier beneden zie zitten." Een van Frieda's geliefkoosde bezigheden is schrijven. Dat doet ze al een hele tijd. "Vroeger schreef ik reisverhalen en ik probeerde ook een boek te publiceren maar vond jammer genoeg geen uitgeverij. Dit jaar lukte dat wel. Boekscout werkt onder het POD-systeem (printing on demand). Ze drukken enkel de boeken die effectief besteld worden. Ik volgde vorig jaar een cursus over milieu en hun ecologische manier van uitgeven stond me wel aan. Zelf heb ik voor de uitgave van mijn boek geen extreme kosten, maar ik verdien er ook "het zout op mijn patatten" niet mee. Maar goed, dat is ook nooit mijn bedoeling geweest."

Met de bananenboot naar Guadeloupe

Haar boek *De cargo-mix* krijgt positieve reacties van lezers. De thriller speelt zich voor een deel af op een cargoboot. Frieda en Willy staken zelf verschillende keren op die bijzondere manier de oceaan over. "Toen mijn man op vervroegd pensioen ging, zochten we een nieuwe tijdsbesteding. Zo begonnen we aan woningoppas. We pasten op huizen met allerlei soorten huisdieren en kamerplanten tijdens de afwezigheid van de bewoners. Eerst deden we dat in België, daarna kregen we ook de kans om dat in de Caraïben te doen. Zo bezochten we regelmatig Guadeloupe en ook het nabijgelegen eiland Martinique. Vanaf de tweede keer reisden we met bananenboten van een Franse rederij mee. Die boten nemen maximaal twaalf passagiers mee. Meer mag

niet, anders moet er verplicht een dokter aan boord zijn. Je moet dus niet te zot doen, in het midden van 'den Atlantique' kan een helikopter je niet komen ophalen. Op zo'n cargoboot heb je als toerist weinig of geen contact met de mensen die er werken. Je mag wel overal rondwandelen, behalve in de voorraadkamers met levensmiddelen. En in de machinekamer konden we enkel binnen met een rondleiding."

Maritieme kennis

"De dagen op zo'n containerboot gaan snel voorbij. Je loopt rond en bekijkt alles op je gemak. Je eet driemaal per dag, je kan films kijken of lezen. Het is echt een aanrader, een bijzondere en rustige manier van reizen. Een cruise met animatie waarop je je driemaal per dag moet opkleden voor de maaltijd is mijn ding niet. Ik heb op de boot veel geschreven: ik hield dagboeken bij. Daar begon ik ook aan de thriller. Toen ik thuis een plot bedacht na een geniale ingeving van mijn dochter, kon ik het verhaal finaliseren en laten uitgeven. Intussen ben ik al bezig aan mijn volgende boek. Het is een verhaal dat ik vroeger al schreef, maar dat ik nu verder uitwerk. Ik ben immers geëvolueerd in het schrijven, door cursussen te volgen en veel te lezen. Ook dit wordt een thriller, die zich deze keer in Australië afspeelt. Ik haal bijna alle inspiratie uit mijn reizen. Iemand schreef in een review zelfs dat ze had genoten van mijn maritieme kennis." (lacht)

Witloof in Caracas

Guadeloupe, Martinique en Australië zijn niet de enige tot de verbeelding sprekende plekken waar Frieda en Willy zijn geweest. Tien jaar lang woonde het koppel in het buitenland, achtereenvolgens in Puerto Rico, Vietnam en Caracas (Venezuela). "Mijn man werkte voor Bell Telephone. 'Bell zendt zijn zonen uit', zei men vroeger. Toen ik zwanger was van onze oudste dochter zijn wij vertrokken naar Puerto Rico. Het langst woonden we in Caracas, van 1972 tot 1979. Daar ver-

welkomden we onze tweede dochter. Je kan het Venezuela van nu niet meer vergelijken met het land in de jaren zeventig. Het was toen alsof je in een Westers land woonde. Je kon er alles krijgen, zelfs Belgisch witloof. En alles was voor ons, gewone consumenten, betaalbaar. Toen ging het land vooruit.

Het spijt me te zien in welke uitzichtloze toestand Venezuela nu is beland. Ik ken daar persoonlijk niemand meer, maar ik

vind het een regelrechte catastrofe. Zo zie je maar wat politici met een land kunnen doen. Er is volgens mij een goede remedie en dat is ervoor zorgen dat mensen kunnen studeren. Beter opgeleide mensen kiezen doorgaans voor rationelere oplossingen."

Elke dag bijleren

Op het einde van de jaren zeventig zaten de internationale jaren van het gezin van Frieda erop. "Ik merkte dat het voor mij goed was geweest. Ik wilde graag terugkeren, weer dicht bij de familie wonen. We waren toen ook in blijde verwachting van onze derde dochter. "We woonden eerst vijftien jaar in een huis met een grote tuin in Zoersel waarin de kinderen zich volop konden uitleven. 25 jaar geleden verhuisden we dan naar dit appartement en ik wil hier niet meer weg. Ik vind het leven in Antwerpen fantastisch: er valt enorm veel te ontdekken en te doen. Het grote aanbod aan toneel, musea en cursussen is haast nergens zo uitgebreid als hier. In het buitenland waren die mogelijkheden er niet."

Vrouwentongen en een scheepsroer

De gezellige woon- en eetkamer van het appartement verraadt veel over Frieda's leven. Op verschillende plaatsen staan souvenirs en voorwerpen met een verhaal: een groot scheepsroer, houtsnijwerk en prullaria uit verschillende landen. Met

veel planten brengt Frieda de natuur in huis. "Ik heb nu al enkele jaren vrouwentongen staan. Ik was al hip voor die planten terug in de mode kwamen." (lacht) In een hoek staat een bureau met pc. Terwijl ze schrijft, heeft Frieda zicht over de hele leefruimte. "Ik zit hier graag, zo

voel ik me niet afgezonderd terwijl ik schrijf. Intussen leest mijn man aan de eettafel of in de zetel. En als hij op de laptop werkt, zit hij aan

een hoekje van het bureau. Hij is gedurende de jaren steeds meer opgeschoven. (lacht) Hij neemt de zaken als belastingen, financiën en verzekeringen voor zijn rekening. Ieder het zijne, ik ben blij dat hij dat doet. Ik schrijf liever fictie." ♦

"Ik heb op de boot veel geschreven: ik hield dagboeken bij. Daar begon ik ook aan de thriller"



De cargo-mix, Frieda Goovaerts,
ISBN 978-94-0224-590-5
te bestellen via uitgeverij
Boekscout.nl of bij de
boekhandel.



SPEEL EN WIN EEN VAN DEZE PRIJZEN

21 prijzen

WIN EEN OVERNACHTING MET ONTBIJT VOOR TWEE PERSONEN IN LA CALECTIENNE, GELEGEN IN HET WAALSE NISMES



Info:

Het karaktervolle hotel is gevestigd in een meesterwoning uit het begin van de twintigste eeuw, waarin heel wat decoratieve elementen bewaard zijn gebleven. Ook de aankleding van de kamers verwijst naar de tijd van de grootouders van de eigenaar, maar dan wel met alle moderne sanitair comfort. Er zijn acht kamers waar in totaal twintig personen kunnen logeren. Een fijne plek om als koppel of gezin te verblijven, maar ook geschikt voor een familie- of vriendengroep die het geheel wil afhuren. Achter het huis ligt een zalige tuin, volledig afgesloten van de straat zodat kinderen er veilig kunnen spelen.

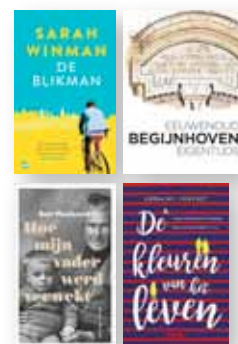
15 BOEKEN

- ✕ Vier exemplaren van **De Blikman** van Sarah Winman (waarde 18,95 euro)
- ✕ Twee exemplaren van **Begijnhoven. Eeuwenoud. Eigentijds** van Mieke Felix, Stefaan Kerkhof, Maria Lammerant, Regina De Martelaere en Alexander Kerkhof, met illustraties van Stefaan Kerkhof (waarde 29,50 euro)
- ✕ Vier exemplaren van **Hoe mijn vader werd verwekt** van Bart Meuleman (waarde 18,99 euro)
- ✕ Vijf exemplaren van **De kleuren van het leven** van Lorraine Fouchet (waarde 19,99 euro)



5 CD'S

- ✕ Vijf exemplaren van **Soul Classics** in Symphony van Helmut Lotti (waarde 17,99 euro)



OPLOSSING KRUISWOORDRAADSEL OKTOBER 2018

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Naam:

Straat + nr:

Postnr.:

Woonplaats:

Tel.:

E-mail:

OKRA-lidnummer of trefpuntnummer:

Schiftingsvraag: Welke rivieren vloeien samen tot de Viroin?

Vergeet niet een postzegel van 0,87 euro toe te voegen

HORIZONTAAL

1 uitroep van tevredenheid **5** zien **7** genotmiddel **11** midden **13** het gesprokene **15** laagwater **17** vergiffenis **18** karakter **19** vrouwelijk (afk.) **20** voormalige Italiaanse munt **22** vensterluik **24** deel van een open haard **26** uiting van aarzeling **27** kunststof **29** of iets dergelijks **30** gebonden **32** steelse blik **34** het gehoor betreffend **35** plaats in de provincie Luik **37** groot ongeval **39** onvoltooid **40** zwaardwalvis **41** gepruil **44** deel van het oor **46** oponthoud door motorpech **49** kweker **51** Bijbelse berg **52** eenheid van elektrische weerstand **53** opolbare centimeter **56** dik en breed **58** edelgas **60** snelheid **61** wielervedstrijd **62** zuster (afk.) **63** levenslucht **65** loon **67** wetenschappelijk onderwijs **68** rivier in Frankrijk **69** schande **71** in geen geval **72** hengelsnoer **73** pijnlijke spiersamentrekking.

VERTICAAL

1 vis **2** emeritus **3** overwinning **4** lofdicht **5** buidelbeer **6** kagebint **7** plaaggeest **8** krachtige ontkenning **9** do **10** eenheid van elektrische capaciteit **12** zeer verheugd **14** massamedium **16** kleinood **19** dun laagje **21** lijst **23** identificatienummer **25** kruiden **27** ijdeltuit **28** stuurhut in een vliegtuig **31** snaarinstrument **33** koren **34** wier **35** afleiding (afk.) **36** zangnoot **38** op welke manier **42** hemelruim **43** korte mededeling **45** moeder van Wilhelmina **47** westerse verdragsorganisatie (afk.) **48** ongebruikt **50** misdadiger **51** opperduivel **52** wartaal **54** dun plaatje **55** edelgas **57** rommel **59** Aziatisch rijstgerecht **61** zwarte stof **64** stel van bijenhorende zaken **66** krankzinnig **68** in oprichting **70** rondhout.

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

Alle cijfers van 1 tot en met 9 moeten een keer voorkomen in alle kolommen, in alle rijen en in elk van de 9 vierkantjes van 3 keer 3 vakjes.

Winnaars kruiswoord juli-augustus 2018

Wint een overnachting voor 2 personen in Hotel Juliana in Valkenburg.

Pierre Prinzie uit Kapellen.

Wint een overnachting met ontbijt voor 2 personen in 't Dorpshuys in Opoeteren-Maaseik.

Harry Neveux uit Sint-Katelijne-Waver, Jeannine Seghers uit Stekene, Georgie Van Broeck uit Bazel, Paul Coppens uit Sint-Laureins, Marleen Boddin uit Roeselare.

Wint een ontbijt voor 2 personen in 't Dorpshuys in Opoeteren-Maaseik.

Anny Martens uit Ertvelde, Monique Desmet uit Ieper, Marleen De Wilde uit Destelbergen, Marlou Jacobs uit Riemst, Lydia Etienne uit Deurne, Paul Borzée uit Hasselt, Guido De Zutter uit Oostkamp, Marcella Van Rompuy uit Mechelen, Jef Gysen uit Berlaar, Maria Brusten uit Heverlee.

Wint een exemplaar van Meisjes, moslims en motoren van Gaea Schoeters en Trui Hanoulle.

René Van Den Broeck uit Mechelen, Alfons Moerkens uit Oelegem, Georges Vanhulst uit Zichem, Lucienne Corteville uit Eeklo.

Wint een exemplaar van Leven en laten leven van Hendrik Groen.

Josée De Bruyn uit Meensel-Kiezege, André Panis uit Temse, Jan Somers uit Edegem, Frida Halleux uit Bassevelde.

Wint een exemplaar van Zo word je honderd van Junko Takahashi.

Ronny Callens uit Wakken, Lara Roegies uit Gent, Nicole De Meulenaer uit Nieuwkerken, Emmanuel Duyvejonck uit Wevelgem, Jeanine De Cuyper uit Sint-Amandsberg.

Wint een exemplaar van Liefde voor muziek.

Rita Serneels uit Herentals, Magda De Ranter uit Wilrijk, Marleen Verlinde uit Torhout, Willy Verelst uit Tremelo, Anneke Hindriks uit Poppel.

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

Oplossing kruiswoordraadsel
JULI-AUGUSTUS 2018

1		2	3	4		5		6		7	8	9		10
		11			12			13	14					
15	16		17					18					19	
20		21			22		23				24	25		
26				27						28		29		
	30		31					32		33				
34					35		36		37					38
			39					40						
41	42	43			44	45			46		47	48		
	49				50			51						
52				53		54		55			56		57	
58			59		60						61			
62			63	64				65		66			67	
		68						69				70		
71						72				73				

© DENKSPORT PUZZELBLADEN

22	9	68	61	15	48	54	42	31	45	71
----	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Stuur je oplossing naar: OKRA-magazine, Kruiswoord OKTOBER 2018, PB 40, 1031 Brussel, voor 30 september 2018. De winnaars verschijnen in het november-nummer 2018. Voeg een postzegel van 0,87 euro toe (niet vastkleven).

LEDENVOORDEEL

WIN GRATIS DUOTICKET

Maak kans op een van de **tien gratis duotickets (waarde 16 euro)** voor de tentoonstelling *Raoul De Keyser. Oeuvre* in Gent. Stuur deze bon **vóór 20 oktober 2018** naar *OKRA-magazine, De Keyser*, PB 40, 1031 Brussel of mail naam en adres naar magazine@okra.be met als onderwerp 'De Keyser'. Info zie bladzijde 42.

Naam en voornaam:

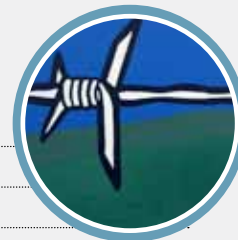
Straat en nr.:

Postnr.:

Woonplaats:

Telefoon:

E-mail:



WIN GRATIS DUOTICKET

Maak kans op een van de **vijf gratis duotickets** voor de film *Girl* in een bioscoop naar keuze. Stuur deze bon **vóór 15 oktober 2018** naar *OKRA-magazine, Girl*, PB 40, 1031 Brussel of mail naam en adres naar magazine@okra.be met als onderwerp 'Girl'. Info zie bladzijde 42.

Naam en voornaam:

Straat en nr.:

Postnr.:

Woonplaats:

Telefoon:

E-mail:



WIN GRATIS DUOTICKET

Maak kans op een van de **vijf gratis duotickets (waarde 32 euro)** voor de voorstelling van *Het kwartet* in Buggenhout (8/12). Stuur deze bon **vóór 20 oktober 2018** naar *OKRA-magazine, Het kwartet*, PB 40, 1031 Brussel of mail naam en adres naar magazine@okra.be met als onderwerp 'Het kwartet'. Info zie bladzijde 42.

Naam en voornaam:

Straat en nr.:

Postnr.:

Woonplaats:

Telefoon:

E-mail:



WIN GRATIS DUOTICKET

Maak kans op een van de **tien gratis duotickets** voor de film *Niet Schieten* in een bioscoop naar keuze. Stuur deze bon **vóór 10 oktober 2018** naar *OKRA-magazine, Niet Schieten*, PB 40, 1031 Brussel of mail naam en adres naar magazine@okra.be met als onderwerp 'Niet Schieten'. Info zie bladzijde 43.

Naam en voornaam:

Straat en nr.:

Postnr.:

Woonplaats:

Telefoon:

E-mail:



WIN GRATIS DUOTICKET

Maak kans op een van de **tien gratis duotickets (waarde 16 euro)** voor de tentoonstelling *Stonehenge. Voorbij het mysterie* in Tongeren. Stuur deze bon **vóór 20 oktober 2018** naar *OKRA-magazine, Stonehenge*, PB 40, 1031 Brussel of mail naam en adres naar magazine@okra.be met als onderwerp 'Stonehenge'. Info zie bladzijde 43.

Naam en voornaam:

Straat en nr.:

Postnr.:

Woonplaats:

Telefoon:

E-mail:



Wie deelneemt geeft de toestemming dat zijn of haar persoonsgegevens kunnen worden doorgegeven aan de betrokken partner als hij of zij tot de winnaars behoort. De gegevens worden in dat geval enkel en alleen gebruikt om de tickets over te maken.

Uw schoenenspecialist:
kleine en grote maten!
1000m² TOPMERKEN

WWW.

Eurika-Shoe
.com



♂
Flor
van
Bommel®

HEREN: Floris Van Bommel FredPerry
Guess TommyHilfiger Rehab Puma Nike
VanBommel Ambiorix Lloyd Caterpillar
Giorgio Timberland Australian Sebago
Specials: Mbt Joya Ara Solidus Geox
Rockport Mephisto FinnComfort Think



GUESS



VANS

JEUGD: Vans BjörnBorg BullBoxer Riverwoods
Guess Puma NewBalance Jack&Jones FredPerry
All-Star Tango Dc Superga Scapa K-swiss
Nike Sperry Diadora Asics Gaastra Brunotti

DAMES: Guess Floris van Bommel DL-sport
Riverwoods TommyHilfiger Spm Brako
Gabor PeterKaiser Mephisto Think! Geox
SensUnique Semler Solidus Wolky Ara Lloyd



KIDS: Geox-XLEDs MUSIC Puma
Vans Dc Bergstein Timberland
All-Star Ricosta Stones & Bones
Nike Lowa Hip Cks Kipling



BRAKO

DLSPORT



LOWA

Joya



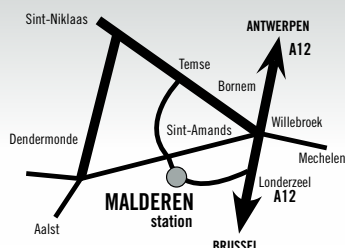
MBT

MEER DAN 2.000 MODELLEN VOOR STEUNZOLEN!

UITNEEMBAAR VOETBED en kleine + grote maten.

DL-sport Verhulst Ara Loints Softwaves Remonte
Mephisto-Mobils Allrounder Piesanto Berkemann
Annalina Semler Gabor Stuppy Vionic Vabene
CHROOM vrij/arm: Think! Brako-Anatomics FitFlop
Clair de Lune Ecologica FinnComfort Wolky Vital
DIABEET: Durea Varomed Xsensible Solidus-care

Helpen bij rug-, heup-, voet- en spierklachten :
MBT JOYA FIT-FLOP XSENSIBLE FINNAMIC
Topdealer van MEPHISTO SANO - LOWA-trailer
WANDELBEURS NEKKERHAL MECHELEN 29+30/9
Lowa Meindl Asics Allrounder Hi-Tec Brooks



€ 13 KORTING BIJ AANKOOP VAN EEN PAAR SCHOENEN VANAF € 95,00
EN NIET CUMULEERBAAR MET ANDERE KORTINGEN

Naam
Adres
E-mail Datum / /

EURIKA-SHOE BVBA - Handelsstraat 141 - 1840 Londerzeel (Malderen-station)
Tel. (052) 33 30 01 - e-mail: eurika@telenet.be
Open: werkdagen van 9 tot 20 u. - zaterdag van 9 tot 19 u.
Gesloten: zon- en feestdagen

Niet geldig tijdens de sperperiode.

BON
€13

Comfort en veiligheid dankzij de traplift van thyssenkrupp

€650
korting*

thyssenkrupp viert zijn 65-jarig bestaan
en wie jarig is trakteert!

Ontvang nu € 650 korting bij de aankoop van uw Flow Swing traplift.

Wilt u meer informatie?

Aarzel niet om contact met ons op te nemen:

☎ 0800 26 100

🌐 tk-traplift.be

engineering.tomorrow.together.



thyssenkrupp

*Aanbieding onder voorwaarden, zie www.tk-traplift.be