



Jaargang 40 nr.5 januari 2015

<http://www.kwbheusden.be>

KWB gezinsweekend september 2015

De kogel is door de kerk. Volgend jaar gaan we naar Biersdorf am See en verblijven in Hotel Kornmarkt.

Wanneer : 18 - 19 - 20 september 2015.

Prijs : 110,00 €

Inschrijven : Voor 30 januari 2015 bij Jos Moons, Kruiskapelstraat 10
Heusden-Zolder, mits betaling van een voorschot van 25 Euro/persoon.



Samenaankoop stookolie maandag 26 januari 2015

Je kan stookolie bestellen via bijgevoegd inschrijfstrookje of online via www.kwbheusden.be



Deze voormiddag is een samenwerking met het Davidsfonds en de Bib. Daarom gaat ook alles door in de vernieuwde bibliotheek.

29 / 01 Petanque

Het blijft een klassieker. Dit jaar spelen we in “**De Berk**” Berkenbos.

05 / 02 Brandweer.

Bij brand en ander onheil, zoals zware verkeersongevallen, overstromingen, enz. wordt steevast beroep gedaan op de brandweer. En ook bij de brandweer is stilstaan, achteruitgaan. Op nationaal vlak worden beslissingen genomen die te maken hebben met de organisatie en reorganisatie van de dienstverlening inzake bestrijding van allerlei kleine en grote rampen. En ook de brandweer in Heusden ontsnapt niet aan de regelgeving.

Hoe evolueert het personeelsbestand (beroepskrachten en vrijwilligers)? Welke beslissingen moeten worden genomen betreffende investeringen in materieel en infrastructuur? Hoe verloopt het proces in een provinciale context?

Deze en andere vragen worden behandeld door **Marc CEYSSENS**, commandant van de brandweer in Heusden.



Avond, part V.

Er zijn nog een beperkt aantal plaatsen
deel te nemen aan onze 5de editie.
Aarzel niet om je alsnog in te schrijven!
De prijs voor deelname: 20 € voor leden,
niet-leden.



over om

22 € voor

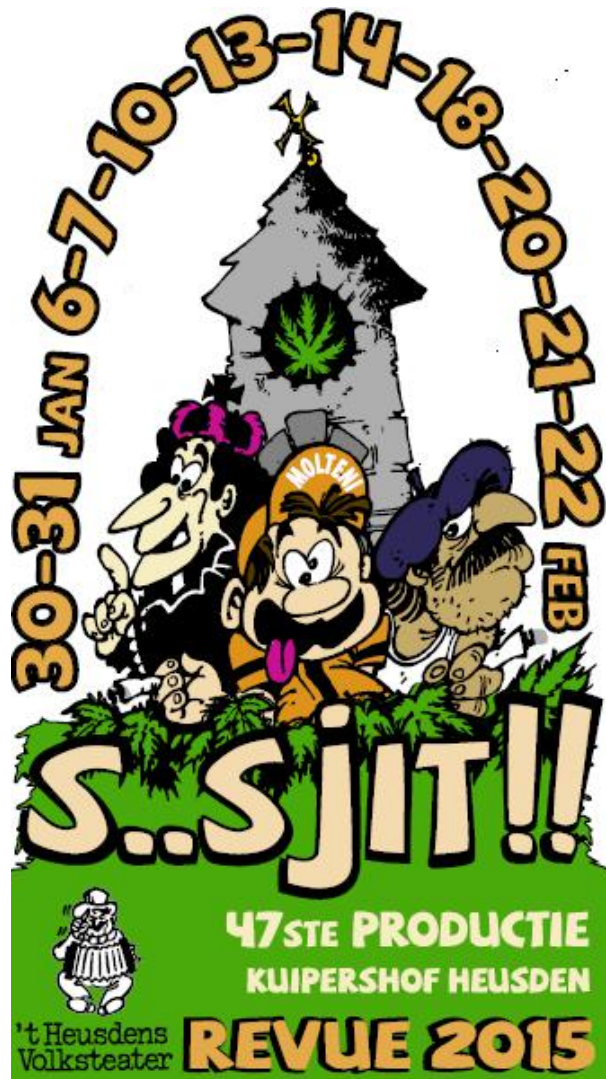
Inschrijven kan bij volgende personen:
Klaus Neumann, Tel.: 011 43.12.84
e-mail: klaus@kwbheusden.be
Ludo Engelen, Tel.: 0478 38 49 39
e-mail: ludo@kwbheusden.be



PS Na de tasting is er nog de mogelijkheid om wat na te kaarten en een pint of nen Duvel (of 2, of 3, of 4, of 5, ...) te consumeren. Bovendien zullen we jullie nog verrassen met enkele lekkere hapjes!!

Slainthe!





Kaarten te verkrijgen voor de voorstelling van vrijdag 20 februari
aan 7,5 euro bij Michel Truyers, Schootstraat172
tel; 011 /42.63.32

Agenda januari - februari

vrijdag 2 januari Start inschrijving tuinproducten & aardappelen

donderdag 8 januari Borrelwandeling kwb overdag

dinsdag 13 januari Koken voor mannen

donderdag 15 januari Kwb overdag : slaapstoornissen

Vrijdag 16 januari Whisky proefavond

donderdag 22 januari Kwb overdag : arm Wallonië

maandag 26 januari Samenaankoop stookolie

donderdag 29 januari Kwb overdag : petanque

zaterdag 31 januari afhalen tuinproducten

dinsdag 3 februari Banketbak-les

donderdag 5 februari Kwb overdag : brandweer

donderdag 12 feb. Kwb overdag : de nieuwe wildernis

zondag 15 februari Valentijn-ontbijt

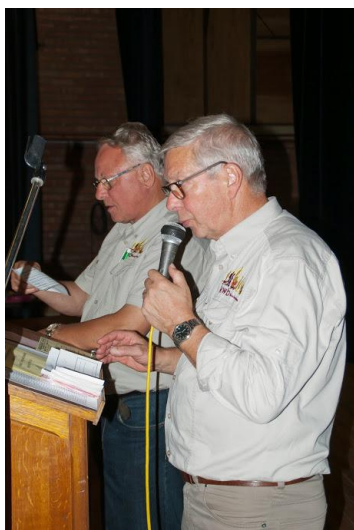
Fantastisch

Dit jaar heeft de dertigste editie plaats gevonden van onze KWB-stratenloop. Het is een stevige KWB-activiteit, een topper, die heel wat mensen op de been heeft gebracht... In die 30 jaren zijn er 7410 lopers gepasseerd, gemiddeld bijna 250 deelnemers per jaar. Dat alles moest natuurlijk in goed banen geleid worden. Hiervoor waren er steeds een dertigtal vrijwilligers present. Als we de dikke verslagmappen nakijken, merken we dat een derde, ja bijna de helft van die medewerkers haast alle jaren trouw op post waren. Dat is een hele prestatie die een dikke merci verdient. We mogen hierbij zeker niet de organisatoren, de spilfiguren, vergeten die al die jaren de stratenloop-machine draaiend hielden. Wat dat allemaal omvatte, kunnen wij ons niet inbeelden: zorgen voor de nodige toestemmingen van gemeente en politie, zorgen voor kleed- en wasplaatsen voor de deelnemers, voor de zaal van het Kuipershof,



voor geluidsinstallatie, voor tijdsopname, voor luchtkasteel, voor prijzen en prijsuitreiking, voor sponsoring, voor Rode Kruis, en voor nog zoveel meer... En zeker ook zorgden dat alles en iedereen op elkaar afgestemd was, dat alles gesmeerd liep. Dank en waardering Eddy en Roger voor jullie inzet. Zij hebben te kennen gegeven nu een stapje terug te zetten. Wij respecteren deze beslissing.

De stratenloop is ook steeds een hoogfeest geweest in echte kwb-stijl. Zowat iedereen die wilde lopen, mocht deelnemen. Er stond geen grens op leeftijd: kinderen van zes jaar, ouderen van 70 jaar. Iedereen mocht meedoen. De inschrijvingsprijs werd al die jaren extra laag gehouden.



-8-

Daarbij konden de deelnemers kiezen tussen verschillende afstanden en formules, jogging of loopwedstrijd. Ze werden verdeeld in verschillende categorieën, al naargelang leeftijd en geslacht. Zo kon werkelijk elkeen aan zijn trekken komen. En voor iedere deelnemer was er een tas of schotel met allerlei producten voorzien. Ook hier een extraatje in echte KWB-stijl: niet volgens volgorde van aankomst, maar volgens loting mocht elke deelnemer een prijs uitkiezen. Meedoen is belangrijker dan winnen. Nog enkele merkwaardige feiten: meerdere jaren is er een delegatie van Hongarije op bezoek geweest. Die Jongelui werden

bij gezinnen te slapen gelegd. Graag wilden ze hun sportief kunnen tonen. Eens is er ook een deelnemer geweest afkomstig uit de Verenigde Staten. Hij was hier in het land en wilde deelnemen aan een stratenloop. Zo kwam hij in Heusden terecht. In 2003 heeft de stratenloop 500 € geschonken aan de actie Kom op tegen kanker. Dat jaar waren er ook 407 deelnemers. In de beginjaren was er ook een wisselbeker tussen de verschillende lagere scholen: Brug- en Kapelstraat. Daar deden de kinderen echt hun best voor. Gedurende meerdere jaren was er ook een opmerkelijke groep lopers van het college Berkenbos... soms gesierd met een sombrero, soms met andere opvallende kledingstukken... En steeds was de sfeer plezant.

30 jaren stratenloop: wat was het mooi! Dank, dank, dank. We kijken met spanning uit naar wat het vervolg zal brengen.

(Ward)



Verslag van het 27ste jaar KWB – overdag. “Deel 1.”

We blijven het goed doen, ook in het 27^{ste} jaar KWB-overdag is er weer een behoorlijke opkomst, we hebben 98 inschrijvingen, meer zelfs dan vorig jaar, een teken dat de verjonging zijn vruchten afwerpt en dat ook dit jaar het programma weer aanslaat bij het publiek.

06/11/2014 Containerpark Limburg.net. Door Kris Somers.

Het ophalen van afval door de gemeenten stamt uit de “Code Napoleon”. De gezinnen, vooral in de stad waren verplicht om hun afval aan de gemeenten af te staan en de gemeenten waren verplicht dit afval op te halen. Tot hier het verre verleden. Veel later is intercompost, IVVVA, en Regionale milieuzorg in het leven geroepen en door het samengaan van die drie is Limburg.net ontstaan. Op dit ogenblik bestaat de raad van bestuur van de intercommunale uit een vertegenwoordiger uit elk van de 44 aangesloten Limburgse gemeenten plus Diest. De dienstverlening is voor 863 000 klanten. In Limburg zijn er vier systemen van huisvuilomhaling : ophalen in zakken, in bakken, GFT en gemengd. 89 % van de uitgaven bestaan uit ophalen en inzameling.

13/11/2014 Fietstocht naar het kasteeltje in Beverlo.

De traditie wil dat de tweede bijeenkomst van KWB-overdag een fietstocht is. In Ukkel hadden ze boven Limburg goed beloofd en we konden vertrekken een stralende zonnehemel en met een temperatuur van rond de 10 graden, slecht voor rond half november. De was dan ook zeer goed en we konden vertrekken met een 40-tal deelnemers. Via Koersel en de terril van Beringen werden we door de wegkapiteins feilloos tot op de bestemming geloodst. Het reclame foldertje loog er niet om, we werden er goed onthaald en er was voor elk wat wils.



weer
onder
niet
opkomst

Sommigen hielden het zo vroeg op de morgen met een warme choco of een tas koffie maar de echte vonden toch dat ze al een paar “Duvels” moesten achterover kappen of hebben vlug enkele “Koolputterkes” soldaat gemaakt. In 1994 kochten Ludo en Linzi dit gebouw als een oud vervallen herenhuis en ze hebben er zo waar een echt toeristisch pareltje van gemaakt met gastenkamers, een kinderboerderij en hoe kan het anders in Limburg, een fietscafé, zeker de moeite waard om eens terug te komen met de kleinkinderen. Via een stukje Oostham zijn we dan naar het kanaal gereden en zo terug naar Heusden, een zoveelste geslaagde fietstocht.

20/11/2014 Zuid Amerika. Door Paul Coolen.

Paul is stilaan een vaste waarde op ons programma, dit jaar ging het over zijn fietstocht door Zuid Amerika. Een tocht van 3000 km, van Porto Alegre in Brazilië via de landengte tussen de Atlantische oceaan en het grootste meer van Brazilië "Lagoa dos Patos". Dit meer is 280 km lang en 70 km breed. Vervolgens richting Punta de

de



Este en Montevideo in Uruguay. Vandaar naar Buenos Aires in Argentinië en dan via de uitgestrekte Pampas tot aan Andes, dan moest hij dit gebergte nog over fietsen en daarna verder

tot Santiago in Chili. Op het eerste zicht een eenzame tocht, drie weken aan een stuk moederziel alleen fietsen, je zou voor minder, en toch is zo een tocht een enorme verrijking, zie hier zijn relaas. De start van de fietstocht was december 2013, hier hartje winter in het zuidelijk halfrond hartje zomer. Bij de start in Porto Alegre was het 35 graden en wind mee, het was vollebak zonnecrème smeren en hopen op hier en daar een plekje schaduw. Het is geen georganiseerde reis met reisleiders en hostesses die je feilloos van het ene 5-sterrenhotel naar het andere loodsen maar een belevingstocht waar je uzelf onderdompelt in de gewone dingen van elke dag, zo wordt je deel van het geheel en dan wordt het pas interessant. Je zoekt 's avonds een slaapplek en gaat "uchteren" met de mensen maar zij noemen het "matté" en voor 2,5 Euro krijg je op het platte land van Uruguay een uitgebreide maaltijd want als je de hele dag fietst moet je aan 4000 Kcal per dag komen. In Buenos Aires wist hij dat hij ongeveer halweg zat en dan moest hij door het grote lege vlakke binnenland van Argentinië, "Provincia de la Pampa", een provincie zo groot als Frankrijk, een semie woestijngebied. En daar fiets je dan gans alleen, op een dag 144 km zonder één dorp, alleen één lange rechte weg door de Pampas, 47 graden in de zon, 41 graden is de schaduw en maar fietsen en hopen dat je toekomt met het water dat je bij je hebt. Na enkele dagen zie je de voorlopers van de Andes, een verlossing maar ook een volgende uitdaging want daar moet je dan



een bergpas over van 2660 meter boven de zee, niet met een koersfiets zoals in de Ronde van Frankrijk, nee, met een fiets met al je hebben en houden wat je de ganse dag moet meesleuren, ook over deze bergpas.

Uiteindelijk, na drie weken hard labeur komt je dan aan in Santiago de Chili, de eindbestemming. Het geeft een gemengd gevoel, een triest gevoel van het einde van een fantastische tocht maar ook een geweldige ontlading van het gehaald te hebben, een euforie in kwadraat.

Vrijdag 16 januari 2015, 20.00 uur!

27/11/2014 Hartproblemen. Door Dr. Ir. Philippe Bertrand.

Bij een voordracht met als titel "Een gebroken eerder aan een stationsromannetje denken en cardiologische benadering van hartproblemen, Philippe Bertrand er in geslaagd om in gewone ons een beetje wegwijs te maken in de moeilijke pathologie van het hart. We leerden dat een pijn op



hart" zou je niet aan een toch is mentaal fysiologie en drukkende

de borstkas een alarmteken is, zeker als die pijn uitstraalt naar de keel of de linkerarm. De oorzaak van dergelijke pijn ligt praktisch zeker in het hart. Is de pijn eerder een stekende pijn, dan is de kans veel kleiner dat het van het hart komt. We zagen zeer duidelijk op een filmpje hoe angor ontstaat door een vernauwing van een van de kransslagaders, dit zijn de bloedvaten die het hart zelf van voeding en zuurstof voorziet. Als zo een bloedvat meer en meer dichtslibt door aderverkalking ontstaat een hartinfarct op het ogenblik dat het bloedvat gans verstopt. Bij angor heeft men de mogelijkheden om op de plaats van de vernauwing een stent te plaatsen om het bloedvat terug open te houden. Dit kan gebeuren door een relatief kleine ingreep via een katheter in de lies. Er zijn een aantal factoren die het risico op hart en vaatziekten bevorderen. Sommigen, vb. erfelijkheid, hebben we zelf niet in handen. Bevorderende factoren zoals roken, zwaarlijvigheid en te weinig fysieke activiteit kunnen we wel zelf verminderen. Drie maal per week een half uurtje sporten is beter dan één maal per week anderhalf uur. We leerden over een te snel en een te traag hartritme en hoe een pathologisch te traag ritme perfect kan behandeld worden met een pacemaker. We leerden ook iets over een hartklep die via een katheter kan opgeschoven worden langs de lies en zowaar, enkele dagen later was dit ook in het nieuws ook op TV. Het nut van een defibrillator op openbare plaatsen werd nog eens aangetoond en als het grote publiek nu ook nog eens een

opleiding wil volgen om deze te gebruiken zal dit in de toekomst zeker nog meer mensenlevens redden.

Wigo.

Agenda KWB-Overdag

08 / 01 Borrelwandeling.

Zoals alle jaren starten we het nieuwe jaar met een wandeling waarbij onderweg er eentje mag geproefd worden.

Voor 2015 zal het richting **Meylandt** worden.

15 / 01 Slaapstoornissen bij senioren.

Als de nacht geen rust geeft, wat dan? Is het met een pilletje of met een slaapmutsje? andere therapieën of hulpmiddeltjes die wel

Dr. Veerle Mertens geriater in het SFZ zal komen geven en vragen stellen zal ook geen

zijn.



te verhelpen

Of zijn er
helpen?

hierover uitleg
probleem

22 / 01 Arm Wallonië NIEUW! Samenwerking!



Meer dan 100 jaar geleden verscheen het boek “Arm Vlaanderen”.

Journalist **Pascal Verbeken** deed een zelfde soort reis maar nu in het Wallonië dat ooit een eldorado was en nu een streek met één van de hoogste werkloosheidscijfers van Europa.

De schrijver sprak met tientallen Walen wier Klein Verhaal onlosmakelijk verbonden is met de Grote Geschiedenis van Wallonië, van Vlaanderen, van België. Allen schilderen ze mee aan het portret van een streek die haar verloren trots opnieuw probeert terug te vinden.

Café Manger vrijdag 13 maart

Noteer nu de volgende Café Manger al in je agenda.

Op vrijdag 13 maart kan je weer lekker komen eten en gezellig komen keuvelen in de kleine feestzaal van de Kring



Je kwb-lidkaart is geld waard

Winnaar januari:

Fam. Martin Boelenders Mispad



Waardebon 2 pers. Café Manger vrijdag 13 maart of

waardebon 1 persoon Valentijnontbijt 15 februari



FAMILIENIEUWS

Overlijdens

- Mathieu Tiri, ons oudste lid, Hof ter Bloemen.



GELUKKIG NIEUWJAAR ...
WWW.TOMCARTOON.BE

**Wil je graag lid worden? Aarzel niet en telefoneer naar
secretaris Ludo Engelen 0478-38.49.39**

CITAAT VAN DE MAAND

**Je moet zo nu en dan buiten de lijntjes durven kleuren om
van je leven een kunstwerk te maken.**

anoniem

TEKSTEN VOLGENDE KWB - LEEFT binnen brengen uiterlijk op vrijdag 16 januari bij :
Jan Aerts, Max Vanmelbeek 7 tel. 011/43.10.95
0479/466247 , e-mail : jan@kwbheusden.be
reknr. Kwbheusden BE04 3350 1638 1831