

## Activiteiten

### Seniorenfietsocht

De seniorenraad organiseert jaarlijks een seniorenfietsocht langs landelijke wegen. Er wordt ongeveer 20 km gefietst op een rustig tempo. Halfweg is er een tussenstop waar elke deelnemer een dankje krijgt aangeboden. Deelname is gratis en inschrijven is niet nodig.

### Seniorenreis

De seniorenraad, het cursuscentrum en team senioren organiseren elk jaar een seniorenreis. Elke senior van de gemeente kan deelnemen aan deze reis. Er wordt een liftbus voorzien zodat ook de mindermobiele senior kan meegaan. Deelnemers hebben de keuze uit een aantal mogelijkheden: bezoek aan een bedrijf of site, rondrit met de bus, ...

### Seniorenshow

In september organiseert de seniorenraad een seniorenshow. Muziek met bekende artiesten, dans en humor zijn de ingrediënten om er telkens een schitterende show van te maken.

### Petanquetornooi

Iedereen die graag petanque speelt, kan deelnemen aan het petanquetornooi van de seniorenraad. Je moet geen geofende petanquespeler te zijn om deel te nemen.

### Voorstelling woonzorgcentra

In Heist-op-den-Berg zijn er vier woonzorgcentra. Elk hebben ze hun eigen identiteit en specifieke kenmerken. Als oudere is het vaak niet gemakkelijk om te bepalen in welk centrum je voor jouw noden de beste zorgen krijgt. Daarom organiseert team senioren in samenwerking met Open School een infosessie waarin de vier Heistse woonzorgcentra zichzelf voorstellen. Algemene begrippen zoals een woonzorgcentrum, kortverblijf, dagopvang, het lokaal dienstencentrum en de graden van zorgbehoefendheid (de KATZ schaal) worden duidelijk uitgelegd. Daarna gaan we het specifiek voor elk woonzorgcentrum hebben over het aanbod, het financiële aspect, het wachtlijstenbeheer en helpen we hardnekkige clichés de wereld uit.

### Seniorenbeurs

De seniorenbeurs heeft als doel om de bezoekers te adviseren en informeren over alles waar senioren mee bezig zijn of wat hen aanbelangt. Onderwerpen als zorg, welzijn, vrije tijd, mobiliteit, ... komen uitgebreid aan bod via een standenmarkt.

Op de verschillende standjes worden de bezoekers geïnformeerd met folders of gadgets en geadviseerd. Zowel senioren met hun familie zijn welkom als ook mantelzorgers, thuisverpleegkundigen, artsen, maatschappelijk assistenten van de mutualiteiten en andere verzorgenden.

## Senioren (/team/senioren)

OCMW-site

Stationsstraat 2, 2220 Heist-op-den-Berg

015 22 86 58

senioren@heist-op-den-berg.be (mailto:senioren@heist-op-den-berg.be)

