



Maandelijks nieuwsbrief David Larmuseau – april 2016

INHOUD

1. Aantal gezinnen voedselbedeling verdubbeld.
2. Lichaamsbeweging voorkomt valincidenten.
3. Aanplanting geboortebom – ‘Dromen dat ieder kind zijn talenten kan ontplooiën.
4. Een geslaagd eetfestijn.
5. Gezinsdag 29 mei 2016
6. Dag van de Mantelzorg 19 juni 2016
7. 8^{ste} Grote Prijs Zandbergen 1 juli 2016

Vanaf 1 maart 2016 geeft David Larmuseau zijn persoonlijke kijk op de gebeurtenissen van de voorbije week in zijn blog **Tiebreak**.

Hierbij gevoegd vindt u de blogberichten van de maand april.

Nr. 5: Woonkwaliteit opkrikken. Vreugde en verdriet liggen soms dicht bij elkaar. Over hoe mijn broer Maarten de nationale pers haalde met de resultaten van het onderzoek naar DNA-materiaal waarmee hij al vele jaren bezig is.

Nr. 6: Verborgene suikers. Wereldgezondheidsdag. Over de infosessie georganiseerd door mijn departement sociale zaken en welzijn, de Gezinsraad en de Diabetesliga, rond “verborgene suikers”.

Nr. 7: Kinderkankerfonds. Over mijn jaarlijks eetfestijn dat plaatsvond op 15, 16 en 17 april in mijn thuisbasis zaal Die Crone te Idegem en waarom ik de opbrengst schenkt aan het Kinderkankerfonds.

Nr. 8: Gelijke kansen. Over de aanplanting van de geboortebom op 24 april in de tuin van de assistentiewoningen De Maretak en het woonzorgcentrum De Populier.

De *Tiebreaks* kan u lezen op mijn website www.davidlarmuseau.com/homepage.

1. Aantal gezinnen voedselbedeling verdubbeld.

In 2015 verdubbelde het aantal gezinnen dat een beroep doet op de Voedselbedeling. 'Die ondersteuning is noodzakelijk voor een deel van de bevolking', zegt OCMW-voorzitter David Larmuseau. 'Geraardsbergen heeft meer dan ooit nood aan een sterk sociaal beleid.'

Elke vierde donderdag van de maand vindt de voedselbedeling plaats in het wijkcentrum De Poort. Die gebeurt door 25 vrijwilligers van het OCMW.

Gecoördineerd door het CAW maken alle verenigingen die in de Oudenbergstad actief zijn bij de voedselbedeling deel uit van een samenwerkingsverband dat werkt volgens een gemeenschappelijke visie.

Verdubbeling aantal gezinnen

In vergelijking met 2014, toen gemiddeld 76 gezinnen werden bereikt, verdubbelde dat aantal in 2015 naar 148. '2014 was het opstartjaar van de gecoördineerde voedselbedeling', legt OCMW-voorzitter Larmuseau uit. 'Maar die stijging is zeer frappant, temeer daar de toekenning gebeurt op basis van strikte criteria.'

Om recht te hebben op voedsel is een attest vereist. Dat is één, tot maximum drie maanden geldig en de toekenning gebeurt na een financieel onderzoek. Elke cliënt krijgt, afhankelijk van de gezinsgrootte, eenzelfde pakket mee naar huis.

'Aan de basis blijven de sociale noden groot', stelt de OCMW-voorzitter vast. 'Steeds meer gezinnen kunnen niet langer in hun basisbehoeften voorzien. Die verdubbeling sterkt mijn overtuiging dat Geraardsbergen een sterk sociaal beleid nodig heeft om de groeiende groep mensen op te vangen die overleeft in de onderbuik van de samenleving.'

Respect

Een hoeksteen van de werking is de respectvolle behandeling. De cliënten worden opgevangen in de ontmoetingsruimte van het Wijkcentrum de Poort en krijgen een kop koffie of een tas soep. Er bestaat een mogelijkheid om contact te leggen met andere mensen en met de organisaties die meewerken aan de voedselbedeling. Nieuw is dat elke maand een vereniging zicht komt voorstellen.

Vzw Stop Armoede bezorgt de pakketten aan huis bij de cliënten die onmogelijk zelf hun pakket kunnen afhalen en vzw De Vrijwilliger bedeeft noodpakketten.

Kooksessies

De voedselbedeling legt de klemtoon op het bedelen van gezonde voeding, waaronder ook groenten en fruit. Omdat niet alle cliënten weten hoe ze de onbekende groenen in het pakket kunnen klaarmaken, worden daags na de voedselbedeling kooksessies gegeven in samenwerking met de welzijnsschakel 't Steksken.

'De voedselbedeling is ook meer dan het uitdelen van gratis voedsel', legt Larmuseau uit. 'Er wordt geïnvesteerd in een plaats waar mensen die het moeilijk hebben elkaar kunnen ontmoeten, ze iets kunnen bijleren en ook kennis maken met organisaties die een meerwaarde kunnen betekenen voor henzelf en hun gezin. Die aanpak past in onze visie om de mensen zoveel mogelijk te activeren.'

Nieuwe initiatieven

De stuurgroep, die met groot enthousiasme haar rol opneemt, wil de voedselbedeling verder uitbouwen. Nieuwe initiatieven staan op stapel. Er komt een samenwerking met het project Sociale Moestuin van het CAW. En met OCMW wordt bekeken om het aanbod uit te breiden met niet-eetbare producten.

Hieronder ziet u een voorbeeld waaruit een voedselpakket bestaat.



2. Lichaamsbeweging voorkomt valincidenten.

Tijdens de Week van de Valpreventie (van 18 tot 24 april) stonden in de woonzorgcentra De Populier en Denderoord, en het Lokaal Dienstencentrum de Maretak van het OCMW van Geraardsbergen de beweging van de senioren centraal. 'De beste remedie om valincidenten te voorkomen is dan ook aan lichaamsbeweging te doen', zegt voorzitter David Larmuseau.

Van 18 tot 25 april vond overal in Vlaanderen de Week van de Valpreventie plaats. Het ergo-animatieteam van het OCMW heeft een waaier van activiteiten gepland in haar instellingen.

Lichaamsbeweging vermindert valrisico's

De rode draad in de waslijst van activiteiten was beweging. Waarom? 'De beste remedie om valincidenten te voorkomen is lichaamsbeweging', vertelt OCMW-voorzitter David Larmuseau. 'Door lichamelijk actief te blijven, onderhouden de senioren beter hun reflexen, spierkracht en coördinatie. Want het stilzitten of inactiviteit vergroten alleen maar het risico op vallen. Door weinig te bewegen, verminderen al vlug de soepelheid en de spierkracht. En na een tijdje gaan bejaarden daardoor trager reageren. Op dat moment kan zelfs een kleine misstap, bijvoorbeeld het wegglijden op een oneffen vloer, een val veroorzaken. Daarbij komt dat lichaamsbeweging de algemene gezondheidstoestand en conditie verbetert.'

Waaier van activiteiten

In het Woonzorgcentrum De Populier vond een valpreventiedag plaats in samenwerking met de leerlingen van het 5^{de} jaar verzorging van het college, en werd een zitdansnamiddag ingericht. Elke ochtend hielpen acht vrijwilligers bij de ochtendwandeling.

Valbingo, een hindernissenparcours en een bewegingsact op alle afdelingen waren de ingrediënten van het programma in het woonzorgcentrum Denderoord.

Ook in het Lokaal Dienstencentrum De Maretak stond ochtendwandeling op het programma, waarbij actief gebruik werd gemaakt van de Sporthof. Verder vond op 19 april de start plaats van het petanqueseizoen, naast een sportnamiddag en de grote dansmarathon op 22 april.

Slaappillen

In Vlaanderen was de slogan van de Week van de Valpreventie *Van slaappillen kan je vallen. Praat erover met je arts en apotheker.*

‘Dit thema was minder evident voor onze instellingen’, zegt OCMW-voorzitter Larmuseau. Hier moet een link worden gelegd met de huisartsen en die vraagt een specifieke opvolging. Wel worden folders rond het gebruik van slaappillen verspreid en kwam dit thema aan bod in de ‘Valquiz’ die werd georganiseerd in De Maretak en Denderoord.

(foto: ergoteam in de weer tijdens de Week van de Valpreventie)



3. Aanplanting geboorteboom – ‘Dromen dat ieder kind zijn talenten kan ontplooien’.

Zondagvoormiddag vond in de tuin van De Maretak de aanplanting plaats van de Geboorteboom. ‘Die boom symboliseert de wens dat ieder kind kan opgroeien in een gezonde en een groene wereld’, zei OCMW-voorzitter David Larmuseau, ‘en al zijn talenten kan ontplooien.’

Ondanks het slechte kwamen zo'n tweehonderd personen naar de tuin van de assistentiewoningen van De Maretak en het woonzorgcentrum De Populier voor de aanplanting van een geboorteboom. Dat gebeurde voor de derde keer. Het betreft hier een initiatief van de Gezinsraad, het OCMW en de Gezinsbond.

'We knopen aan bij een traditie die teruggaat tot de Kelten,' zei OCMW-voorzitter David Larmuseau. 'Zij plantten bij elke geboorte een boom omdat zij ervan overtuigd waren dat wanneer de boom goed groeide, ook het kind gezond en gelukkig zou leven en al zijn talenten kan ontplooiën.'

Toch is de verwezenlijking van dat ideaal ook vandaag niet vanzelfsprekend. 'Precies om die reden richtte het OCMW het Huis van het Kind op', vervolgde Larmuseau. 'Dat biedt een brede waaier aan van activiteiten die zijn gericht op de opvoedingsondersteuning van kinderen en hun ouders.'

Volgend op het planten van de boom, een zwarte Pupelo, werd een gedenkplaat onthuld met de namen van de kinderen die in 2015 in Geraardsbergen werden geboren. Tot slot werd de aanwezigen een receptie aangeboden in zaal De Plage van ons woonzorgcentrum De Populier.

(Hieronder de aanplanting van de geboorteboom. Foto: E.V.)



4. Een geslaagd eetfestijn. 'Dank u wel voor de steun'!

In het weekend van 15 tot 17 april vond het jaarlijkse eetfestijn plaats van David Larmuseau. Zoals de vorige jaren was de opkomst goed. Verspreid over drie dagen waren er 1.100 aanwezigen.



Een verheugende opkomst van 1.100 mensen van alle rang en stand verspreid over deze drie dagen.

De opbrengst van het eetfestijn gaat integraal naar het *Koesterproject* van het Kinderkankerfonds dat de thuiszorg van de zieke kinderen mogelijk maakt.



(logo Koesterproject van het Kinderkankerfonds)

Dank aan allen voor de steun!

De winnaar van de fruitmand (gratis tombola) is familie Van der Sype.

5. Gezinsdag 29 mei 2016 van 10 uur tot 17 uur – De Gavers

De gezinsdag geeft de kans aan alle gezinnen om samen een leuke en ontspannen dag te beleven. Deze dag vindt plaats in De Gavers, Onkerzele, waar allerlei activiteiten gepland staan en jullie kunnen genieten van een gratis all-in-ticket. Iedereen is welkom! Inschrijvingen is verplicht en kan via samenleving@geraardsbergen.be.



6. Dag van de Mantelzorg 19 juni 2016, De Spiraal 14 uur.



Dag van de Mantelzorg
19 juni 2016

Uitnodiging

Programma

14 uur
Verwelkoming en toelichting meerjarenplan
Voorzitter OCMW, dhr. Lamuseau David

14.20 uur
Koffie, taart, muziek en optreden van Truus

16 uur
Afsluitend hapje en drankje

Inschrijven vóór 6 juni 2016.
dagmantelzorg@gmail.com of 054 43 28 26 (9-12 uur 13-16 uur)

Waar? De spiraal, Zakkani 29, 9500 Geraardsbergen

Centrum Welzijn
Geraardsbergen

7. 8^{ste} Grote Prijs Zandbergen op 1 juli 2016 georganiseerd door David Larmuseau in samenwerking met AC Geraardsbergen.



Inschrijving: Café Denderhof, Zandbergenplein 14 te Zandbergen.

19u30: parcours voor kinderen tot en met 7 jaar: 300 m

19u40: parcours voor kinderen van 8 tot en met 12 jaar: 800 m

20u00: vernieuwd parcours: 3km – 6 km – 12 km.

Voorinschrijving: 3 € op rekeningnummer 833-5283402-70 met vermelding: “8^{ste} Grote Prijs + naam familie”. Inschrijving de dag zelf: 4 € aan de kassa.

Voor iedere deelnemer is een prijs voorzien!

Inlichtingen: david_larmuseau@hotmail.com - (0486/544 285), johan.premereur@skynet.be (0477/700 179) en marieclairevidts@gmail.com.

Bovenstaande info vindt u ook terug op mijn website www.davidlarmuseau.com.

Bijkomende vragen zijn steeds welkom.

Veel leesplezier!

David Larmuseau

E-mail: david_larmuseau@hotmail.com

Telefoon : [0486/544 285](tel:0486544285)

Web: <http://www.davidlarmuseau.com>

www.facebook.com/david.larmuseau

[Uitschrijven](#) + (Naam invullen)

