







# De Vleternoare

3-MAANDELIJKS GEMEENTELIJK INFOMAGAZINE  
2021 januari - februari - maart

NR 1/21



	INFO UIT UW GEMEENTE	02-07
	CULTUUR EN TOERISME	07-08
	JEUGD EN SPORT	09-11
	MOBILITEIT EN MILIEU	12-14
	WONEN EN WELZIJN	15-21
	AGENDA	22-24

**GEMEENTEHUIS**

Alle gemeentelijke diensten werken **op afspraak tot nader bericht**.  
Een afspraak maken: 057 40 00 99  
bevolking@vleteren.be

Kasteelstraat 39, Oostvleteren  
057 40 00 99 - www.vleteren.be

**LOKALE POLITIE**

Dringende oproepen: **101**

di en do 9 u. – 12 u.  
12.30 u. – 17.30 u.

057 40 00 37 - Woestenstraat 19, Oostvleteren

**BRANDWEER**

Dringende oproepen: **112**

057 36 10 60 - Doornstraat 45, Poperinge

**CONTAINERPARK**

**Enkel op afspraak**

di – vr 13.30 u. – 16.45 u.  
za 8.30 u. – 12.45 u.

Gesloten op maandag, zon- en feestdagen,  
057 40 15 77 - Elzendamme 5b, Oostvleteren

**WACHTDIENSTEN**

Bij noodgeval: **112**

Weekend, avond of feestdagen:

Wachtdienst dokter: 1733

Wachtdienst apotheek:  
Belgisch wachtnummer: 0903 99 000  
(€1.50/min) – www.apotheek.be

**BIBLIOTHEEK**

Uitleenpost Oostvleteren - 057 21 29 61  
woe 15.30 u. – 18.30 u.  
za 9.30 u. – 11.30 u.

Uitleenpost Woesten - 057 40 04 97  
woe 14 u. – 16 u.  
za 9.30 u. – 11.30 u.

**DIENSTBETOON**

**Burgemeester**  
Stephan Mourisse  
enkel op afspraak  
0475 69 59 01  
burgemeester@vleteren.be

**Schepenen**

- Bram Coppein – 1<sup>ste</sup> schepen  
0478 77 59 04  
Bram.Coppein@vleteren.be
- Marnick Lauwers – 2<sup>de</sup> schepen  
0478 44 80 39  
Marnick.Lauwers@vleteren.be
- Gerda Goubeir – 3<sup>de</sup> schepen  
0497 04 45 76  
Gerda.Goubeir@vleteren.be

**OCMW - GEBOUW**

Woestendorp 12, Woesten.

**DE POST**

ma – vr 14.30 u. - 17 u.  
di – do 14.30 u. – 18 u.  
wo 9.30 u. – 12.30 u.

022 01 23 45 – www.bpost.be

**OCMW**

ma – vr 9 u. – 12 u.  
13.30 u. – 16 u.

057 46 96 01 - www.vleteren.be/welzijn/ocmw

**NESTORPLUS**

ma, woe, vr 8.30 u. – 12.30 u.  
(deuren open vanaf 9u.)  
13.30 u. - 16.30 u.

0473 33 34 33 – info@nestorplus.be

**WOONWINKEL**

wo 9 u. – 12 u.

Op afspraak  
057 34 66 00 – www.habitowoonwinkel.be



**COLOFON**

N° 1 januari - februari - maart  
Uitgave door gemeentebestuur  
Vleteren.

**Artikels ter publicatie**  
Indienen uiterlijk op de 12<sup>de</sup> van de  
maand voorafgaand aan het  
verschijnen.  
Het college beslist over opname.

**Redactieadres**  
Dienst Informatie,  
Kasteelstraat 39, 8640 Oostvleteren  
info@vleteren.be – 057 40 93 22  
V.A.: Stephan Mourisse, Burgemeester

De gemeente Vleteren stelt uw privacy  
voorop. Indien u niet wenst dat uw  
gegevens in dit blad gepubliceerd  
worden, kunt u dit steeds melden bij  
de redactie. (cfr. GDPR 25/05/18)

**Foto's**  
Cover: Axelle Steenkiste  
goldenbloom.a@gmail.com  
Ria van Lerberghe  
riavanlerberghe@hotmail.com  
0474 66 48 18

**Tarieven publiciteit:**  
A4: € 300  
A5: € 150  
A6: € 75

**Druk**  
Mediatopper

Beste inwoner van Vleteren,

Het jaar 2020 zal in ons geheugen gegrift staan als een jaar dat we vlug willen vergeten, maar dat we helaas nooit zullen vergeten.

Februari 2020, het begin van een pandemie waarvan we dachten dat deze beperkt zou blijven tot het verre China, maar die na enkele maanden al in onze huiskamers zat. Vanaf maart dagelijks de cijfers omtrent het aantal besmettingen, het aantal ziekenhuisopnames en helaas het aantal doden. Dagelijks geen ander nieuws meer te bespeuren, enkel alle aangekondigde maatregelen om het virus in te dijken.

Maatregelen die elk van ons zwaar troffen, het bedrijfsleven en zeker ook ons privéleven. Plots werd België een kleine politiestaat en werden we van onze vrijheden beroofd. We mochten nog werken, maar voor de rest kon niets meer en werd ons sociaal leven tot onder nul herleid. En helaas, 10 maanden later is het nog niet beter, wel integendeel. De kerstdagen zullen we in mineur vieren, met controle aan de slager of traiteur om te zien voor hoeveel personen we ons kerstdiner hebben besteld. Wie had ooit gedacht dat dit smerig virus onze maatschappij dermate zou proberen kapot te helpen.

**Maar we zouden geen Vleternaars zijn als we er ons niet zouden doorsleuren.**

We ondergaan alles en doen verder. Verder met ons werk, verder met ons netwerk en we proberen ons dermate te organiseren dat niet alles verloren gaat. **En we houden ons zoveel mogelijk aan alle opgelegde regels om te vermijden dat het virus uitbreidt.** Het virus was lange tijd onder controle, met een grote opflakkering in het najaar, maar nu gelukkig terug in zekere mate onder controle.

**Dankzij de blijvende inzet en discipline van elke inwoner!** We hebben helemaal geen drone nodig om ons te laten controleren, we hebben genoeg zelfdiscipline.

**De boodschap die ik aan ieder wil meegeven: probeer er de moed in te houden, geniet van alle kleine dingen, en het komt wel goed!** Iedereen had gehoopt dat kerstdag en nieuwjaar op een normale manier zou kunnen gevierd worden. Helaas kon dit niet, en worden we nog wat langer op de proef gesteld. Geduld wordt beloond en het komt goed. **Voor iedereen, hopelijk genoten van de eindejaarsfeesten en in ieder geval een mooi en gezond 2021 toegewenst!**

En éénmaal dat virus definitief van de aardbol verdwenen is, gaan we er met z'n allen terug volop tegenaan gaan, zal het verenigingsleven bloeien als nooit tevoren, zullen de kermissen nog nooit zoveel volk trekken, zullen we weer gezellig kunnen uit eten gaan en onbezorgd feesten, en zullen we beseffen welke rijkdom we hebben zonder corona en mét een normaal sociaal leven.

Vanuit onze eigen werking hebben we alvast iets om naar uit te kijken in 2021: **de verhuis van alle diensten van gemeente, OCMW en politie naar de Sceure.** Indien alles verder volgens schema verloopt, kunnen we onze inwoners tegen de lente van daaruit ten dienste zijn.

Stephan Mourisse  
Burgemeester Vleteren





## Ontlenen materiaal gemeente Vleteren

De gemeente Vleteren verleent aan haar burgers, verenigingen, scholen... een dienst door hen **divers feestmateriaal** (zoals tafels en stoelen) ter beschikking te stellen aan een **democratische prijs**.

Om echter alle administratie in goede banen te leiden, vragen wij rekening te houden met volgende:

- De aanvraag dient **minstens een week op voorhand** te gebeuren
- Bij een kostprijs lager dan € 10: onmiddellijke betaling
- Bij een kostprijs hoger dan € 10: factuur wordt bezorgd
- De ontleende goederen **worden in hun volledigheid gefactureerd**
- Bij beschadiging wordt een vergoeding doorgerekend

### Hoe aanvragen?

**Via mail:** Het formulier vind je terug via [www.vleteren.be](http://www.vleteren.be), onder de rubriek Vrije Tijd – Organiseren. Gelieve dit formulier volledig ingevuld en ondertekend te mailen naar [loods@vleteren.be](mailto:loods@vleteren.be).

**Telefonisch:** Neem contact op met de Technische Dienst via 0477 49 21 06.

## Openingsuren gemeentehuis

Alle gemeentelijke diensten werken **op afspraak tot nader bericht**.

Een afspraak maken:  
[bevolking@vleteren.be](mailto:bevolking@vleteren.be) - 057 40 00 99

## Dorpshuis Westvleteren: werk dhr. Paul Doise

Binnenkort prijkt er in het dorpshuis Westvleteren een **werk van dhr. Paul Doise** aan de muren.

Na de tentoonstelling die de familie van dhr. Doise postuum organiseerden in Oeren, boden zij de gemeente Vleteren een werk aan om te exposeren in het dorpshuis te Westvleteren.

Deze locatie was een geliefde plek voor Paul, die er zijn hele carrière werkte **als meester en als bibliothecaris**, en er zelf school liep, net als zijn broers.

**De gemeente Vleteren dankt de familie Doise hartelijk voor dit genereuze aanbod!**



## UiTPAS Westhoek voor iedereen!

EEN SPAAR- EN VOORDELENPROGRAMMA VOOR JE VRIJE TIJD

De UiTPAS, een klantenkaart voor sport, cultuur en vrije tijd is geldig op veel locaties in Vlaanderen. Vanaf nu ook in Vleteren. Het is simpel: hoe meer punten je spaart, hoe groter je voordeel. Ook mensen met een laag inkomen kunnen dankzij de UiTPAS volop genieten van allerlei activiteiten.

### Voor wie is de UiTPAS?

Zowel wie woont in Vleteren als wie niet in Vleteren woont, kan de UiTPAS gebruiken. Een UiTPAS is persoonlijk en is levenslang geldig. Heb je al een UiTPAS uit een andere gemeente of regio, dan kan je er ook bij ons in Vleteren punten mee sparen en omruilen!

### Wat kost de UiTPAS?

Je betaalt maar één keer voor je UiTPAS. Daarna kun je er onbeperkt punten mee sparen en voordelen mee omruilen.

- Basisprijs: €5
- Kinderen en jongeren tot 18 jaar: €2
- Kansentarief: gratis

Een UiTPAS betaalt zich dubbel en dik terug. Als je een UiTPAS aankoopt, krijg je meteen al een aantal voordelen.

Ontdek alle welkomstvordelen van UiTPAS Westhoek op [www.uitindewesthoek.be/uitpas/voordelen](http://www.uitindewesthoek.be/uitpas/voordelen).

### Gratis UiTPAS en korting op activiteiten?

UiTPAS is er ook voor mensen met een laag inkomen. Voor hen is UiTPAS zowel een spaarkaart als een kortingskaart. Wie recht heeft op een UiTPAS aan kansentarief geniet van 80% korting op alle UiTPAS-activiteiten in de Westhoek. Personen die voldoen aan ten minste één van onderstaande voorwaarden komen in aanmerking voor een UiTPAS met kansentarief:

- Gedurende drie volledige maanden het leefloon genieten;
- Inkomensgarantie voor ouders ontvangen;
- Gewaarborgd inkomen voor bejaarden ontvangen;
- Een collectieve schuldenregeling hebben;
- In budgetbeheer zijn en nog lopende schulden hebben.

Wie niet voldoet aan deze voorwaarden en toch een laag inkomen heeft, kan informeren naar de mogelijkheden in

het Sociaal Huis.

Let wel: de korting geldt één jaar, daarna moet je de geldigheid van je kaart laten verlengen.

### Waar haal ik een UiTPAS?

Ga met je identiteitskaart (of Kids-ID) naar een van volgende verkooppunten:

- Gemeentehuis, Kasteelstraat 39, 8640 Oostvleteren
  - OCMW, Woestendorp 12, 8640 Woesten
- Opgelet: een UiTPAS met kansentarief kun je enkel ophalen in het OCMW.

### Hoe gebruik je je UiTPAS?

Je kunt je UiTPAS gebruiken bij alle activiteiten van UiTPAS-aanbieders. Je herkent deze activiteiten op [www.uitindewesthoek.be](http://www.uitindewesthoek.be) aan het UiTPAS-logo. Een overzicht van alle UiTPAS-aanbieders kunt je terugvinden op [www.uitpas.be/waarvindje-de-uitpas](http://www.uitpas.be/waarvindje-de-uitpas). Per activiteit spaar je een punt. Je scant je UiTPAS aan de UiTPAS-zuil, passeert even langs de kassa of geeft je UiTPAS-nummer door bij inschrijving. Ook een bezoek aan de bibliotheek is een UiTPAS-activiteit, daar kun je 1 punt per week sparen.

- Maak online een profiel aan op [www.uitpas.be](http://www.uitpas.be). Je krijgt er een overzicht van je activiteiten, je puntensaldo en de voordelen die je met je gespaarde punten kunt omruilen. Lukt dit niet? Ga langs bij een van de UiTPAS-verkooppunten.
- Heb je voldoende punten gespaard voor een voordeel? Ruil ze om aan de UiTPAS-balie waar het voordeel aangeboden wordt. Een overzicht van alle voordelen vind je op [www.uitpas.be/voordelen-zoeken#/voordelen](http://www.uitpas.be/voordelen-zoeken#/voordelen). Je kunt punten ruilen voor: korting, gratis activiteiten, een gadget, een toeristisch product, e.a.
- Als je aan de kassa je UiTPAS afgeeft, dan ziet de medewerker meteen of je korting krijgt.

### Meer informatie

[www.uitpas.be](http://www.uitpas.be) - [www.uitindewesthoek.be](http://www.uitindewesthoek.be)  
OCMW Vleteren, Angélique Engelrelst,  
[Angélique@vleteren.be](mailto:Angélique@vleteren.be)  
Gemeente Vleteren, Robin Paesschesoone,  
[jeugd\\_sport@vleteren.be](mailto:jeugd_sport@vleteren.be)





# Jubilea



### Briljanten huwelijk

Alleman Maurice & Mourisse Andrea



### Briljanten huwelijk

Vermeulen Maurice & Mahieu Rozanne



### Diamanten huwelijk

De Crock André & Rooryck Maria



### Briljanten huwelijk

De Potter Robert & Boxoen Maria



### Diamanten huwelijk

Dewulf Eric & Waeles Francine



### Diamanten huwelijk

Masson Michel & Meirlevede Margarita



### Diamanten huwelijk

Gilbert Mahieu & Gombeir Gabrielle - Roger Top & Gombeir Denise



### Platina huwelijk

Robert Ollevier en Madeleine Petyt

## TIJD

Met veel enthousiasme breidt **vtbKultuur Vleteren** met een **kleine tentoonstelling** een fijn vervolg aan de wandel- en kunstroute 'De smaak van stilte'. De buitenexpo **TIJD** kwam tot stand met de steun van gemeente Vleteren, in samenwerking met schrijver en beeldend kunstenaar Maarten Inghels, fotograaf Michaël Depestele en Birgit Provoost.

De tentoonstelling bestaat uit de letters **TIJD** als visueel eenwoordgedicht. Voor 'De smaak van stilte' ging Maarten Inghels met deze letters op kruistocht in de omgeving van de Sint-Sixtusabdij van Westvleteren. Michaël Depestele maakte van de tocht enkele blijvende impressies. Speciaal voor deze expo schreef Inghels een nieuw gedicht met als titel 'DIT IS EEN GEDICHT OM BINNEN 25 JAAR TE LEZEN'.

**Je vindt de expo aan de rechterzijde van De Sceure, bij de inkom Kleine Zaal.**

In de bib vlakbij kun je een brochure verkrijgen met meer info over het project 'De smaak van stilte'. De bib is open op woensdag van 15.30 u. tot 18.30 u. en op zaterdag van 9.30 u. tot 12.30 u.

De Sceure is vertrekpunt voor de Hoppeland Fietsroute. Je kunt ook heerlijk wandelen in de buurt, denk maar aan de wandelknooppunten door de broeken, de Brabanthoekwandelroute of de Eversamwandeling.

De expo loopt **van maandag 21 december 2020 tot eind februari 2021** en is vrij toegankelijk.

**Meer info:**

[info@vtbKultuur.be](mailto:info@vtbKultuur.be)

[www.vtbKultuur.be/vleteren](http://www.vtbKultuur.be/vleteren)

**Platina Huwelijk - Robert Ollevier en Madeleine Petyt**  
In de vorige editie van de Vleernoare werden Robert en Madeleine opgenomen met hun briljanten huwelijk. Deze informatie klopte echter niet, dit paar vierde **hun Platina huwelijk, 70 jaar getrouwd! Onze oprechte excuses voor deze fout en alvast nog een dikke proficiat!**



## Gastronomische wandeling

28/02 – WESTVLETEREN



Wens je jouw gasten te verwennen **met een menu met hopscheuten als topingrediënt**? Neem dan zeker deel aan dit dagarrangement!

Je wordt vanaf 9.30 u. verwacht bij hoppebedrijf Lemahieu, Kallestraat 33, 8640 Westvleteren. Parkeren doe je best bij NV Pyck, Kallestraat 32A. Liesbeth ontvangt je met een warm kopje koffie en koekje. Daarna gaan we de serres in voor wat uitleg rond de teelt van hopscheuten. De vers geplukte scheuten nemen we mee naar de keuken voor de bereiding van een maaltijd op niveau! De recepten neem je mee naar huis. Bij het aperitief krijgen we verschillende hapjes en daarna het hoofdgerecht voorgeschoteld. We besteden de nodige aandacht voor streekproducten en natuurlijk worden onze befaamde streekbieren op tafel gezet (+ water op tafel). Eindigen doen we in stijl met een heerlijke ambachtelijke ijscoupe op basis van Sint-Sixtusbier. Na de maaltijd worden we bij de hand genomen door een gids die ons wat meer vertelt over de geschiedenis van de abdij.

**Kostprijs:** € 69 p.p. (ter plaatse te betalen)

**Inbegrepen:** Koffie en koekje bij ontvangst, rondleiding, maaltijd en dranken bij de maaltijd, gidsenbeurt, ijscoupe

**Inschrijven:** verplicht bij de dienst Cultuur & Toerisme, 057 40 93 23, toerisme@vleteren.be

## 't Was ol weg!

Stefan Vancraeynest (tekst)  
Bart Cafmeyer (spel)  
Kobe Sercu (muziek)

Meer dan honderd jaar geleden ging de wereld ook in lockdown. Oorlogskoorts en Spaanse griep hadden de mensheid in hun greep. Gelukkig kwam aan al die ellende een einde. Carolus vertelt over zijn gezellige ondergrondse abri, over zijn ontmoetingen met de koning en de president van Amerika, het dorp dat verrijst uit de as en vooral z'n beste maat Fritz, z'n trouwe hond. Doorspekt met prachtig-intense liedjes van Kobe Sercu is de vertelling " 't Was ol wèg' een aanrader voor al wie gelooft dat na de donkerste regen een gouden zon verschijnt!

**Organisatie:** Dienst Cultuur en Toerisme Vleteren i.s.m. Events Outside the Box

**Locatie:** de Sceure, Veurnestraat 4, 8640 Vleteren

**Datum:** vrijdag 19 maart 2021

**Tijdstip:** 20 u.

**Tickets:** € 8 ter plaatse te betalen, **voordien reserveren bij de dienst Cultuur en Toerisme**, 057 40 93 23, toerisme@vleteren.be. Beperkte plaatsen.



## Sport & Spel op woensdagmiddagen

4-9 jaar

De Sceure - Oostvleteren

**Vanaf 20 januari 2021** kun je opnieuw elke woensdag terecht voor een namiddag vol knutselplezier, sport & spel!

**Voor wie:** iedereen van 4 - 9 jaar

**Waar:** de Sceure, Veurnestraat 4, Oostvleteren

**Wanneer:** van 14 tot 16 u. telkens op woensdag

**Tarief:** € 30 voor 10 beurten, inpikken kan altijd in de loop van de reeks, kaarten van vorige jaren zijn ook nog geldig.

**Programma:**

20/01: Knutselen

27/01: Sport en spel

03/02: Sport en spel

10/02: Sport en spel

24/02: Koken

03/03: Sport en spel

10/03: Koken

17/03: Sport en spel

24/03: Bezoek De Zonnegloed\*

31/03: Knutselen thema Pasen

Trek sportieve kledij aan en neem een drankje en koek mee voor in de pauze!

\*Vooraf inschrijven voor de Zonnegloed, we spreken af om 13u30 aan De Sceure, kinderen worden opgehaald aan De Sceure om 16.15 u.

Prijs? 2 beurten op de kaart (€ 6)

Inschrijven kan tot 10 maart.



## Wandelclub De IJzerstappers: ook voor Vleternooars!



Onlangs vierde **wandelclub De IJzerstappers** zijn **eerste verjaardag!** Deze overkoepelende sportclub van Lo-Reninge, Vleteren en Alveringem heeft als doel **de wandelsport te bevorderen**. Dit doen we door het organiseren van verschillende tochten. Nieuwe leden uit Vleteren zijn méér dan welkom!

In navolging van andere clubs, hebben wij ook twee **'corona-wandelingen'** uitgestippeld. Dit zijn volledig **bewegwijzerde tochten** die twee maanden beschikbaar zijn voor iedereen. **Van 1 januari tot 1 maart** kun je op stap in **Woesten**. Vertrek bij het infobord op de markt, en volg de opvallende roze pijlen met opschrift 'de IJzerstappers'. Er zijn twee trajecten: 5,5 km of 9,5 km, onderweg komt u op een splitsing waar u de korte of lange lus kunt kiezen. Ook in Lo is een dergelijke tocht nog beschikbaar tot 1 maart, met start op de markt.

**Meer info:** facebook-pagina De IJzerstappers of hans.wallyn@gmail.com

## Sportlaureaten Vleteren 2020

**Huldiging sportlaureaten, sportclub en sportverdienste.**

De Sportdienst van Vleteren houdt eraan elk jaar één of meerdere personen en/of club in de bloemetjes te zetten en dit op basis van de sportieve prestaties die het vorig jaar werden geleverd. Voor de trofee van sportverdienste komen meerdere jaren in aanmerking. Kandidaturen voor deze titels mogen **tot vrijdag 29 januari 2021** ingediend worden bij de dienst Jeugd en Sport, Woestendorp 12, 8640 Woesten, jeugd\_sport@vleteren.be.

*In het voorbije jaar 2020 werden ook sportlaureaten verkozen voor 2019. De laureaten van 2019 & 2020 zullen op dezelfde dag gehuldigd worden.*





## Vleteren gezonde gemeente, gezonde voeding

Feestdagen brengen ieder jaar opnieuw extra kilo's met zich mee. Om de schade toch wat te beperken en omdat een gezonde leefstijl in coronatijden extra belangrijk is, sla je met deze basistips de bal nooit mis!

### Zorg goed voor jezelf.

Gezond leven houdt je weerstand op peil. Je wordt minder snel ziek en bent beter beschermd tegen ziektekiemen en virussen, zoals het coronavirus. En als je toch ziek wordt, herstel je meestal sneller. Gezond leven hoeft niet ingewikkeld te zijn. Met kleine stappen maak je al een verschil: probeer voldoende te bewegen, eet gezond, beperk je alcoholgebruik en stop met roken.

### Hoe eet je gezond?

- Kies voor verschillende soorten groente, fruit en volkoren graanproducten.
- Drink (kraan)water, thee en koffie zonder suiker.
- Door gevarieerd en gezond te eten krijg je alle belangrijke voedingsstoffen binnen. Zo zorg je goed voor jezelf.
- Op zoek naar gezonde recepten volgens de voedingsdriehoek? Surf naar het receptenplatform [www.zekergezond.be](http://www.zekergezond.be)
- Wil je meer fruit of groenten eten, meer water drinken, gezonder broodbeleg kiezen...? Maak een persoonlijk actieplan op [mijn.gezondleven.be/actieplan](http://mijn.gezondleven.be/actieplan).

### Specialisten waarschuwen vandaag des te meer voor overgewicht.

Body Mass Index (BMI) drukt de verhouding uit tussen je gewicht en lengte. Je berekent je eigen BMI als volgt: gewicht (kg) / (lengte (m) x lengte (m)). Is jouw BMI hoger dan 25? Weet dat een gewichtsverlies van 5% al wonderen doet om je tegen het coronavirus te beschermen.

**Wil je wat meer beweging in je dag krijgen?** In Vleteren kun je je voortaan professioneel laten begeleiden door de beweegcoach Flavie Vanbesien. Bewegen is hét geheime wapen tegen het coronavirus. Je stress vermindert, je weerstand verbetert én je hebt minder kans op

ziekten zoals overgewicht en diabetes. De begeleiding is volledig coronaproof. Nu tijdelijke actie met gratis gebruik van stappentellers.

**Info:** [www.vleteren.be/bewegen-op-verwijzing](http://www.vleteren.be/bewegen-op-verwijzing).  
Neem contact met Flavie 0479 87 36 40 of [vleteren@bewegenopverwijzing.be](mailto:vleteren@bewegenopverwijzing.be)

**LESSENREEKS / 10 LESSEN** **+17**

## Cardio - Boxing Workout


Tijdens de lessen van Cardio Boxing worden diverse elementen van het boksen gecombineerd met fitness, om zo de algehele lichamelijke conditie te verbeteren.

**De Sceure,  
Veurnestraat 4,  
8640 Vleteren**

**Prijs:** 30 euro (10 lessen + gebruik handschoenen)  
**Lesdagen:**  
22 februari  
01-08-15-22-29 maart  
19-26 april  
05-10 mei

**Deelnemers:** max. 20 (M/V/X)  
**Uur:** 20u30-21u30  
**Extra:** fitness/yogamat meenemen

**Info en inschrijven:** [jeugd\\_sportvleteren.be](http://jeugd_sportvleteren.be) of 057 46 96 03  
Vooraf inschrijven is noodzakelijk.



## Beweegcoach helpt jou op maat meer bewegen

*Je wil meer bewegen?*

*Maar ...*

- *je hebt geen tijd?*
- *je weet niet hoe?*
- *je vindt het te duur?*
- *je bent alleen?*
- *je weet niet of je het kan?*

Met dit gloednieuwe project 'Bewegen op verwijzing' in Vleteren, kun je je voortaan professioneel laten begeleiden door Flavie Vanbesien. Zij is de Bewegen op Verwijzing-coach voor Poperinge en Vleteren. Flavie is kinesitherapeut van opleiding en helpt jou als professionele coach gezond te bewegen. Ze gaat niet samen met jou bewegen, maar maakt samen met jou een beweegplan dat je op het lijf geschreven staat én motiveert je als het even wat moeilijker gaat. **Ideaal ook in deze tijden: bewegen is hét geheime wapen tegen het coronavirus. Je stress vermindert, je weerstand verbetert én je hebt minder kans op ziekten zoals overgewicht en diabetes. De begeleiding is volledig coronaproof.** Flavie zal eerst contact nemen met jouw huisarts om er zeker van te zijn of alles oké is voor jou en of je mag starten met Bewegen Op Verwijzing.

### Kort samengevat:

1. Je maakt een afspraak met coach Flavie: je belt of sms't naar 0479 87 36 40 of stuurt een mailtje naar [vleteren@bewegenopverwijzing.be](mailto:vleteren@bewegenopverwijzing.be).
2. Flavie informeert bij jouw huisarts of alles oké is om van start te gaan.
3. Je maakt samen met de coach een beweegplan dat past bij jouw leven. Je kan kiezen: bewegen in groep of alleen, beweging in de buurt, op het werk, onderweg of bij je thuis.
4. Je probeert het beweegplan uit.
5. Je bespreekt samen met Flavie wat goed en minder goed gaat. Jullie bekijken welke vooruitgang je maakt, en bespreken eventuele moeilijkheden.
6. Je beweegt elke dag meer. Blijf dat doen. Dat voelt goed!
7. Flavie koppelt hierover terug naar je huisarts.

## BEWEGEN OP VERWIJZING

VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

### Hoeveel betaal je?

De Vlaamse overheid neemt het grootste deel van de kosten voor zijn rekening. Jij betaalt slechts een beperkte bijdrage\*:

- Voor individuele begeleiding betaal je max. 5 euro per kwartier. Heb je recht op een verhoogde tegemoetkoming? Dan betaal je max. 1 euro per kwartier.
- Voor groepsbegeleiding betaal je max. 1 euro per kwartier. Heb je recht op een verhoogde tegemoetkoming? Dan betaal je max. 0,5 euro per kwartier.

\*De tussenkomst geldt voor in totaal max. 7 uur individuele begeleiding of 21 uur groepsbegeleiding.

De beweegcoach motiveert je om dit beweegplan effectief uit te voeren en vol te houden. Resultaat? Een actiever leven en je voelt je beter in je vel. Niet voor heel even maar voor de rest van je leven! Daarom hebben we een open en laagdrempelig beweegaanbod opgesteld met alle mogelijke kansen om te bewegen. Een beweegaanbod dat financieel haalbaar is (of zelfs gratis) en iedereen is er welkom! Zo wordt bewegen een leuke tijdsbesteding in plaats van een lastige opdracht. Met de feestdagen in het vooruitzicht zijn er zelfs gratis stappentellers ter beschikking om deze periode fit en vitaal door te komen. Een extra stimulans dus om dagelijks méér te bewegen want meten is weten!

### Heb je vragen of wens je nog meer info?

Neem contact op met Flavie Vanbesien 0479 87 36 40  
[vleteren@bewegenopverwijzing.be](mailto:vleteren@bewegenopverwijzing.be)  
Of surf naar [www.vleteren.be/bewegen-op-verwijzing](http://www.vleteren.be/bewegen-op-verwijzing)

## Modder op de weg

De werkzaamheden voor het eindejaar verliepen, zeker voor de landbouwers en loonwerkers, heel stroef. Met de natte gronden kan er daarbij dan ook heel wat modder op de rijbaan terecht komen. Zelfs tijdens de voorjaarswerkzaamheden kan er nog altijd modder op het wegdek terecht komen. Modder op de weg is hinderlijk voor de weggebruikers en kan vooral ook tot gevaarlijke situaties leiden.

**Bij een verkeersongeval kan de volledige verantwoordelijkheid bij de opdrachtgever van de oogstveldwerken terecht komen.**

Het verkeersreglement stelt duidelijk dat het wegdek altijd moet gereinigd worden na vervuiling. De veroorzaker van de modder op de rijbaan kan nooit vrijgesteld worden van enige verantwoordelijkheid.

**Daarom is het heel belangrijk om tijdens oogstveldwerkzaamheden geregeld de modder op de rijbaan te verwijderen en nadien mogelijk de rijbaan af te spuiten.**

Zo is het ook belangrijk om tijdens veldwerkzaamheden **met kans op modder op de weg, dit ook voldoende te signaleren** met officieel goedgekeurde borden 'modder op de weg'. Dit gebeurt **in beide richtingen** en ook altijd **op voldoende afstand** voor de veldwerkzaamheden met modder op de weg. Dergelijke borden zijn trouwens **altijd verkrijgbaar bij de gemeente (€ 30)**.

Door het plaatsen van borden 'modder op de weg' zijn de andere weggebruikers alvast gewaarschuwd zodat deze hun snelheid moeten aanpassen. De rijstijl dient dus altijd en overal aangepast te worden.

Wie de rijbaan reinigt, draag een **veiligheidsvest met reflecterende delen**.

Eerste Hoofdinspecteur Paul Carbon,  
Lokaal Commissariaat Vleteren

Wie bepaalde items in deze driemaandelijke rubriek eens beter toegelicht wil zien, kan deze altijd overmaken aan dhr. Paul Carbon.  
paul.carbon@police.belgium.eu



## De strooidiensten aan het werk

Sinds 15 november 2020 werken we met een nieuwe aannemer samen voor het uitvoeren van de strooidiensten. Voortaan zul je bovenstaande camion door bepaalde straten van Vleteren zien rijden bij ijzel, gladheid en/of sneeuwval. Heb je vragen rond de strooidiensten of rond het strooiplan, dan kun je hiervoor terecht bij de Dienst Mobiliteit, mobiliteit@vleteren.be of 057 40 93 28.

## Aanplantingen rond de Sixtusabdij

Begin 2021 voorzien we een aanplant in de ruime omgeving van de Sixtusabdij. De aanplant zal gebeuren in de wegberm. Samen met Regionaal Landschap Westhoek werd gezocht naar de ideale plaatsjes in de wegberm om aan te planten.

Daartoe werd eerst de omgeving van de Sixtusabdij geïnventariseerd. Op plaatsen waar het mogelijk is zullen bomen (solitair of een bomenrij) en plukjes struiken worden aangeplant. Deze plaatsen werden geselecteerd op basis van de breedte van de wegberm en rekening houdende met de opritten naar de landerijen.

De aanplantingen gebeuren in de volgende straten: Nieuwstraat, Kallestraat, Pottestraat, Zwijnlandstraat, Kooiaardstraat, en Nachtegaalstraat. De aanplant zal worden uitgevoerd door een sociale werkplaats.

Bij vragen, contacteer de Milieudienst:  
milieu@vleteren.be – 057 40 93 28

## Nieuwe afvalophaler voor gft- en restafval

Vleteren is aangesloten bij de IVO, de afvalintercommunale die instaat voor de afvalophaling aan jouw deur. Hiervoor doen we beroep op verschillende private afvalophalers. Vanaf 1 januari 2021 zal de firma Remondis instaan voor de inzameling van gft- en restafval.

### Andere ophaler = andere ophaaldagen en tijdstippen

De nieuwe ophaler zal de ophaalrondes anders rijden, waardoor de volgorde en het tijdstip van de ophalingen kan wijzigen. Controleer in je afvalkalender op welke dag ze het gft- en restafval bij jou komen ophalen!



Misschien kan **de Recycle! app** hierbij een duwtje in de rug geven? Deze gratis app toont je jouw gepersonaliseerde afvalkalender en helpt je te herinneren om de avond voordien het afval buiten te plaatsen!

Ben je het bijvoorbeeld gewoon dat de afvalophaler om 9 uur bij je langskomt? Mispak je dan niet, want Remondis rijdt de rondes anders dan de voormalige ophaler. Daardoor kunnen ze nu vroeger of later bij jou langskomen. **Plaats dus zeker jouw afvalcontainer de avond voor de ophaling buiten en laat deze ook de dag zelf tot 's avonds buiten staan als deze nog niet geledigd is.** Op de afvalkalender staat vanaf welk uur je jouw afval buiten mag plaatsen.

*PS: Wees hoffelijk naar de afvalophalers toe en plaats de container met handvat naar de straatkant toe.*

### Wat op een feestdag?

Ook de afvalophalers nemen dan een dagje rust. Hierdoor gaat de afvalophaling niet door op de feestdag zelf, maar voorzien we een vervangronde. **Voor gft- en restafval gaat deze altijd op zaterdag door!**

woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag
21	22	23	24

Valt de feestdag op een maandag of dinsdag, dan is de vervangronde de zaterdag voordien. Valt de feestdag op woensdag, donderdag of vrijdag, dan is de vervangronde de zaterdag nadien, maar wel in dezelfde week.

### Heb jij al een gft-container?

Jouw groente-, fruit- en tuinafval wordt verwerkt tot compost in de gft-composteringsinstallatie van de IVO te leper! Bovendien produceren we tijdens het proces groene stroom. Ruim 2000 gezinnen maken al gebruik hiervan.

**Gft kost je maar \*€0,05/kg! Het loont dus zeker om goed te sorteren.**

Het milieu en je portemonnee zullen er wel bij varen! Contacteer de IVO voor tarieven en modaliteiten voor horeca-afval en vergelijkbaar organisch bedrijfsafval.

**Vraag je container gratis aan via [www.ivvo.be](http://www.ivvo.be) of 057/21 41 30**

### Help je mee de papierberg en onze ecologische voetafdruk te verminderen?

Meld je dan nu aan in ons digitaal klantenportaal!

- Kies voor een digitale betalingsuitnodiging
- Volg er je saldo op en vermijd een niet geledigde container.
- Check hoeveel afval er telkens in je vuilbakken zit en hoeveel je er aanbiedt op het recyclagepark.



<https://ivvo.mob-it.be>



## De Noël-prijs voor dit jaar gaat naar... Paul Vandendriessche

De Noëlprijs gaat dit jaar naar inwoner Paul Vandendriessche. Z'n educatief project 'Ontdek de wonderen van de natuur – broedplaatsen creëren voor tuinvogels' werd door de milieuraad warm onthaald. Door corona kon de prijsuitreiking niet doorgaan, wat natuurlijk wel jammer was.

We wensen Paul nog heel veel succes met de uitwerking van z'n educatief project!

De Noël-prijs bestaat uit een geldprijs van € 250. Elke persoon, groep personen, vereniging of bedrijf die een opmerkelijke prestatie heeft geleverd op vlak van natuur en milieu op het grondgebied Vleteren komt in aanmerking. Heb jij al jaren een pesticidenvrije moestuin, een mooie aanplanting gedaan, heb je een ecologische renovatie achter de rug...? Of misschien wil je je buur, kennis of vereniging in de bloemetjes zetten met hun initiatief?

Hoe verloopt de verkiezing?

1. Neem **voor 1 oktober 2021** contact op met de voorzitter van de milieuraad (dhr. Gilbert Liefhooghe, Keiweg 2 te 8640 Vleteren, gilbert.liefhooghe1@telenet.be). Vermeld kort volgende gegevens: **naam** en **adres** van de kandidaat, korte **beschrijving** van het duurzaam initiatief (dit hoeft geen uitgebreid dossier te zijn).
2. Enkele leden van de milieuraad bezoeken de ingediende projecten in oktober 2021.
3. De leden van de milieuraad maken een keuze uit de ingediende projecten.
4. In december wordt de Noël-prijs dan uitgereikt.



## Januari 2021: maand van het bevolkingsonderzoek baarmoederhalskanker

De tijd vliegt: **drie jaar is zo voorbij!**

Je krijgt van het Centrum voor Kankeropsporing een uitnodigingsbrief als je tot de leeftijdsgroep (25 tot en met 64 jaar) behoort en het te lang geleden is dat je een uitstrijkje heb laten nemen. Je maakt dan zelf een afspraak met je huisarts of gynaecoloog op een dag waarop je niet ongesteld bent.

### Wil je weten wanneer je laatste uitstrijkje was?

Dat kan online én mobiel met:

- [www.myhealthviewer.be](http://www.myhealthviewer.be)
- [www.mijngezondheid.be](http://www.mijngezondheid.be)
- [www.cozo.be](http://www.cozo.be)

Daar kan je ook je vaccinaties, medisch dossier en medicatieschema vinden.

Inloggen kan via je elektronische identiteitskaart. Je kan ook de app 'itsme' gebruiken.

Je kan je ook inschrijven op <https://baarmoederhalskanker.bevolkingsonderzoek.be/nl/herinneringuitnodiging-bevolkingsonderzoek> om een herinneringsmail te ontvangen in je mailbox. Zodra je laatste uitstrijkje meer dan 3 jaar geleden is, stuurt het Centrum voor Kankeropsporing je een e-mail.



### Meer weten over het bevolkingsonderzoek?

Bel gratis naar het Centrum voor Kankeropsporing op 0800 60160 tussen 9 en 12 u. en 13 en 16 u., stuur een e-mail naar [info@bevolkingsonderzoek.be](mailto:info@bevolkingsonderzoek.be), of surf naar <https://baarmoederhalskanker.bevolkingsonderzoek.be/>

Heb je vragen over je persoonlijke medische situatie, neem contact op met je huisarts of gynaecoloog.

## Bouwmaatschappij DE MANDEL

bouwt en verkoopt te  
Oostvleteren, Edmond Devloostraat (zijstraat van Woestenstraat)  
10 MODERNE en ENERGIEZUINIGE WONINGEN



Dit project is gelegen vlakbij het centrum, in een rustige omgeving.

Er zijn 2 alleenstaande woningen en 8 hoekwoningen.  
Er zijn momenteel nog 6 woningen te koop!

De woningen hebben 3 slaapkamers en beschikken over een carport.

Alle woningen hebben een E-peil lager dan 60.

De verkoopprijzen van de woningen liggen tussen € 198.052 en € 239.727 euro (grond en BTW inclusief).

Interesse?  
Schrijf u nu in!!  
Voorwaarden en info zijn te bekomen bij De Mandel



BOUWMAATSCHAPPIJ DE MANDEL  
Groenestaat 224, 8800 Roeselare  
Tel: 051/233500 - [info@demandel.be](mailto:info@demandel.be)  
[www.demandel.be](http://www.demandel.be)

## Huize Fortuna Oostvleteren: serviceflat te huur!

Huize Fortuna is gelegen in de Hendrik Deberghstraat 37C – 37N, vlakbij dagverzorgingscentrum NOAH en Huisartsenpraktijk De Mistel.

Het flatje beschikt over een ingerichte keuken/badkamer, fietsberging en eigen parkeerplaats. Het flatje is niet gemeubeld, inrichting volgens eigen smaak is dus mogelijk.

In de gemeenschappelijke ruimtes kun je gezellig samenkomen voor een babbel, de krant lezen...

- Eigen keuze van poetshulp of thuisverpleging
- Maaltijddienst van het OCMW mogelijk

### Voorwaarden:

- Je bent alleenstaande, samenwonende of gehuwd en voldoende zelfredzaam om zelfstandig te kunnen wonen
- Minstens 65 jaar (uitzondering kan gevraagd worden)

**Huurprijs:** € 420 per maand excl. nutsvoorzieningen.

### Interesse of vragen?

Sociale dienst van OCMW Vleteren: 057 46 96 06 - [socialedienst@ocmw.vleteren.be](mailto:socialedienst@ocmw.vleteren.be)





Corona is in sneltempo het hoofdthema geworden in 2020!  
Het lijkt dat dit ook in **2021** een grote invloed zal hebben op ons dagelijkse leven.

Graag plaatsen we de gekende regels hieronder nog even in de kijker.

Het gemeentebestuur en de dienst Noodplanning **dankt alle inwoners van Vleteren voor hun inspanningen in het opvolgen van deze richtlijnen, zowel in 2020, als tijdens dit nieuwe jaar! Samen komen we hierdoor, hou het gezond!**

Dienst Noodplanning Vleteren  
057 40 93 22



Vlaanderen is zorg

## HET CORONAVIRUS

Hoe kan je een besmetting voorkomen?

- Was je handen regelmatig en grondig met water en zeep. Reken zo'n 40 à 60 seconden per wasbeurt.
- Hoest of nies in een papieren zakdoekje of in de binnenkant van je elleboog.
- Gebruik papieren zakdoekjes en gooi ze weg in een afsluitbare vuilbak.
- Blijf zo veel mogelijk thuis. Ziek? Blijf dan in isolatie.
- Ventileer. Zorg voor een constante luchtdoorstroming door je huis.
- Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan met je handen.
- Vermijd handen geven.
- Vermijd nauw contact. Hou voldoende afstand (1,5 m).

DRAAG ZORG VOOR JEZELF EN ZO OOK VOOR ANDEREN.

AGENTSCHAP ZORG & GEZONDHEID

Meer info op [www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)

## COVID-19: Subsidie ter ondersteuning van het consumptiebudget voor kwetsbare doelgroepen

De Vlaamse Regering besliste om aan de gemeenten en OCMW's een subsidie toe te kennen ter ondersteuning van het consumptiebudget voor kwetsbare doelgroepen. Met die financiële aanmoediging wil de Vlaamse Regering:

- de koopkracht verhogen van huishoudens die omwille van de coronacrisis ernstig inkomensverlies leden en die zich daardoor in een specifieke noodsituatie bevinden;
- de lokale economie, die evenzeer sterk is getroffen door de coronacrisis, via een krachtige lokale impuls versterken.

De gemeenten dienden tegen eind september te beslissen hoe ze deze middelen gingen aanwenden.

De toegekende subsidies hiervoor aan Vleteren (ongeveer € 11.000) werden nog aangevuld met middelen uit de gemeente, namelijk de niet-gebruikte presentiegelden voor de raadsleden van dit jaar, een voorstel uit de gemeenteraad van 23 september 2020 vanuit Vleteren Actief.

Zo werd er tot **de 'Vleterbon'** gekomen: een **consumptiebon van € 20 per gezin** uit de afgebakende **doelgroep**: de mensen die verhoogde tegemoetkoming genieten van de mutualiteit en de mensen met leefloon of financiële moeilijkheden gekend bij het OCMW.

De bonnen zullen vanaf half januari beschikbaar zijn in de gemeente of het OCMW en kunnen tot eind 2021 aangewend worden bij de deelnemende plaatselijke voedingswinkels, restaurants en frituren (niet te gebruiken voor alcohol- en tabaksproducten).

De mensen die gekend zijn bij **het OCMW**, kunnen afspreken met de sociale dienst om daar hun bon op te halen: [socialedienst@ocmw.vleteren.be](mailto:socialedienst@ocmw.vleteren.be) of 057 46 96 01.

Het recht op verhoogde tegemoetkoming **is aan te tonen via een klever van de mutualiteit**, de code onderaan de klever **moet op 1 eindigen**. Omdat dit over een aanzienlijke groep mensen gaat, voorzien we een aantal mogelijkheden:

- Telefonisch contact met gemeente om een afspraak te maken: 057 40 00 99. Dan kunnen we dit binnen onze diensten inplannen om zoveel mogelijk gebundeld te werken. Kom langs met een sticker van de mutualiteit op het afgesproken tijdstip.
- De sticker van de mutualiteit kan ook in de brievenbus van gemeente of OCMW gedeponneerd worden, samen met uw contactgegevens (telefoonnummer en mail).
- De sticker kan doorgemaild worden naar [bevolking@vleteren.be](mailto:bevolking@vleteren.be)



### DEELNEMENDE HANDELAARS

#### Oostvleteren

Bakkerij Vannobel (Oostvleterendorp 5)  
Kruidenierszaak Bouckaert  
(Martin Vandewynckelstraat 4)

Restaurant 't Molenhof (Veurnestraat 2)  
Restaurant 't Vleterhof (Kruisboomstraat 4)

#### Westvleteren

Brasserie Den Engel (Westvleterendorp 5)  
De Suikerbakker (Westvleterendorp 43)

Fauna Leroy (Westvleterendorp 16)  
Groenten & fruit Leen en Rik (Krombekestraat 15)

IJssalon Ateljee 5 (Zwijlandstraat 5)  
In de Vrede (Donkerstraat 13)

Resto Bazil (Kruisstraat 2)

Slagerij Filip (Westvleterendorp 21)

#### Woesten

Bakkerij Slembrouck (Woestendorp 13)

Bistro Patador (Woestendorp 6)

Slagerij Smoshoek (Woestendorp 7)

## Ontmasker lepra

Beperkt. Dat is hoe het leven van honderdduizenden mensen met lepra er vandaag uitziet.

Volgens officiële cijfers raakt iedere twee minuten iemand besmet met lepra.

Help ons lepra ontmaskeren, zodat slachtoffers tijdig een behandeling krijgen!

**Campagneweekend 29, 30 en 31 januari 2021**

**Koop of verkoop Damiaanactiestiften** tijdens het campagneweekend van **29, 30 en 31 januari 2021**. Een gift kan via [damiaanactie.be/gift](http://damiaanactie.be/gift) of op rekeningnummer BE05 0000 0000 7575.

Wil je stiften (€ 7 voor 4 stuks) kopen of verkopen?

**Info:** Benjamin Meersschaert

[campagne@damiaanactie.be](mailto:campagne@damiaanactie.be) - 02 422 59 13.

## Poetshulp vanuit OCMW

Al vele jaren heeft het OCMW Vleteren een eigen poetstdienst. Op heden zijn er nog 2 poetstdames in dienst die wekelijks bij een aantal vaste mensen langsgaan.

Momenteel zijn er enkele uren beschikbaar geworden voor poetshulp **bij zorgbehoevende senioren**, dit kan al vanaf 2u per week.

De bijdrage per uur is afhankelijk van het maandelijks netto-inkomen en bedraagt € 7 tot € 9 per uur.

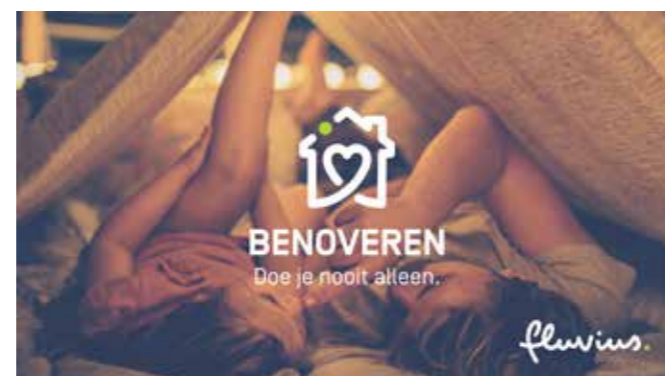
De poetsvrouw staat in voor de wekelijkse schoonmaakbeurt van uw woning en kan ook enkel bijkomende taken verrichten: wassen en strijken, voorbereidend werk klaarmaken middagmaal, stoep schoonmaken,...

### Interesse of vragen?

Sociale dienst van OCMW Vleteren: 057 46 96 06  
- [socialedienst@ocmw.vleteren.be](mailto:socialedienst@ocmw.vleteren.be)

## Toe aan renovatie?

Bereken je winst op [fluvius.benoveren.be](http://fluvius.benoveren.be)



Benieuwd hoeveel je bespaart met isolatie of nieuwe ramen? Fluvius stelt vier nieuwe online calculators voor waarmee je in een handomdraai berekent hoeveel je BENOvatie (beter dan een gewone renovatie) kost, wat de terugverdientijd is en hoeveel energie je bespaart. Je komt bovendien meteen ook te weten of je in aanmerking komt voor een premie. Probeer het zelf op [benoveren.fluvius.be](http://benoveren.fluvius.be). Je vindt er trouwens nog veel meer onafhankelijk advies om je BENOvatie tot een goed einde te brengen.

## Geluk zit in een klein (drie)hoekje

**Een gelukkig leven... Dat wensen we elkaar allemaal toe. Maar je 'gelukkig voelen' of 'gelukkig zijn': wat is dat precies? En kan je aan je eigen geluk werken? Het Vlaams Instituut Gezond Leven ging samen met experts op zoek naar antwoorden. Alle opgedane kennis verzamelden ze in een figuur: de geluksdriehoek!**

### Kan je jouw geluk zelf beïnvloeden?

De omstandigheden waarin je opgroeit, de dingen die je meemaakt en de omgeving waarin je leeft bepalen voor een deel jouw geluk. Iemand die er financieel heel slecht voorstaat, zal het moeilijker hebben om zich gelukkig te voelen. Ook mensen met gezondheidsproblemen of een ernstige ziekte voelen zich meestal minder goed in hun vel. Je kan daar zelf weinig aan doen. Gelukkig zijn hangt dus voor een deel af van 'geluk hebben'.

Maar er zijn ook dingen die je zelf kan beïnvloeden. Wanneer twee mensen hetzelfde probleem of tegenslag hebben, bepaalt de manier waarop ze ermee omgaan of ze zich meer of minder gelukkig zullen voelen. En die manieren van omgaan met problemen kan je leren. Geluk heb je dus ook voor een stukje zelf in handen. De geluksdriehoek informeert en wijst jou de weg over wat je zelf kan doen om aan jouw geluk te werken.

### De geluksdriehoek: bouwen aan geluk

De geluksdriehoek bestaat uit 3 bouwblokken. Ze zijn alle drie belangrijk en onlosmakelijk met elkaar verbonden.

- De eerste bouwblok **'Je goed omringd voelen'** verwijst naar het gevoel dat je warme, wederzijdse en vertrouwelijke relaties hebt met de mensen om je heen. Je voelt je oprecht betrokken bij die mensen en je kan rekenen op hen wanneer nodig. Ook omgekeerd steun jij hen wanneer ze dat nodig hebben.
- De tweede bouwblok **'Je goed voelen'** gaat over je 'emotioneel' goed in je vel voelen. Dat betekent in de eerste plaats dat je positieve gevoelens kunt ervaren: plezier beleven, interesse hebben in het leven, energie hebben om dingen aan te pakken. Maar het gaat ook over een veel ruimer gevoel van levenstevredenheid: je ervaart innerlijke rust, je hebt

het gevoel dat je wensen en behoeften grotendeels vervuld worden. Ook minder positieve gevoelens kunnen er een plek krijgen: ze kunnen én mogen er zijn.

- De derde bouwblok is **'Jezelf kunnen zijn'**. Hier gaat het erom dat je jezelf kunt aanvaarden en een positieve houding kunt aannemen over jezelf. Je kent jezelf, je kan een richting kiezen in jouw leven en je kan min of meer je eigen weg volgen zonder dat je je al te veel laat leiden door sociale druk.

Om aan je eigen geluksgevoel te bouwen, werk je aan één of meerdere bouwblokken. Aan elke bouwblok zijn 3 vragen gekoppeld. Er is geen 'juist' of 'fout' antwoord op de vragen, ze nodigen jou alleen maar uit om er dieper over na te denken. Op de site [www.geluksdriehoek.be](http://www.geluksdriehoek.be) vind je nog meer tools en oefeningen die je op weg helpen om aan je geluk.

Onder de driehoek zie je een oranje bol. Die bol kan je uit balans brengen. Dat is niet erg: je moet en kan je niet altijd gelukkig voelen. Soms is de bol groter, soms is hij heel klein. Weet dat de bol er is en stoor je er niet aan. Er is altijd wel iets dat je uit balans brengt. En dat is oké.

**Meer info?** Surf naar: [www.geluksdriehoek.be](http://www.geluksdriehoek.be)





## 10<sup>de</sup> groepsaankoop groene stroom en gas van de provincie West-Vlaanderen

Ook dit jaar kun je opnieuw veel besparen op je energiefactuur!

**Hoe?** Schrijf je vrijblijvend in voor de 10de groepsaankoop groene stroom en gas van de provincie West-Vlaanderen. De provincie zoekt voor jou een voordelig contract voor 100% groene energie. Inschrijven kan via [www.west-vlaanderen.be/besparen](http://www.west-vlaanderen.be/besparen).

**Waarom?** Inschrijven is gratis en vrijblijvend. Bij vorige groepsaankopen bespaarden de deelnemers gemiddeld 200 euro op hun energiefactuur. Bovendien kies je bewust voor groene energie. Hoe meer deelnemers, hoe groter de besparing kan zijn! Al meer dan 323.000 gezinnen en bedrijven gingen jou voor. Stapte je al eerder over naar een voordelig (groepsaankoop)contract? Hou er dan rekening mee dat je energieleverancier je contract kan verlengen aan dure prijzen. Denk eraan: je kan op elk moment kosteloos van energieleverancier en van energiecontract veranderen.

**Wanneer?** Inschrijven kan vrijblijvend vanaf 1 december 2020 tot en met 9 februari 2021. Op 26 februari 2021 krijg je je persoonlijk voorstel. Je ziet meteen hoeveel je kan besparen. Overstappen naar het voordelige contract kan vanaf 1 mei 2021.

**Hulp nodig?** Je kunt hiervoor langskomen bij de Habito Woonwinkel op afspraak. Vergeet je laatste jaarlijkse afrekening niet mee te brengen.

## Btw 6 % afbraak en heropbouw



Het verlaagd btw-tarief van 6 % voor de afbraak van gebouwen en de heropbouw van woningen wordt uitgebreid tot gans het Belgische grondgebied.

Zowel projecten van bouwheren-natuurlijke personen als die van bouwpromotoren komen in aanmerking. Het moet gaan om woningen die gedurende 5 jaar de enige en eigen woning van de bouwheer/koper zijn en die een bewoonbare oppervlakte hebben van maximum 200 m<sup>2</sup>. Ook woningen die gedurende een periode van 15 jaar ter beschikking worden gesteld aan een sociaal verhuurkantoor komen in aanmerking.

De maatregel loopt van 1 januari 2021 tot 31 december 2022.



Heuvelland | Poperinge | Vleteren  
**OCMW - Vleteren**  
 Woestendorp 12 - 8640 Vleteren  
[info@habitowoonwinkel.be](mailto:info@habitowoonwinkel.be)  
[www.habitowoonwinkel.be](http://www.habitowoonwinkel.be)  
 habitowoonwinkel

**Info of hulp nodig buiten de zitdag?**  
 Bel 057 34 66 00 of mail naar [info@habitowoonwinkel.be](mailto:info@habitowoonwinkel.be)

Zitdagen Habito woonwinkel  
**OP AFSPRAAK:**

Loket Vleteren: afspraak boeken via [www.habitowoonwinkel.be](http://www.habitowoonwinkel.be) of per telefoon of mail.

Like onze Facebook-pagina en blijf op de hoogte van de laatste nieuwsberichten..



habitowoonwinkel

## Wintertips: bescherm jouw waterleiding en watermeter!



Winterse temperaturen kunnen ervoor zorgen dat jouw waterleiding en watermeter bevroren, onaangenaam en kostelijk. Om dit te vermijden, volgende tips:

- Zorg ervoor dat de temperatuur in alle lokalen met waterleidingbuizen **steeds boven het vriespunt blijft**.
- Is het niet mogelijk een vorstgevoelig lokaal te verwarmen? Plaats dan een elektrisch verwarmingslint parallel met de leiding en de watermeter. Let wel op voor kunststofbuizen en voor het binnenwerk van de watermeter: deze kunnen smelten door de warmte (wikkel dus nooit een verwarmingslint rond de leiding, maar leg het verwarmingslint parallel). Doe hiervoor een beroep op een vakman.
- Geef de nodige aandacht aan buitenkraantjes en leidingen in of tegen koude buitenmuren.
- Is de woning in de winter onbewoond? **Speel dan op veilig en sluit het water af**. Vergeet niet vooraf alle leidingen leeg te laten lopen. Draai daarom alle kranen open nadat je de hoofdkraan hebt dichtgedraaid.
- Aangezien niet alle lekken (onmiddellijk) zichtbaar zijn, controleer je best regelmatig de stand van jouw watermeter. Stel je plots een hoog verbruik vast? Ga dan op zoek naar de oorzaak.

Om goed voorbereid te zijn, controleer je best voor de winter of de hoofdkraan goed sluit en de

leegloopkraantjes in de buurt van de hoofdkraan goed werken. Zo kom je in de koude wintermaanden niet voor verrassingen te staan.

**Wat doe je als de leidingen toch bevroren zijn?**

- Indien er nergens in de woning water is, dan is hoogstwaarschijnlijk de aansluiting bevroren. Sluit eerst de hoofdkraan af. Ontdooi het gedeelte binnenshuis met de haardroger, vertrekkende van het tappunt naar de hoofdkraan. Gebruik nooit een brander. Pas op met leidingen in kunststof omwille van smeltgevaar. Beweeg de haardroger voortdurend heen en weer.
- Draai nadien de hoofdkraan slechts een beetje open, want er zouden wel eens buizen gesprongen kunnen zijn en dan zit je met waterschade na ontdooiing. Na controle kan de hoofdkraan volledig opengezet worden.
- Als de watermeter of de aansluiting buitenshuis bevroren is, roep de hulp in van jouw drinkwaterbedrijf.
- Als je er niet in slaagt om de leidingen te ontdooien, kan je enkel wachten tot het warmer wordt en dan ontdooien de leidingen vanzelf. In dat geval houd je de hoofdkraan best dicht als je niet thuis bent of gaat slapen. Zo vermijd je eventuele lekken bij plotse dooi.
- In geval van waterschade: contacteer je verzekeraar - maak de nodige foto's.

**Meer tips:** [www.dewatergroep.be](http://www.dewatergroep.be)

## Tournée Minérale: een maand zonder alcohol

'Tournée Minérale' komt terug voor een vijfde editie. De campagne roept alle Belgen op om in februari, voor het eerst of opnieuw, een maand 'nee' te zeggen tegen alcohol.

De corona-maatregelen maken deze editie extra uitdagend, maar ook extra belangrijk. Sommige mensen beslissen om ietsje sneller een glas alcohol te drinken. Met Tournée Minérale zorg je ervoor dat dat

extra thuisdrinken geen blijvende gewoonte wordt. Daag jezelf uit om gezelligheid te creëren zonder alcohol. Dat doet evenveel deugd, je voelt je er beter bij en het is goed voor je gezondheid. Allemaal heel welkom in deze uitzonderlijke tijden. Ga dus de uitdaging aan, drink in februari 2021 geen alcohol en ontdek dat je geen alcohol nodig hebt om je te amuseren. Meer info vind je op [www.tourneeminerale.be](http://www.tourneeminerale.be).



RUBRIEKEN

 THEATER

 FESTIVITEIT

 SPORT

 JEUGD

 ETEN EN DRINKEN

 TENTOONSTELLING

 MUZIEK

 CURSUS

VLETERNOARE NR. 2/2021:  
Evenementen ingeven kan  
t.e.m. 13 maart 2021.

Ontdek meer tips op  
[www.UiTvleteren.be](http://www.UiTvleteren.be)!

Een activiteit buiten Vleteren organiseren? Gebruik het label 'UIT met Vleteren' bij ingave, zo krijgt de activiteit een plaats in deze agenda.

**Samenstelling:**  
Dienst Informatie Vleteren

Deze agenda werd samengesteld op basis van activiteiten ingevoerd in de UiTdatabank. De dienst Informatie is niet verantwoordelijk voor eventuele fouten.

# UIT in Vleteren

## Belangrijke mededeling!

Deze UiT-agenda werd opgesteld met alle geplande activiteiten voor de periode januari - maart.

**Wij vragen om vooraf steeds contact op te nemen met de organisator om na te gaan of deze activiteiten doorgaan, in het kader van de coronamaatregelen.**

Wij vragen begrip voor alle organisatoren die in deze moeilijke tijden hun evenementen dienen te annuleren.

Dienst Informatie Vleteren

 **Van 15 december 2020 – 31 december 2021**  
**MULTIMOVEPAD SIXTUS-BOSSEN – DE LOVIE**

Pad van 4,5 km bestaande uit 2 lussen. Voor toegankelijkheid controleer de site.  
Sixtusbossen  
[www.natuurenbos.be/multimovepad/sixtusbossen](http://www.natuurenbos.be/multimovepad/sixtusbossen)

 **Dinsdag 26 januari**  
**KOOKLES**


Dorps huis Westvleteren  
Org. Ferm Westvleteren  
[fermwestvleteren@hotmail.com](mailto:fermwestvleteren@hotmail.com)  
0497 04 45 76

 **Donderdag 28 jan – 25 feb – 25 maa**  
**NAAI- EN BREIATELIER**


Dorps huis Westvleteren  
Org. Femma Sjiem  
Prijs: € 4  
057 40 07 40

 **Dinsdag 2 februari**  
**LICHTMIS MAMA'S 2020**

Dorps huis Westvleteren  
Org. Ferm Westvleteren  
[fermwestvleteren@hotmail.com](mailto:fermwestvleteren@hotmail.com)  
0497 04 45 76

 **Vrijdag 12 februari**  
**VOORDRACHT 'SPROEISTOFFEN, ECOLOGISCH DEN DUURZAAM BESCHERMEN'**

Dorps huis Woesten  
Org. Tuinhier  
[catherine.bouve@hotmail.com](mailto:catherine.bouve@hotmail.com)  
0478 42 77 37

 **Zondag 7 februari**  
**ONTBIJTMANDEN AAN HUIS KLJ VLETEREN**

Mmmm, op zondag een heerlijk ontbijt oppeuzelen met heel het gezin? Of liever een gezellige brunch?

Wij hebben een ideaal aanbod:  
**op zondag 7 februari voorziet KLJ Vleteren ontbijtmanden!**

**Hoe bestellen:**

- De ontbijtmanden worden geleverd tussen 7 en 10 u.
- Volwassenen: € 10 – kindjes (met surprise): € 6
- Supplement cava mogelijk: € 12
- Bezorging Vleteren gratis (straal 10 km) - € 2 bezorging hierbuiten
- Bestellen via:
  - Jatse Dever (0476 29 61 79) of Sofie Sampers (0493 56 14 02)
  - Mail naar [kljvleteren@hotmail.com](mailto:kljvleteren@hotmail.com) (vermelding aantal manden - supplement cava – adres – tijdstip levering)
- Afronden bestelling: overschrijven op het nummer BE82 7383 2307 2868 met vermelding van uw naam en 'ontbijtmanden KLJ Vleteren' voor woensdag 3 februari.

Alvast tot dan!  
KLJ Vleteren



 **Zaterdag 13 februari**  
**SPAGHETTI-AVOND CHIRO PIMPERNEL**

Wij nodigen je graag uit op **zaterdagavond 13 februari** in de Sceure om te genieten tijdens onze lekkere **Spaghetti-avond!**

Dit jaar brengen wij onze Spaghetti-avond naar een hoger niveau: je kan **komen eten** in de Sceure, maar indien gewenst kun je ook de spaghetti ter plaatse **afhalen of laten bezorgen** bij jouw thuis door onze eigenste Chiro Pimpernel Take Away.

Voor verdere informatie omtrent kaarten voor de beste spaghetti van de hele Westhoek, hou zeker onze facebookpagina (Chiro Pimpernel) en site ([www.chirovleteren.be](http://www.chirovleteren.be)) in de gaten!

Vele groetjes,  
De leiding van Chiro Pimpernel

 **Woensdag 10 februari**  
**BUBBELS EN BABBELS**

Gezellig samen het nieuwe jaar vieren.  
Dorps huis Westvleteren  
Org. Femma Sjiem  
057 40 07 40

 **Dinsdag 16 februari**  
**BLOEMSCHIKKEN**

Dorps huis Westvleteren  
Org. Ferm Westvleteren  
[fermwestvleteren@hotmail.com](mailto:fermwestvleteren@hotmail.com)  
0497 04 45 76





**Vrijdag 12 maart**  
**VOORDRACHT**  
**'BESTRIJDING VAN ZIEKTEN,**  
**PLAGEN EN INSECTEN'**

Dorpshuis Woesten  
 Org. Tuinhier  
 catherine.bouve@hotmail.com  
 0478 42 77 37



**Vrijdag 9 april**  
**VOORDRACHT 'WATERBE-**  
**HEERSING IN DE TUIN'**

Dorpshuis Woesten  
 Org. Tuinhier  
 catherine.bouve@hotmail.com  
 0478 42 77 37

**Ferm Oostvleteren**

*Ferm Oostvleteren heeft omwille van de coronamaatregelen nog geen programma voor 2021 opgesteld. Van zodra er meer duidelijkheid is omtrent eventuele versoepelingen kunnen er activiteiten ingepland worden. Voorlopig houden we het veilig. De leden worden persoonlijk op de hoogte gebracht van de geplande activiteiten.*



**Dinsdag 16 maart**  
**BEDRIJFSBEZOEK BAKO**  
**KOFFIE**

Locatie: Fleternalaan  
 Org. Ferm Westvleteren  
 fermwestvleteren@hotmail.com  
 0497 04 45 76



**Woensdag 17 maart**  
**KOOKLES 'TAART ZONDER**  
**OVEN'**

Dorpshuis Westvleteren  
 Org. Femma Sjiem  
 057 40 07 40

**Gezinsbond Oost – en Westvleteren**



**Dinsdag 6 april**  
**SOS KINDERKWAALTJES**

Informatie rond het behandelen en voorkomen van kinderkwaaltjes.  
 Dorpshuis Westvleteren  
 Org. Ferm Westvleteren  
 fermwestvleteren@hotmail.com  
 0497 04 45 76

LOCATIES:

**de Sceure:**  
 Veurnestraat 4, Oostvleteren

**Dorpshuis Westvleteren:**  
 Westvleterendorp 13, Westvleteren

**Dorpshuis Woesten:**  
 Woestendorp 46, Woesten

Jouw activiteiten hier vermeld?  
**Geef zelf je activiteit in!**  
**Uitdatabank.be**