Inhoud

Voorwoord **3**

Opbouw van het jaarverslag **5**

Opdrachtverklaring **6**

Voorstelling en structuur **8**

1 Voorstelling van de werking 8
1.1 Lokaal dienstencentrum 8
1.2 Sociaal-culturele activiteiten 12
1.3 Ondersteuning voor de deelwerkingen 12
1.4 Werking met en door vrijwilligers 14

2 Organisatieschema en toelichting 17

3 Vrijwilligersbeleid 21
3.1 Visie op vrijwilligersbeleid bij SENIOrama 21
3.2 Cel vrijwilligersbeleid 21

Dienstverlening **23**

1 Advies en ondersteuning 23
1.1 Registratie van vragen 23
1.2 De luisterlijn 23
1.3 Samenwerking senioreninspecteur Leuvense politie 24
1.4 Voetverzorging 25
1.5 Kapper 25
1.6 Ontmoetingsgroep rouw en verlies 25

2 Middagmaaltijden 26

3 SENIOrama oppas- en gezelschapsdienst 27
3.1 Cliënten van de oppasdienst 28
3.2 Vrijwilligers van de oppasdienst 33
3.3 Samenwerking en coördinatie 36

4 Hulp bij kleine taken en Shop-o-rama 38
4.1 Ondersteuning aan huis 38
4.2 Wie doet op de dienst beroep? 39

De activiteiten **40**

1 Activiteiten van algemeen-informatieve aard 40
1.1 Lezingen psychisch en fysisch welzijn 40
1.2 Individuele contacten via het onthaal 41

1.3 Mondelinge informatie 41
1.4 Nieuwsbrief - Halfjaarlijks programma 42
1.5 Website 42
1.6 Interne communicatie 43
1.7 Public relations langs diverse kanalen 45
1.8 SENIOrama een frisse identiteit voor een vertrouwde misse 46
1.9 Informatieve opdrachten voor de stad Leuven 47

2 Activiteiten van recreatieve aard 48
2.1 Activiteiten van creatieve aard 48
2.2 Sport en beweging 50
2.3 Zomeractiviteiten 54
2.4 Cursussen welzijn 55
2.5 Daguitstappen 56
2.6 Weekeindekriebels 56
2.7 Vierdaagse reis naar Engeland 57
2.8 Gezelschapsspelen 58
2.9 Filmclub 58

3 Activiteiten van algemeen vormende aard 59
3.1 Talen 59
3.2 Computergestuurde technologie 62
3.3 Lezingen 68
3,4 Themacursussen 71
3.5 Andere cursussen en initiatieven 75

SENIOrama en de buurt **79**
1 Meerjarenplan 79
2 Overlegmoment met de buurt 80
3 Contacten in de buurt 81
4 De buurtbabbel 81
5 Buurtinitiatieven 81
5.1 Dag van de buren 81
5.2 Straathistories 82

Overige activiteiten **83**
1 SENIOrama overleg en samenwerking 83

Voorwoord

Beste lezer,

Voor jou ligt het jaarverslag van SENIOrama, over het werkingsjaar 2025.

Een lijvig werkstuk, want er is weer keihard gewerkt door het team en de vrijwilligers.

2025 was een bijzonder jaar voor SENIOrama. De vereniging is 50 jaar geleden ontstaan en heeft heel veel (r)evoluties gekend gedurende die vijf decennia. In 2026 zullen we die geschiedenis feestelijk herdenken.

*Een constante in het hele verhaal is '**de vrijwilliger!**' Zonder de vrijwilligers zou dit verhaal niet geschreven zijn, zonder hen zouden we die verjaardag niet kunnen vieren. En ze zijn met veel onze vrijwilligers, 230 mensen werken op vrijwillige basis mee in 2025. Met veel enthousiasme! Je leest meer over hen en hun activiteiten in de volgende tekst.*

SENIOrama heeft in 2025 een aantal veranderingen doorgevoerd. Onze voorzitster Marlies Van Mechelen, jarenlang hét vertrouwde gezicht van de organisatie, zocht opvolging en vervanging als voorzitster.

Sinds de algemene vergadering van april 2025 word ik (Denise Vandevoort) dan de trotse voorzitster. Heel fier en blij want SENIOrama is een schitterende organisatie met, voor en door actieve senioren. Hun levenservaring, hun inzet, dat is van onschatbare waarde voor onze samenleving. Steeds meer senioren vinden de weg naar SENIOrama: als vrijwilliger, als leergierige cursist, als bezoeker, als buurtbewoner, als geïnteresseerde voor lezingen, films, debatten, cursussen, ontmoetingen. Dit danken we natuurlijk ook aan het fijne team, Bianca, Isabelle, Lesley.

Lesley heeft SENIOrama verlaten na vele jaren inzet. Ze is veranderd van werk. Haar inbreng en haar vertrek brengen ons tot nadenken en tot nieuwe inzichten in het concept van de oppasdienst.

Er is enorm veel tijd en energie gestoken in de (verplichte) administratie. Dat heeft zwaar gewogen in een relatief kleine organisatie die vooral op vrijwilligers draait. Daarom heeft de organisatie beslist om de oppasdienst te laten evolueren naar een gezelschapsdienst, in overleg natuurlijk met de vrijwilligers die deze werking graag willen continueren. Meer hierover in dit jaarverslag.

Er valt nog zoveel te vertellen. Daarom, lees zeker verder!

Een woord van dank aan alle vrijwilligers, bestuurders, medewerkers voor het geleverde werk van 2025 (en daarvoor).

Gefeliciteerd met die 50 jaar en we zijn al op weg naar de volgende 50!

Denise

Opbouw van het jaarverslag

Het vertrekpunt van een jaarverslag is de vraag of de gestelde doelstellingen bereikt worden. Deze kerndoelstellingen zijn terug te vinden in de opdrachtverklaring. Tevens is er een voorstelling van de organisatiestructuur en wordt de taakverdeling tussen personeel en vrijwilligers toegelicht.

In een tweede deel van het jaarverslag volgt een gedetailleerd overzicht van alle diensten en activiteiten die hebben plaatsgevonden. Het cijfermateriaal bestaat uit het aantal activiteiten, diensten en deelnemers. Door vergelijking met voorgaande jaren kunnen tendensen afgeleid worden.

Op basis van de vastgestelde ontwikkelingen worden nieuwe richtlijnen voor de toekomst geformuleerd. Dit komt onder andere terecht in het nieuwe jaarprogramma en kwaliteitsdoelstellingen.

"Ik volg sinds 3 jaar de taallessen Duits, gegeven door Josee Heuts. Mevrouw Heuts is een heel goede lerares die erin slaagt om alle cursisten te betrekken bij haar lessen. Die lessen zijn ook goed voorbereid en heel gevarieerd qua thema's en vormgeving. De bedoeling is om veel te converseren, in groep en per twee maar ook de grammaticakennis wordt regelmatig opgefrist. Er is ook een goede sfeer in de groep waarin iedereen zich welkom voelt."

Cursist Duits

Opdrachtverklaring

De opdrachtverklaring van SENIOrama omvat haar missie en haar visie.

1 Missie

SENIOrama is een vzw in het Leuvense met een lokaal dienstencentrum en een oppas- en gezelschapsdienst. SENIOrama wil het welzijn en welbevinden van senioren en hun mantelzorgers bevorderen in al hun verscheidenheid. Deze doelstellingen worden vooral door de inzet van een grote groep vrijwilligers gerealiseerd.

Senioren zijn mensen met veel levenservaring die in deze leeftijdsfase het accent leggen op het ontdekken van nieuwe kansen en noden en deze een plaats geven in hun leven.

Het aanbod van diensten en activiteiten geeft veel aandacht aan tevreden, comfortabel en zelfstandig ouder worden. Daarbij vertrekken we steeds van hoe senioren dit traject vorm willen geven.

Bezoekers, buurtbewoners, vrijwilligers en medewerkers van SENIOrama, alle betrokken partijen, inspireren en stimuleren elkaar in onderling overleg. Daarbij wordt rekening gehouden met de specifieke noden en mogelijkheden van elke persoon. Er is samenspraak met onze subsidierende overheden en samenwerking met organisaties in de buurt en de ruimere omgeving.

Het programma van SENIOrama omvat een hele waaier aan activiteiten en diensten, zoals lezingen, sport, digitale opleidingen, sociale activiteiten, taalcursussen, creatieve activiteiten, gezelschapsdienst, warme maaltijden, buurtbabbel, ondersteuning mantelzorgers. In al deze activiteiten staan ontmoeting en sociaal contact centraal, evenals zorg voor de fysieke conditie en de mentale fitheid van de deelnemers. Mogelijkheden en noden van bezoekers, buurtbewoners en vrijwilligers bepalen mee dit aanbod.

SENIOrama is een lerende organisatie en peilt regelmatig naar de ervaring en wensen van haar vrijwilligers, personeelsleden, buurtbewoners, bezoekers en samenwerkende organisaties om zo haar werking te kunnen bijstellen.

2 Visie

Volgende waarden inzake mensvisie staan bij SENIOrama centraal.

- De waardigheid van elke persoon eerbiedigen
- Luisterbereidheid en vrijheid van meningsuiting nastreven
- Respect opbrengen voor de privacy, zowel voor de gebruikers als voor de medewerkers en vrijwilligers
- Bevorderen van de autonomie en de zelfredzaamheid
- De waardering van elkeen vooropstellen.

SENIOrama probeert deze missie en visie of kernopdrachten te vertalen naar doelstellingen. Via dienstverlening en activiteiten wil men deze realiseren.

3 Vrijwilligers

SENIOrama bestaat dankzij een uitgebreid netwerk van vrijwilligers die worden ondersteund door beroepskrachten. SENIOrama wil al haar vrijwilligers optimale participatie- en ontplooiingskansen aanbieden. Heel typisch voor de werking van SENIOrama is het werken in werkgroepen die vrijwilligers die eenzelfde taak uitvoeren, groeperen.

Niet de hiërarchische structuur maar de werkgroepjes staan centraal. Om haar doel optimaal te bereiken, streeft SENIOrama naar overleg en samenwerking tussen de werkgroepen, met andere organisaties, diensten en officiële instanties.

Voorstelling en structuur

1 Voorstelling van de werking

Binnen de vzw SENIOrama zijn er in 2025 twee deelwerkingen.

Enerzijds is er een dienst voor oppashulp, anderzijds is er de werking van het lokaal dienstencentrum, beiden erkend door de Vlaamse overheid.

Deze werkingen zetten in op het zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Dienstverlenende activiteiten zoals de oppasdienst, de buurt- en boodschappendienst, de luisterlijn, doen dit door aanvullende ondersteuning aan huis te bieden naast professionele thuiszorgdiensten.

De activiteiten die door de vrijwilligers van het lokaal dienstencentrum georganiseerd worden trachten de mentale, fysieke en sociale gezondheid van bezoekers blijvend te stimuleren om zo het ouder worden maximaal te ondersteunen.

1.1 Lokaal dienstencentrum

Het lokaal dienstencentrum (LDC) van SENIOrama werkt in de Leuvense binnenstad in de buurt Sint-Maartensdal. Het LDC is erkend door de Vlaamse overheid en deze erkenning is onderhevig aan een aantal voorwaarden. Hierna volgt een overzicht van deze voorwaarden en een verwijzing naar de plaats waar de beschrijving binnen het jaarverslag terug te vinden is.

Het centrum maakt een buurtanalyse op die voldoet aan voorwaarden en de basis vormt voor het meerjarenplan.

De kwantitatieve buurtanalyse gebeurt op basis van gegevens uit de databank 'Provincie in cijfers' via volgende link https://provincies.incijfers.be/databank/report/?id=rapport_bgz&input_geo=gemeente_24062

Opvallende cijfers uit deze analyse

- Percentage alleenwonenden namelijk 61,8%
- Weinig eengezinswoningen
- Hoog aantal woongelegenheden in meergezinswoningen, namelijk 85%, veel gezinnen leven samen in de appartementsgebouwen van Sint-Maartensdal.
- Hoog aantal huishoudens zonder kinderen 78,9%
- Hoog percentage huurders, namelijk 79,7%, een groot percentage betreft sociale verhuur, namelijk 30,9%
- In en rondom de buurt is er voldoende basisuitrusting (apotheek, supermarkt, bakker, café, restaurant).

Welke kwetsbare groepen zijn aanwezig?

- Bewoners met een **beperkt inkomen**: 1410 personen of 34,5% hebben recht op een verhoogde tegemoetkoming. Binnen deze groep is een hoog percentage, namelijk 41%, 65 jaar of ouder.

- **Gezinssamenstelling**: alleenwonenden en eenoudergezinnen zijn twee gezinstypes die het uitgesproken moeilijker hebben. In Sint-Maartensdal zijn 60,4% alleenwonend. De groep alleenwonende ouderen is hoog, namelijk 57,5% is tussen 65 en 74 jaar, 54,2% is 75 en ouder.
- 39,6% van de inwoners van Sint-Maartensdal zijn van niet-Europese herkomst. 53,8% hebben een **andere herkomst** dan de Belgische. Dit percentage is veel hoger t.o.v. alle inwoners.
- Hoog percentage **werkzoekenden,** namelijk 9,5%. Binnen die groep is 45% laaggeschoold en ook dat is hoog.
- **Komende generatie**

  40,7% leerlingen met laagopgeleide moeder

  64,1% leerlingen met recht op schooltoeslag

  66,4% leerlingen waar thuis geen Nederlands wordt gesproken.

  58,6% indicatorleerlingen in het secundair onderwijs

De kwalitatieve analyse gebeurt aan de hand van een vragenlijst bij buurtbewoners en dienstverleners. Vrijwilligers doen interviews bij mannen en vrouwen.

De wijkagente en senioreninspecteur worden bevraagd over hun ervaringen in de buurt.

Informatie uit de interviews

- Voorzieningen en verenigingen zijn vlot bereikbaar.
- Veilige buurt met weinig overlast (rond Vanden Tymplestraat)
- Slechte staat van de stoep
- Vaak vuilnis op de straat (Vanden Tymplestraat)
- Te weinig bankautomaten
- Weinig sociale contacten tussen buren/bewoners
- Veel verloop van bewoners
- Studentenlawaai
- Vereenzaming bij ouderen
- Veel bewoners met problemen (drugs, mentaal, financieel) in de appartementen Sint-Maartensdal

Dromen van buurtbewoners

- Meer veiligheid voor de fietsers
- Meer inspraak van vrouwen
- Betere stoepen
- Meer vuilnisbakken
- Fietsparking
- Nood aan informatie over culturele activiteiten
- Meer groen
- Parkeermogelijkheid voor diensten
- Nood aan zebrapaden

Met de vrijwilligers van de werkgroep woonzorgdecreet wordt geopteerd om in het plan doelstellingen te formuleren betreffende huiswerkondersteuning in de buurt, het op een laagdrempelige manier dichten van de digitale kloof bij senioren in de buurt, het interculturele karakter en het tekort aan groen in de buurt. Daarnaast wordt bekeken hoe er een versterkte samenwerking tot stand kan komen met belangrijke partners die in dezelfde buurt actief zijn zoals o.a. huisartsen, het buurtcentrum Sint-Maartensdal, scholen enzovoort.

Het centrum biedt objectieve en transparante informatie, ontspanning en ontmoeting aan de doelgroepen die bepaald zijn in het meerjarenplan, met prioritaire aandacht voor ouderen, mantelzorgers en kwetsbare personen, door breed toegankelijke en laagdrempelige activiteiten van informatieve, recreatieve en vormende aard te organiseren.

Het lokaal dienstencentrum biedt activiteiten van informatieve aard aan.

- Voor **advies over thuiszorg**, premies en dienstverlening kunnen bezoekers van het lokaal dienstencentrum terecht bij het onthaal van het LDC. Deze dienst heeft zicht op de informatie die voor thuiszorggebruikers en hun familie nuttig zijn via de websites van relevante diensten. Daarnaast zijn er folders beschikbaar in de folderrekken.

  De **onthaalvrijwilligers** (p. 41) zijn iedere werkdag aanwezig op het onthaal en geven naast bovenstaande informatie ook informatie over de diensten en activiteiten van SENIOrama. Het personeel (p. 19) ondersteunt de vrijwilligers bij deze taken en staat klaar om gespecialiseerde informatie te geven over hulp- en dienstverlening.
- De i**nformatie** over de werking is op verschillende manieren beschikbaar. De geschreven informatie is er in de vorm van de maandelijkse SENIOrama nieuwsbrief, brochures en affiches in de buurt. Daarnaast is er de eigen website www.seniorama.be en wordt op verschillende manieren informatie verleend zoals in de seniorenraad, bij seniorenverenigingen en tijdens infobeurzen.
- Er worden verschillende lezingen georganiseerd met informatie over psychisch, fysisch en sociaal welzijn (p. 40).
- Er is een digitale communicatie naar enkele persorganen, de website www.UITinVlaanderen.be en naar www.UITinLeuven.be (p. 45)
- SENIOrama heeft met de stad Leuven een samenwerkingscontract om een aantal opdrachten te vervullen naar senioren. SENIOrama verzorgt, naast het reguliere aanbod aan socio-culturele activiteiten en thuis-ondersteunende diensten, de organisatie van de maandelijkse praatcafés voor **mantelzorgers** (p. 47).
- De Leuvense senioreninspecteurs komen op afspraak naar het LDC. (p. 24). Mensen die vragen hebben, kunnen onmiddellijk en rechtsreeks bij hen terecht. Er ligt contactinfo in de folderkast in de ontmoetingsruimte.

Het lokaal dienstencentrum organiseert activiteiten van recreatieve aard.

De recreatieve activiteiten die SENIOrama aanbiedt zijn zeer uitgebreid en verscheiden. We vinden deze terug bij de creatieve ateliers, sport en beweging, de zomeractiviteiten, de uitstappen en reizen (p. 48-58). Iedere woensdagnamiddag worden gezelschapsspelen gespeeld. In de cafetaria worden gezelschapsspelen ter beschikking gesteld van de bezoekers en liggen buurtkranten en tijdschriften ter inzage.

Het lokaal dienstencentrum biedt activiteiten van vormende aard aan.

Deze vormende activiteiten zijn taalcursussen, computer- en tabletcursussen, GSM en smartphone initiatie, lezingen over cultuur, open venster op de wereld, levensbeschouwingen, themacursussen, culturele uitstappen (p. 59-75).

Het lokaal dienstencentrum verricht specifieke werkzaamheden.

- Dagelijks worden **warme maaltijden** aangeboden. (p. 26-27).
- SENIOrama beschikt over een boodschappendienst genaamd **Shop-o-rama** waar vrijwilligers zowel de coördinatie als de boodschappen op zich nemen (p. 38-39). Shop-o-rama

staat klaar om noodzakelijke boodschappen te doen voor zorgbehoevende, alleenstaande en minder-mobiele personen.

- De dienst voor **buurthulp** verleent kleine diensten aan buurtbewoners. Het gaat hier om taken voor de personen die hiervoor geen beroep kunnen doen op familie of buren.
- In het kader van de activiteiten van het dagelijks leven is er een pedicure (p. 25) en een kapper (p. 25) die ter plaatse komt.

Centrumleider: Bianca Pisera

Ze neemt in de loop van 2025 deel aan volgende vormingsmomenten.

- Regionaal ondersteuningspunt voor lokale dienstencentra (ROP) 14/02/2025 in LDC Wijnveld te Leuven – Aan de slag met planning
- ROP 20/6/2025 in LDC Ter Putkapelle te Leuven – Algemene en specifieke kennis LDC-quiz
- ROP 10/10/2025 in LDC Arsenaal te Diest – Adviesmoment in LDC
- Vorming Doelgerichte Zorg 13/10/2025 (hele dag) en 13/11/2025 (voormiddag) te Kessel-Lo, VIVEL-training ELZ Leuven, door Hilke Cottegnie van DOP Vlaams-Brabant/Brussel
- Workshop doorverwijzen op 16/10/2025 bij buurtwerk 't Lampeke Leuven door team Buurtgerichte Gezinszorg Leuven

Evaluatie kwaliteitsplanning 2025

Samenstellen van een informatiebrochure voor startende vrijwilligers

Doelstellingen

- Er wordt informatie gegeven over de missie van de vzw.
- Er wordt informatie gegeven over de vrijwilligerswerking.
- De nieuwe vrijwilliger heeft informatie ter beschikking en kan deze raadplegen.

Acties

- Een tijdelijke werkgroep wordt samengesteld.
- De werkgroep werkt de verschillende onderdelen uit.
- De centrumleider verzorgt de lay-out van de brochure.
- De brochure wordt regelmatig voorgelegd aan de werkgroep cel vrijwilligersbeleid.
- De feedback wordt verwerkt.
- De brochure wordt gebruikt bij gesprekken met startende vrijwilligers.

Opstart vernieuwen website

Doelstellingen

- Er wordt gewerkt met een externe webmaster.
- Digitale informatie wordt op een moderne manier beschikbaar.
- De lay-out van de website is gemoderniseerd.
- De mogelijkheden van online registratie/inschrijven voor een activiteit worden onderzocht.

Acties

- Verschillende externe webmasters worden uitgenodigd voor een gesprek.
- Er wordt één webmaster aangeduid door het bestuur.
- Er is overleg met de externe webmaster en de huidige werkgroep website.
- De externe webmaster ontwerpt een kader voor de nieuwe website.

1.2 Sociaal-culturele activiteiten

Deze werking steunt organisatorisch en administratief helemaal op vrijwilligers. **Hier zijn gemiddeld 90 vrijwilligers** werkzaam.

Het betreft niet altijd nieuwe vrijwilligers die opstarten, ook vrijwilligers die bijvoorbeeld ondersteunende of dienstverlenende taken opnemen, kunnen aansluiten bij het inrichten van de activiteiten.

Iedere deelactiviteit van deze sociaal-culturele werking wordt gepland en uitgevoerd door een werkgroep van vrijwilligers. De vrijwilligers vergaderen regelmatig om een planning vast te leggen, deze uit te voeren en te evalueren. De activiteiten die georganiseerd worden, zijn zeer verscheiden. Naast **taalcursussen** zijn er de **cursussen** die senioren wegwijs maken in **computer-, smartphone-, iPhone- en tabletgebruik. Lezingen** met nabespreking willen een bepaald onderwerp rond cultuur, open venster op de wereld en levensbeschouwingen, op maandagnamiddag behandelen. **Themacursussen** besteden een of meerdere halve dagen om een onderwerp uit te diepen. De **creatieve ateliers** zetten in op de ontwikkeling van artistieke talenten van cursisten. Een uitgebreid gamma **sportactiviteiten** staat eveneens op de agenda. Er worden **uitstappen** georganiseerd, zowel halve dag- en daguitstappen, als de meerdaagse reizen.

De centrumleider neemt deel aan de stuurgroep die regelmatig samenkomt en waarbij een vertegenwoordiging vanuit elke werkgroep een stand van zaken van zijn werking geeft. Er worden goede praktijken uitgewisseld en er wordt gewerkt aan eenvormigheid in bijvoorbeeld communicatie naar de cursisten.

In 2025 komt de stuurgroep 6 maal samen om bijv. de start van een nieuw semester voor te bereiden, de communicatie per e-mail af te stemmen, gebruikte documenten aan elkaar voor te stellen. Vertegenwoordigers uit de werkgroepen talen, sport, computercursussen en crea zijn hierbij aanwezig.

1.3 Ondersteuning voor de deelwerkingen

Deze ondersteuning wordt gedragen door **een 80-tal vrijwilligers**.

De omvang van SENIOrama door het groot aantal deelwerkingen, het aantal activiteiten dat jaarlijks georganiseerd wordt, de vergaderingen en werkgroepen ad hoc die in de loop van het jaar binnen de gebouwen van SENIOrama plaatshebben, maakt een intense coördinatie noodzakelijk.

Binnen SENIOrama steunt deze administratieve coördinatie op een **netwerk van computers** dat beheerd wordt door Freddy Vanhaelewyn. De gegevens over dienstverlening en activiteiten zijn vervat in databestanden die door Marc Peetermans en Jan Bailleul geactualiseerd en aangepast worden aan de noden van de organisatie.

Sinds kort krijgt dit team extra ondersteuning van Patrick Vancauwelaert, die met zijn specifieke kennis van databases helpt om het gegevensbeheer verder te optimaliseren.

Voor de uitvoering van de **administratie** kan beroep gedaan worden op een groep vrijwilligers die de meest uiteenlopende taken opnemen en die soms in verschillende deelwerkingen ondersteunen: Lilliane Debrouwer, Mia Vanden Bossche, Myriam Kindt, Chris Van de Vyver, Josiane Celis, Agnes Persoons, Lut Debroey, Lucia Vandermeer, Nora Dereymaeker, Jano Vantieghem, Gaby Gielis, Chris Degheldere.

Een aantal vrijwilligers is actief op **financieel-administratief** en op **boekhoudkundig gebied**. Ze verzorgen de controle van de kassa's, doen de voorbereiding voor boekingen en doen de boekingen in het daarvoor voorzien boekhoudprogramma Exact Online, bewaken het budget en contoleren het geheel. Deze werkgroep bestaat uit Anne Aerts, Irène Verstrepen, Mia Sioen, Chris Van de Vyver, Adrienne Elsen, Mia Sermeus, Chris Bogaerts, Agnes Baeten, Greta Thijs, Anita De Witte, Francine Van Genechten, Dirk Busschaert, Jos Windelinckx. Daarnaast wordt beroep gedaan op een boekhoudkundig bureau voor opvolging van de wettelijke verplichtingen en ter ondersteuning van de vrijwilligers van de boekhouding.

Communicatie is een sleutelwoord voor een organisatie met een groot aantal vrijwilligers en met een voortdurende evolutie en toename van activiteiten en dienstverlening. De **interne** communicatie gebeurt binnen overlegvergaderingen per werkgroep, via nieuwsbrieven en persoonlijke contacten. Dit onderwerp krijgt aandacht van de cel vrijwilligersbeleid dat over dit thema vorming en overleg organiseert. De **externe** communicatie wordt op verschillende manieren gerealiseerd: website, halfjaarlijks programma 'Aanbod activiteiten', maandelijkse Nieuwsbrief, dynamische presentatie op een televisiescherm in de ontmoetingsruimte, verspreiden affiches en folders, informatie betreffende activiteiten bezorgen aan verschillende perskanalen. Sinds 2020 zetten we ook actief in op Facebook als een belangrijk kanaal voor onze externe communicatie waarop we nieuwigheden en activiteiten aankondigen.

Daarnaast worden onze activiteiten systematisch ingevoerd in de UiTdatabank Vlaanderen, waardoor ons aanbod ook breed zichtbaar is op verschillende vrijetijdsplatformen. Deze belangrijke taak wordt trouw opgenomen door een team van vrijwilligers die zorgen voor de nodige input.

Om op een nog betere manier een grote groep mensen digitaal te bereiken, ontwikkelt websitevrijwilliger Julien Lemmens in 2024 een **e-mailsysteem** waarbij probleemloos eenzelfde e-mail naar bijvoorbeeld alle leden van SENIOrama verstuurd kan worden. Voorheen is dit zeer tijdsintensief, gezien een e-mail maar een klein aantal bestemmelingen in een bepaalde tijdspanne kan bereiken.

Het **jaarverslag** is belangrijk voor interne en externe communicatie. Inhoudelijk wordt dit door het personeel en organiserende vrijwilligers opgemaakt. De lay-out wordt verzorgd door Chris Van de Vyver.

De **cafetaria** is de centrale ontmoetingsplaats van SENIOrama. Het is een gastvrije ruimte waar bezoekers en cursisten samenkomen voor een gesprek of een pauze. De plek is ook geschikt om mensen te ontvangen of voor overleg. Elke weekdag wordt hier bovendien een warme maaltijd geserveerd in het **middagrestaurant**. Deze hele werking wordt gedragen door een grote groep vrijwilligers die elke dag klaarstaan voor de organisatie en de bediening. Ze zorgen ook voor koffie en thee bij overlegmomenten van de vrijwilligerswerkgroepen.

Er worden regelmatig boeken aangeleverd en ook weer meegenomen. Voor de boeken wordt een bijdrage van minimum € 1 of € 2 gevraagd. Maandelijks worden de boeken geordend en gesorteerd volgens thema door vrijwilligers. Het succes van de boekenhoek moedigt ons aan om te blijven investeren in plekken waar zowel lezen als sociaal contact centraal staan. Lezers wisselen hier immers vaak ervaringen en meningen uit. Daarnaast zijn in de ontmoetingsruimte steeds gezelschapsspellen beschikbaar. Vooral op woensdagnamiddag maken liefhebbers hier enthousiast gebruik van.

De vrijwilligers van het **onthaal** ondersteunen de deelwerkingen op verschillende manieren. Vooral administratief door het opnemen van inschrijvingen allerhande, het nakijken van contactgegevens, opvolgen van lijsten. Ze ontvangen telefonisch en via mail de eerste vragen en zorgen voor een interne of externe verwijzing.

1.4 Werking met en door vrijwilligers

1.4.1 Gegevens nieuwe vrijwilligers

In 2025 starten 18 nieuwe vrijwilligers bij SENIOrama.

Startdatum		
Datum	**Aantal**	**Werkgroepen**
Januari	0	
Februari	0	
Maart	1	redactieraad
April	1	oppas
Mei	1	oppas
Juni	0	
Juli	0	
Augustus	3	wandelingen, oppas (2)
September	3	crea, oppas, film
Oktober	5	cafetaria, wandelingen (2), boekhouding (2)
November	4	cafetaria/oppas, fietsen, cafetaria (2)
December	0	
Totaal	**18**	

Woonplaats	
Maand	**Aantal**
Leuven	8
Heverlee	1
Kessel-Lo	5
Wilsele	2
Bertem	1
Overijse	1
Totaal	**18**

De meeste vrijwilligers die de weg vinden naar SENIOrama wonen in Groot-Leuven, namelijk 16 personen. 2 nieuwe vrijwilligers wonen in een andere stad of gemeente.

Leeftijd		
Geboortejaar	**Leeftijd**	**Aantal**
1950-1959	75-66	12
1960-1969	65-56	3
1970-1979	55-46	1
1980-1989	45-36	2
Totaal		**18**

Wat betreft leeftijd, zien we dat er 12 vrijwilligers starten die 66 jaar en ouder zijn, terwijl 6 startende vrijwilligers jonger zijn.

1.4.2 Actieve vrijwilligers bij SENIOrama

In 2025 bedraagt het **gemiddelde aantal actieve vrijwilligers** binnen SENIOrama **230**, wat in lijn is met de afgelopen jaren.

Woonplaats

Bekijken we de vrijwilligersgegevens van iets dichterbij dan zien we dat 70% in Groot-Leuven woont. Daarvan wonen 61 vrijwilligers in het centrum Leuven, 48 in Kessel-Lo, 39 in Heverlee, 7 in Wilsele en 5 in Wijgmaal. Daarnaast komen 16 vrijwilligers uit Herent en 7 uit Oud-Heverlee.

Wat betreft de overige vrijwilligers zien we dat deze vaak in het arrondissement Leuven wonen. Enkele vrijwilligers wonen verder bijvoorbeeld in Waals-Brabant of Brussel. Eén vrijwilliger woont in Duitsland.

Leeftijd

Wat betreft de leeftijd bevinden de meeste vrijwilligers (43%) zich bij de 70 tot 79-jarigen, gevolgd door de 60 tot 69-jarigen (22%). De groep van 80 tot 89-jarigen omvat 21% van het totaal aantal vrijwilligers, dit is een stijging van 5% in vergelijking met vorig jaar. 4% van de actieve vrijwilligers is 90-plus. Een minderheid is jonger dan 60 namelijk 10%.

Geslacht

68% van de vrijwilligers zijn vrouwen, 32% mannen. Dit is vergelijkbaar met voorgaande jaren.

En verder…

De intakegesprekken met kandidaat-vrijwilligers worden door de personeelsleden gedaan. Als een kandidaat-vrijwilliger niet kan opstarten, wordt bekeken of deze bij een andere vrijwilligersorganisatie aan de slag kan gaan.

Mensen vinden op verschillende manieren hun weg naar SENIOrama. Sommigen reageren op vacatures op onze eigen website, sociale media of www.vrijwilligerswerk.be, vaak kent men iemand binnen de organisatie die al vrijwilligerswerk doet, anderen worden doorverwezen door een dienst of organisatie.

De meeste vrijwilligers starten een langdurig engagement op. Enkelen nemen het vrijwilligerswerk voor een korte periode op.

We merken vaak dat vrijwilligers starten in 1 werkgroep en geleidelijk aan hun engagement uitbreiden naar andere werkgroepen. Bij de vrijwilligers die zich al gedurende lange tijd engageren, zien we af en toe verschuivingen in het soort vrijwilligerswerk.

Bij SENIOrama erkennen we dat onze werking volledig afhankelijk is van de inzet en toewijding van onze vrijwilligers. Daarom is het tonen van waardering en ondersteuning aan deze onmisbare krachten binnen onze organisatie van vitaal belang. Het waarderen van onze vrijwilligers staat centraal in het verhogen van de effectiviteit van onze organisatie.

Om deze waardering tot uitdrukking te brengen, werkt de 'cel vrijwilligersbeleid' samen met het 'dagelijks bestuur' en 'het bestuursorgaan' aan verschillende initiatieven. Deze initiatieven zijn ontworpen om onze dankbaarheid te tonen en respect en erkenning te geven aan de cruciale bijdrage die onze vrijwilligers leveren.

Bovendien zetten we ons in om een omgeving te creëren die niet alleen veilig is maar ook het gevoel van verbondenheid versterkt. We streven ernaar om ervoor te zorgen dat elke vrijwilliger zich een gewaardeerd lid van de SENIOrama-familie voelt, waar hun bijdragen niet alleen erkend worden, maar waar ze zich ook persoonlijk en professioneel ondersteund voelen.

"Vrijwilligers zijn onze ambassadeurs!"

De vrijwilligers zijn verzekerd tegen burgerlijke aansprakelijkheid en lichamelijke schade.

Elke vrijwilliger bij SENIOrama ontvangt de maandelijkse Nieuwsbrief en het halfjaarlijks programma. Daarnaast zijn er verschillende voordelen aan het vrijwilligerswerk verbonden: een korting op de lezingen op maandagnamiddag en een gratis consumptie in de cafetaria tijdens de dienst. Bovendien blijven vrijwilligers op de hoogte via hun eigen nieuwsbrief 'De Klepel'. Als de vrijwilliger wil deelnemen aan een activiteit of cursus van SENIOrama betaalt hij het ledentarief.

In 2025 organiseert SENIOrama activiteiten die vrijwilligers de gelegenheid bieden om elkaar beter te leren kennen en die een blijk van waardering geven voor hun inzet. Zo trekken 40 vrijwilligers op 9 mei onder een stralende zon de Leuvense binnenstad in voor een verkenning van verschillende muurschilderingen.

De route start bij de eigen inkomsthal van SENIOrama en voert de groep langs indrukwekkende kunstwerken in de buurt. De deelnemers ontdekken onderweg onder meer de grote muurschildering 'Peeping Ivy' en de kleurrijke gevel van de Pee & Nel-school met het werk 'We are all connected'. De tocht eindigt in de tuin van de Sint-Jozefsparochie. Daar geniet de groep van een lunchpakket dat die ochtend door collega-vrijwilligers is bereid. Samen eten biedt de ideale kans om gedachten uit te wisselen en contacten te leggen over de verschillende werkgroepen heen.

"De vrijwilligersdag is een mooie combinatie van cultuur en ontmoeting. Het is verrassend hoeveel kunst er in de directe omgeving van SENIOrama te vinden is, zoals het werk 'We are golden' dat diversiteit prachtig in beeld brengt. "Door in groep te wandelen, spreek ik ook eens vrijwilligers die ik normaal minder vaak ontmoet." "De afsluitende picknick in de tuin zorgt voor een moment van echte verbondenheid; het is fijn om op deze manier waardering te ervaren."

Tijdens de 'week van de vrijwilliger' verwelkomen we onze vrijwilligers op 7 maart 2025 en vieren we hun inzet met een feestelijke receptie. Met het oog op het 50-jarig bestaan van SENIOrama staat dit jaar de motivatie van onze vrijwilligers centraal.

Een 55-tal aanwezigen buigt zich over de vraag wat vrijwilligerswerk bij SENIOrama zo waardevol maakt.

Na inspirerende toespraken van de huidige voorzitter Marlies en toekomstig voorzitter Denise, gaan de vrijwilligers in kleine groepen met elkaar in gesprek. Aan de hand van affiches met verschillende drijfveren verkennen ze hun persoonlijke motivatoren. Deze interactieve aanpak zorgt voor nieuwe ontmoetingen en een boeiende uitwisseling van gedachten over de werking.

De resultaten laten een duidelijk beeld zien: de **sociale factor** is de belangrijkste drijfveer. De verbondenheid binnen het team, het opbouwen van vriendschappen en het doorgeven van inzichten worden het meest gewaardeerd. Daarnaast komt de behoefte aan **zinvolheid** sterk naar voren; iets betekenen voor een ander werkt verrijkend en houdt de vrijwilligers actief en creatief. Het samenspel tussen autonomie en verbondenheid vormt de kern van de positieve ervaring bij SENIOrama. De conclusie van de dag is dan ook helder: vrijwilliger zijn bij SENIOrama is een boeiende en dankbare opdracht.

Na enkele jaren kunnen we dankzij een gulle gift van een vrijwilliger opnieuw een daguitstap voor onze vrijwilligers organiseren. De uitstap wordt bovendien met veel enthousiasme voorbereid en in goede banen geleid door een van onze vrijwilligers.

Op dinsdag 9 september vertrekt een groep van een vijftigtal vrijwilligers met de bus richting Tongeren. In deze historische stad genieten ze van een boeiende rondleiding onder begeleiding van een gids. Aansluitend wordt er samen genoten van een lekker middagmaal, wat ook de gelegenheid biedt om in een ontspannen sfeer bij te praten.

In de namiddag brengen we een bezoek aan het Belgisch Centrum voor Geleidehonden (BCG). We krijgen er een interessante toelichting over hun werking, gevolgd door een rondleiding. Tijdens het bezoek ontdekken we onder meer de ruimte waar plastieken dopjes worden gesorteerd voor recyclage. De opbrengst van deze 'dopjesactie' draagt bij aan de financiering van de opleiding van geleidehonden.

Het wordt een fijne en leerrijke dag, met ruimte voor ontmoeting, waardering en verbondenheid tussen onze vrijwilligers.

Het eindejaarsfeest op 30 december vormt een warm hoogtepunt waarbij cursisten, vrijwilligers, bestuursleden en personeel samenkomen. Deze bijeenkomst staat volledig in het teken van verbondenheid en het vieren van de feestelijke sfeer. Dit jaar verzorgt Peter Van Grunderbeek de muzikale omlijsting. Met een sfeervol optreden en een zorgvuldig gekozen repertoire brengt de muziek extra glans aan de middag. Onder leiding van de muzikant worden bekende kerstliederen gezamenlijk gezongen, wat zorgt voor een grote betrokkenheid in de zaal. We kijken terug op een succesvolle middag vol muziek, warmte en een sterke groepsgeest.

2 Organisatieschema en toelichting

Dit organisatieschema geeft een zicht op de **structuur** en **manier van werken** binnen de vzw SENIOrama. Als vzw heeft SENIOrama een statutaire algemene vergadering en een bestuursorgaan. Ze hebben de financiële en beleidsmatige verantwoordelijkheid binnen de organisatie. De verschillende verantwoordelijkheden en functies worden hieronder beschreven.

Algemene vergadering

De algemene vergadering is het hoogste gezagsorgaan van de vzw. Volgens het huishoudelijk reglement wordt er een onderscheid gemaakt tussen de medewerkers en de leden van de vzw. Alle vrijwilligers kunnen lid worden.

Alleen de in het ledenregister ingeschreven medewerkers worden uitgenodigd op de algemene vergadering. Op 31 december 2025 zijn er 35 leden geregistreerd. Deze vergadering komt jaarlijks samen om de voorstellen, de belangrijke beleidslijnen, de begroting en de afrekening door het bestuursorgaan voorgesteld, te aanvaarden of bij te sturen.

In 2025 komt de algemene vergadering samen op 24 april. Het jaarverslag 2024 wordt voorgesteld, er is de goedkeuring van de rekeningen 2024 en budget 2025 en de nieuwe voorzitter Denise Vandevoort wordt benoemd.

Het bestuursorgaan

Het bestuursorgaan is representatief samengesteld met leden uit de verschillende werkgroepen. Het bestuursorgaan werkt de grote lijnen van het beleid uit en neemt de nodige beslissingen op financieel en organisatorisch vlak.

In 2025 komen de 11 leden negen keer samen. In de tweede helft van het jaar wordt vaker vergaderd om de situatie rond de oppasdienst nauwgezet op te volgen. De centrumleider woont de vergaderingen bij als verantwoordelijk personeelslid. Andere beroepskrachten kunnen worden uitgenodigd.

In 2025 ziet de samenstelling van het bestuursorgaan er als volgt uit: Denise Vandevoort (voorzitter) Marlies Van Mechelen, Marc Ruysen, Jos Bombart, Hubert Cossey, Lieve Hillewaere, Caroline Ballegeer, Agnes Peetroons, Geneviève Colsoul, Chris Degheldere en Luc Zwaenepoel.

Het dagelijks bestuur

Het dagelijks bestuur staat in voor alle handelingen die nodig zijn voor de dagelijkse werking van de vzw en voor een vlotte voortgang van de activiteiten. Het gaat om beslissingen die omwille van hun beperkte impact of de nood aan een snelle aanpak geen tussenkomst van het bestuursorgaan vereisen. Het dagelijks bestuur treedt op als college.

Het bestuursorgaan bepaalt de financiële bevoegdheden van het dagelijks bestuur, zoals wie tekenbevoegd is en welk bedrag zelfstandig kan worden besteed zonder voorafgaande overleg.

Het dagelijks bestuur bestaat uit leden van het bestuursorgaan, afgevaardigden van verschillende werkgroepen en de beroepskrachten. De centrumleider zit de vergaderingen voor. Indien nodig kunnen leden van andere werkgroepen deelnemen.

In 2025 komt het dagelijks bestuur tien keer samen.

Leden: Denise Vandervoort, Marlies Van Mechelen, Bianca Pisera, Agnes Peetroons, Jos Bombart, Lesley Bogaerts, Anne Aerts, Marc Ruysen, Isabelle Santy

Werkgroep zelfevaluatie en kwaliteit

Het kwaliteitshandboek wil een handig middel zijn bij het dagelijks gebruik. Het is raadpleegbaar door iedereen in SENIOrama. Op het onthaal, in het lokaal van de cursusorganisatoren en in het lokaal van het personeel bevindt zich een exemplaar. Permanent wordt er aan zelfevaluatie gedaan. Van daaruit worden nieuwe kwaliteitsdoelstellingen geformuleerd en in een actieplan gegoten. Het gebruik van het kwaliteitshandboek, de zelfevaluatie, het uittekenen van nieuwe beleidslijnen en het werken met een concreet actieplan zijn de belangrijkste instrumenten voor SENIOrama om een degelijk kwaliteitsbeleid te kunnen realiseren. In 2025 wordt deze taak door de centrumleider opgenomen.

Het team van beroepskrachten

In 2025 werken bij SENIOrama drie personeelsleden. Bianca Pisera neemt de coördinatie en de dagelijkse leiding van het lokaal dienstencentrum waar. Lesley Bogaerts werkt halftijds en staat in voor de coördinatie van de thuisdiensten van SENIOrama. Ze beëindigt haar contract eind september. De coördinatie van de thuisdiensten wordt overgenomen door Bianca. Isabelle Santy werkt halftijds als ondersteunende medewerker en is iedere voormiddag aanwezig. Samen staan de personeelsleden in voor de selectie, rekrutering en ondersteuning van vrijwilligers. Het team van beroepskrachten bespreekt op regelmatige basis een aantal inhoudelijke en praktische elementen van de werking.

Dienstverlening	Ondersteunende functies	Socio-cultureel vormingswerk activiteiten

Lokaal Dienstencentrum
• Advies en ondersteuning
• Buurtbabbel
• Computerhulp aan huis
• Gesprek met Veerle
• Hulp bij kleine taken
• Hulp bij gsm, smartphone, tablet en laptop
• Kapster
• Lezingen Welzijn
• Luisterlijn
• Middagrestaurant
• Onthaal
• Ontmoetingsgroep rouw en verlies
• Praatcafé mantelzorgers
• Senioreninspecteurs Leuven
• Shop-o-rama
• Voetverzorging
Oppas- en gezelschapsdienst
	Cafetaria
	Communicatie
	• Intern: 'De Klepel'
	• Extern
	  • 'Nieuwsbrief'
	  • Website
	  • Facebook
	Beheer database
	Computer- en netwerkbeheer
	Financiën
	• Boekhouding
	• Budget
	Kwaliteitszorg en zelfevaluatie
	Secretariaat
	• Administratieve coördinatie
	Vrijwilligersbeleid
	• Cel
	Woonzorgdecreet buurtanalyse en meerjarenplan
		Werkgroep activiteiten
		• Beweging en sport
		• Computercursussen
		• Creativiteit
		• Film
		• Lezingen
		• Recreatie, reizen en uitstappen
		• Taalcursussen
		• Themacursussen
		• Vakantiecursussen
		• Zomeractiviteiten
		• Welzijnscursussen

3 Vrijwilligersbeleid

3.1 Visie op vrijwilligerswerk bij SENIOrama

Drie sterke troeven spelen mee om vrijwilligerswerk te verrichten bij SENIOrama.

1. **Zinvolheid**: leveren van waardevolle bijdrage aan de samenleving
2. **Veelzijdigheid:** een ruim gamma van taken, aansluitend bij de eigen capaciteiten
3. **Sociaal contact:** de vele vrijwilligers van SENIOrama werken samen in werkgroepjes; vriendschappelijke relaties en waardering worden als zeer waardevol ervaren.

Werkwijze vrijwilligers

- SENIOrama steunt op een uitgebreid netwerk van vrijwilligers die worden bijgestaan door de beroepskrachten.
- SENIOrama biedt haar vrijwilligers een maatschappelijk relevante tijdsbesteding, een ruime diversiteit aan sociale contacten, ontplooiingskansen en waardering.
- SENIOrama vergoedt onkosten van de vrijwilliger binnen haar mogelijkheden en volgens de gemaakte afspraken.
- Vrijwilligers leveren een essentiële bijdrage aan de werking. Er wordt gestreefd naar een cultuur van overleg via o.a. werkgroepen en gedeelde verantwoordelijkheid. De eindverantwoordelijkheid ligt bij het bestuur en de beroepskrachten. In overleg met de beroepskrachten bepalen de vrijwilligers hun engagement.
- Vrijwilligers zijn onmisbaar. Ze nemen een grote hoeveelheid van taken binnen de organisatie op zich en kunnen zich engageren binnen alle structuren van de organisatie. Daarbij zijn ze het visitekaartje van SENIOrama.
- Elke vrijwilliger maakt deel uit van een werkgroep. In deze sociale context werkt hij samen met de andere vrijwilligers van zijn groep aan de realisatie van de opdracht van SENIOrama.

3.2 Cel vrijwilligersbeleid

De cel vrijwilligersbeleid ondersteunt het beleid naar alle vrijwilligers toe binnen de vzw. Het hele traject van vrijwilligers, vanaf de werving over vorming en begeleiding tot het afronden van de samenwerking, wordt besproken wanneer situaties daarom vragen.

Leden van de cel zijn: Geneviève Colsoul voorzitter, Caroline Ballegeer, Bianca Pisera centrumverantwoordelijke, Marlies van Mechelen, Hubert Cossey, Jos Bombart, Lesley Bogaerts, Isabelle Santy, Lieve Hillewaere.

In de loop van 2025 vergadert de cel vrijwilligersbeleid vijfmaal. Eén rode draad doorheen het overleg is het **uitwisselen van ideeën** over verschillende aspecten van de vrijwiligerswerking en de vertaling ervan naar de dagelijkse praktijk. Op deze manier wil de cel, met het oog op herbronnen, bijdragen tot het ontwikkelen van een gemeenschappelijk denken over het beleid en de werking. Dit zijn thema's die aan bod komen.

- De communicatie tussen het bestuur van SENIOrama en de vrijwilligers meer toegankelijk maken door bv. aanbod spreekuur met bestuurslid, bestuursleden stellen zich voor in 'De Klepel'.

- Werven en behouden van vrijwilligers, nadenken over een wervingsplan voor nieuwe vrijwilligers.
- Voorbereiden van studiemoment 'Vrijwilligers in beweging' door Elke Plovie op 6 juni
- De vrijwilligersmap voor startende vrijwilligers wordt herwerkt en gefinaliseerd door een kleine werkgroep ad hoc, bestaande uit leden van de cel.
- Er wordt een procedure uitgewerkt voor het gezamenlijke kennismakingsmoment voor startende vrijwilligers.
- Aanzet tot evaluatie van de werking van de cel vrijwilligersbeleid.

Elke vergadering gaat er aandacht naar **de waardering van vrijwilligers.** De leden van de cel overleggen over de planning, het opzet en de organisatie van deze waarderende activiteiten: het eindejaarsfeest, de vrijwilligersreceptie, de wandeling met picknick en de vrijwilligersuitstap.

Op 19 september vindt een afscheidsmoment plaats voor vrijwilligers die hun engagement in 2024-2025 hebben beëindigd. Daarnaast wordt een stiltemoment gehouden ter nagedachtenis van de vrijwilligers die het afgelopen jaar zijn overleden. Ook ex-vrijwilligers worden uitgenodigd, zodat ze de band met SENIOrama kunnen blijven behouden

Dienstverlening

1 Advies en ondersteuning

SENIIOrama neemt een aantal adviesopdrachten waar als dienstencentrum. Zowel vrijwilligers als personeelsleden nemen een deel van deze adviesverstrekking op zich. Ondersteuning is heel dikwijls een inherent onderdeel van advies. Hulpvragers zijn immers niet altijd in staat om de stappen van een advies zelfstandig op te volgen. Dit advies wordt niet alleen verstrekt aan bezoekers die naar het LDC komen. Mensen die niet in staat zijn om hun vraag binnen het centrum te bespreken, krijgen advies over hun vraag tijdens een huisbezoek van de coördinator thuisdiensten van SENIOrama of telefonisch advies.

1.1 Registratie van vragen

Categorie	Aantal
Shop-o-rama	265
Luisterlijn	120
Gezelschapsdienst	75
Middagrestaurant	902
Soep met brood	11
Andere	Onbekend

De registratie van zowel advies- als informatievragen die bij SENIOrama terechtkomen, gebeurt voorheen aan de hand van een registratieschrift. De afgelopen jaren merken we dat dit een extra belasting wordt voor de onthaalvrijwilligers. Naast een warm en betrokken onthaal, dat zowel persoonlijk, telefonisch als via e-mail gebeurt, is het onmogelijk om alle binnenkomende vragen in een schrift te registreren. Vandaar dat we in de tabel bij andere vragen onbekend zetten. We weten dat er via het onthaal bijna dagelijks verschillende vragen over uiteenlopende onderwerpen binnenstromen. De onthaalvrijwilligers trachten steeds een gepast antwoord te geven of door te verwijzen.

Via de database van SENIOrama is het mogelijk een overzicht te bekomen van de resultaten van de verschillende activiteiten.

1.2 De luisterlijn

Vanuit de thuiszorgdiensten die SENIOrama aanbiedt, zoals de gezelschapsdienst of Shop-o-rama, stellen we vast dat de ouderen die hier een beroep op doen vaak op zoek zijn naar meer contact met anderen. Het gaat dan om ouderen die zelf een kleiner sociaal netwerk hebben en/of minder mobiel zijn. Deze, nog thuiswonende ouderen, voelen zich vaker eenzaam. Er komen

vaak meerdere diensten aan huis die vooral praktische ondersteuning bieden, bijvoorbeeld een poetsdienst, thuisverpleging, gezinszorg. We horen van mensen dat er niet altijd ruimte is om een uitgebreid gesprek te voeren.

Vanuit SENIOrama merken we dat de telefonische aanvraag van onze ondersteunende diensten soms een manier is om tot een uitgebreid gesprek met iemand te komen. Met de luisterlijn willen we deze mensen de kans geven hun hart te luchten of informatie te vragen over een probleem waar ze mee zitten.

Er wordt op een vast dagdeel gebeld naar de gebruikers van de luisterlijn, namelijk op woensdag. Regelmatig telefonisch contact wordt belangrijk en mensen kijken er naar uit.

Een overzicht van de gesprekken per maand

De luisterlijn	
Maand	**Gesprekken**
Januari	12
Februari	7
Maart	8
April	15
Mei	11
Juni	6
Juli	9
Augustus	13
September	11
Oktober	12
November	6
December	10

In totaal worden er in 2025 120 gesprekken gevoerd via de luisterlijn. Dit zijn er 5 meer dan in 2024. In totaal zijn er 35 uur 50 minuten gebeld, wat 5 uur 20 minuten meer is dan in 2024.

1 vrijwilliger engageert zich wekelijks om mensen met interesse voor de luisterlijn te telefoneren.

3 personen worden in 2025 wekelijks opgebeld, 4 personen occasioneel.

Vrijwilliger: Piet Van Dionant

1.3 Samenwerking senioreninspecteur Leuvense politie

Leuvense senioren met vragen rond bijvoorbeeld veiligheid, kunnen rechtstreeks contact opnemen met de senioreninspecteurs Patricia Van De Walle en Karolina Robbeets. Ze maken vervolgens een afspraak voor een bezoek aan huis of een gesprek in het lokaal dienstencentrum in de buurt.

Daarnaast bezoeken de inspecteurs, indien hun agenda het toelaat, het LDC tijdens drukkere activiteiten zoals een lezing, een opendeurdag of tijdens de seniorenmaand.

Enkele voorbeelden van deze samenwerking

Een doorverwijzing van de Senioreninspecteur, omwille van plots overlijden van de partner kort na verhuis naar Leuven, leidt tot een huisbezoek van de centrumleider. Mevrouw maakt kennis met het aanbod van SENIOrama betreffende rouw en verlies. Ook het algemene aanbod van SENIOrama wekt haar interesse. Enkele maanden later neemt mevrouw deel aan verschillende groepsactiviteiten en aan de ontmoetingsgroep 'rouw en verlies'.

Een vrijwilliger bij SENIOrama heeft op verschillende levensdomeinen ondersteuning nodig. Zo leiden administratieve vergetelheden bijvoorbeeld tot dreiging van komst van de deurwaarder. Door een milde aanpak en samenwerking met de senioreninspecteurs komen we tot constructieve oplossingen, actie bij de betrokkene en regelmatige opvolging van het dossier.

1.4 Voetverzorging

Binnen het lokale dienstencentrum bieden we een pedicurebehandeling aan, aangezien een goede voetverzorging essentieel is voor het dagelijks welzijn. Zeker bij senioren speelt de conditie van de voeten een cruciale rol in het behoud van de mobiliteit en de algemene gezondheid. Gezonde voeten verhogen immers de zelfstandigheid en voorkomen fysieke ongemakken.

Sinds 2024 is pedicure Ingrid Verhoeven elke maandagnamiddag aanwezig in SENIOrama. Er wordt hierbij ruim de tijd genomen voor een kwalitatieve behandeling die volledig is afgestemd op de individuele behoeften. Inschrijvingen verlopen via het onthaal van SENIOrama.

Dit jaar mochten we maar liefst 75 bezoekers verwelkomen voor een behandeling.

1.5 Kapper

Sinds november 2023 biedt SENIOrama de dienst 'Knippen zonder wassen' aan. Vrijwilliger Hilde Goethals staat elke dinsdag- en vrijdagnamiddag klaar om je haar te knippen. De opzet van deze service is heel toegankelijk: je kunt op een snelle en betaalbare manier je haar laten knippen, waarbij de wasbeurt wordt overgeslagen.

Deze praktische aanpak speelt in op de vraag naar een eenvoudige basisverzorging binnen de vertrouwde omgeving van ons centrum. Bezoekers waarderen het duidelijke concept en de deskundige manier waarop Hilde te werk gaat.

Sinds de start vinden maar liefst 22 unieke bezoekers de weg naar de kappersstoel. Achter deze cijfers schuilen ruim 15 uren aan persoonlijke zorg en vele fijne babbels, wat het sociale karakter van deze dienst onderstreept.

1.6 Ontmoetingsgroep rouw en verlies

De ontmoetingsgroep, opgestart in 2021, komt in 2025 zeven keer samen in het lokaal dienstencentrum. Centrumleider Bianca, die een opleiding tot rouwcounselor heeft gevolgd, begeleidt de groep, die gemiddeld uit acht deelnemers bestaat. Tijdens de bijeenkomsten van ongeveer twee uur wisselen de deelnemers hun persoonlijke verliesverhalen en rouwervaringen uit. Hierbij maken we gebruik van verschillende methodieken, zoals Dixit-kaarten, gedichten, verhalen en metaforen.
Voorafgaand aan deelname kan er een kennismakingsgesprek plaatsvinden, zowel in het LDC als bij de deelnemers thuis. Deelname varieert van een enkele keer tot meerdere keren. Nieuwe

deelnemers hebben vaak eerst de vorming over rouw en verlies gevolgd, georganiseerd in samenwerking met eerstelijnspsychologe Veerle Van Vlierberghe. Ongeveer vijf deelnemers vormen een kerngroep en zijn bij iedere bijeenkomst aanwezig.

Deelnemers die de groep verlaten, geven aan dat de bijeenkomsten en het delen van hun verhaal ondersteunend zijn geweest en hen hebben geholpen om ruimte te creëren voor nieuwe activiteiten. Bij enkelen blijft het bij een eenmalige deelname, omdat dit voldoende is of omdat de groep niet de gewenste ondersteuning kan bieden. In dat laatste geval wordt samen bekeken welke vorm van steun wél passend is.

2 Middagmaaltijden

Met onze dagelijkse warme maaltijden wil SENIOrama niet alleen zorgen voor gezond en lekker eten, maar ook voor een plek waar men buurtbewoners en vrienden ontmoet. Samen eten is immers hét moment om contacten te onderhouden en nieuwe mensen te leren kennen.

Sinds april werken we samen met traiteur Home Cuisine. Deze overstap zorgt voor vlottere levertijden aan ons centrum, waardoor de organisatie soepeler verloopt. Het aanbod is breed: van Belgische klassiekers tot gerechten uit de wereldkeuken en desserts. Om te voorkomen dat onze voorraad in de diepvries te groot wordt, plannen we regelmatig een keuzemenu in. Op die dagen kun je zelf kiezen welk gerecht je het meeste aanspreekt.

Hoewel de traiteur geen standaard vegetarisch menu aanbiedt, zoeken we altijd naar oplossingen. Zo bestellen we extra visgerechten of pasta's, zodat vegetariërs ook bij ons terecht kunnen. We hebben intussen een vaste klant die vegetarisch eet en erg tevreden is over deze aanpak.

De soep wordt niet door de traiteur geleverd maar vers bereid door onze eigen vrijwilligers. Op maandag, woensdag, donderdag en vrijdag zorgen Krista Van Schepdael, Eliene Santos, Monique Stroobants, Liliane Hugaerts en Viviane Kiesekoms voor een verse kom soep, wat de maaltijd extra huiselijk maakt.

Naast onze trouwe bezoekers vinden ook steeds meer nieuwe buurtbewoners de weg naar het restaurant. Onze vaste ploeg vrijwilligers staat elke weekdag klaar om de maaltijden aan een mooi gedekte tafel te serveren. Samen zorgen we voor een gastvrije sfeer waar ruimte is voor een goed gesprek. De werkgroep komt bovendien twee keer per jaar samen om ervaringen te delen en de werking waar nodig te verbeteren.

In het middagrestaurant zien we een positieve ontwikkeling in de cijfers. Waar we in 2024 een daling hebben genoteerd naar 811 maaltijden, grotendeels door de aanpassingen na de overstap naar een nieuwe traiteur, zit de lijn nu weer stevig in de lift.

In 2025 mogen we maar liefst **902 eters** verwelkomen. Deze groei van bijna honderd maaltijden op een jaar tijd, bewijst dat de nieuwe werking goed aanslaat en dat steeds meer bezoekers de weg naar het restaurant vinden. Het bevestigt dat de inzet van onze vrijwilligers en de kwaliteit van de maaltijden gewaardeerd worden door de buurt.

Leden werkgroep cafetaria en middagrestaurant: Daniel Bollaerts, Edith Claessens, Liesbeth De Smet, Walter François, Liliane Hugaerts, Riet Vanroy, Stephan Armand, Johan Vanackere, Sandra Derycke, Patricia De Vel, Richard Verhees, Ineke Verwoerd, Elfriede Lunzmann, Mieke Savenberg, Eliene Santos, Viviane Kestens, Patricia Eyckens, Oksana Postulga, Monique Stroobants, Olga Kurjatkin, Patricia Eyckens, Viviane Kiesekoms, Mahri Andoughin, Krista Van Schepdael.

Maand	Middagmaal	Soep met brood
januari	79	0
februari	82	0
maart	98	2
april	69	1
mei	61	0
juni	70	1
juli	67	0
augustus	74	1
september	74	1
oktober	95	1
november	75	1
december	58	3
Totaal	**902**	**11**

3 SENIOrama oppas- en gezelschapsdienst

SENIOrama kent in 2025 opnieuw een daling in aantal oppasuren.

Vooral de prestaties van de nachtoppas dalen significant. In totaal worden er dit jaar 990 minder nachturen gepresteerd. Het blijkt steeds moeilijker om vrijwilligers te vinden die deze taak willen opnemen. De prestaties van de dagoppas blijven gelijkaardig aan de vorige 5 jaren. Er wordt prioritair ingezet op de werving van nieuwe vrijwilligers.

De erkende oppasdiensten in Vlaanderen krijgen in 2023 goedkeuring voor het project 'Context-analyse en Versterking van de Vrijwillige Oppashulp in Vlaanderen'. Deze campagne, met steun van de Vlaamse overheid, heeft als doel de broodnodige instroom van nieuwe zorgvrijwilligers te vergroten.

Onder de slogan 'Arm in arm', richt de campagne zich op het bereiken van zowel nieuwe als traditionele doelgroepen, zoals studenten en jongvolwassenen, actieve senioren en (ex-)mantelzorgers. De campagne komt voort uit een diepgaande contextanalyse van de zorgsector, uitgevoerd door het partnership van oppashulpdiensten (IMens, Christelijke Mutualiteit, De Overmolen, SENIOrama, Familiezorg en Solidaris).

Uit dit onderzoek blijkt dat de vraag naar vrijwillige oppas blijft toenemen, terwijl het aantal gepresteerde uren van deze groep vrijwilligers daalt. De campagne loopt van 24 oktober tot en met 31 januari 2025.

3.1. Cliënten van de oppasdienst

Cliënten kunnen gebruik maken van dag- of nachtoppas.

Dagoppas is mogelijk op verschillende tijdstippen, afhankelijk van de beschikbaarheid van vrijwilligers. De inhoud van de dienst verschilt erg. We merken dat een aanvraag voor gezelschap vaker voorkomt bij personen met mobiliteitsproblemen. Ze vragen ondersteuning om opnieuw actiever in het leven te staan en vragen bijvoorbeeld om te gaan wandelen of samen boodschappen te doen. Deze vorm van oppasdienst wordt vaak wekelijks of tweewekelijks herhaald.

Iemand die herstellende is van een operatie of ziekte vraagt eerder oppashulp in afwachting tot men opnieuw zelfstandig kan functioneren.

Tot slot zijn er vragen van mantelzorgers die ademruimte voor zichzelf willen inplannen door de aanwezigheid van een vrijwilliger in huis.

Nachtoppas kan worden voorzien tussen 22u en 7u. De vrijwilliger slaapt dan in bij een cliënt thuis en helpt waar nodig bij het slapen gaan en opstaan. Hier draait het vooral om zorgzaam omgaan met oudere, zieke of herstellende cliënten. Vaak zijn ze te onzeker om nog alleen te blijven gedurende de nacht en stelt de aanwezigheid van een vrijwilliger hen en ook de familie gerust. Meestal komt een vrijwilliger op wekelijkse basis 1 tot 3 nachten per week inslapen. Ook een overbruggingsperiode van een week is bijvoorbeeld mogelijk. Dit geeft de mogelijkheid aan de mantelzorger om een vakantie in te plannen. Vaak is er een wisselwerking met de familie en/of andere thuiszorgdiensten. De taken van de vrijwilliger zijn afhankelijk van de mentale en fysieke toestand van de cliënt. Vaak voorkomend zijn cliënten met geheugenproblemen of personen met een verhoogd valrisico.

3.1.1 Aantal cliënten en uren oppashulp

In 2025 worden er in totaal 59 cliënten geholpen met de oppasdienst van SENIOrama, dit is een lichte verhoging ten opzichte van vorig jaar. De meeste vragen betreffen dagoppas, dit zijn er 50. In 5 situaties wordt er enkel specifiek nachtoppas aangevraagd. In 4 gevallen wordt er zowel dagoppas als nachtoppas gewenst.

- In totaal worden er 1187 bezoeken gedaan door de vrijwilligers, waarvan 1016 tijdens de week en 171 in het weekend.
- Er worden 5171,5 uren gepresteerd door de oppasdienst van SENIOrama. Hiervan zijn er 2390,5 daguren en 2781 nachturen.

Hieronder zie je een grafiek die het aantal uren oppasdienst doorheen de afgelopen jaren weergeeft. In vergelijking met vorig jaar is er opnieuw een sterke daling in het totaal urencontingent, er worden zo'n 1000u minder gepresteerd. De daling situeert zich uitsluitend bij de nachturen.

JAARTAL	**2020**	**2021**	**2022**	**2023**	**2024**	**2025**
TOTAAL AANTAL UREN	5452	5750	3994,7	5019	6173	**5171.5**
• **Daguren**	2967	2564	2170,7	2301	2393	**2390.5**
• **Nachturen**	2457	3186	1764	2718	3771	**2781**
• **Uren regio Zorg Leuven**	5078.7	5133	3710,6	2538	2800	**2603.5**

In verhouding met het totaal aantal uren is er in 2025 een lichte stijging van 5% in het aantal oppasuren voor de zorgregio Groot-Leuven. In 2020, 2021 en 2022 zijn de oppasuren zeer geconcentreerd in Groot- Leuven. Dit heeft mogelijks te maken met de toen heersende coronapandemie. In de voorgaande jaren lag dit percentage steeds rond 50-60%, vergelijkbaar met de huidige percentages. De meeste daguren worden gepresteerd in centrum Leuven namelijk 616u.

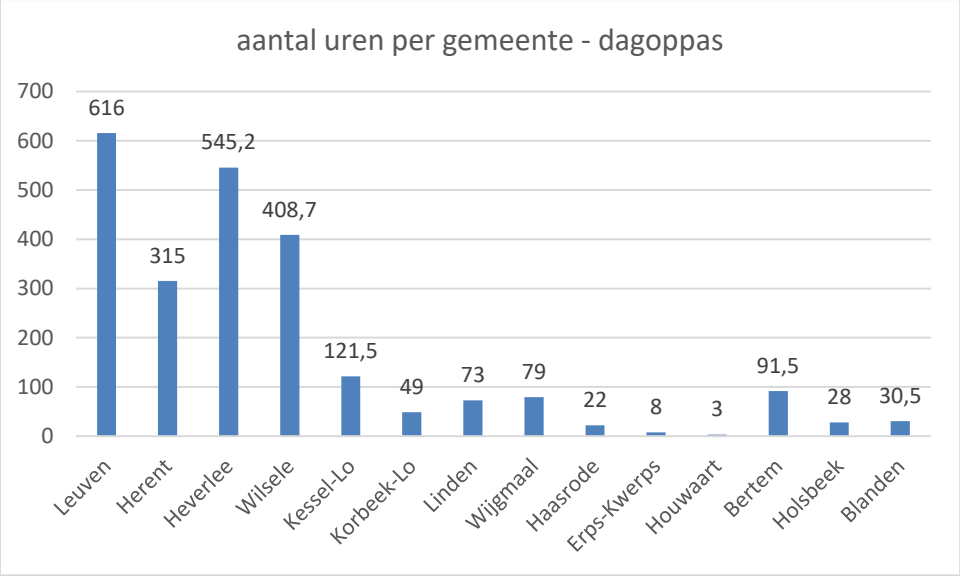
De nachtoppas kent een forse daling in 2025. Er worden vergelijkbare uren met 2023 gepresteerd. In de zorgregio Groot-Leuven worden er 828 uren nachtoppas gepresteerd. Er zijn cliënten die meerdere dagen per week nood hebben aan nachtoppas wegens valrisico of ondersteuning voor mantelzorgers. De daling in nachturen is mogelijks te wijten aan het duurder worden van levensmiddelen en thuisdiensten bv. dienstencheques waardoor er keuzes worden gemaakt.

Eén nachtoppas van 22u tot 7u kost bij SENIOrama € 30,87 x 2 (tweemaal per week) = € 61,74 per week of € 247 per maand of € 3210,5 op jaarbasis.

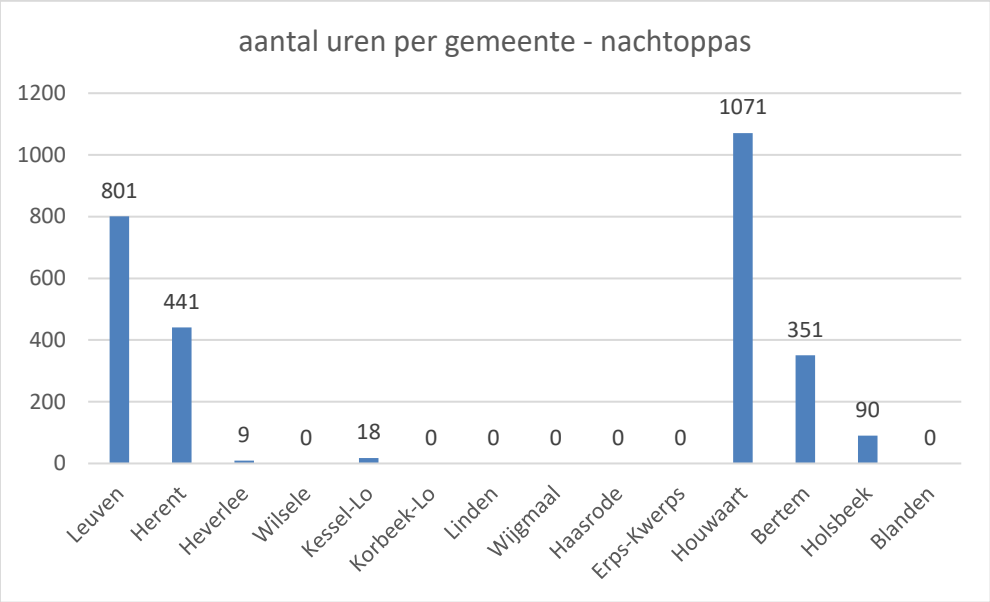
3.1.2 Woonplaats, leeftijd, geslacht en gezinstoestand cliënten

We bereiken in 2025 cliënten die woonachtig zijn in Leuven (21), Kessel-Lo (7), Heverlee (10), Wilsele (8) en Wijgmaal (1). De overige 12 cliënten wonen elders binnen het arrondissement Leuven. De meeste uren worden in Leuven gepresteerd (2603,5), Houwaart (1068), Herent (756) en Bertem (442). Een groot aantal van deze uren betreft nachtoppas.

De daguren per gemeente (zie volgende tabel) laten zien dat vooral de regio Groot-Leuven gebruik maakt van de oppashulp. De meeste vrijwilligers wonen binnen deze regio, ze hechten ook belang aan een vlotte bereikbaarheid van een cliënt gezien ze de bezoeken overwegend met de fiets of bus doen.



Voor de nachtoppas zijn er ook in de omringende gemeentes heel wat prestaties.



Wat de leeftijd van de cliënten betreft, zijn er drie personen tussen 50 en 59 jaar oud. Zes cliënten zijn tussen 60 en 69 jaar, 10 tussen 70 en 79 jaar. De grootste groep namelijk 24 mensen zijn tussen 80 en 89 jaar oud. Vijftien cliënten zijn 90-plussers en één cliënt is 100 jaar oud.

Er worden 24 mannen en 35 vrouwen geholpen door de vrijwilligers. Het aantal mannelijke clienten is hetzelfde als vorig jaar, het aantal vrouwelijke cliënten kent een lichte stijging (+4).

Het grootste aantal cliënten woont alleen. In 2025 is dit het geval voor 71% van alle geholpen cliënten van de oppasdienst. Ze hebben nood aan sociaal contact maar ook concrete hulp is vaak nodig. Wat de dagoppas betreft is dit vaak ter aanvulling van professionele diensten waarbij de oppasser de ruimte heeft om een diepgaand gesprek aan te gaan of een wandeling te maken met een cliënt die dit niet meer alleen kan. Wat de nachtoppas betreft zijn dit vaak cliënten die moeilijk alleen kunnen blijven wegens valrisico of dementie. Bij samenwonenden valt de last van de zorgbehoevende veelal op de partner of een inwonend familielid.

3.1.3 Redenen van aanvraag oppas of gezelschap

Hieronder een overzicht van de redenen waarom cliënten een aanvraag doen voor oppas of gezelschap aan huis. Het doel van de dienst blijft steeds het langer zelfstandig thuis wonen.

Er worden zes grote categorieën onderscheiden: dementie, sociale context, psychiatrisch probleem, mentale beperking, palliatieve zorg en fysiek probleem. Deze worden op hun beurt nog eens onderverdeeld in subcategorieën

De meest voorkomende vragen voor de oppasdienst namelijk 26 zijn die waarbij een functieverlies van de cliënt centraal staat. Dit verklaart ook waarom de grootste leeftijdscategorie de 70-, 80- en 90-jarigen zijn. Vaak kampen mensen op hoge leeftijd met een minder goede lichamelijke gezondheid en is de mobiliteit beperkt. Om diezelfde reden is ook de vraag naar gezelschap/het doorbreken van de eenzaamheid vrij groot. Mensen die op latere leeftijd nog thuis wonen, kunnen minder makkelijk deelnemen aan sociale groepsactiviteiten en zoeken dus een oplossing om thuis het sociale isolement te doorbreken.

Bij 24% van de cliënten van 2025 weten we met zekerheid dat er ook hulp aanwezig is vanuit ZORG Leuven. Dit gaat dan om een combinatie van gezinszorg en poetshulp, soms aangevuld met maaltijden aan huis.

Reden van aanvraag	**Aantal**	**Subcategorie**	**Aantal**
Dementie	9		
Sociale context	20	1. Eenzaamheid (beperkt netwerk/ verlies partner)	20
		2. Gedragsstoornis	0
Psychiatrisch probleem	3	1. Depressie	0
		2. Angst	3
Mentale beperking	1	(Analfabetisme)	1
Palliatieve zorg	0		
Fysiek probleem	26	1. Slechtziend/blind	6
		2. Parkinson	3
		3. Functieverlies (valrisico/ rolstoel-patiënt / hersen-trauma)	17
Totaal	**59**		

Opmerking: *soms is er een combinatie van problematieken. Deze cijfers geven enkel de hoofdreden van aanvraag aan. In de statistieken worden geen cliënten dubbel geteld.*

In onderstaande tabel een overzicht van de redenen tot aanvraag van oppasdienst voor deze cliënten van Zorg Leuven.

Reden van aanvraag	Aantal	Subcategorie	Aantal
Dementie	0		0
Sociale context	8	1. Eenzaamheid (beperkt netwerk/ verlies partner)	8
		2. Gedragsstoornis	0
Psychiatrisch probleem	0	1. Depressie	0
		2. Angst	0
Mentale beperking		(Analfabetisme)	1
Palliatieve zorg	1		
Fysiek probleem	0	1. Slechtziend/blind	1
	5	2. Parkinson	0
		3. Functieverlies (valrisico / rolstoel-patiënt / hersen-trauma)	4
Totaal	**14**		

3.1.4 Nieuwe aanmeldingen en doorverwijzing naar de oppas- en gezelschapsdienst

In totaal ontvangt de oppasdienst in 2025 75 aanmeldingen. We maken hier een verschil tussen (1) cliënten of mantelzorgers die zich zelfstandig aanmelden of informeren naar onze werking en (2) doorverwijzers van (zorg)diensten die een cliënt aanmelden. Afhankelijk van de noden en interesse, zal er nadien een huisbezoek en/of opstart gebeuren via de oppas-en gezelschaps-dienst.

Aantal nieuwe aanmeldingen via cliënt of mantelzorger	45	**Aantal nieuwe aanmeldingen via een (zorg)dienst**	30

De oppasdienst ontvangt in totaal 45 aanmeldingen via de cliënt of mantelzorger. De meeste aanvragen gebeuren in eerste instantie door de mantelzorger. Dit kan een partner zijn die zelf op zoek is naar bijkomende hulp of een familielid dat informatie verzamelt om zicht te krijgen op de mogelijkheden ter ondersteuning. Een opstart is enkel mogelijk mits akkoord van de hulpbehoevende persoon zelf en wordt altijd afgetoetst. Een belangrijke voorwaarde in het belang van de cliënten én de vrijwilligers, dat de slaagkansen voor een succesvolle samenwerking vergroot. 30 aanmeldingen gebeuren via doorverwijzers. Hieronder het overzicht van deze doorverwijzers voor 2025. Het grootste aantal doorverwijzingen gebeurt via Zorg Leuven, SENIOrama zelf en Ferm nachtoppas.

Aanmeldende (zorg)diensten	Aantal aanmeldingen
Zorg Leuven (dienst thuiszorg of outreach LDC)	14
Huisarts	2
Ferm (nachtoppas)	3
OCMW Oud-Heverlee	3
PANAL	1
Familiehulp	1
IMens	1
CM	1
Begeleiding op maat (kwetsbare cliënten)	4*
Totaal	**30**

*4 aanmeldingen gebeuren door organisaties in Leuven die focussen op begeleiding voor kwetsbare doelgroepen, zoals wijkgezondheidscentra, CGG, UPC, enz.

Deze diensten zetten de eerste stap naar extra ondersteuning thuis, na bespreking met de cliënt. Vaak betreft dit cliënten die een zeer laagdrempelige aanpak nodig hebben, vandaar het eerste contact via de dienst die al aan huis komt. In overleg wordt ook besproken hoe de verdere samenwerking met de oppasdienst best verloopt (bijvoorbeeld eerst een korte kennismaking met de vrijwilliger of een huisbezoek door de verantwoordelijke in aanwezigheid van de thuishulp).

Een effectief samenwerkingsverband komt tot stand in 40% van de nieuwe aanmeldingen. De overige aanmeldingen starten niet op wegens redenen zoals: verbetering van de situatie van de cliënt, al voldoende hulp via andere organisaties of een plotse verslechtering in de situatie van de cliënt zoals bij opname in het ziekenhuis, een woonzorgcentrum of zelfs een overlijden. Maar ook opvallend is dat de zoektocht naar een gepaste vrijwilliger bij de kwetsbare doelgroepen erg lang duurt en soms afschrikt omwille van de complexe context (combinatie van factoren waar vrijwilligers weinig tot geen ervaring mee hebben).

3.2 Vrijwilligers van de oppasdienst

3.2.1 Werving van vrijwilligers - Profiel en selectieproces

De afgelopen jaren blijven we merken dat de werving van nieuwe vrijwilligers voor de oppasdienst meer energie vraagt. Er zijn minder spontane aanbieders en jong-gepensioneerden verdelen hun vrijgekomen tijd meer over verschillende projecten.

Anderzijds zien we dat de vragen naar oppashulp toenemen, meer mensen willen langer thuis blijven wonen en de 'zorgomgeving' is niet altijd makkelijk te organiseren. De vrijwillige oppasdiensten zijn van groot belang in onze samenleving.

Daarom blijven we inzetten op de werving van vrijwilligers voor de oppasdienst.

Het selecteren van de vrijwilligers voor de oppasdienst gebeurt op basis van een intakegesprek waar de motivatie, ervaring en interesses centraal staan. Ervaring is niet noodzakelijk maar speelt wel een rol bij het soort opdrachten die toegewezen worden. De capaciteiten van een vrijwilliger voor de oppasdienst zijn vaak breed en divers. Dit is ook passend bij de verschillende profielen die er bestaan in het cliëntbestand. We zoeken naar mensen die contact kunnen leggen met anderen, een zekere mate van zelfstandigheid en empathisch vermogen hebben.

Tijdens de intake ontvangen de vrijwilligers een intakemap met uitleg over de vzw SENIOrama, de visie op onze werking, de rechten en verwachtingen ten aanzien van de vrijwilliger en een specifieke afsprakennota betreffende de oppasdienst. Als er beslist wordt om tot een engagement over te gaan, worden de organisatienota van SENIOrama en de afsprakennota van de oppasdienst gezamenlijk ondertekend en worden er duidelijke afspraken gemaakt over de zorgsituaties, de beschikbare tijd van de vrijwilliger, de verplaatsingswijze enz. Nieuwe vrijwilligers worden ook opgevolgd tot ze aangeven zich comfortabel te voelen bij de zorgsituatie die hen wordt toevertrouwd. Nadien gebeurt de opvolging op een minder intensief tempo en worden vrijwilligers uitgenodigd op periodieke groepsbijeenkomsten en individuele gesprekken indien nodig (bv. bij een nieuwe opstart, bij afsluiting van een situatie, bij probleemsituaties). Jaarlijks wordt er ook een functioneringsgesprek afgenomen. Naast de opvolging van het opgemaakte remediëringsplan van SENIOrama komt er dit jaar een extra campagne, 'Arm in arm', op gang, die als doel heeft vrijwilligerswerk bij de oppasdiensten in Vlaanderen terug in de kijker te zetten. Deze loopt van oktober 2024 tot en met januari 2025. De resultaten van deze campagne zijn minder positief dan gehoopt. Er starten over heel Vlaanderen 56 vrijwilligers, voornamelijk vrouwen die dagoppas opnemen. De conclusie is dat rekrutering op lokaal vlak zeer belangrijk en meer efficiënt blijft.

3.2.2 Aantal vrijwilligers, geslacht, leeftijd en woonplaats

Jaar	Totaal aantal vrijwilligers	Aantal mannen	% mannen	Aantal vrouwen	% vrouwen
2025	**35**	**9**	**26%**	**26**	**74%**
2024	35	12	34%	23	66%
2023	32	7	22%	25	78%
2022	31	8	26%	23	74%
2021	34	9	26%	25	74%
2020	32	9	29%	23	72%
2019	38	9	24%	29	76%
2018	41	7	17%	34	83%
2017	33	6	18%	27	82%
2016	36	5	14%	31	86%
2015	44	7	16%	37	84%

In 2025 kan onze dienst net zoals het voorgaande jaar rekenen op de inzet van 35 vrijwilligers, 26 vrouwen en 9 mannen. In de loop van 2025 starten 10 nieuwe vrijwilligers op.

Gezien de grote vraag naar nachtoppas en de lange wachtlijsten in de regio, wordt in de eerste plaats ingezet op de werving van vrijwilligers nachtoppas. In 2025 starten 2 nieuwe vrijwilligers voor nachtoppas. Nieuwe kandidaten dagoppas starten met 1 bezoek per week en kunnen nadien doorgroeien als ze dat wensen. Sommige vrijwilligers kiezen ervoor om beschikbaar te zijn voor dringende vragen.

De opvallende verschuiving in 2024 betreffende het geslacht van de vrijwilligers van de oppasdienst, namelijk een stijgend aantal mannen zet zich niet verder in 2025.

Een overzicht van de afgelopen 10 jaar toont dat het aantal vrijwilligers wel wat varieert tussen 31 en een uitschieter van 44 op jaarbasis. Het aandeel vrouwen is de afgelopen jaren gezakt. Het aandeel mannen blijft min of meer stabiel en kent in 2024 een uitschieter.

Wat de leeftijd betreft, blijkt dat de grootste groep namelijk 23 vrijwilligers, 60- en 70- plussers zijn. Heel wat onder hen zijn meer dan 10 jaar actief bij de oppasdienst en groeien met onze organisatie mee sinds hun pensioen. Ze verwelkomen ieder jaar nieuwe starters, die eveneens hun pensioen of (tijdelijke) inactiviteit op de arbeidsmarkt willen invullen met een zinvolle dagbesteding.

De woonplaats van de grootste groep vrijwilligers is zoals de voorgaande jaren Groot-Leuven, hier wonen 24 vrijwilligers. 10 van hen wonen in het centrum van Leuven, 5 in Heverlee en 9 in Kessel-Lo. De overige vrijwilligers wonen in Herent, Everberg, Néthen, Tienen, Holsbeek, Bierbeek en Kampenhout.

3.2.3 Opvolging, ondersteuning en vorming van de vrijwilliger

Wanneer een vrijwilliger een eerste maal bij een cliënt langsgaat, is er nadien overleg met de coördinator oppasdienst. Het verdere verloop wordt opgevolgd door de coördinator en de vrijwilligers die ondersteunen in de permanentie van de dienst. Wekelijks hebben contacten plaats omtrent de planning, opvolging van bepaalde aanvragen of vragen van vrijwilligers. Alle communicatie met zowel cliënten als vrijwilligers wordt zorgvuldig bijgehouden.

Contact met de coördinator kan zowel telefonisch, via e-mail als in persoon. Heel wat vrijwilligers van de oppasdienst komen regelmatig langs bij SENIOrama om de situatie met hun cliënt te bespreken. Daarnaast is er een maandelijkse nieuwsbrief die informatie bezorgt over belangrijke (sectorale of organisatorische) afspraken, vormingen, informele momenten enz. De vrijwilligers worden ieder jaar uitgenodigd voor een persoonlijk gesprek om te evalueren hoe alles verloopt. Verder engageren ze zich om jaarlijks een aantal vormingsmomenten bij te wonen. Dit kan in de vorm van een lezing of een interactieve sessie zijn. Naast de vorming voorzien we ook momenten om ervaringen met elkaar uit te wisselen.

Dit zijn de vormings- en uitwisselingsmomenten voor 2025

- 27 januari lezing en vorming Eenzaamheid en verbondenheid door Jasper Dewitte.
- 12 februari 2025 praatcafé 1 uitwisseling informatie lezingen Eenzaamheid en verbondenheid door Jasper Dewitte en Rimpelingen in het hoofd van ouderen door Mathieu Vandenbulcke.
- 24 juni 2025: praatcafé 2: ervaringsuitwisseling over aangebrachte noden door de vrijwilligers oppas, begeleiding door Lesley Bogaerts en Jan Ramakers

Naast deze specifieke groepsmomenten, worden alle vrijwilligers van SENIOrama op een aantal ontmoetingsmomenten uitgenodigd die jaarlijks terugkeren. Dit geeft hen de kans om de organisatie in zijn geheel te leren kennen en contact te leggen met vrijwilligers uit andere werkgroepen.

- 7 maart 2025: vrijwilligersreceptie
- 9 mei 2025: uitwisselingswandeling en picknick
- 30 juli 2025: opendeurdag
- 30 december 2025: eindejaarfeest

Vrijwilligers van de oppasdienst: Anne Boven, Mieke Celis, Erik Czerwiec, Mia De Broeck, Monique Deckers, Chris Degheldere, Sandra Derycke, Liesbeth De Smet, Anne Eraly, Patricia Eyckens, Marleen Geets, Lieve Geysels, Leo Hens, Els Janssen, Philippe Janssens, Tine Jeanoti, Victoria Kriukova, Anny Leduc, Christine Lepère, Marlies Mangelschots, Rosemie Philippe, Michèle Paulus, Marie-José Sellekaerts, Piet Van Dionant, Yvette Van Gossum, Marlies Van Mechelen, Krista Van

Schepdael, Jano Vantieghem, Tillo Vervoort, Guido Vrancken, Grietje Vandeweghe, Agnes Walbers, Mathieu Wijnen, Abdul Zakwan en Tuvia Zuckerman.

De goede werking van onze oppasdienst bestaat mede dankzij de vrijwilligers die helpen met de planning, administratie, ondersteuning en stuurgroep.

Vrijwilligers van de ondersteuning: Jan Bailleul, Chris Bogaerts, Liliane Debrouwer, Gaby Gielis, Lieve Hillewaere, Philippe Janssens, Myriam Kindt, Marc Petermans, Jan Ramakers, Mia Sermeus, Chris Van de Vyver, Lucia Vandermeer, Maria Van Hoof en Jano Vantieghem.

3.3 Samenwerking en coördinatie

3.3.1 Stuurgroep oppasdienst

De stuurgroep oppas- en gezelschapsdienst, opgestart in oktober 2021, heeft de bedoeling om de coördinator en de vrijwilligers van de oppasdienst te ondersteunen.

Deze groep komt vijfmaal samen op 26 maart, 5 juni, 29 september, 4 november, 27 november 2025. Coördinator Lesley Bogaerts kondigt in 2025 aan dat ze eind september stopt bij SENIOrama. Door de beslissing van het bestuursorgaan om de erkenning van de oppasdienst op 31 december 2025 te beëindigen, komt de stuurgroep meer samen. We werken een duidelijke communicatie uit naar de betrokken vrijwilligers en plannen extra bijeenkomsten. Zo zijn er op 22 en 23 september en 7 oktober vier informatieve momenten waarbij bekeken wordt hoe de toekomst van de oppasdienst eruit kan zien. Er wordt tevens ingezet op het behalen van de nodige 5000 u. om de Vlaamse subsidies van 2025 te waarborgen. We merken een groot engagement en loyaliteit bij de vrijwilligers. Ze wensen ook zonder erkenning de dienst te continueren als deel van de werking van het lokaal dienstencentrum.

Gezien het stijgend aantal klanten, samen met het constant blijven van het aantal beschikbare vrijwilligers, blijft de werving en het behoud van de huidige vrijwilligers van oppasdienst belangrijk. De stuurgroep zet in op aanwezigheid bij beurzen voor vrijwilligers, infopunten, bekendmaking in de regio en de ondersteuning van de campagne 'Arm in arm'. Andere leden van de stuurgroep begeleiden de oppasvrijwilligers tijdens de praatcafés, lezingen, vorming– en waarderingsmomenten. Vanuit deze contactmomenten wordt er feedback verzameld van de oppasvrijwilligers, dewelke de stuurgroep vertaalt naar een aanbod dat voor alle oppassers zinvol kan zijn. Diversiteit in dit aanbod blijft belangrijk opdat iedere vrijwilliger iets kan meepikken dat interessant is voor het vrijwilligerswerk**.**

3.3.2 Samenwerking met andere diensten

De oppasdienst van SENIOrama werkt samen met andere thuiszorgdiensten in de regio.
Er s een specifieke samenwerking met ZORG Leuven en OCMW Oud-Heverlee ter ondersteuning van hun werking. De diensten onderling hechten veel belang aan het signaleren van noden en behoeften van cliënten naar elkaar. Er wordt contact met elkaar opgenomen (in samenspraak met de cliënt) om een bijkomende oppasdienst voor te stellen wanneer de cliënt meer hulpbe-

hoevend wordt en de professionele thuiszorgdiensten merken dat het zinvol kan zijn. De doorverwijzingen via diensten zijn van groot belang om het langer thuis wonen mogelijk te maken. De contacten met de maatschappelijk werkers gebeuren doorgaans telefonisch en via e-mail en dit op zeer regelmatige basis. Daarnaast wordt er minstens éénmaal per jaar een overleg georganiseerd tussen de diensten. Hier worden cases uitgewisseld, nieuwe vragen aangekaart en extra activiteiten vanuit SENIOrama (die interessant zijn voor het publiek aan zorgvragers) bekend gemaakt.

Heel wat aanvragen voor de oppas- en gezelschapsdienst gebeuren na een doorverwijzing via andere professionele diensten. Bekendmaking van het aanbod bij deze diensten is erg belangrijk om ouderen de beste kans te geven via ondersteuning zo lang mogelijk thuis te blijven wonen. Op jaarlijkse basis werken we ons publiciteitsplan uit. Er worden folders verdeeld in de nabije regio of in de regio waar minder aanvragen uit voort komen. Deze folders worden verdeeld bij verschillende diensten die eerstelijnszorg voorzien (zoals de huisartsen, apothekers, verpleging enz.). Bijkomend zetten we in op publiciteit in ons magazine, de website en magazines/websites van de organisaties waar we nauw mee samenwerken. Regelmatig worden vacatures voor vrijwilligers geplaatst op diverse databanken.

De coördinator van de dienst voor oppashulp neemt in 2025 deel aan volgende vormingen.

- Workshop 'Vrijwilligers werven' door stad Leuven dienst vrijwilligerswerk op 6.02.2025
- Lezing 'Eenzaamheid en verbondenheid', Jasper De Witte, SENIOrama 27.01.25

De coördinator van de dienst voor oppashulp neemt in 2025 deel aan volgende overlegmomenten.

Stuurgroep Dementievriendelijk Leuven 12.06.25

3.3.3 Stopzetting erkenning

In 2025 kondigt de coördinator van de gezelschapsdienst Lesley Bogaerts haar ontslag aan. Ze stopt eind september. Het bestuursorgaan van vzw SENIOrama buigt zich grondig over de toekomst van de dienst voor oppashulp die reeds 25 jaar bestaat. Met pijn in het hart wordt beslist om de erkenning door de Vlaamse Gemeenschap per 31/12/2025 stop te zetten.

Dit voornamelijk omwille van volgende redenen.

- Het jaarlijks behalen van de gevraagde 5000 u. oppas blijkt sinds enkele jaren een alsmaar grotere uitdaging te worden.
- Het up-to-date blijven met het digitale verzendsysteem (prestaties) naar de overheid, zonder professionele IT-dienst is onhaalbaar voor onze digi-vrijwilligers.

Het stopzetten van de erkenning betekent echter niet dat de dienst ophoudt te bestaan. Na overleg met de stuurgroep en alle betrokken vrijwilligers blijkt hun enthousiasme om verder te gaan zeer groot.

De oppasdienst zal blijven bestaan en wordt onderdeel van het dienstenaanbod van het lokaal dienstencentrum SENIOrama. De stuurgroep zal zich buigen over de uitdagingen die er liggen, de vrijwilligers blijven zowel administratief als praktisch hun taken opnemen. De centrumleider van het LDC volgt het geheel van dichtbij op en is eindverantwoordelijke.

4 Hulp bij kleine taken en Shop-o-rama

4.1 Ondersteuning aan huis

'Shop-o-rama' is voor een aantal zorgbehoevende personen in Leuven een belangrijke aanvulling op de andere thuiszorgdiensten. De dienst is er voor mensen die hulp nodig hebben met kleine boodschappen of administratieve taakjes. Dit kan bijvoorbeeld wanneer de vaste hulp tijdelijk wegvalt, men herstellend is van een ziekte of operatie of wanneer de zorgnood erg hoog is. SENIOrama doet dan de boodschappen in de onmiddellijke omgeving van de aanvrager. Zo worden er boodschappen gedaan in de supermarkt maar ook een apothekersbezoek, een boodschap voor de post of bank kan hieronder vallen.

Voor sommige klanten is er een **wisselwerking** tussen Shop-o-rama en een professionele thuiszorgdienst, zoals Zorg Leuven. Hulpbehoevende klanten worden dan, indien gewenst, mee ondersteund vanuit een overleg tussen deze en onze dienst. Zo bijvoorbeeld bij enkele klanten met dementie waar het van belang is om voldoende zorg en hulp te bieden.

De 'hulp bij kleine taken' wil hulp bieden bij kleinigheden en handelingen die de hulpvrager niet of moeilijk zelfstandig kan uitvoeren. Deze dienstverlening sluit aan bij de diensten die al binnen SENIOrama bestaan, namelijk 'Shop-o-rama', de oppas- en gezelschapsdienst.

Anders dan deze diensten wordt de hulp bij kleine taken enkel aangeboden op het territorium waar het lokaal dienstencentrum werkt, dus de helft van de Leuvense binnenstad.

Kleine klussen zijn hierbij mogelijk, zoals een nieuwe lamp kopen en vervangen maar ook het begeleiden van rolstoelpatiënten ergens heen en terug is mogelijk. Deze aanvraag gebeurt vaak om een doktersbezoek mogelijk te maken of om een middagmaal te kunnen nuttigen in het LDC SENIOrama.

Aan de klanten wordt een **bijdrage** gevraagd. Er zijn twee formules. Ofwel wordt een tienbeurtenkaart aangekocht die € 10 kost en per opdracht wordt afgetekend. Als de kaart vol is, kan een nieuwe kaart aangekocht worden. Wie geen beurtenkaart wenst te kopen, betaalt voor een eenmalige opdracht een bedrag van € 2.

De **organisatie, administratie en coördinatie** van de diensten worden waargenomen door vrijwillige medewerkers die elk een of twee halve dagen per week aanwezig zijn. Deze vrijwilligers hebben telefonisch contact met de klanten en spreken de vrijwilligers aan om de opdrachten te vervullen. Indien nodig gaat de coördinator van de thuisdiensten op huisbezoek. Dit maakt het mogelijk de thuissituatie van de klant van dichterbij te bekijken en indien nodig andere thuiszorgdiensten in te schakelen.

De opdrachten worden uitgevoerd door een groep van 5 vrijwilligers. Ze stellen zich op vaste momenten ter beschikking van de diensten. Ofwel komen ze op de afgesproken momenten naar SENIOrama om te kijken of er opdrachten zijn, ofwel worden ze telefonisch gecontacteerd door de vrijwilligers van de coördinatie. Ter ondersteuning van hun taak zijn er de bijeenkomsten met ervaringsuitwisseling. Eén keer per jaar wordt een gezamenlijke vergadering georganiseerd met de onthaalvrijwilligers om de samenwerking tussen beide groepen te optimaliseren. Dit zorgt ervoor dat de communicatie tussen de vrijwilligers vlot verloopt.

De **bekendmaking van de dienst** naar klanten gebeurt op verschillende manieren.

- Bekendmaking in SENIOrama Nieuws
- Advertenties in tijdschriften zoals parochieblad, advertentiebladen
- Folders en affiches worden verspreid
- Contacten met andere organisaties uit de regio

4.2 Wie doet op de dienst beroep?

In onderstaande tabel staat het overzicht van het aantal boodschappen die in 2025 gebeuren.

Shop-o-rama	
Maand	**Aantal**
Januari	18
Februari	20
Maart	22
April	25
Mei	24
Juni	14
Juli	25
Augustus	21
September	30
Oktober	23
November	22
December	19
Totaal	**263**

Ouderen, alleenstaanden, mindermobiele of zorgbehoevende inwoners van Groot-Leuven, ongeacht hun leeftijd, doen beroep op de dienst.

In 2025 ziet het bestand van klanten van Shop-o-rama er als volgt uit: 10 klanten, 8 vrouwen en 2 mannen. Het grootste aantal klanten doet wekelijks beroep op onze dienst, enkelen slechts éénmalig. In vergelijking met vorig jaar worden er 76 minder boodschappen gedaan.

Vrijwilligers Shop-o-rama: Jan Vanreusel, Daniel Van Den Driessche, Tillo Vervoort, Kristof Vanderwaeren en Sonia Willems

> *"Aangezien ik me opnieuw ingeschreven heb, vind ik de lessen heel goed. Philippe heeft een aangename persoonlijkheid. De lessen zijn gemoedelijk, met nadruk op gesprek. Durven praten, daar gaat het mij om. Ook de andere cursisten vallen zeer goed mee, er wordt veel gelachen. De mogelijkheid na de les verse soep te kunnen eten is ook mooi meegenomen."*
>
> *Cursist Frans*

De activiteiten

1 Activiteiten van algemeen-informatieve aard

1.1 Lezingen psychisch en fysisch welzijn

Datum	Onderwerp en spreker	Deelnemers
6 januari	Cholesterol: goed en slecht – Wat is het nut en erfelijkheid? Professor Ann Mertens, endocrinoloog.	42
27 januari	Eenzaamheid en verbondenheid. Jasper De Witte, prof. dr. KU Leuven, sociologie en onderzoekexpert.	56
24 februari	Detectie, signalen en behandeling van prostaatkanker Hein Van Poppel, uroloog	33
24 maart	Slaap en slaaptekort, benaderd vanuit mentaal standpunt Veerle Van Vlierberghe, eerstelijnspsycholoog	45
28 april	Euthanasie Deskundige van Panal vzw (ondersteuning en uitbouw van palliatieve zorg in Leuven)	61
5 mei	Zorgen voor morgen Dirk Doucet, gerontoloog	39
24 november	Prostaatkanker en wat nu? Hedendaagse behandelingen. Prof. Em. Dr. Hein Van Poppel, uroloog KUL	Niet geregistreerd

Informatie verstrekken over het psychisch en fysisch welzijn is een belangrijke opdracht van SENIOrama. Hoe ouder de mensen worden, hoe centraler 'gezondheid' en 'welzijn' komen te staan. De thema's zijn steeds medisch en/of psychologische onderbouwd. Daarenboven krijgen we concrete aanwijzingen wat we zelf kunnen doen om ons leven kwalitatief te verbeteren.

Het aantal deelnemers aan de lezingen van de werkgroep welzijn is in vergelijking met de aantallen van vóór de coronaperiode nog steeds verminderd. We merken dit ook bij de lezingen over cultuur, levensbeschouwingen en de groep open venster op de wereld. In 2024 wordt er een overkoepelende werkgroep opgestart waarin vrijwilligers van de 4 groepen zetelen. De bedoeling is om tot een meer divers, aanvullend aanbod te komen en elkaar te inspireren.

De lezingen van de maand november worden gratis ingericht in het kader van de seniorenmaand in Leuven. Hierdoor is er voor die maand geen exacte registratie van het aantal bezoekers. We merken dat er meer nieuwe bezoekers zijn.

Leden werkgroep: Leo Rouffa, Jano Vantieghem, Bianca Pisera, Maria Van Hoof.

1.2 Individuele contacten via het onthaal

Een opdracht van de onthaalvrijwilligers is vragen beantwoorden rond de dienstverlening en activiteiten van SENIOrama. Daarnaast vormt het onthaal de eerste opvang voor wie vragen heeft op vlak van thuiszorg, woonzorgcentra, ontspanning, verenigingsleven of voor wie nood heeft aan een gesprek. Indien nodig verwijzen de onthaalvrijwilligers naar vrijwilligers van andere werkgroepen binnen SENIOrama of naar diensten buiten SENIOrama. Geïnteresseerden, deelnemers, hulpvragers en hun mantelzorgers kunnen fysiek, telefonisch en digitaal terecht op het onthaal van SENIOrama van maandag tot vrijdag tussen 9 en 17 uur.

Vrijwilligers verzorgen de permanentie van het onthaal iedere voor- en namiddag. Om hun taak zo goed mogelijk op te nemen komen deze vrijwilligers maandelijks samen om te overleggen wat goed loopt en wat beter kan. Daarnaast is het belangrijk dat ze op de hoogte zijn van de meest actuele activiteiten en dienstverlening binnen SENIOrama. We nemen daarvoor elke maand de 'nieuwsbrief SENIOrama' door, en het halfjaarprogramma wanneer dat verschijnt.

Het onthaal beschikt over een eigen computer en e-mailadres. Ontvangen e-mails gaan vaak over algemene vragen of mogelijkheden tot inschrijven voor een activiteit of cursus. Antwoorden zijn vaak terug te vinden in de digitale database van SENIOrama. Om de onderlinge communicatie te verhogen, wordt een WhatsApp groep aangemaakt. Deze wordt gebruikt om bijvoorbeeld vlot vervanging te vragen en ter herinnering aan overlegmomenten.

Werkgroep onthaal: Roos Haepers, Agnes Peetroons, Mia Vanden Bossche, Jan Vanreusel, Danielle Verbinnen, Bianca Pisera, Thérèse Baerten, Marcia Quintens, Gaby Gielis, Anita De Witte, Anita Koninx, Françoise Devos, Ghislaine Vanderwaeren, Daniel Bollaerts.

1.3 Mondelinge informatie

Eerstelijnspsychologische zorg

Veerle Van Vlierberghe is eerstelijnspsychologe verbonden aan het LDC SENIOrama sinds 2018, toen nog projectmatig. Sinds 2020 heeft ze uren (functie2: maximaal 8 sessies) binnen de federale conventie eerstelijnspsychologische zorg, die tot doel heeft om mensen die minder makkelijk hun weg vinden naar de psycholoog snel en kortdurend te helpen. Ze richt zich voornamelijk op oudere volwassenen, mantelzorgers en hulpverleners die met ouderen werken; SENIOrama is haar vaste vindplaats. Ze is wekelijks aanwezig voor individuele sessies in het LDC en kan indien nodig ook in de nabije omgeving aan huis gaan. Alle informatie over de conventie is terug te vinden op de federale website www.spreekerover.be.

In 2025 worden voor Veerle 224 individuele sessies aangeboden en worden 45 nieuwe cliënten opgestart. Dit is een stijging tegenover 2024 (148 individuele sessies en 38 nieuwe cliënten). Naast deze individuele sessies zijn er ook twee reeksen van de groepscursus 'rouw en verlies' doorgegaan. Deze vorming van telkens 5 sessies gaat in kleine groep door (4-8 deelnemers) en wordt samen gegeven met Bianca (centrumleider en rouw- en verliescounselor). In de reeks in het voorjaar zijn er 5 deelnemers, in die van het najaar 6.

1.4 Nieuwsbrief - Halfjaarlijks programma

De **Nieuwsbrief** vormt het maandelijkse hart van onze communicatie met leden, vrijwilligers en belangstellenden. In 2025 brengen we tien edities uit met een vaste oplage van 1075 exemplaren per maand. We stellen daarbij een mooie groei vast in het digitale bereik: het aantal abonnees dat de nieuwsbrief digitaal leest, is gestegen van 78 naar 125 personen. Deze evolutie helpt ons om een breed publiek te bereiken en tegelijkertijd een milieubewuste stap vooruit te zetten. Tijdens de zomermaanden juli en augustus verschijnt de reguliere krant niet, maar brengen we traditiegetrouw de **Zomerkrant** uit. Deze editie zet de vakantiecursussen en zomeractiviteiten in de kijker en zorgt voor nieuwe energie tijdens de vakantieperiode.

De inhoud van deze publicaties komt tot stand door de nauwe samenwerking binnen de redactieraad, die twaalf keer per jaar vergadert. In deze bijeenkomsten waken we over de kwaliteit, de vormgeving en de artikelomvang, waarbij we steeds zoeken naar vernieuwende ideeën. Vrijwilligers uit diverse werkgroepen leveren de teksten aan, wat zorgt voor een gevarieerd en boeiend aanbod dat de betrokkenheid van onze leden versterkt. Ook de volledige voorbereiding van de verzending en de distributie wordt door een vaste groep vrijwilligers verzorgd. Dit jaar mochten we bovendien drie nieuwe bedelers in het team verwelkomen, wat de verspreiding vergemakkelijkt en een extra besparing voor de organisatie betekent.

Naast de maandelijkse berichten publiceren we in januari en juli het uitgebreide magazine **'Aanbod activiteiten'**. Dit halfjaarlijkse overzicht geeft bij de start van elk semester een volledig beeld van alle cursussen, zodat iedereen tijdig kan inschrijven. Al deze publicaties zijn eveneens raadpleegbaar op de website van SENIOrama. Geïnteresseerden kunnen zich daar het hele jaar door registreren als belangstellende om de informatie digitaal te ontvangen, wat een ideale drempel is naar een mogelijk lidmaatschap. Om onze zichtbaarheid in de stad te vergroten, brengen we bovendien maandelijks enkele exemplaren naar de Bibliotheek Tweebronnen.

Redactie: Gaby Gielis, Chris Vermuyten, Bianca Pisera, Isabelle Santy

Nalezen: Gaby Gielis, Chris Van de Vyver en aandragers van artikels

Vormgeving: Isabelle Santy

Versturen: Eddy Dhaene, Jet Peeters, Reinilde Vancom, Lut De Cock, Chris Delfosse, Marleen La Roy, Lucia Vandermeer, Mia Berthels en Olga Verlinden.

Rondbrengen: Louis Beelen, Mia Berthels, Godelieve Cockx, Lut Debroey, Lut De Cock, Anita De Witte, Frans Dumont, Gaby Gielis, Josee Holemans, Marleen La Roy, Viviane Le Beer, Gilbert Meyers, Jet Peeters, Walter Rogge, Reinilde Vancom, Viviane Vanbrabant, Jan Vanreusel, Francesca Verstraete, Ghislaine Vanderwaeren en Marlies Van Mechelen.

1.5 Website

Sinds 2003 beschikt SENIOrama over een website met een grote functionaliteit. Daarmee willen we een zo groot mogelijk segment van onze doelgroepen bereiken met accurate en actuele informatie over de vele luiken van onze werking. Via de website kan zeer vlug en soepel ingespeeld worden op de actualiteit: plotse veranderingen, rechtzettingen, bijkomende informatie, dringende berichten.

Gezien SENIOrama zich specifiek op ouderen richt, voor wie het werken met een computer niet altijd vanzelfsprekend is, wordt geopteerd voor een gebruiksvriendelijke bediening. Zowel de hoofdmenu's als submenu's zijn overzichtelijk opgesteld en eenvoudig te bedienen. Om de submenu's te openen, wordt er gebruik gemaakt van linken, die een uniforme kleur (blauw) hebben.

Dit om zo weinig mogelijk submenu's in de breedte te laten openen. Dit maakt het raadplegen van de website gemakkelijker op tablets en smartphones.

Eind 2022 hebben we besloten om over te stappen van Drupal naar WordPress. We gebruiken daarbij WordPress Timber. De basis van het thema wordt gemaakt met gebruikmaking van Template Toaster. Er wordt gekozen voor een sobere lay-out zonder veel afbeeldingen en diashow. De WordPress 6.4.3 site is online sinds juli 2023. Op dit ogenblik WordPress 6.9.1.

De website voorziet ook in een contactmogelijkheid. Geïnteresseerden kunnen via de website een e-mail sturen naar de verschillende werkgroepen van SENIOrama via een seniorama.be e-mailadres. Men kan ook via de website lid worden van SENIOrama.

Ook een aantal publicaties zijn te lezen op de website: de nieuwsbrief van de maand, het halfjaarlijkse programma en de jaarverslagen.

Op onze website is ook een ruimte, 'Prikbord', gemaakt voor aankondigingen van non-profit organisaties die via onze site een seniorenpubliek willen bereiken.

In de rubriek 'Houd het veilig' worden artikels gepubliceerd over internetveiligheid, sociale media, bescherming van privacy enz.

Hoewel de huidige website goed werkt, willen we onze digitale aanwezigheid moderniseren. Daarom werken we momenteel samen met een partner aan een volledig nieuwe website, die we in het midden van 2026 hopen te lanceren.

Bij het ontwerp ligt de focus op een heldere opbouw met flexibele bouwblokken, wat het voor onze vrijwilligers veel eenvoudiger maakt om informatie aan te passen. De nieuwe techniek zorgt er bovendien voor dat de site automatisch meeschaalt met elk scherm, zodat de leesbaarheid op zowel computers als smartphones optimaal blijft.

In het najaar van 2025 wordt SENIOrama gecontacteerd door twee studenten van de Vrije Universiteit Brussel (VUB) voor een taalkundig onderzoek in het kader van hun opleiding. Ze voeren een gedetailleerde analyse uit op onze homepage om de toegankelijkheid en de aansluiting bij ons doelpubliek te evalueren. Het resulterende rapport, getiteld 'Een opknapbeurt van de webpagina van SENIOrama', biedt waardevolle inzichten over het balanceren tussen hedendaagse taalgebruik en de taalverwachtingen van senioren. De studenten geven concrete tips over het optimaliseren van de tekststructuur, het gebruik van kleur en afbeeldingen, en het belang van een uniforme schrijfstijl om de professionele uitstraling te verhogen. Deze adviezen worden momenteel nauwgezet meegenomen in de ontwikkeling van onze nieuwe website, zodat onze digitale communicatie nog beter aansluit bij de behoeften van onze leden.

Webmasters: Julien Lemmens en Patrick Ruytings

Actueel houden: Rita De Bock en de webmasters

1.6 Interne communicatie

Met de interne nieuwsbrief **'De Klepel'** houden we de vrijwilliger nauw betrokken bij de werking van SENIOrama. Dit blad informeert over nieuwe initiatieven, vormingsmomenten en belangrijke bestuursbeslissingen. Naast praktische zaken is er veel ruimte voor het persoonlijke aspect, zoals het vieren van verjaardagen en het verwelkomen van nieuwe gezichten. In 2025 brengen we acht edities uit, waarbij maar liefst 97,49% van de vrijwilligers heeft gekozen voor de digitale versie. Dit zorgt voor een snelle communicatie en helpt ons bovendien om papier en kosten te besparen. Uit de enquête in het najaar bleek dat 'De Klepel' zeer gewaardeerd wordt om de aangename sfeer en de herkenbare foto's van collega-vrijwilligers. Dankzij de feedback hebben we direct enkele vernieuwingen doorgevoerd.

Zo hebben we een nieuwe vaste rubriek geïntroduceerd met **'Wist-je-datjes'** en besteden we extra aandacht aan een goed kleurcontrast voor een optimale leesbaarheid. Ook suggesties voor kortere teksten en een luchtige afsluiter in de vorm van een cartoon of een grap nemen we ter harte. Zo blijft 'De Klepel' een blad van en voor vrijwilligers.

MAART 2025

DE KLEPEL

nieuwsbrief voor vrijwilligers van Seniorama

nummer 2

NIEUWE INFOBROCHURE OVER HET VRIJWILLIGERSWERK BIJ SENIORAMA

Vrijwilligers zijn de kracht van Seniorama.
We zijn dan ook blij om te kunnen rekenen op jullie 234 vrijwilligers. Toch blijft het steeds belangrijk nieuwe vrijwilligers te vinden. Ieder jaar zijn er immers vrijwilligers die met hun taak bij Seniorama stoppen.

Een nieuwe aantrekkelijke infobrochure geeft een mooi overzicht van de taken die vrijwilligers bij Seniorama kunnen opnemen.

Ken jij in je omgeving iemand die op zoek is naar een zinvolle tijdbesteding, twijfel dan niet om deze brochure te bezorgen aan de persoon in kwestie. Bij het personeel kan je een infobrochure voor nieuwe vrijwilligers bekomen.

NIEUW IN ONZE NIEUWSBRIEF: 'WIST JE DAT...?'

We lanceren een gloednieuwe rubriek in onze nieuwsbrief: 'Wist je dat...?'
Een plek vol kleine, fijne ontdekkingen om met elkaar te delen! Heb je een boek gelezen dat je écht raakte? Een heerlijk recept uitgeprobeerd? Een prachtig wandelpad ontdekt? Of misschien een gouden tip voor een uitstap? Laat het ons weten!

Met deze rubriek willen we niet alleen leuke weetjes verzamelen, maar ook de verbondenheid tussen onze vrijwilligers versterken. **Zo inspireren we elkaar** én blijft Seniorama een warme plek vol uitwisseling en ontmoeting. Heb jij een leuke bijdrage? Stuur je tekst naar Isabelle@seniorama.be en wie weet schittert jouw tip in de volgende nieuwsbrief!

Wist je dat... jij met jouw ervaring iemand anders kan inspireren?

Leden werkgroep: Marlies Van Mechelen, Caroline Ballegeer, Isabelle Santy

De lay-out en de verzending gebeurt door Isabelle Santy.

1.7 Public relations langs diverse kanalen

Externe communicatie speelt een essentiële rol binnen SENIOrama. Onze activiteiten en dienstverlening evolueren voortdurend en het is belangrijk om deze goed kenbaar te maken aan een breed publiek.

Waar voorheen een specifieke werkgroep PR verantwoordelijk is voor deze taak, wordt dit nu opgevangen door het personeel en verschillende overlegkanalen, zoals het dagelijks bestuur en het bestuursorgaan. Hierdoor wordt communicatie beter geïntegreerd binnen de algemene werking van SENIOrama.

Herhaling in communicatie blijft cruciaal, vooral bij nieuwe diensten waarvan het doelpubliek niet altijd eenvoudig te bereiken is. We zetten daarom in op diverse kanalen om SENIOrama en haar activiteiten breed bekend te maken.

- Affiches over lezingen en andere activiteiten of kortdurende cursussen worden verspreid in openbare gebouwen en winkels.
- Nieuwsbrieven worden verdeeld in de Bib Tweebronnen.
- In de buurt rond SENIOrama worden regelmatig folders in brievenbussen bezorgd om zowel de algemene werking als specifieke activiteiten extra onder de aandacht te brengen.

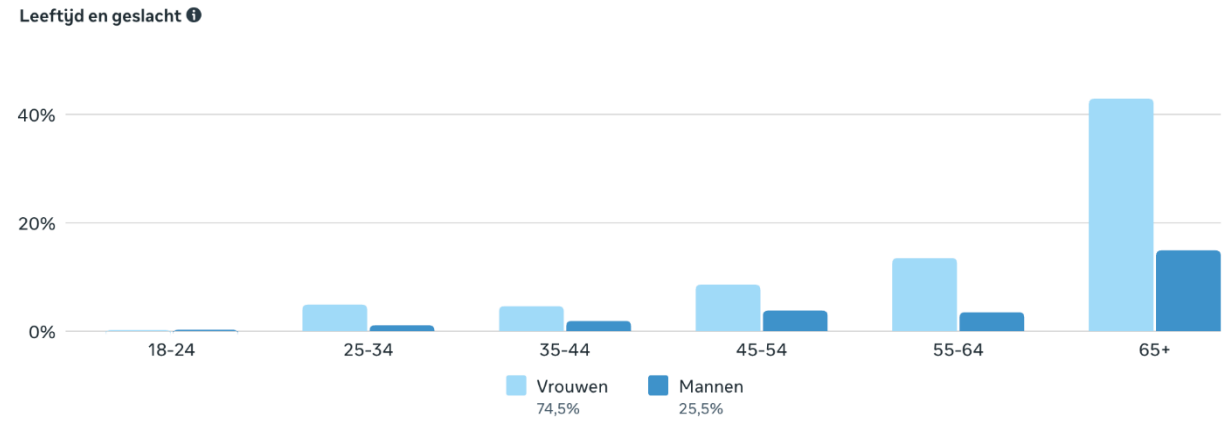
Door deze gerichte en veelzijdige aanpak zorgen we ervoor dat SENIOrama zichtbaar en toegankelijk blijft voor iedereen die interesse heeft in onze werking.

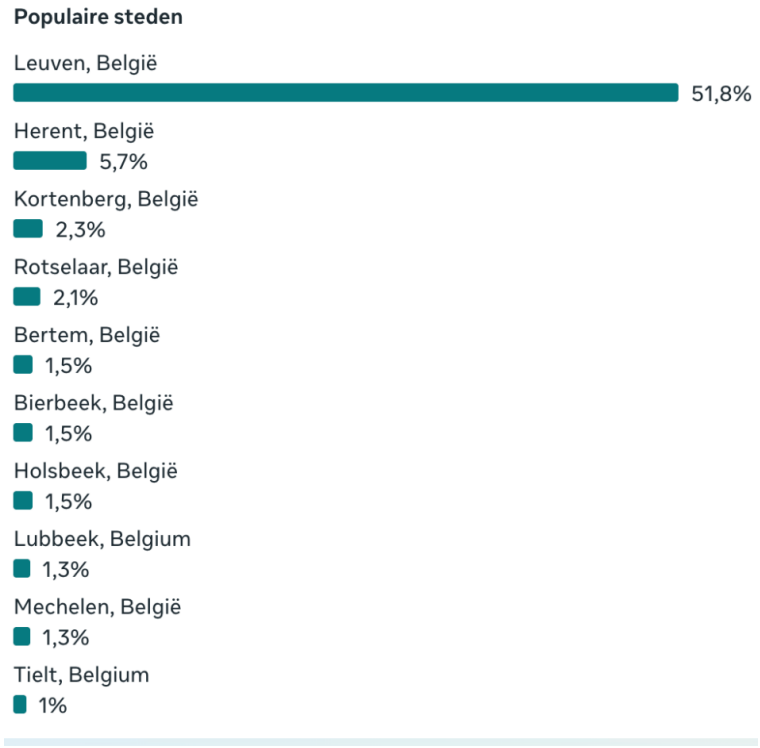
Onze Facebookpagina is een krachtig middel om activiteiten en nieuws breed te verspreiden naar een groot publiek. Berichten over ons aanbod en openstaande vacatures bereiken niet alleen onze eigen volgers, maar worden via hun interacties ook gedeeld binnen andere lokale groepen. In 2025 blijft dit platform een cruciaal kanaal om onze achterban te informeren en te betrekken.

Het profiel van onze volgers is zeer duidelijk: we bereiken een volwassen publiek dat nauw verbonden is met de regio. Maar liefst 74,5% van de volgers zijn vrouwen, tegenover 25,5% mannen. De grootste groep bevindt zich in de categorie 65+, gevolgd door de leeftijdsklassen 55-64 en 45-54. De lokale verankering is zeer sterk, waarbij 51,8% van de volgers uit Leuven komt. Daarnaast zien we volgers uit omliggende gemeenten zoals Herent (5,7%), Kortenberg (2,3%) en Rotselaar (2,1%).

De impact van onze digitale berichten neemt zichtbaar toe. We registreerden in deze periode 594 interacties met onze inhoud, wat een stijging is van 1,4%. Ook het aantal kliks op links naar onze website of inschrijfformulieren groeide fors met 21,9%, goed voor 78 directe acties. Deze cijfers bevestigen dat onze strategie werkt en mensen effectief aanzet tot betrokkenheid.

We blijven voortdurend zoeken naar innovatieve manieren om ons aanbod onder de aandacht te brengen. Samen met het computerteam onderzoeken we momenteel de mogelijkheid om e-mails gemakkelijker en doeltreffender samen te stellen en te versturen. Hierbij kijken we niet alleen naar de technische uitvoerbaarheid, maar ook naar manieren om de inhoud aantrekkelijker te maken voor de doelgroep.





1.8 SENIOrama: een frisse identiteit voor een vertrouwde missie

VOOR EN DOOR MENSEN MET ERVARING

In juni 2025 hebben we een belangrijke vernieuwing doorgevoerd in onze visuele identiteit met de lancering van een nieuw logo. De naam SENIOrama is daarbij geëvolueerd naar SENIOrama. Door de klemtoon bewust op 'senio' te leggen, willen we de nadruk op het strikte begrip 'senior' verminderen en een modernere, dynamische uitstraling creëren die past bij onze actieve werking.

Het nieuwe ontwerp combineert een strakke typografie met een zachte blauwe penseelstreep, wat staat voor de creativiteit en de persoonlijke aanpak van ons centrum. De baseline 'Voor en door mensen met ervaring' blijft de kern van onze organisatie beschrijven maar wordt nu gepresenteerd in een frisse stijl die zowel huidige als nieuwe doelgroepen aanspreekt. Deze verandering is meer dan alleen een nieuwe look, het is een bevestiging van onze missie om een eigentijdse ontmoetingsplaats te zijn waar ervaring centraal staat, zonder vast te houden aan verouderde labels.

1.9 Informatieve opdrachten voor de stad Leuven

SENIOrama heeft gedurende vele jaren een constructieve samenwerking uitgebouwd met de Leuvense stadsdiensten.

Een van de doelstellingen van de samenwerkingsovereenkomst betreft het ondersteunen van mantelzorgers in Leuven.

Verschillende Leuvense organisaties, die mantelzorgers op diverse manieren trachten te ondersteunen, komen regelmatig samen om een jaarplanning op te maken en systematisch te evalueren. Een grondige evaluatie van voorgaande jaren en de wensen van de huidige bereikte mantelzorgers zorgen voor een wijziging in de ondersteuning in 2025.

Mantelzorgers die deelnemen aan het praatcafé geven aan dat het een meerwaarde zou zijn als ze maandelijks op hetzelfde moment, op dezelfde plek zouden kunnen samenkomen. Liefst een plaats die vlot bereikbaar is met het openbaar vervoer. Ook in de vakantiemaanden juli en augustus is er nood om elkaar te ontmoeten.

In 2025 worden 12 praatcafés mantelzorg ingericht. Deze gaan steeds in SENIOrama door en worden begeleid door centrumleider Bianca en vrijwilligster Geneviève. Bij hun afwezigheid begeleidt vrijwilliger Guido de bijeenkomst.

Er wordt ingezet op het delen van eigen ervaringen. Bianca volgt de actualiteit en brengt regelmatig thema's met betrekking tot mantelzorg in de groep.

Om continuïteit te verzekeren en voor een eenvormig onthaal van nieuwe deelnemers te zorgen is vrijwilliger Geneviève Colsoul van SENIOrama bij ieder praatcafé aanwezig. Ze zorgt er ook voor dat we de actuele contactgegevens van de deelnemers hebben en houdt de administratie in orde.

Omdat we de al verworven ervaring en informatie willen delen met Leuvense partners maakt Bianca de basis voor een draaiboek op. Dit boek kan naast een leidraad ook ondersteuning bieden bij het zelf organiseren van praatcafés voor mantelzorgers.

De praatcafés in 2025 vinden plaats op volgende vrijdagen, steeds om 14u: 17 januari, 28 februari, 28 maart, 25 april, 23 mei, 27 juni, 25 juli, 22 augustus, 26 september, 24 oktober, 28 november en 19 december.

Er zijn gemiddeld een 12-tal deelnemers, voornamelijk vrouwen.

Tijdens de uitwisseling wordt gebruikt gemaakt van verschillende methodieken als Dixit-kaarten, het kwaliteitenspel, vragenkaarten met betrekking tot mantelzorg, enz.

Naast het organiseren van het praatcafé behelst de samenwerking met de stad Leuven het activiteitenaanbod voor Leuvense senioren en het uitwerken van een buurtgerichte werking. Zie ook SENIOrama en de buurt p. 80.

De vrijwilligerswerking van SENIOrama is een belangrijke manier voor Leuvense senioren om enerzijds een zinvolle dagbesteding te hebben en anderzijds structureel sociale contacten te onderhouden. Van de gemiddelde 230 vrijwilligers zijn 160 Groot-Leuvenaars. Ze zetten zich onbaatzuchtig op verschillende manieren in om ervoor te zorgen dat Leuvense senioren zo lang mogelijk zelfstandig thuis kunnen blijven wonen.

2 Activiteiten van recreatieve aard

2.1 Activiteiten van creatieve aard

In deze cursussen bieden we de kans om verborgen talenten naar boven te halen. Talenten die eerder misschien door gebrek aan tijd of andere omstandigheden niet worden aangesproken. Onder professionele begeleiding leer je, in kleine groepen, juwelen maken, aquarel, mixed media, breien, bloemschikken en tekenen. Zo kom je tot verrassende creaties.

2.1.1 Bloemschikken

Een cursus die jaar na jaar vernieuwing brengt in het werken met wat de natuur in bruikleen geeft. Elke maand kunnen de deelnemers genieten van een seizoensgebonden bloemstuk met de creatieve hulp van de lesgever. De cursus wordt achtmaal ingericht.

Aantal deelnemers: 19

Aantal activiteiten: 9

Lesgever: Arlette Diricks

Contactpersoon: Suzanne Theunis

2.1.2 Bloemavond

Aantal deelnemers: 12

Aantal activiteiten: 9

Lesgever: Arlette Diricks

Contactpersoon: Suzanne Theunis

2.1.3 Breien

Opnieuw beginnen we met een blij gemoed aan vertrouwde bewegingen (omslaan, doorhalen en laten glijden) maar opnieuw met verrassende resultaten. Iedere les nieuwe verworven vaardigheden die leiden tot nog meer vertrouwen. Zelf gerealiseerde pareltjes zijn het resultaat.

Aantal deelnemers: 17

Aantal activiteiten: 7

Lesgever: Gerda Janssen

Contactpersoon: Tinne Tuyls

2.1.4 Aquarel

Iedereen met wat ervaring of zonder ervaring is welkom We zullen starten met papier, water en pigment en stap voor stap verder gaan met verschillende technieken om vanaf doorgestuurde foto een mooi resultaat te bereiken.

Aantal deelnemers: 16

Aantal activiteiten: 10

Lesgever: Jan Wouters

Vrijwilliger: Kris Grietens

2.1.5 Mixed media

Je hoeft niet te kunnen tekenen noch schilderen, alles wordt stap voor stap uitgelegd. Bij Mixed Media worden meerdere technieken tezamen gebruikt. Dit kan met verf, kleurpotloden, stempels, stencils, inkt. Deze techniek kan toegepast worden op papier, canvas, karton, hout. Zo kan je eigen wenskaarten en schilderijen ontwerpen.

Aantal deelnemers: 15

Aantal activiteiten: 13

Lesgever: Veerle Vonck

Contactpersoon: Suzanne Theunis

2.1.6 Doodles

Deelnemers maken op een speelse manier kennis met eenvoudige, creatieve tekeningen en patronen. De cursus biedt een ontspannen gelegenheid om nieuwe vaardigheden te ontdekken en samen creatief aan de slag te gaan.

Aantal deelnemers: 8

Aantal activiteiten: 10

Lesgever: Veerle Vonck

Contactpersoon: Kris Grietens

2.2 Sport en beweging

Verschillende sportactiviteiten aangepast aan senioren, worden aangeboden. De doelstelling is steeds preventief te werken. De deelnemers aan de sportactiviteiten zijn voornamelijk vrouwen, ze komen uit de regio Leuven, voornamelijk Kessel-Lo.

Overleggroep sport: Leen, Marie-Christine en Guido

Deze overleggroep staat in voor de coördinatie, organisatie en ledenadministratie van alle sport-activiteiten. Er is wekelijks overleg.

2.2.1 Aquagym

Turnen in het water op het ritme van muziek

We organiseren 2 groepen met in totaal 94 deelnemers.

Lesgever: Karin Dermaut

De lessen Aquagym zijn al jaren een succes.

2.2.2 Dans je fit

Op een aangename en ontspannen manier dansen op gevarieerde muziek

1 groep danst met 29 deelnemers.

Lesgever: Mieke Clerinx

De lessen 'Dans-je-fit' zijn een leuke ontspanning.

Dansen doen we in de sportzaal van het Boudewijnstadion in Kessel-Lo.

2.2.3 Fit actief 55-plus

Op muziek en op een dynamische manier de conditie verbeteren

2 groepen met in totaal 58 deelnemers

Lesgevers: Karin Dermaut en Emnes Schoonjans

De lessen 'Fit-actief 55-plus' op muziek blijven veel deelnemers aantrekken.

2.2.4 Preventieoefeningen

Preventieve oefensessies ter voorkoming van allerlei lichamelijke klachten

4 groepen met in totaal 97 deelnemers

Lesgever: Sofie Cornille

De deelname aan preventieoefeningen blijft een succes.

2.2.5 Taiji-Qigong

Zachte trage bewegingen die vloeiend zonder onderbreking in elkaar overlopen

4 groepen met in totaal 46 deelnemers

Lesgevers: Lo Kai-Han, Nancy Blanckaert

Nieuwkomers beginnen in de groep Taiji beginners en kunnen het jaar nadien verder gaan bij de groep Taiji basis en nadien naar de groep gevorderden.

2.2.6 Gym

Conditie op peil houden

2 groepen met in totaal 54 deelnemers

Lesgever: Mieke Clerinx

Deze lessen kennen nog altijd succes.

2.2.7 Yoga

Beheersing van lichaam, geest en adem

2 groepen met in totaal 32 deelnemers

Lesgever: Lieve Pollentier

2.2.8 Nordic walking

Er worden wandelingen georganiseerd van ongeveer 6 km met start aan het arboretum van Heverleebos. Gemiddeld zijn er 10 stappers. Om de veertien dagen is er ook een groep van gemiddeld 8 rustige walkers.

Begeleiders: Leen Vallaey, Lut Wauters

2.2.9 Wandelen

Dagtochten wandelen van ± 16 km		
Datum	**Bestemming**	**Deelnemers**
15 jan	Louvain-la-Neuve	12
19 feb	Tienen en omstreken	24
19 mrt	Neerijse/Vossem/Tervuren	19
18 apr	Bloesemwandeling	17
21 mei	Westerlo	15
12 juni	Van Vorst naar Ukkel	5
11 aug	Averbode	10
16 okt	Bertem	16
29 dec	Kerststallentocht	12

Stadswandelingen		
Datum	**Bestemming**	**Deelnemers**
25 juli	Antwerpen	19
17 juli	Zoniënwoud	19

Er wordt tweewekelijks een wandeling gepland in de omgeving van Leuven, afwisselend ± 6 en 8 km. Maandelijks is er een dagtocht van ongeveer 16 km.

De leiding van de wandelingen berust bij Maria Dequeker en André Geets.

De leiding van de dagtochten berust bij Jan Borremans, Maria Dequeker, Frans Dumont, Maurice Page en Ann Verbiest.

2.2.10 Fietsen

De namiddagtochten op dinsdag en donderdag worden heel het jaar door georganiseerd.

In 2025 worden er gedurende de maanden april tot en met oktober **26 fietsdagtochten** georganiseerd.

De fietsactiviteiten worden gepland en begeleid door Mieke Decaluwe, Patricia Claes, Leen Goedhuys, Johan Kumps, Elly Leys, Christel Luckermans, Renilde Martens, Nicole Peeters, Walter Rogge, Anne Marie Rose, Guido Schepens, Luc Talloen, Jan Vandebon, Luc Van Mulders, Pol Van Nieuwenhuyse.

Dagtochten fietsen		
Datum	**Bestemming**	**Deelnemers**
18 april	Wilderen	24
22 april	ROB	21
02 mei	Leest	23
09 mei	Hoegaarden	21
13 mei	Laakdal	24
23 mei	Kruibeke	17
27 mei	Scherpenheuvel	24
06 juni	Louvain-La-Neuve	12
10 juni	Zoniënwoud	17
20 juni	Klein Willebroek	15
24 juni	Mechelen	23
04 juli	Maaskant Dilsen-Stokkem	24
08 juli	Tuinders	16
15–18 juli	Fietsvakantie Houthalen Bosberg	26
22 juli	Zoutleeuw	17
01 augustus	Zilveren Helmen	26
06 augustus	Witte goud	26
12 augustus	Taalgrens	11
22 augustus	Lier	17
26 augustus	Rondje Zaventem	25
05 september	Landen	26
09 september	Wezembeek-Oppem	26
19 september	Grimbergen	25
23 september	Druivenstreek	25
03 oktober	Diest	19
10 oktober	Waver	17

2.3 Zomeractiviteiten

Zomeractiviteiten		
Datum	**Activiteit**	**Deelnemers**
3 juni	Erfgoedwandeling, Herent	12
10 juni	In de binnenstad, Mechelen	18
17 juni	Wandeling De Doode Bemde, Neerijse	7
24 juli	Huis Europese geschiedenis, Brussel	15
8 juli	Sint-Geertruikerk en Klein Begijnhof Leuven	18
15 juli	Wandeling doorheen Koebos, Pellenberg	19
22 juli	Belle-Vue museum, Brussel	21
29 juli	Kunstenaar Roeland Kotsch, Linden	14
5 augustus	Eduard Remy, Leuven	20
12 augustus	Computermuseum, Leuven	12
26 augustus	Dwaaltuin, Heverlee	14
2 september	Provinciehuis, Leuven	10
9 september	HAC, Haasrode	7
16 september	Kunstenaar Luis-Manuel Lambrechts, Veltem	7
23 september	Molenbeekwandeling, Korbeek-Lo	10
30 september	Didactisch museum Archeologie, Leuven	5

Tijdens de maanden juni tot september voorzien we wekelijks een laagdrempelige activiteit. Het eenmalige karakter en de lage prijs vergroten de toegankelijkheid van deze activiteiten. De zomeractiviteiten nemen een halve dag in beslag en hebben als doel het verkennen en ontdekken van Leuven, de natuur in omliggende gemeenten en steden binnen het Leuvense arrondissement.

In 2025 worden bijna iedere dinsdagnamiddag van juni tot september zomeractiviteiten gepland door de werkgroep zomeractiviteiten. Deze activiteiten trekken zowel leden en sympathisanten van SENIOrama, als nieuwe geïnteresseerden aan. Ze bieden een kans om sociale contacten te onderhouden, nieuwe ervaringen op te doen en te genieten van natuur en mooi weer, wat bijdraagt aan fysiek en mentaal welzijn.

Gedurende 2025 komt de werkgroep meermaals samen om de binnen- en buitenactiviteiten voor de zomerperiode voor te bereiden en te evalueren. De leden van de werkgroep nemen ook een taak op bij het organiseren en begeleiden van deze activiteiten.

Ook in 2025 blijken de zomeractiviteiten succesvol: de verhoogde bekendheid en mond-tot-mondreclame trekken meer leden en nieuwe bezoekers aan. Het aangepaste programma met diverse, laagdrempelige en betaalbare uitstappen heeft de interesse van een breed publiek gewekt.

Leden van de werkgroep zomeractiviteiten: Miet Deckers, Paul De Smedt, Reinilde Vancom, Loes Stroobants, Anita De Witte, Grietje Van Mol, Marc Ruysen, Piet Van Dionant en Isabelle Santy.

2.4 Cursussen welzijn

In 2025 organiseren we cursussen rond mentaal en fysisch welzijn. Er is enerzijds de cursus over natuurgeneeskunde, anderzijds wordt er een cursus mindfulness georganiseerd.

Beiden worden gegeven door Cecilia Mariën.

2.4.1 Meditatie en mindfulness

Een 'leven in aandacht' leiden, vol overgave en vertrouwen, meegaan met de stroom. Stress, zorgen en angst worden afgebouwd en toch blijft niets ongedaan. Deze vorm van zelfzorg vormt de basis voor een gelukkiger leven in het **hier** en **nu**.

Mindfulness blijft een levenslange, dagelijkse opdracht. Met deze cursus kun je een nieuwe start nemen, je geheugen opfrissen.

Met heel leuke oefeningen en een brok theorie gaan we aan de slag.

Leer **mediteren,** het is zo heilzaam.

Deze cursus van telkens 5 lesmomenten wordt in 2025 in de vakantiemaanden ingericht.

Augustus-september: 9 deelnemers

Lesgever: Cecilia Mariën, gezondheidstherapeut en herborist (Europese academie voor natuurlijke gezondheidszorg Leuven).

.

2.4.2 Natuurlijk gezond ouder worden

Liefst met zo weinig mogelijk medicatie, verantwoordelijkheid opnemen voor je gezondheid, je afweer sterken met de kracht van de natuur.

Les 1 Westerse natuurgeneeskunde

2000 jaar oude kennis! Met natuurlijke therapieën het zelf-genezend vermogen van de mens begrijpen en versterken. De natuur wijst de weg! In deze tijd méér dan ooit.

Les 2 Preventie

Voorkomen is beter dan genezen. Onze moderne levenswijze heeft ons lichaam geleidelijk verzuurd, vele kwalen zijn het gevolg. Hoe herstel je het verstoord zuur-base-evenwicht met voeding, kruiden, etherische oliën enz.?

Les 3 Onze afweer

Wat kan je doen om weerbaarder te zijn tegen virussen/bacteriën met natuurlijke therapieën. De lente is het ideale moment om te ontgiften, te ontzuren, met behulp van vele heilzame (on)kruiden!

Les 4 Typische ouderdomsklachten

Inzicht in reumatische klachten: de artroseleugen langdurige verzuring en te éénzijdige beweging kunnen gewrichts- en spierklachten veroorzaken. Alzheimer, dementie beter voorkomen! Hart en vaten sterken.

Les 5 Gezond in lichaam én geest

Slaapstoornissen, zwaarmoedigheid, nervositeit en angsten zijn niet onvermijdelijk. Wat is de natuurlijke weg naar een tevreden en gezonder ouder worden?

Deze cursus van 5 lesmomenten wordt in het voorjaar georganiseerd.

April-mei: 9 deelnemers

Lesgever: Cecilia Mariën, gezondheidstherapeut en herborist (Europese academie voor natuurlijke gezondheidszorg Leuven).

2.5 Daguitstappen

Datum	Bestemming	Deelnemers
Januari	Deinze: expo 'Emile Claus, Prins van het luminisme	15
Februari	Brussel: bezoek aan de Villa Emjpain en de expo 'Alechinsky, het reizende penseel'	15
Maart	Gent: voorjaarstentoonstelling Jules De Bruycker	24

De daguitstappen van SENIOrama bieden de kans om bijzondere culturele schatten in eigen land te ontdekken. Het jaar 2025 is voor deze werking echter een overgangsjaar. Sinds april zijn de daguitstappen gepauzeerd. Dit besluit is genomen omdat de praktische organisatie van deze uitstappen onder druk komt te staan door externe factoren, zoals de aanhoudende onzekerheid door treinstakingen die de logistieke haalbaarheid bemoeilijkt. Het herhaaldelijk moeten aanpassen van reisplannen zorgt voor een te zware belasting op de organisatie. Achter de schermen wordt momenteel gezocht naar een nieuwe, toekomstbestendige formule die beter aansluit bij de huidige mogelijkheden, zodat we onze leden op termijn weer een kwalitatief aanbod kunnen presenteren.

Vrijwilligers: Karina Daelman en Thea Schreurs

2.6 Weekeindekriebels

In 2025 worden de weekeindekriebels 8 maal ingericht. Ze kiezen steeds voor een bestemming die vlot bereikbaar is met het openbaar vervoer. Het aantal deelnemers is beperkt tot 15 omdat museumgidsen niet meer mensen toelaten in een groep. Het merendeel van de deelnemers heeft een museumpas aangeschaft waardoor de toegangsprijs voor de musea wegvalt en de kost voor de uitstap beperkt is. Deze pas gebruikt men ook buiten de weekeindekriebels.

Vrijwilligers: Miet Deckers en Luc Willems

Weekeindekriebels		
Datum	**Bestemming**	**Deelnemers**
23 februari	Eeuwige Lente, Hof van Busleyden in Mechelen	14
29 maart	Compassion in MAS Antwerpen	19
19 april	When we see us in Bozar Brussel	13
24 mei	Bezoek Hotel Van Eetvelde Brussel	15
14 september	Basiliek van Koekelberg te Brussel	13
25 oktober	Donas, Archipenko, Section d'Or KMSK A'pen	15
12 november	Goya en Spaans realisme Bozar	14
14 december	Expo Stephan Vanfleteren	5

2.7 Vierdaagse reis naar Engeland

Van 16 tot en met 20 juni reizen we onder leiding van vrijwilligster Roos Haepers, welbespraakt en attentvol, met 33 deelnemers naar het Verenigd Koninkrijk. De reis is min of meer aangekondigd als een bezoek aan het Lake District, maar omvat duidelijk veel meer want behalve Noord-Engeland doen we ook de Midlands aan en uiteindelijk zelfs Centraal Engeland.

Met de nachtboot vanuit IJmuiden bereiken we op dinsdag 17 juni 's morgens Noord-Engeland en bezoeken we de volgende dagen onder andere York met zijn kathedraal, het Lake district, de Midlands, een Victoriaans huis met tuin en Oxford. Het verblijf in een Hiltonhotel wordt erg gesmaakt. Dat in het Holliday Inn hotel is eerder praktisch. Het wordt een leerrijke 4-daagse met verrassende momenten en mooie contacten. De meerwaarde van een uitstap op maat van de deelnemers is de mogelijkheid om als alleenstaande toch met een bekende op eenzelfde kamer te kunnen slapen want de 'singleprijzen' zijn vaak een probleem.

Verder wordt er tijdens de excursies rekening gehouden met ieders tempo, stap je minder snel, of blijf je liever rusten in de bus dan kan dat.

Wij zorgen als SENIOrama voor een eigen programma en reisleiding naar de interesse van het publiek: bezoek landhuizen en tuinen, speciale musea en kunstenaars, de geschiedenis van volk en land. We logeren in zeer typische hotels en genieten van de plaatselijke lekkernijen. We reizen dus een beetje om te leren en vooral om samen te genieten.

Met veel dank aan reisleidster Roos Haepers en haar assistenten Chris Degheldere en Marc Coolens.

2.8 Gezelschapsspelen

Onze wekelijkse spelnamiddag blijft populair. Iedere woensdag komen gemiddeld 8 scrabble-enthousiastelingen, 8 schaakliefhebbers en een 12-tal Rummikubfans spelen. Het aanhoudende succes van deze activiteit benadrukt de waarde van samen gezelschapsspelen te spelen binnen SENIOrama.

Naast de mentale uitdaging en training is het elkaar wekelijks ontmoeten een motivatie om erbij te zijn.

Vrijwilliger schaken: Gust Carpentier

Vrijwilliger Rummikub en Scrabble: Daniël Bollaerts

2.9 Filmclub

Elke derde vrijdagmiddag van de maand wordt er om 14 u. een film vertoond met inleiding en nabespreking. De vertoningen kennen een wisselend succes maar kunnen rekenen op een vaste kern van kijkers. Meer dan de helft neemt deel aan de nabespreking. Naast het samen beleven van een film biedt de nabespreking de kans om verschillende interpretaties met elkaar te confronteren. De film van november is gratis toegankelijk en wordt met steun van de stad Leuven georganiseerd omwille van de Seniorenmaand. Voor de overige films vragen we een bijdrage van € 5. De werkgroep komt een aantal keren per jaar samen om te plannen en evalueren. Er wordt meestal gekozen voor alternatieve films en een variatie in land van herkomst.

Datum	Film	Deelnemers
17 januari	Fallen Leaves	15
28 februari	The Old Oak	18
21 maart	How to blow up a pipeline	8
18 april	Io Capitano	18
16 mei	Perfect Days	10
19 september	Crossing Istanbul	5
17 oktober	The Movie Teller	39
21 november	En Fanfare	45
19 december	All we imagine as light	19

Werkgroep: Erik Slaghmeulen, Jef Laenen, Joris Raeymaekers, Dani Van Nimmen

Logistieke ondersteuning: Hugo Van Meerbeek

3 Activiteiten van algemeen vormende aard

3.1 Talen

Opzet - doelstelling

Men kan bij SENIOrama een nieuwe taal aanleren. Dit gebeurt in een basisgroep, niveau 1, die gedurende 4 jaren inzet op het oefenen van spraakkunst en uitbreiden van woordenschat. Hier wordt vaak met een handboek gewerkt.

Na deze 4 jaren is er een overgang naar een conversatiegroep waarin de nadruk wordt gelegd op het spreken van de taal. Hiervoor gebruikt men eerder methodieken als muziek, een video of film, een verhaal. Men kan aansluiten bij een groep beginnende conversatie, niveau 2, of bij een groep voor gevorderden, niveau 3.

Wekelijks ontmoeten de cursisten mekaar in een aangename en stimulerende leeromgeving. Naast de mentale uitdaging van het oefenen van een taal, wordt de nood aan sociaal contact op die manier ingevuld. Dit merken we bijvoorbeeld ook tijdens pauzemomenten waarin er vaak verjaardagen of andere feesten gevierd worden. Er zijn gemiddeld zo'n 28 lessen per jaar en er zijn geen examens.

De werkgroep talen bestaat uit drie cursusorganisatoren: Jos Bombart, Josiane Celis, Nora Dereymaeker. Ze zorgen voor de praktische organisatie van de lessen en de kwaliteit ervan.

Ze vormen de schakel tussen de vragen van de cursisten en het aanbod van SENIOrama. Het team overlegt regelmatig. Tijdens dit overleg worden bijvoorbeeld lessen geëvalueerd, feedback van cursisten en lesgevers besproken, de opendeurdag voorbereid en het toekomstige aanbod geprogrammeerd. Het talenteam tracht minstens één keer per jaar een ontmoetingsmoment met alle lesgevers te organiseren waarbij het voorbije jaar geëvalueerd wordt en er verbeterpunten verzameld worden.

3.1.1 Duits

Duits basis (niveau 1)		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
D1/2	17	S. De Hond
Totaal	**17**	
Gevorderden		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
D3/2	17	J. Heuts
Algemeen totaal Duits: 34		

3.1.2 Frans

Franse conversatie voor beginners (niveau 2)		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
F2/1 F2/2	15 12	D. Delepine Ph. Van Hecke
Totaal	**27**	

3.1.3 Engels

Engelse conversatie					
Beginners (niveau 2)			**Gevorderden (niveau 3)**		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**	**Groep**	**Cursisten**	**Lesgever**
E2/1 E2/3	16 18	M. Cantineaux R. Miller	E3/1 E3/2 E3/Short	19 16 14	R. Miller J. Dick J. Dick
Totaal	**34**			**39**	
Algemeen totaal Engels: 83 cursisten					

3.1.3 Italiaans

Italiaans basis					
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**			
IT1/2	16	D. Van Gompel			
Totaal	**16**				
Italiaanse conversatie					
Beginners (niveau 2)			**Gevorderden (niveau 3)**		
Groep	**Groep**	**Groep**	**Groep**	**Groep**	**Groep**
IT2/1 IT2/2 IT2/3 IT2/4	10 17 8 8	C. Valeria M. Alati D. Van Gompel I. Verschoren	IT3/1	14	V. Fiorino
Totaal	**43**			**14**	
Algemeen totaal Italiaans: 73 cursisten					

3.1.5 Spaans

Spaans basis (niveau 1)					
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**			
S1/2 S1/4 S1/5	11 13 11	M. Chavez L. Ortega M. Cocle			
Totaal	**35**				
Spaanse conversatie					
Beginners (niveau 2)			**Gevorderden (niveau 3)**		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**	**Groep**	**Cursisten**	**Lesgever**
S2/1 S2/2 S2/4	18 14 14	L. Ortega M. Cocle M. Cocle	S3/1 S3/3	17 13	M. Cocle L. Ortega
Totaal	**46**			**30**	
Algemeen totaal Spaans: 111 cursisten					

3.1.6 Vakantiecursussen

Duits		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
D1/V25	5	S. De Hond
Totaal	**5**	

Engels		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
E2/V25	5	M. Cantineaux
Totaal	**5**	

Frans		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
F2/V25	4	Ph. Van Hecke
Totaal	**4**	

Italiaans		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
IT1/V25	7	V. Camia
IT2/V25	15	I. Verschoren
IT3/v25	10	D. Van Gompel
Totaal	**32**	

Spaans		
Groep	**Cursisten**	**Lesgever**
S1/V25	11	M. Chavez
S2/V25	13	L. Ortega
S3/25	12	L. Ortega
Totaal	**36**	

Voor de taalcursussen tijdens het jaar hebben we 328 inschrijvingen en voor de vakantiecursussen 82 inschrijvingen.

3.2 Computergestuurde technologie

3.2.1 Computer- en smartphonecursussen

De computer-, tablet- en smartphonecursussen hebben als doel cursisten wegwijs te maken in de hedendaagse digitale technologie, zodat ze zich kunnen oriënteren in een snel evoluerende digitale wereld.

Digitalisering is niet meer weg te denken uit ons dagelijks leven. Ook bij senioren merken we de laatste jaren een duidelijke toename in digitale basiskennis en interesse. Tegelijk blijft er een grote groep die nog nooit met een computer, tablet of smartphone heeft gewerkt.

We bieden daarom cursussen aan voor zowel absolute beginners als meer ervaren senioren. Naast de basiscursussen over Windows, Mac en smartphones organiseren we korte themacursussen van enkele lesdagen, specifiek ontwikkeld voor cursisten die al wat ervaring hebben. Deze themalessen behandelen actuele onderwerpen zoals sociale media, online veiligheid, onderhoud van toestellen en digitale overheidsdiensten. Omdat deze korte cursussen zeer toegankelijk blijken, hebben we hun frequentie verhoogd en worden de meeste meerdere keren per werkjaar aangeboden.

In 2025 wordt lesgegeven in Windows 11 en macOS. Voor deze cursussen brengen de cursisten hun eigen laptop mee; indien nodig kunnen we een beperkt aantal Windows 11-laptops ter beschikking stellen.

Voor de smartphonecursussen voorzien we aparte trajecten voor Android en iOS, waarbij de cursisten hun eigen toestel gebruiken. De cursussen worden opgesplitst per besturingssysteem en er wordt ook aandacht besteed aan het synchroniseren van smartphone of tablet met de computer.

Tijdens de lessen ligt de nadruk op praktische vaardigheden en het uitvoeren van oefeningen, in een rustig tempo en met voldoende ruimte voor vragen.

Bij elke inschrijving proberen we een kort gesprek te voeren met de kandidaat-cursist om het kennisniveau te bepalen en zo te verzekeren dat hij of zij in de juiste cursus terechtkomt.

Elke cursus wordt ondersteund door een gedrukte syllabus of een handboek, zodat cursisten thuis kunnen herhalen en nadien gemakkelijk informatie kunnen opzoeken. Het cursusmateriaal wordt aangeboden aan een democratische prijs.

Wanneer het programma van het nieuwe werkjaar klaar is (mei–juni), ontvangen de cursisten van de voorbije werkjaren per e-mail een overzicht van het volledige cursusaanbod en een uitnodiging om in te schrijven. Deze voorinschrijvingen zorgen ervoor dat iedereen tijdig zijn plaats kan reserveren.

We werken niet met lange wachtlijsten: wanneer een cursus meer geïnteresseerden aantrekt dan er plaatsen beschikbaar zijn, proberen we een tweede sessie te organiseren.

Op regelmatige basis vergaderen de lesgevers en de administratieve medewerkers om doelstellingen, lesinhouden en aanpak te bespreken en op elkaar af te stemmen. Tijdens deze overlegmomenten worden ook nieuwe initiatieven besproken en uitgewerkt en wordt de planning van het volgende werkjaar vastgelegd.

Lesgevers en ondersteuning

Tablet- en smartphonecursussen: Chris Cockx, Robert Van Esch, Christine Moens, Marc Smeets, Patrick Plessers, Freddy Vanhaelewyn

Computer: Willy Pulinckx, Patrick Ruytings, Freddy Vanhaelewyn, Patrick Plessers, Robert Van Esch

Themacursussen: Christine Moens, Robert Van Esch, Patrick Plessers, Freddy Vanhaelewyn, Patrick Ruytings

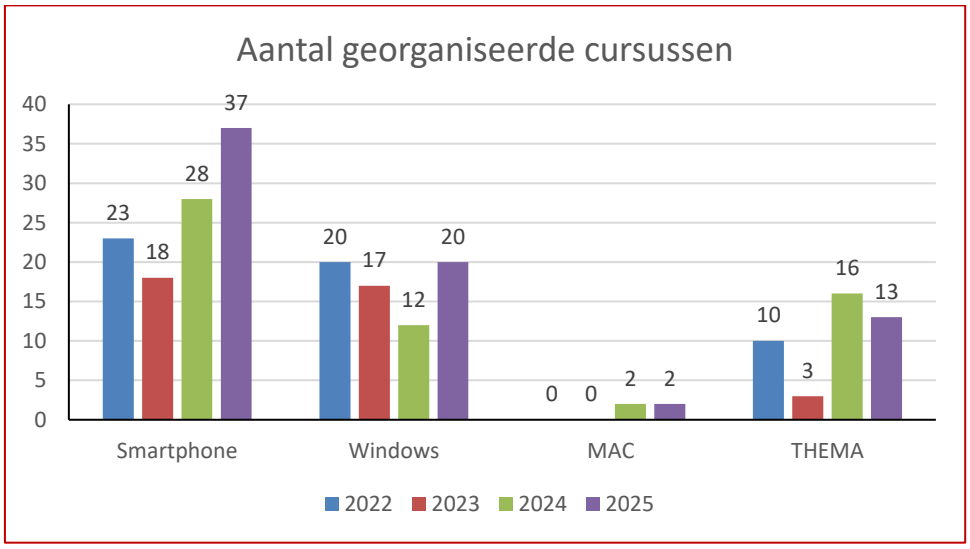
Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke, Lucia Vandermeer

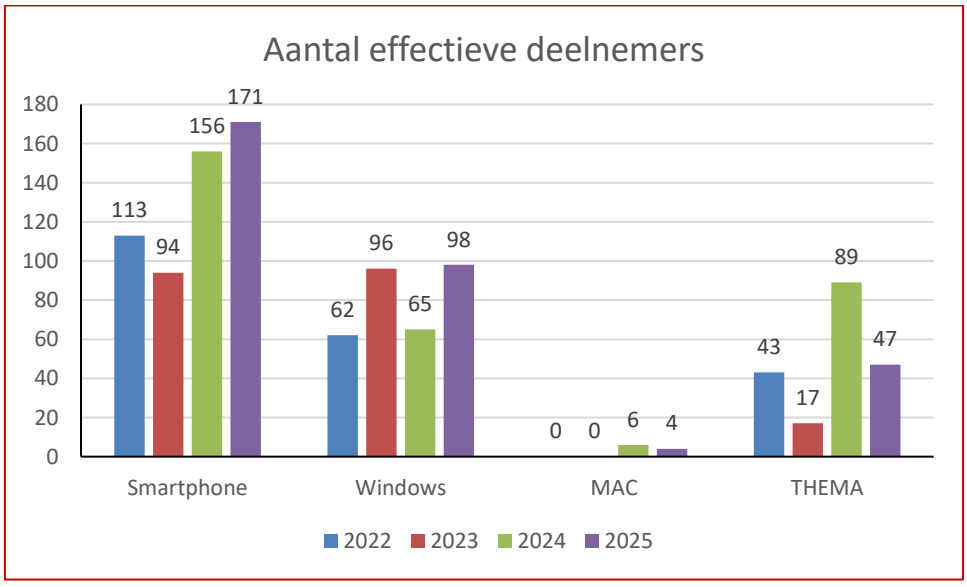
Technische ondersteuning: Hugo Van Meerbeek, Freddy Vanhaelewyn

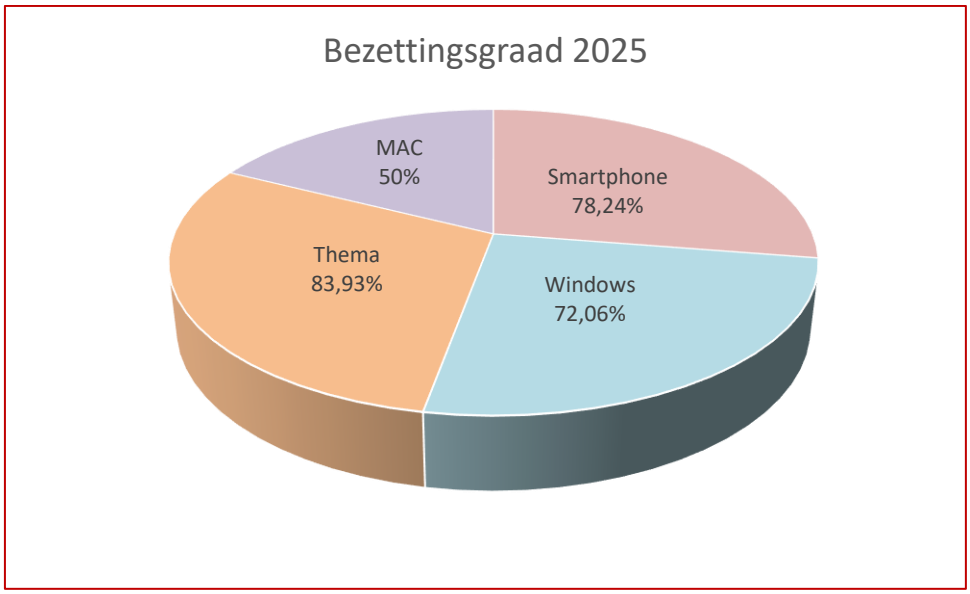
Computercursussen		
Cursus	**Groepen**	**Deelnemers**
Windows 11 – basis 1	3	25
E-mail	3	7
Overstappen van Windows 10 naar Windows 11	2	16
Eerste hulp bij computerproblemen	2	9
Introductie tot Excel	3	12
Wachtwoordbeheer voor Windows	2	11
Onderhoud Windows	2	10
Werken met de Apple Mac	2	5

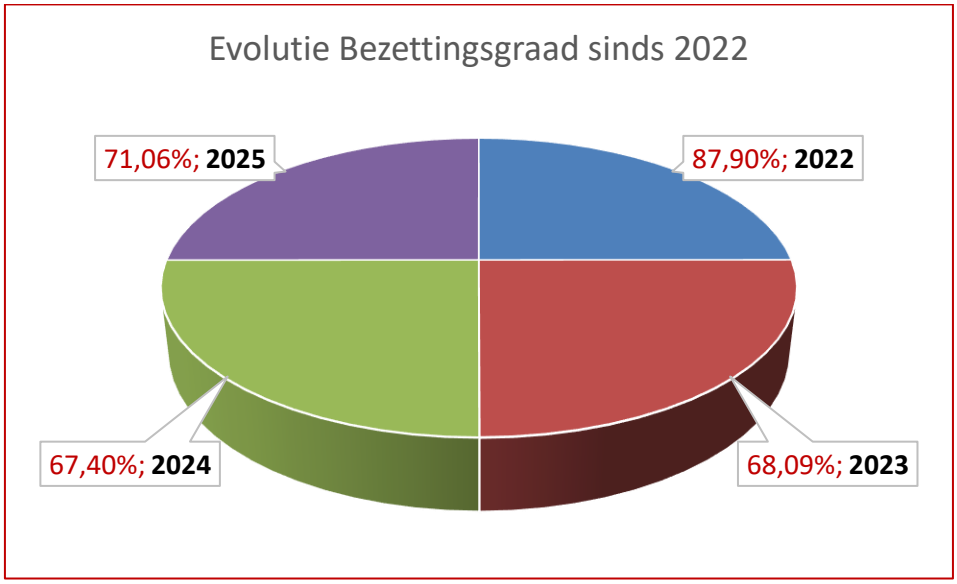
Smartphonecursussen		
Cursus	**Groepen**	**Deelnemers**
Gebruik van Android Apps	2	11
Introductie tot de Android smartphone	1	0
Android smartphone basis	4	27
Android smartphone vervolg	2	7
Facebook voor Android smartphone	2	0
Foto's maken en beheren met Android	2	15
Onderhoud Android smartphone	2	10
Wachtwoordbeheer voor Android smartphone	3	17
Whatsapp voor Androis smartphone	2	7
Gebruik voor iPhone/iPad apps	2	0
Introductie tot de iPhone/iPad	2	6
iPhone/iPad basis	3	8
iPhone/iPad vervolg	3	18
Foto's maken en beheren met iPhone/iPad	4	32
Onderhoud iPhone/iPad	2	4
Wachtwoordbeheer voor iPhone/iPad	3	20

Themacursussen		
Cursus	**Groepen**	**Deelnemers**
Accountbeheer en beveiliging	3	7
Hoe internetfraude herkennen en voorkomen?	2	7
Streamen op je PC, tablet en smartphone	1	0
Tweestapsverificatie	1	9
Artificiële intelligentie voor beginners	2	17
Werken in de Cloud	1	0
E-Overheidsdiensten	3	11
Gebruik van de openbaar vervoer app	1	4
Phishing	1	4









Resultaat

In 2025 heeft de stijgende trend in het aantal georganiseerde cursussen zich verder doorgezet, vooral voor de Smartphone- en Windows-cursussen. Steeds meer senioren stappen over van een klassieke gsm naar een smartphone en tonen daarbij veel interesse in de mogelijkheden die zo'n toestel biedt.

Ook de overgang van Windows 10 naar Windows 11 zorgt voor een duidelijke toename van het aantal deelnemers. Windows 11 brengt immers heel wat veranderingen met zich mee en het stopzetten van de ondersteuning voor het populaire Windows 10 is een belangrijke mijlpaal.

De themacursussen kennen dit jaar iets minder succes, met uitzondering van de cursussen rond artificiële intelligentie. We hebben wel interesse verwacht maar niet de grote toestroom die ertoe leidt dat we twee extra groepen moeten organiseren.

De stijging van het aantal cursussen vertaalt zich uiteraard in een hoger aantal deelnemers én meer volzette cursussen. Tegelijkertijd zien we helaas ook een toename van het aantal geannuleerde cursussen.

Een aanzienlijk deel van deze annulaties is te wijten aan een betoging en de NMBS-stakingen in 2025, maar ook aan persoonlijke omstandigheden bij enkele lesgevers. Daarnaast zijn er enkele cursussen waarvoor onvoldoende interesse is.

De mogelijkheid tot voorinschrijvingen en de twee halfjaarprogramma's blijven belangrijke publicaties. Telkens zien we een duidelijke piek in inschrijvingen in de weken na de verschijning ervan. Wel merken we dat cursussen die starten in januari en februari merkelijk minder inschrijvingen krijgen. Vanaf 2026 zullen we deze cursussen daarom opnemen in de maandelijkse nieuwsbrief.

Na twee jaar zien we opnieuw een positieve evolutie in de bezettingsgraad. Deze zou in 2025 nog hoger geweest zijn zonder de stakingen, waar we uiteraard geen invloed op hebben. De basiscursussen voor zowel Windows als Smartphone blijven bijzonder populair. De Mac-cursussen hebben een lagere bezettingsgraad, aangezien Windows nog steeds het meest gebruikte besturingssysteem is. Toch zien we dit jaar een duidelijke opmars. Ook de themacursussen blijven populair. Ze zijn korter van duur en daardoor laagdrempeliger dan de basiscursussen, die soms tot tien weken lopen.

In totaal hebben we 72 cursussen georganiseerd, waarvan:

- 18 cursussen met het maximumaantal deelnemers (8 of 9)
- 35 cursussen met meer dan 3 maar minder dan 8 deelnemers
- 19 cursussen met minder dan 4 deelnemers en dus geannuleerd.

Uit de tevredenheidsformulieren blijkt dat de cursisten ook dit jaar zeer tevreden zijn over zowel de cursussen als de lesgevers. Ze omschrijven de cursussen als actueel, nuttig, relevant, gestructureerd, overzichtelijk en toegankelijk. Ze waarderen de deskundigheid en gedrevenheid van de lesgevers. De praktijkgerichte en interactieve aanpak wordt bijzonder geapprecieerd. Het boek of de syllabus wordt gezien als een waardevol naslagwerk, met een duidelijke voorkeur voor de door de lesgever zelfgeschreven syllabus.

3.2.2 Digihulp - Hulp bij gsm, smartphone en tablet Android, iPhone, iPad, laptop W10 of W11 en Mac

Toestel	Aanvragen
Android	24
iPhone en iPad	26
Windows	13
Mac	8
Crossover	7
Andere	3
Totaal	**81**

De cijfers zijn niet representatief voor het volledige jaar, aangezien ze enkel betrekking hebben op de periode vanaf maart 2025. Sinds die datum hebben 81 mensen gebruikgemaakt van deze dienstverlening.

Personen die problemen ondervinden met hun gsm, smartphone, Android-tablet, iPhone, iPad, Windows 10- of Windows 11-laptop of Mac kunnen het hele jaar door een individuele afspraak maken met een lesgever om hun vragen en problemen te bespreken. Er wordt nauw samengewerkt met de dienst 'PC Hulp aan huis'.

In maart 2025 heeft het computerteam de administratie van deze dienst overgenomen. Hierdoor kunnen we meer lesgevers inzetten, wat de wachttijd voor een afspraak aanzienlijk heeft verkort.

Lesgevers: Marc Smeets, Stephane Sas, Chris De Cock, Robert Van Esch en Patrick Plessers

Administratie: Antoinette Vanaverbeke

3.2.3 PC hulp aan huis

Deze dienstverlening van SENIOrama is bedoeld om bij de mensen thuis de Windows PC of laptop een onderhoudsbeurt te geven en computerproblemen op te lossen. Dit kan zijn van Windows updaten en opschonen, een nieuwe computer instellen, veiligheidssoftware of een printer/scanner installeren, eventuele infecties, een dubbel antivirus en overbodige nooit gebruikte of ongevraagde apps te verwijderen van de computer zodat deze weer optimaal werkt. Kortom de meest uiteenlopende software-issues die op een computer kunnen voorkomen. De meest voorkomende problemen zijn trage computers, overvolle mailbox en het vergeten van wachtwoorden. Discretie en de privacy zijn hier de hoogste prioriteit. Tijdens de interventie worden er allerlei vragen beantwoord en/of uitleg gegeven in de mate van het mogelijke.

Er wordt geen hardware gerepareerd of vervangen. Deze dienst is enkel voor de Windows laptop of desktop in Groot-Leuven en de randgemeenten.

In 2025 wordt er door 72 personen een aanvraag ingediend voor een totaal van 145 uur.

Dit onderdeel wordt uitgevoerd door Hugo Van Meerbeek.

Administratieve ondersteuning: Antoinette Vanaverbeke

3.3 Lezingen

Elke maandagnamiddag wordt er een lezing georganiseerd door SENIOrama. Het programma wordt samengesteld door vier werkgroepen: psychisch en fysisch welzijn, cultuur, levensbeschouwingen, open venster op de wereld. De sprekers zijn steeds deskundigen op het domein.
Lezingen bieden enerzijds de mogelijkheid om nieuwe kennis op te doen en bestaande kennis te verdiepen. Door te luisteren naar experts op verschillende gebieden, kunnen deelnemers hun begrip van de wereld vergroten en hun nieuwsgierigheid naar verschillende onderwerpen bevredigen. Anderzijds zijn lezingen een geweldige manier om anderen te ontmoeten en nieuwe vriendschappen te sluiten. Bovendien kunnen lezingen stimulerende gesprekken aanmoedigen en helpen om het gevoel van verbondenheid te vergroten, iets wat SENIOrama hoog in het vaandel draagt.

3.3.1 Cultuur

Kunstwerken, kunstenaars, kunststromingen, kunstvormen, kunsttentoonstellingen worden toegankelijk gemaakt. We krijgen niet alleen een ruimer en dieper inzicht, ook het smaken en genieten van kunst komt sterk aan bod.

Leden van de werkgroep: Lea Van Hoeymissen, Roger Creyf

Cultuur		
Datum	**Onderwerp en spreker**	**Deelnemers**
13 januari	Gender in de muziekgeschiedenis: weinig vrouwen, veel mannen. Komt er een vervaging van de gender-normen in de muzikale wereld? Jeroen D' hoe, prof. Dr. KU Leuven, musicoloog en componist.	27
10 februari	Is Freud nog actueel? Danny Verstraeten, dr. In de psychologie (KU Leuven), psychoanalytica (Belgische school voor Psychoanalyse)	40
10 maart	Ferdinand Verbiest en de ontdekking van China Veerle Devos, buitenlandjournaliste bij VRT NWS	57
13 oktober	Hoe talen de geschiedenis van België hebben bepaald. Dhr. Dirk Tavernier, docent Nederlands	61
8 december	Hoe heeft het vroegere Mesopotamië (het Tweestromenland) onze Joods-Christelijke beschaving beïnvloed? Prof. Em. Dr. Johan Fevery, faculteit Geneeskunde KUL	95

3.3.2 Levensbeschouwingen

Levensbeschouwingen		
Datum	**Onderwerp en spreker**	**Deelnemers**
3 februari	Ziekte en gezondheid. Waaraan moet een toestand voldoen om een ziekte te zijn? Door prof. Adriaens, Hoger Instituut voor Wijsbegeerte van de KUL	24
3 november	Tussen haat en bewondering: Joden in de antieke wereld. Prof. Em. Dr. Hans Hauben, met opdracht aan de faculteit letteren KUL	Niet geregistreerd
1 december	Stoïcisme, epicurisme, platonisme: Antieke levensfilosofie, eeuwenoud maar actueler dan ooit. Prof. Geert Roskam, faculteit Letteren KUL	30

De werkgroep levensbeschouwingen wil ideeën of getuigenissen aanrijken die verwijzen naar waarden en gedragingen en die tot nadenken stemmen. Hedendaagse thema's in onze samenleving die te maken hebben met zingeving worden in die lezingen behandeld.

Leden van de werkgroep: Leo Van Den Schoor, Caroline Ballegeer, Jos Bombart, Guido Dumon, Dirk Claeys

3.3.3 Open venster op de wereld

Open venster op de wereld		
Datum	**Onderwerp en spreker**	**Deelnemers**
20 januari	Ubuntu, een waardesysteem in Afrika dat de verbondenheid van het individu en zijn omgeving benadrukt. Luc Zwaenepoel, ontwikkelingseconoom en auteur van romans, essays en poëzie.	32
18 maart	Levenseinde bij voltooid leven Manu Keirse (KUL), klinisch psycholoog, doctor in de geneeskunde	60
12 mei	Straathistories Leuven Erfgoedcel Leuven, Bob Pleysier (Straathistories Matadi) en Chris Degheldere (Straathistories Ten Wijngaard)	21
6 oktober	Als liefde zoveel jaar kan duren. Samenleven na pensioen. Prof. Em. Dr. Alfons Vansteenwegen, seksuoloog en relatietherapeut	71
20 oktober	De Navo, defensie en België. Dhr. Mark Vankeirsbilck, voormalig NAVO-commandant en luitenant-generaal	63
17 november	Wat is een rechtvaardig pensioen? Prof. Em. Dr. Jef Pacolet, econoom KUL	Niet geregistreerd
15 december	In de ban van we en zij Prof. Patrick Loobuyck, hoogleraar aan de Universiteit Antwerpen	38

Deze werkgroep heeft als doelstelling belangrijke ontwikkelingen zowel op internationaal als op het lokaal vlak te verduidelijken en van commentaar te voorzien. De thema's hebben betrekking op de internationale politiek, het milieu, de regionale economische ontwikkeling en de gezondheidszorg.

Leden van de werkgroep: Jan Bauwens, Hubert Cossey, Eric Depreeuw, Bob Pleysier, Roger Creyf, Chris Degheldere, Miek Aerts

3.4 Themacursussen

In 2025 richt SENIOrama acht themacursussen in.

We bieden een ruim spectrum van thema's aan van zowel artistieke, culturele als van maatschappelijke en politieke aard.

Het verschil met de lezingen op maandag die SENIOrama aanbiedt en die soms gelijkaardige thema's behandelen, is dat er in deze themacursussen mogelijkheid is tot een meer interactief contact met de deelnemers. Om dat te bevorderen wordt een muziekluisterclub opgericht, een poëziewerkgroep en een club 'kijken naar beeldende kunst' die met succes respectievelijk drie, vijf en vier sessies aanbieden.

Bovendien willen we met de themacursussen de sprekers ook de kans geven om dieper te kunnen ingaan op het onderwerp. Vandaar dat er per onderwerp meestal twee, drie of vier namiddagen gepland zijn. In totaal bereiken we met de themacursussen 144 cursisten uit een ruim rekruteringsgebied dat zich vanuit Leuven uitstrekt tot Aarschot, Tienen, Zoutleeuw, Boutersem, Mechelen en Tervuren. Het gemiddelde aantal deelnemers per cursus bedraagt 18.

Leden van de werkgroep: Ria Van Boxmeer, Leen Maes, Roger Creyf, Marc Coolens en Patrick Vancauwelaert

3.4.1 Leesclub

Vanuit het lezen van eerder lange kortverhalen tracht de lesgever elke deelnemer een scherpere manier van lezen aan te bieden waarmee hij diep kan doordringen in een literaire tekst.

De lesgever tracht steeds een kortverhaal te zoeken dat typisch is voor de gekozen auteur. Hij vertrekt steeds van de persoonlijke leeservaring van de deelnemers. Vervolgens worden al die leeservaringen naast elkaar gelegd. Vanuit die gezamenlijke bevindingen proberen deelnemers en lesgever de ziel van het verhaal te achterhalen. De begeleider modereert en structureert de zoektocht van de cursisten. Om aan deze themacursus deel te nemen, moet men geen ervaren lezer zijn. De leesclub is de ideale plaats om nog meer schrijvers beter te leren kennen en begrijpen.

Data: 9 januari, 6 februari, 13 maart, 24 april, 15 mei, 11 september, 9 oktober, 13 november, 11 december 2025

Aantal deelnemers: 16

Lesgever: Marc Coolens, lic. Germaanse filologie

3.4.2 Roeland Kotsch, eigen werk

Je zult zich na al de lezingen van Roeland misschien afvragen wat hij zelf maakt. In zijn artistiek werk onderzoekt hij de kunstenaars van de 15de en 16de eeuw vanuit een persoonlijke fascinatie. Zijn lezingen worden door dat onderzoek gevoed. Dit is een gelegenheid om met zijn oeuvre kennis te maken. Hoe een kunstenaar tot zijn creaties komt, is niet altijd evident. Dit overzicht van een artistieke carrière geeft u een idee hoe in dit geval een en ander in zijn werk ging.

Data: 15 januari 2025

Aantal deelnemers: 22
Lesgever: Roeland Kotsch, gepensioneerd leraar grafiek en schilderkunst en zelf ook kunstschilder

3.4.3. Filosofie als inspiratie voor een kritische zelfreflectie

Filosoferen is nadenken, over onszelf, over de werkelijkheid en over de samenleving waarin we leven. Dat roept heel wat vragen op. Wat betekent het om mens te zijn? Waardoor onderscheiden we ons van de andere wezens? Wat kunnen we kennen? Wat is een zinvol leven? Kunnen we wel vrij zijn? Bestaan waarheid, goed en kwaad? Hoe leven we best met anderen samen?

In deze zoektocht naar antwoorden staan we niet alleen. Sinds de oudheid hebben tal van filosofen met deze vragen geworsteld. Met de opkomst van nieuwe wetenschap en technologie plaatst de zelfzekere en mondige mens zichzelf in het centrum van het filosofisch gebeuren. Uiteindelijk zijn wij het die zelf vorm aan ons leven moeten geven en keuzes maken. Descartes, Locke, Rousseau, Hume, Kant, maar ook Nietzsche en na hem existentialisten zoals Sartre, Simone de Beauvoir, Camus hebben ons dat duidelijk gemaakt. Uit het oosten bereiken ons dan weer inspirerende en verrijkende inzichten die zeker onze aandacht verdienen.

Voorkennis is geenszins vereist. De filosofische trein rijdt immers voor iedereen! Belangrijk is een open geest en de zin om te zoeken naar en te reflecteren over ons feitelijk leven.

'Sapere aude-Durf te weten!' (Immanuel Kant)

Data: 22 januari, 12 en 19 februari 2025

Aantal deelnemers: 15

Lesgever: Bosmans F., lic. Rechten, bijkomende studies Filosofie

Data: 26 maart en 2 april 2025

Lesgever: Danny Verstraeten, Dr. In de Psychologie en therapeute (KU Leuven); psychoanalytica (Belgische School voor Psychoanalyse)

3.4.4 Woonvormen voor ouderen

Cohousing: een alternatief voor de assistentiewoning?

Al dertig jaar woont Peter Raymaekers in de Dijlemolens in Leuven, een 'cohousing'project toen het woord zelf nog niet bestond. 33 appartementen, een tiental bedrijfjes, waaronder een café en een biowinkel zijn er gevestigd. De bewoners delen de tuin, fietsenberging, wasserette en komen regelmatig samen. Zijn moeder, net 95 jaar geworden, woont er nog steeds zelfstandig in haar eigen flat, met behulp van thuiszorgdiensten, familie en buren.

Vertrekkend van een aantal recente voorbeelden van cohousingprojecten in het Leuvense gaan we dieper in op deze woonvorm als mogelijk alternatief voor de assistentiewoning.

De Boomgaard: Whatever is the question community is the answer

LIVEZ kijkt op een radicaal andere manier naar zorg en ondersteuning. In plaats van burgers te sorteren op basis van een specifieke problematiek of aandoening in gespecialiseerde instellingen, wil LIVEZ zorg lokaal organiseren met behoud van het opgebouwde natuurlijke, sociale netwerk. LIVEZ wil op die manier buurten creëren met een hoge hospisscore: de mate waarin een buurt in staat is om personen met een verhoogde kwetsbaarheid of ondersteuningsnood lokaal op te vangen zonder dat ze hun buurt moeten verlaten. De Boomgaard Kessel-Lo fungeert als pilootproject.

Tijdens deze uiteenzetting legt Jan Vanwezer uit hoe de Wingerd wil transformeren naar buurtgerichte ouderenzorg.

Data: 23 en 30 april

Aantal deelnemers: 35

Lesgevers: Peter Raymaekers, lic. sociologie
Jan Vanwezer, directeur van zorginstelling De Wingerd in Leuven

3.4.5 Poëzie

Thematische Poëzie met Lieve Desmedt

Met zes poëzielezingen, gegeven door vier lesgevers, proberen we een zeer gevarieerd programma aan te bieden met zowel de nadruk op thematiek als techniek en als extra toemaat de voorstelling van een poëziebundel.

Poëzie is geen ver van ons bed gebeuren. Poëzie benoemt, verheft, verbindt, emotioneert, roept herkenning op. Soms is poëzie hermetisch, soms helemaal niet. Lieve begeleidt drie sessies 'samen poëzie lezen'. Laat je onderdompelen in poëzie, kijk wat het met je doet en je vindt wellicht sneller toegang dan je denkt. Je hoeft niets voor te bereiden, er is geen voorkennis nodig.

In een eerste sessie op 22 oktober 2025 lezen we samen poëzie, vertrekkend van een selectie gedichten met als thema 'herfst', 'rouw'. Wat treft ons in de gedichten? Waarom? Wat begrijpen we eronder? Hoe verschillend of gelijk kan dit zijn: een interactief samen lezen? In deze sessie vertelt Lieve Desmedt ook over haar engagementen in 'De Eenzame Uitvaart' en wat een 'Soul Répair café' vermag. Ze illustreert dit met eigen gedichten.

In een tweede sessie op 4 februari 2025, tijdens de poëzieweek, zal het thema van die week 'Metamorfose' centraal staan. We lezen o.a. een aantal gloednieuwe gedichten die Ellen Deckwitz schrijft rond dit thema, die gebundeld worden in het Poëziegeschenk 2026.

Poëzie leent zich uitstekend om de gelaagdheid van de oudere dag te bezingen. In een derde sessie op 25 maart 2026 focussen we niet alleen op het afstand doen, de pijnen maar ook en vooral op de rijkdom van een verleden, de opgebouwde wijsheid, de kracht, de schoonheid, de rust.

Iconische parels uit de Nederlandse en internationale literatuur

Diane Abs en Marc Coolens, beiden ex-leerkrachten Nederlands in het middelbaar onderwijs, maken een selectie van bekende gedichten uit de Nederlandse en internationale literatuur. In twee lezingen bespreken ze samen met de toehoorders telkens tien iconische gedichten. De deelnemers ontvangen de gedichten ruim vóór de datum van de lezing zodat ze zelf er één als hun favoriet kunnen selecteren. Na de voordracht van een gedicht bespreken de lesgevers het op basis van de kwaliteiten die de deelnemers erin ontdekken en vertellen ze meer over de techniek, de stijl en het tijdskader waarin het gedicht geschreven wordt.

Een nieuwe dichtbundel van Luc Zwanepoel

Catch the Sun Een poëtisch reisverhaal door Luc Zwaenepoel
Ik heb ontdekt dat poëzie een van de belangrijkste manieren is voor de meeste mensen om liefde, geluk, maar ook diepe droefheid, wanhoop en veerkracht uit te drukken. Ook vandaag kunnen we zien hoe poëzie wordt gebruikt bij begrafenissen, bruiloften, voor de aankondiging van een pasgeborene omdat ze rechtstreeks tot het hart spreekt, tot de diepste menselijke emoties. In mijn nieuwe gedichtenbundel vinden we poëzie, niet alleen over reizen maar ook over levensmomenten, gebeurtenissen die mijn leven, mijn overtuiging veranderen. Tenslotte draait het leven om emoties.

Data: 22 oktober 2025, LD
5 november 2025 LZ
6 november 2025

Aantal deelnemers: 9

Lesgevers: Lieve Desmet LD: geëngageerd dichter die diverse dichtbundels publiceerde
Luc Zwanepoel LZ: dichter publiceerde diverse dichtbundels
Diane Abs en Marc Coolens DA en MC: lic. Germaanse filologie

3.4.6. Luisteren naar klassieke muziek

Een stad en haar muziek: 3 steden, 3 eeuwen, 3 muziekstijlen

Londen en Georg Friedrich Händel: hoe slaagt de zoon van een barbier-chirurgijn uit het Noord-Duitse Halle erin om met zijn schitterende muziek het barokke Londen te veroveren? We volgen Händels verhaal vanaf zijn Londense debuut Rinaldo tot de Messiah. Onderweg luisteren we naar de muziek voor operadiva's en castraten uit zijn Italiaanse opera's en naar de indrukwekkende koren uit zijn Engelse oratoria.

In de 19e eeuw, 'c'est Paris qui fait la musique', en die muziek dat is Grand opéra, ballet en virtuoze salonmuziek. Van koninkrijk tot republiek tot keizerrijk, politieke ontwikkelingen en sociale revoluties volgen mekaar op, en toch wordt Parijs in de periode van 1815 tot 1850 dé muzikale hoofdstad van Europa, 'la musique' komt van Rossini, Berlioz, Meyerbeer, Wagner, Chopin, Liszt, Offenbach en vele anderen.

In 'den goldenen Zwanzigern' is Berlijn een broeihaard: cabarets en koffiehuizen zijn het toneel waar grote rijkdom, politieke en sociale strijd zich mengen, waar iconisch geworden muziek is ontstaan, waar Lotte Lenya songs uit Mahagonny bracht en Marlene Dietrich beroemd is geworden met schlagers van Friedrich Holländer. Arbeiders hebben protestliederen gezongen van Hanns Eisler en componisten als een Hindemith en een Krenek experimenteren nog volop en weten nog niet wat hen te wachten staat.

Data12, 19 en 26 november 2025

Aantal deelnemers: 23

Lesgever: Patrick Vancauwelaert, lic. Germaanse filologie met passie voor muziek

3.4.7 Chat GPT theorie en praktijk

Sinds het uitbrengen van ChatGPT in november 2022 heeft generatieve AI grote sprongen vooruit gemaakt. Er zijn al ontwikkelingen in het maken van beelden maar toen wordt het ook mogelijk om teksten te genereren. En ondertussen is genAI ook multimodaal geworden met audio, video en code. Die ontwikkelingen en hoe ze werken worden in de eerste sessie belicht en dat wordt geïllustreerd met allerlei voorbeelden. Uiteraard komen ook de problemen rond AI aan bod.

De tweede sessie wordt dan een praktijksessie die jou zou moeten toelaten om gericht en bewust om te gaan met genAI. Daarin komen er antwoorden op vragen als: welke verschillende soorten modellen zijn er? Hoe ga je hun instellingen aanpassen? Wanneer ga je zo'n model gebruiken? Hoe ga je die best promoten ofte 'goede vragen' stellen? Hoe ga je om met de antwoorden die je krijgt? Wat kost dat en zijn er ook gratis modellen? Zijn er ook Europese modellen of komen ze alleen maar uit Amerika of China?

Data: 10 en 17 december 2025

Aantal deelnemers: 19

Lesgever: Dr. Mauritz Kelchtermans 'Centrum voor Logica', KU Leuven'

3.4.8 Beeldenstormers' in de 20ste eeuw: Picasso, Pollock, Warhol, ...

Zo'n honderd jaar geleden lieten westerse schilders de natuurgetrouwe weergave van de werkelijkheid los: de moderne kunst was geboren. Deze is echter zo divers en zo omvangrijk dat ze nauwelijks te overzien is. Bovendien is ze voor veel mensen vaak ook ontoegankelijk: "Wat moeten we hiermee?" of "Dat kan mijn kind ook!"

We concentreren ons in deze cursus op drie 'beeldenstormers', kunstenaars die heel wat heilige huisjes omvergeworpen hebben.

De naam Pablo Picasso is voor velen bijna synoniem geworden van moderne kunst.

Jackson Pollock zal met zijn action painting een nieuwe invulling geven aan de abstracte kunst.

De popart van Andy Warhol zal - een halve eeuw na het dadaïsme - de kunstwereld pas helemaal op zijn kop zetten.

Door deze drie totaal nieuwe artistieke benaderingen van nabij te bekijken zal het werk van veel andere, ook latere kunstenaars toegankelijker worden.

Datum: 1, 8 en 15 oktober 2025

Aantal deelnemers: 20

Lesgever: An Goen, lic. kunstgeschiedenis en esthetica

3.5 Andere cursussen en initiatieven

In 2025 ontstaan er doorheen het jaar ideeën waarmee we het activiteitenaanbod uitbreiden. Sommige cursussen passen niet meteen in een al bestaande activiteitengroep van SENIOrama maar krijgen ook een plek binnen de werking.

3.5.1 Opfris wegcode

We hebben allemaal reeds lang ons rijbewijs behaald maar er is intussen wel wat veranderd en toegevoegd in de wegcode. We bewegen ons met de auto, met de fiets of te voet in een vaak drukke of complexe verkeersituatie.

In vier lessen wordt een opfrissing gegeven door:

- samen te reflecteren en de belangrijkste verkeersregels te bekijken voor bestuurders en voetgangers
- de laatste veranderingen te overlopen
- samen na te denken over een goede verkeersattitude. Hoe zijn we milieubewuste, veilige, sociale bestuurders? Hoe gaan we om met snelheid, rijden onder invloed en hoe houden we de aandacht gericht op de weg om in steeds andere verkeerssituaties telkens de juiste keuzes te maken?
- vragen met elkaar te delen.

Data: 3, 5, 10 en 12 juni 2025

Lesgever: Hilde Van Boxelaer

Aantal deelnemers: 12

3.5.2 Haken met Marleen

Marleen Geets, één van onze vrijwilligers bij de oppasdienst, staat ook bekend om haar creatieve talenten. Eén daarvan is haken. Marleen komt met het idee om in november 2024 een haakclub op te starten bij SENIOrama.

Deze laagdrempelige activiteit wil door het samen haken, ontmoeting mogelijk maken. De activiteit is gratis en staat open voor iedereen. Al snel wordt er een groepje van gemiddeld zo'n 8 deelnemers gevormd dat iedere donderdagnamiddag komt haken. Marleen zorgt voor ideeën en ondersteuning. Er worden bijvoorbeeld leuke haakwerkjes in het paas- en kerstthema gemaakt.

Na evaluatie en contacten tijdens de opendeurdag in juli, wordt er in oktober 2025 een beginnersgroep opgestart. Ze komen op maandagnamiddag om de 14 dagen samen. Hier zijn er 2 tot 4 deelnemers.

3.5.3 Tekenen met Hilde

Onze kapster Hilde beschikt ook over creatieve vaardigheden. Iedere schoolvakantie organiseert ze vrije tekenmomenten waaraan iedereen die dit wenst kan deelnemen. Er worden verschillende methodieken gebruikt en iedereen die creatief wil bezig zijn, kan zonder inschrijving meedoen.

Deelnemers betalen €5 voor de kosten van het materiaal dat door Hilde wordt voorzien.

In 2025 wordt er getekend, met kleurpotloden gewerkt en acrylverf.

3.5.4 Creatief met kralen

Elke eerste dinsdag van de maand komen enkele vriendinnen samen in SENIOrama van 14 tot 16 uur. Met veel geduld en plezier restaureren ze oude kralenkettingen of geven ze mooie oude kralen een tweede leven in een nieuw ontwerp. Iedereen die thuis nog een gebroken ketting of wat losse kralen heeft liggen, is welkom en wordt met raad, daad en inspiratie geholpen. Deze activiteit start in 2025 op initiatief van Bea Pittevils als aandenken aan een overleden vrijwilligster.

3.5.5 Ontmoetingsgroep

De ontmoetingsgroep die eind 2024 start na een interne oproep brengt enkele mensen samen die willen uitwisselen over actuele levensthema's. Er wordt vertrokken van feiten, kennis en waarnemingen waarna er geluisterd wordt naar ieders verhaal. Er wordt stilgestaan bij de gevoelens die dat oproept en samen gezocht naar hoe eenieder er mee omgaat.

De groep van 6 deelnemers komt in 2025 7 maal samen, afwisselend bij iemand thuis. Thema's die aan bod komen zijn vriendschap, hoop, geloof, liefde, loslaten en geopolitiek en hoe omgaan met de angst die daaruit voortvloeit.

Per sessie wordt bepaald: wanneer, waar, onderwerp, concrete methode.

3.5.6 Info over de nieuwe NMBS-tarieven

Op 15 oktober 2025 veranderen de tarieven van de NMBS en we merken dat heel wat senioren het moeilijk hebben om wegwijs te raken in de nieuwe regels. SENIOrama organiseert een praktische infosessie. We bekijken wat er verandert voor de seniorenkorting, wat de Trein+ kaart inhoudt en wanneer deze interessant kan zijn. Ook tonen we stap voor stap hoe je deze informatie kan terugvinden op de smartphone. Digi-helpers staan klaar om te helpen en vragen te beantwoorden.

Datum: 23 december 2025

Lesgever: Christine Moens

Aantal deelnemers: 9

SENIOrama en de buurt

1 Meerjarenplan

De doelstellingen van het meerjarenplan zijn gebaseerd op de kwalitatieve en kwantitatieve buurtanalyse zie ook p. 11

Dit plan betreft de periode 2023-2025, het is dynamisch en kan doorheen de tijd aangepast worden.

Strategische doelstelling 1
Buurtbewoners gaan vooruit op vlak van de Nederlandse taal.

Acties

In 2025 starten er enkele vrijwilligers bij de cafetariabediening om het Nederlands in de praktijk te oefenen. Ze vinden de weg via organisaties als het Centrum voor Volwassenonderwijs. Er is ondersteuning door vrijwilligers van SENIOrama die al een tijd meewerken en die ook buiten het vrijwilligerswerk bij SENIOrama afspreken om de Nederlandse taal te oefenen.

Strategische doelstelling 2
De schoolachterstand bij leerlingen uit het lager onderwijs is kleiner.

Acties

De vrijwilliger die in 2024 huiswerkbegeleiding deed bij een jongere in de lokalen van de kinderwerking van het buurtcentrum moet dit omwille van gezondheidsredenen in 2025 stopzetten. Er worden geen nieuwe begeleidingen opgestart.

Strategische doelstelling 3 (2024-2025)
Mantelzorgers uit de buurt kennen het aanbod van het LDC en de ondersteuningsmogelijkheden.

Acties

- Mantelzorgers detecteren
- Uitnodigen voor een (groeps)gesprek
- Verduidelijken van noden en informeren over bestaand aanbod in de stad
- In dialoog gaan met de huidige mantelzorgers die deelnemen aan het maandelijkse praatcafé
- Continuering van de acties in 2026

Strategische doelstelling 4

De digitale kloof bij ouderen en kwetsbaren in de buurt is verkleind.

Acties

- In 2025 heeft de samenwerking met het project 'Iedereen digitaal @ Leuven' een concreet en waardevol resultaat bereikt voor onze werking. Na de voorbereidende gesprekken en de toewijzing van de subsidiemiddelen in 2024, wordt op 17 maart 2025 de officiële schenkingsovereenkomst met de Stad Leuven ondertekend. Deze overeenkomst legt de basis voor een aanzienlijke kwaliteitsinjectie van ons Digipunt.
- Sinds 23 mei 2025 is de nieuwe apparatuur effectief in gebruik. Dankzij deze middelen beschikt SENIOrama nu over een moderne uitrusting, waaronder een HP Pro Mini desktop-pc, een 24 inch Essential Monitor, een Samsung Galaxy tablet en ergonomische hulpmiddelen zoals een toetsenbord met grote toetsen. Ook accessoires zoals een webcam, opvouwbare stereo hoofdtelefoons en oplaadkabels maken deel uit van deze upgrade.
- We zijn de Stad Leuven zeer dankbaar voor deze gulle schenking. Dit materiaal stelt ons in staat om het Digipunt publiek toegankelijk te houden tijdens onze openingsuren en onze bezoekers op een kwalitatieve manier te ondersteunen bij hun digitale vragen. Met deze vernieuwing is SENIOrama meer dan ooit een plek waar we de digitale kloof actief helpen dichten en waar we mensen met vertrouwen wegwijs maken in de digitale wereld.

Strategische doelstelling 5

De buurtbewoners leven in een aangename, verzorgde en veilige buurt

Acties

- Bij opmerken van sluikstorten wordt dit gesignaleerd aan bevoegde stadsdiensten
- Communicatie tussen buurt en stadsdiensten verduidelijken en opvolgen
- Gemaakte afspraken opvolgen

2 Overlegmoment met de buurt

In 2025 zijn er verschillende momenten waarbij buurtbewoners aanwezig zijn. Zo brengt het initiatief 'Straathistories', ondersteund door de Erfgoedcel van stad Leuven, verschillende buren bij elkaar over de geschiedenis van de buurt van het lokaal dienstencentrum. Daarbij komen ook actuele thema's aan bod.

Tijdens de wekelijkse buurtbabbel, waar zowel buurtbewoners als bezoekers, vrijwilligers van SENIOrama aan deelnemen, gaat het vaak over hoe mensen zich in de buurt voelen en wat er zou kunnen veranderen.

Daarnaast zijn er talrijke informele momenten waarbij buurtbewoners vertellen over hun leven in de buurt en de plek die SENIOrama daarin neemt.

We plannen om in 2026 structureel adviesmomenten met de buurtbewoners en partners te organiseren.

3 Contacten in de buurt

- Buurtgerichte gezinszorg, deelname workshop doorverwijzen 16 oktober 2025 samen met buurtpartners en verzorgenden
- Op 10 maart organiseert 'Buurtgerichte gezinszorg' bij SENIOrama in de namiddag en in de avond een workshop voor mantelzorgers uit de buurt. Op 15 september organiseren ze een vervolgworkshop van 14u tot 16u over de combinatie mantelzorg en professionele zorg.
- De verzorgenden van Ferm Thuiszorg bezoeken SENIOrama op 8 mei tijdens een buurtwandeling. We doen een voorstelling van onze werking en daarna worden vragen en ervaringen uitgewisseld. De bedoeling van deze wandeling en de bezoeken is om de drempel naar organisaties en diensten in de buurt te verlagen. Zo kan de verzorgende, indien nodig of gewenst, de stap naar een dienst samen met de klant zetten.

4 De buurtbabbel

De buurtbabbel is een wekelijks open groep op dinsdagnamiddag (14–16u), waar iedereen uit de (ruime) buurt welkom is, en dat zonder enige verplichting om regelmatig te komen of de hele namiddag aanwezig te blijven. Er wordt vrijelijk gebabbeld, over koetjes en kalfjes en ook ernstige thema's komen aan bod. Het onderlinge contact en de gezelligheid staan centraal. De toegang is gratis. Geneviève Colsoul staat in voor de begeleiding. In de loop van 2025 komen deze babbelaars 47 maal samen. Het aantal aanwezigen varieert tussen 5 en 11, met een gemiddelde van 9 à 10 deelnemers.

De directe buurtbewoners vormen stilaan een vaste groep. Tijdens de maand augustus, wanneer de begeleidster met vakantie is, ontmoeten ze elkaar in een horecazaak in de onmiddellijke buurt van SENIOrama.

De meerderheid van de deelnemers zijn dames, en 3/4 van de groep is 80-plusser. De oudste babbelaar is er 95, de jongste 70. Op 2 na zijn ze allen alleenstaand.

In september 2025 viert deze groep zijn vierde verjaardag. Doorheen deze periode evolueert deze buurtbabbel naar een fijne, soms zelfstandig functionerende groep, bijvoorbeeld wanneer de begeleidster door omstandigheden niet beschikbaar is. Groepsleden tonen meer betrokkenheid op elkaar: ze zullen informeren naar afwezigen, of geven boodschappen door van wie niet kan deelnemen. Een babbelaar zoekt contact met een groepslid die zich door mobiliteitsproblemen niet meer kan verplaatsen…De verbondenheid met elkaar is niet meer afhankelijk van de feitelijke aanwezigheid tijdens de babbels. De groepsleden missen elkaar, dragen elkaar mee in hun hart. Toch staan ze open voor nieuwkomers: deze worden gemakkelijk in het gesprek betrokken, 'anciens' stellen zich spontaan voor, vertellen iets over voorbije gebeurtenissen in de groep. Ook aan hen willen ze de warme groepssfeer doorgeven.

5 Buurtinitiatieven

5.1 Dag van de buren

Bij SENIOrama hechten we belang aan een goede band met onze buurt. Alleen door elkaar te ontmoeten en te begrijpen wat er leeft, kunnen we activiteiten en diensten aanbieden die écht aansluiten bij de behoeften van onze omgeving. Daarom organiseren we, met de gewaardeerde

steun van Stad Leuven, jaarlijks de 'Dag van de buren'. Dit evenement brengt buurtbewoners samen en versterkt het sociale contact.

In 2025 vindt de 'Dag van de buren' plaats op 23 mei van 14u tot 18 u. We zorgen voor een persoonlijke uitnodiging via een flyer in de bus op 13 mei. Er is een opkomst van een 10-tal enthousiaste buren, een groter aantal dan de twee aanwezigen van vorig jaar. De aanwezigen zorgen voor een warme en gezellige sfeer. Er wordt uitgewisseld over de kwaliteit van wonen in de buurt en de geschiedenis. Stad Leuven ondersteunt ons met een feestpakket vol lekkernijen, zoals fruitdrank, chips, vlaggetjes en stoepkrijt. We vernemen dat er op hetzelfde moment nog verschillende initiatieven zijn, dit is iets om mee te nemen naar een volgende editie. Misschien is het mogelijk om ruimer iets samen te organiseren.

Door het uur te verlaten merken we dat ook werkende buren aansluiten. Een jong koppel uit de buurt bezoekt ons zo ook voor het eerst.

We geloven in het belang van ontmoeting en kijken ernaar uit om volgend jaar opnieuw een warme en gastvrije 'Dag van de buren' te organiseren!

5.2 Straathistories Tempelhof

In 2024 start het initiatief Straathistories Tempelhof. Straathistories is een reeks van buurtpublicaties, voor en door de buurt. Ondersteund door de Erfgoedcel van de stad Leuven. Al doende leer je de geschiedenis van je buurt kennen.

In 2025 wordt verder gewerkt aan de interviews en het delen van de verzamelde informatie via een gedeelde Google Drive.

Er wordt een aanzet gegeven naar het schrijven van de teksten in de brochure.

Werken mee: Luc Zwaenepoel, Marie-Ange Goessens, Reinilde Vancom, Machteld Vancom, Chris Degheldere, Gaby Gielis, Bianca Pisera

Overige activiteiten

1 SENIOrama overleg en samenwerking

- Seniorenraad Groot-Leuven. De centrumleider neemt als adviserend lid deel aan de algemene vergadering van de seniorenraad.
- Seniorama is lid van de werkgroep van de Vlaamse Vereniging voor Dienstencentra.
- De centrumleider neemt deel aan het regionaal overleg tussen de lokale dienstencentra van het arrondissement Leuven.
- De coördinator van de thuisdiensten is lid van de partnergroep dementievriendelijk Leuven
- De coördinator van de thuisdiensten heeft minstens jaarlijks een overleg met de directie van de thuisdiensten van Zorg Leuven. Dit in het kader van de samenwerkingsovereenkomst betreffende de oppasdienst van SENIOrama. Er is een evaluatie van het afgelopen werkjaar en een uitwisseling van verwachtingen naar de toekomst.
- Samenwerking stad in verband met gebruik lokalen SENIOrama voor overlegmomenten van verschillende werkgroepen van de seniorenraad
- Overleg tussen stad Leuven en de Leuvense lokale dienstencentra betreffende samenwerking rond de praatcafés voor mantelzorgers, de seniorenmaand, 10-daagse geestelijke gezondheidszorg en andere projecten op 24 januari, 16 mei en 3 oktober.
- Overleg met stad Leuven en andere Leuvense partners over activiteiten voor Leuvense mantelzorgers, waaronder organisatie van de praatcafés en dag van de mantelzorger. Op 24 februari
- Deelname aan de werkgroep Zorgzame buurten van stad Leuven
- Deelname aan de SiVaRi Zorgzame buurtbijeenkomsten. Op 27 januari thema en workshop leve de ouderen.
- Lid van de stuurgroep 'Leuven Iedereen digitaal'. Digipunt SENIOrama
- Bezoek verantwoordelijken assistentiewoningen De Ark op 18 maart en VIVID+ op 27 maart om samenwerkingsmogelijkheden te bespreken
- Samenwerking met VIVID+, De Drie Kreeften 7 te Leuven voor organisatie van de creatieve cursus tekenen
- Deelname aan vrijwilligersbeurs georganiseerd door stad Leuven op 27 september in Hal 5

CREA
Doodles
Bloemschikken
Breien
Aquarel
Mixed-Media
Haken
Romans