

Tips

Voor de Berlaarse 55+er

EXTRA!
Uitneembare bijlage
in De Kiosk



De winter is voor veel 55+ers een moeilijke periode. Het koude en donkere weer houdt u binnen en sneeuw en ijsel maken het soms gevaarlijk om buiten te komen. We geven daarom graag enkele tips om u door deze koude periode te helpen.

Als u ouder wordt of minder mobiel bent, loopt u een groter risico om te vallen. Draag stevige schoenen met antislipzolen en zorg ervoor dat de paden rond uw huis sneeuw- en ijsvrij zijn. U bent verplicht het voetpad voor uw huis sneeuwvrij te houden. Als dat te zwaar is, dan kan u beroep doen op de klusjesdienst. Doe warme kleren aan. Draag degelijke schoenen, dikke kousen en lang ondergoed. Veel dunne lagen geven meer warmte dan één dikke trui of jas. Zet een pet of muts op want via uw hoofd verliest u een groot deel van uw lichaamswarmte. Bewegen is heel belangrijk in de winter. U krijgt er warm van en het is goed voor spieren, botten en organen. Eet regelmatig en gezond. Vindt u het moeilijk om elke dag zelf te koken? Laat een warme maaltijd thuis leveren. Vergeet ook niet om minstens vijf glazen water per dag te drinken. Alcohol is af te raden.

Hulpverlening

Klusjesdienst

Kan u wegens gezondheidsproblemen of bijzondere sociale omstandigheden tijdelijk of definitief de onderstaande klussen niet (meer) zelf uitvoeren? Deze dienst helpt u bij de uitvoering van een reeks taken die een zekere technische vaardigheid vragen:

- behangen
- schilderen
- kleine elektriciteitswerken
- kleine herstellingswerken
- tuinonderhoud
- kleine klussen zoals bv. afwassen van plafond, rolluiken, ...
- sneeuw ruimen, ...



Hiervoor betaalt u een bijdrage per uur die berekend wordt volgens het inkomen van alle gezinsleden.

Meer info?

Sociaal Huis



Maaltijden

Kan u door invaliditeit, ziekte of andere redenen (al dan niet tijdelijk) niet zelf koken? Dan kan u tijdens de weekdays warme maaltijden (soep en hoofdgerecht) aan huis aanvragen en laten leveren door het Sociaal Huis.

De prijs bedraagt 5,05 euro voor een gewone maaltijd en 5,58 euro voor een maaltijd op een feestdag (niet op Kerst en Nieuwjaar).

Meer info?

Sociaal Huis

Gezinszorg



Kan u als gezin of alleenstaande uw huishoudelijke taken niet uitvoeren omdat u dit lichamelijk en/of geestelijk niet (meer) aankan, of wegens bijzondere sociale omstandigheden? Dan kan u gebruik maken van de dienst gezinszorg.

Via deze dienst krijgt u thuis hulp van verzorgend personeel. Het gaat om:

- persoonsverzorging
- huishoudelijke taken
- administratieve ondersteuning
- psycho-sociale en pedagogische ondersteuning en begeleiding

Meer info?

Sociaal Huis of uw ziekenfonds

Poetsdienst

Kan u wegens gezondheidsproblemen of bijzondere sociale omstandigheden tijdelijk of definitief niet (meer) zelf uw woning poetsen? De poetsdienst ontfermt zich over het normale onderhoud

van de bewoonde plaatsen.

Meer info?

Sociaal Huis

Poetsdienst bij een dienstenchequebedrijf

De dienstencheque is een door de federale staat gesubsidieerd systeem. U kan er een werknemer van een erkende onderneming mee betalen voor huishoudelijk werk: schoonmaken van de woning, wassen, strijken, kleine naaiwerken, bereiden van

maaltijden, boodschappen doen,...

Meer info?

Extra Time, Markt 5, tel. 03 482 19 98
of www.extratimeberlaar.be

Personenalarm

Als u een 55-plusser bent met een handicap kan u zelfstandig wonen en toch gemakkelijk om hulp vragen met een personenalarmsysteem als er iets gebeurt.

Meer info?

Uw ziekenfonds

Oppas/gezelschapsdienst

U bent zorgbehoevend en wordt thuis verzorgd. Uw thuisverzorger wil ook wel eens een boodschap doen, vrienden opzoeken of er gewoon even tussenuit zijn. Terwijl hij of zij weg is, krijgt u het gezelschap van een vrijwilliger.

Meer info?

Uw ziekenfonds

Gratis rechtshulp

Maak gebruik van de gratis rechtshulp voor alle inwoners van Berlaar. U wordt als burger op juridisch vlak geadviseerd en de mogelijkheden, zowel op gerechtelijk als buitengerechtelijk vlak, worden bekeken. Opgelet! Er worden géén zaken behandeld. Hiervoor moet u zich wenden tot een advocaat van uw keuze, of via de rechtbank een



aanvraag tot een prodeo-aanstelling doen.

Telkens op de eerste maandag van de maand om 18 uur houdt een advocaat permanentie in het Sociaal Huis te Berlaar.

Meer info?

Sociaal Huis

Financiële tegemoetkomingen

Inkomensgarantie voor ouderen bij onvoldoende pensioen

De inkomensgarantie (IGO) is een financiële tegemoetkoming aan 65-plussers die niet over voldoende middelen beschikken.

Ontvangt u al een pensioen, een tegemoetkoming aan gehandicapten of een leefloon? Dan moet u niets doen. Zodra u de vereiste leeftijd hebt be-

reikt, wordt het recht op inkomensgarantie automatisch onderzocht. Zo niet, contacteer het Sociaal Huis.

Meer info?

Sociaal Huis

Tegemoetkoming hulp aan bejaarden

De tegemoetkoming hulp aan bejaarden wordt toegekend aan personen met een handicap vanaf 65 jaar met een verminderde zelfredzaamheid, rekening houdend met uw financiële situatie. De zelfredzaamheid wordt uitgedrukt in punten. Bij een erkenning kan u eveneens genieten van een aantal sociale voordelen: vermindering onro-



rende voorheffing, vermindering kabel-distributie, een parkeerkaart, enz...

Meer info?

Sociaal Huis

Globaal medisch dossier

Iedereen kan bij zijn of haar huisarts een GMD laten aanleggen.

Alle medische informatie die over u bekend is, wordt verzameld in één globaal medisch dossier (GMD). Eén arts is verantwoordelijk voor het beheer van het GMD. U krijgt dan 30% meer terugbetaald voor consultaties. De vergoeding die uw

arts hiervoor aanreikt, wordt volledig terugbetaald door uw ziekenfonds.

Meer info?

Uw ziekenfonds

Verhoogde tegemoetkoming gezondheidszorg

Dankzij de verhoogde tegemoetkoming wordt de gezondheidszorg voor sommige bevolkingsgroepen goedkoper: bent u gepensioneerd, weduwe of weduwnaar of hebt u een handicap, dan hebt u mogelijk recht op de verhoogde verzekeringste-

gemoetkoming. Men houdt rekening met uw inkomen.

Meer info?

Uw ziekenfonds

OMNIO-statuut

Gezinnen met een laag inkomen komen in aanmerking voor het OMNIO-statuut. U hebt dan recht op de verhoogde tegemoetkoming voor gezondheidszorgen, waardoor uw persoonlijke bijdrage (remgeld) bij medische kosten veel lager is. Daarnaast komt u in aanmerking voor een aantal

specifieke beschermingsmaatregelen zoals de sociale maximumfactuur.

Meer info?

Uw ziekenfonds

Maximumfactuur

Dankzij de maximumfactuur blijven de jaarlijkse medische kosten voor elk gezin beperkt tot een bepaald plafond, afhankelijk van het gezinsinkomen. Eens het plafond overschreden is, worden de kosten integraal en automatisch terugbetaald. De ziekenfondsen houden alle kosten voor geneeskundige verzorging bij die voor de eventuele toe-

kenning van de maximumfactuur in aanmerking worden genomen. De maximumfactuur wordt u automatisch toegekend, u hoeft hiervoor dus niets te doen.

Meer info?

Uw ziekenfonds

Vlaamse zorgverzekering

Bent u zwaar zorgbehoevend en moet u voor de dagelijkse zorg (bv. uzelf wassen, poetsen, ...) een beroep doen op familie, vrienden of zorgverleners? Dan kan u via de Vlaamse zorgverzekering een tegemoetkoming krijgen in de kosten voor

niet-medische verzorging.

Meer info?

Sociaal Huis of uw ziekenfonds

Mantelzorgpremie

Wij vinden het erg belangrijk om mantelzorgers te ondersteunen. Deze premie is een toelage die u onder bepaalde voorwaarden kan bekomen als u een bejaard familielid thuis verzorgt. De hulpbehoevendheid zal blijken uit een medisch attest dat bij de aanvraag hoort.

Opgelet! Deze mantelzorgpremie is niet dezelfde als de Vlaamse zorgverzekering!



ik ben mantelzorger

Meer info?

Sociaal Huis

Verwarmingstoelage



Hebt u een laag inkomen? Dan kan u via het Sociaal Huis een beroep doen op de verwarmingstoelage van het stookoliefonds. Hierdoor kan u een deel van de hoge energiekosten opvangen.

koming in de geneeskundige verzorging

- uw jaarlijks bruto belastbaar gezinsinkomen overschrijdt een bepaald bedrag niet
- u hebt schuldoverlast (u bent in schuldbemiddeling of een collectieve schuldenregeling) of kan uw verwarmingsfactuur niet betalen
- u maakt gebruik van één van de volgende brandstoffen om uw woning te verwarmen: huisbrandolie, verwarmingspetroleum (type c) of bulkpropaneas

Ook voor u?

Ja, als u behoort tot één van de volgende groepen:

- u hebt recht op verhoogde verzekeringstegemoet-

Sociale maximumprijs gas en elektriciteit



Sommige gezinnen en personen genieten van verlaagde elektriciteits- en aardgasprijzen. Deze tarieven liggen een stuk lager dan de normale elektriciteits- en gasprijzen. Ook wanneer u een budgetmeter hebt, kan u genieten van de sociale maximumprijzen als u behoort tot één van de categorieën van rechthebbenden.

Ook voor u?

Ja, als u kan bewijzen dat uzelf of een andere persoon die onder hetzelfde dak woont, tot één van

Sociaal telefoontarief

Het sociaal telefoontarief is een verminderd tarief dat door elke telefoonoperator moet toegekend worden aan een aantal bevolkingsgroepen.

Ook voor u?

Ja, als uw bruto jaarlijks gezinsinkomen niet hoger is dan de grensbedragen bepaald in de regeling van verhoogde tegemoetkoming in de gezondheidszorg en:

- U bent ouder dan 65 jaar en woont alleen of samen met één of meerdere personen van minstens 60 jaar. U kan ook samenwonen met uw kinderen of kleinkinderen als die laatsten wees zijn of bij gerechtelijke beslissing aan de grootouders zijn toevertrouwd.
- U bent ouder dan 18 jaar met een handicap van minstens 66%, woont alleen of samen met ten hoogste twee personen of met bloed- of aanverwanten van de eerste of de tweede graad.

U hebt recht op het sociaal telefoontarief zonder

Gratis advies over al uw woonvragen.....



Hebt u vragen over wonen? Wilt u meer weten over premies? Is de kwaliteit van uw woning niet in orde? Wilt u uw woning aanpassen aan uw (nieuwe) situatie en weten voor welke premies u in aanmerking kan komen? Kom naar de zitdagen van de Woonwinkel in het Sociaal Huis op dinsdagvoormiddag tussen 9 en 12 uur

de volgende groepen behoort:

- personen met een handicap
 - bejaarden die een tegemoetkoming voor hulp aan bejaarden krijgen
 - personen die een tegemoetkoming voor hulp van derden krijgen
 - bejaarden met een gewaarborgd inkomen of IGO
- Behoort u niet tot een van de opgesomde groepen, maar meent u toch aanspraak te kunnen maken op de maximumprijs voor energie? Neem dan contact op met het Sociaal Huis.

inkomensgrens als u tot één van de volgende groepen behoort:

- personen die een leefloon (bestaansminimum) ontvangen
- gehoorgestoorden (een gehoorverlies van 70 dB voor het beste oor) of personen bij wie een laryngectomie (wegname van het strottenhoofd) is uitgevoerd
- militaire oorlogsblinden

Binnen hetzelfde gezin mag er niet meer dan één sociaal telefoontarief zijn.

Meer info?


Sociaal Huis of uw telecommunicatieoperator



Meer info?

Sociaal Huis of Igemo, tel. 015 28 60 28
woonwinkel@igemo.be

Tegemoetkoming op de diftarrekening



De gemeente Berlaar voorziet een tussenkomst in uw diftarrekening van 25 euro indien u wegens medische redenen (incontinentie, nierdialyse, stomapatiënten en mucoviscidose) meer gebruik dient te maken van de huisvuilophalingen.

Ook indien u gerechtigd bent op een leefloon komt u in aanmerking voor de tegemoetkoming.

Meer info?

Gemeentelijke financiële dienst, Markt 3 te Berlaar tel. 03 410 19 12 of financien@berlaar.be

Pensioen



Na uw beroepsloopbaan hebt u recht op een pensioen. U kan uw pensioen aanvragen ten vroegste 1 jaar voor de ingangsdatum.

Er bestaan verschillende soorten pensioenen:

- **werknemerspensioen**
(Rijksdienst voor Pensioenen (RVP))

- **zelfstandigenpensioen**
(Rijksinstituut voor de Sociale Verzekering der Zelfstandigen (RSVZ))
- **ambtenarenpensioen**
(Pensioendienst voor de Overheidssector (PDOS))

Overlevingspensioen

Als overlevende echtgeno(o)t(e) kan u onder bepaalde voorwaarden een overlevingspensioen krijgen op basis van de activiteit van de overleden echtgeno(o)t(e). Dit pensioen wordt niet langer betaald als u hertrouwt. U moet het overlevingspensioen aanvragen binnen de 12 maanden na

het overlijden van uw partner.

Meer info?

Sociaal Huis of via www.mypension.be,
www.kenuwpensioen.be of www.pensioenaanvraag.be

Pensioenberekening

Als u 55 jaar bent en kan bewijzen dat u gewerkt hebt (bewezen beroepsloopbaan), kan u een eenmalige voorlopige pensioenberekening aanvragen.

Meer info?

Sociaal Huis of via www.mypension.be,
www.kenuwpensioen.be of www.pensioenaanvraag.be

Bijverdienen bij het pensioen

Als gepensioneerd mag u een beroepsactiviteit uitoefenen, als u de beroepsactiviteit vooraf aangeeft en bepaalde inkomensgrenzen niet overschrijdt.

Meer info?

Sociaal Huis of via www.mypension.be,
www.kenuwpensioen.be of www.pensioenaanvraag.be

Mobiliteit

Regel uw vervoer. Als u zich op straat begeeft, zorg dan dat u zichtbaar bent. Draag een fluo vestje of een jas met lichte kleuren. U hoeft niet zelf te rij-

den. U kunt uw vervoer ook regelen via de Belbus van De Lijn, de Mindermobielen centrale van het Sociaal Huis of de trein.

Treinvervoer: het seniorentarief

Bent u 65 jaar of ouder? Dan kan u een seniorenbiljet kopen voor verplaatsingen met de trein. Een seniorenbiljet is altijd een heen- en terugreis. Voor een reis in tweede klasse kost dit biljet 5,20 euro (tarieven kunnen door de NMBS gewijzigd worden). De belangrijkste voorwaarden:

- voor een heen- en terugreis tussen twee Belgische stations op dezelfde dag

- op weekdays na 9 uur
- enkel geldig in de treinen van binnenlandse diensten

Meer info?

NMBS-stations of www.nmbs.be

Busvervoer De Lijn - Omnipas 65+

Met de Omnipas 65+ reist u vanaf uw 65ste verjaardag gratis met alle bussen (ook op de Belbus) en trams van de Lijn. Met deze Omnipas 65+ neemt u ook nog eens gratis vier kinderen van 6 tot en met 11 jaar mee. U krijgt ten laatste een week vóór uw 65ste verjaardag uw Omnipas 65+

toegestuurd. Bent u 65 jaar of ouder en hebt u nog geen Omnipas 65+ ontvangen? Contacteer dan de dienst abonnementen van De Lijn.

Meer info?

Dienst abonnementen De Lijn: tel. 03 218 15 61 of www.delijn.be Belbuscentrale: tel. 03 218 14 94

Omnipas

Bent u ouder dan 60 en jonger dan 65 jaar? Dan hebt u recht op een Omnipas tegen verminderd

tarief. Met een Omnipas reist u onbeperkt met alle geregeld vervoer van De Lijn.

Meer info?

Dienst abonnementen De Lijn: tel. 03 218 15 61 of www.delijn.be Belbuscentrale: tel. 03 218 14 94



Minder Mobielen Centrale

Dit is een vervoerdienst voor mensen die zich moeilijk kunnen verplaatsen omwille van ziekte, ouderdom, ... als u niet (meer) goed te been bent en voor vervoer geen hulp kan vragen aan familie, burens, kennissen, ... en als uw maandelijks inkomen niet hoger is dan twee keer het leefloon. Het vervoer wordt verzorgd door vrijwilligers. U wordt tegen een kleine vergoeding naar en van de gevraagde bestemming gebracht. Dit kan een medische consultatie zijn, maar ook boodschappen, familie- of vriendenbezoek, een namiddag kaarten of theater, ...

Meer info?

Sociaal Huis of coördinator Chris Nijs tel. 0474 73 40 80 (maandag, dinsdag of donderdag van 10 tot 12u)

Dienst aangepast vervoer

Rolkar Rivierenland is een nieuwe dienst aangepast vervoer die zich richt tot alle personen die door een beperkte mobiliteit geen gebruik kunnen maken van het regulier openbaar vervoersaanbod. Meestal gaat het hier over gebruikers van een

manuele of elektrische rolstoel die het best met een busje vervoerd worden.

Meer info?

Sociaal Huis

Parkeerkaart voor personen met een handicap



Als u officieel erkend bent als persoon met een handicap en u beantwoordt aan de voorwaarden om een parkeerkaart te krijgen, dan kan u deze aanvragen via het Sociaal Huis. Met deze kaart mag u parkeren op voorbehouden parkeerplaatsen voor gehandicapten, op parkeerplaatsen waar betalend straatparkeren geldt, of in blauwe zones.

Meer info?

Sociaal Huis

Vrije tijd

Seniorenverenigingen

In Berlaar zijn verschillende seniorenverenigingen actief. Daarnaast zijn er ook andere sport- en cultuurverenigingen waarbij ook senioren van harte welkom zijn.

Meer info?

Seniorenambtenaar Tine Van der Keilen, tel. 03 410 19 18 of senioren@berlaar.be
Gemeentelijke sport- of cultuurdienst, Markt 4, tel. 03 410 19 45 of 03 410 19 07, sport@berlaar.be of cultuur@berlaar.be of www.berlaar.be

Seniorenfeest en Seniorenreis

Elk jaar organiseren het gemeentebestuur en de Berlaarse seniorenraad in maart het seniorenfeest. U kan dan genieten van een show en dansavond met broodmaaltijd.

Daarenboven wordt er eind juni of begin juli een daguitstap georganiseerd voor de senioren. Lees regelmatig 'Den Balder' voor meer informatie.

Alle Berlaarse senioren zijn van harte welkom op deze evenementen.

Meer info?

Seniorenambtenaar Tine Van der Keilen, tel. 03 410 19 18 of senioren@berlaar.be

Heeft u nog vragen of suggesties? Wij helpen u graag verder!

Gemeente Berlaar

Markt 1
2590 Berlaar
03 410 19 18
info@berlaar.be
senioren@berlaar.be

Sociaal Huis

Zomerstraat 22
2590 Berlaar
03 482 49 29
onthaal@ocmwberlaar.be



Sociaal huis
BERLAAR