Raak magazine

JULI
AUGUSTUS
2025

Dossier **fake news**



"Verplicht tv-zenders om in het nieuws altijd iets positiefs te steken."

Raak-vrijwiller Maureen Nuyts in gesprek met strafpleiter Jef Vermassen

Ophef bij een nieuw vluchtelingencentrum: terecht of niet?

Aan de slag met datingapps na je veertigste

TIJDSCHRIFTEN
TOELATING - GESLOTEN VERPAKKING
3200 AARSCHOT 1 - BC 1145

Afgiftekantoor: 3200 Aarschot 1 - Maandblad, verschijnt tweemaandelijks - P106332

"Verdeeldheid zaaien brengt minder op dan mensen samenbrengen ... In de buurt, in de wereld, overal waar mensen samenleven."

JO DE SMET, GEDELEGEERD BESTUURDER RAAK
PAGINA 37

Toen in de zomer ...

Het was een kleine stap voor Neil Armstrong, maar een reuzensprong voor de mensheid toen hij op **20 juli 1969** als eerste mens voet zette op de maan. Dat historische moment tijdens de Apollo 11-missie, samen met collega-astronaut Buzz Aldrin, werd wereldwijd gevolgd door 600 miljoen mensen en is het best bekeken event uit de geschiedenis. Sindsdien volgden slechts tien anderen hun voorbeeld, slechts twaalf mensen hebben dus ooit de maan betreden. De laatste keer dat dat gebeurde, was tijdens de Apollo 17-missie in december 1972. Tot op vandaag wacht de maan dus al meer dan vijftig jaar op nieuw menselijk bezoek.

Op **17 augustus 1958** werd de allereerste aflevering van Kapitein Zeppos opgenomen, een Vlaamse tv-reeks die later uitgroeide tot een iconisch stukje jeugdtelevisie. De avonturen van de mysterieuze kapitein op zijn witte jeep (de beroemde Minerva) hielden een hele generatie in de ban. De reeks werd uitgezonden vanaf 1964 en kreeg ook internationale aandacht. Kapitein Zeppos is vandaag nog steeds een geliefd stukje nostalgie en een van de vroegste successen van de Vlaamse tv-fictie.

Het was ooit bedoeld als een tijdelijk monument, maar het Atomium siert nog altijd trots de skyline van Brussel. Op **17 juli 1958** opende het iconische bouwwerk zijn deuren voor het publiek, als blikvanger van Expo 58 – de eerste wereldtentoonstelling sinds de Tweede Wereldoorlog. De indrukwekkende structuur stelt een ijzerkristal voor, 165 miljard keer vergroot, en belichaamde het optimisme van een nieuwe tijd: een geloof in vooruitgang, technologie en internationale samenwerking.

61.901

zoveel buren kregen we erbij in 2024 volgens cijfers van het Belgische statistiekbureau Statbel.

12,9 miljoen inwoners in 2070

Vorig jaar kwamen ruim 194.000 mensen in België wonen, terwijl er ruim 128.000 naar elders verhuisden. Er was wel een zogenaamd negatief natuurlijk verloop: 112.000 mensen overleden, tegenover 108.000 baby's die geboren werden.

Alles bij elkaar opgeteld is de Belgische bevolking al jaren aan het toenemen. Het Planbureau voorspelde eerder al dat ons land in 2070 12,9 miljoen inwoners zal tellen.

INHOUD

JULI AUGUSTUS 2025









4 Geraakt/Touché

6 Dubbelspraak
Jef Vermassen en Maureen Nuyts

11 Dossier
Mediawijsheid en fake news

15 Mijmering
Jamila Hamddan Lachkar

16 Raakraket
Op verkenning in Poperinge

18 Afspraak
De Raak-zomerzoektochten

20 Beeldspraak
Belhameldag in Kwaadmechelen

22 Altijd Raak!
Raakpunten in actie

26 Samen Sporten

28 Radar
Zomerse kicks, fun en sport in eigen land

29 Drie rake vragen
100 jaar KAJ

30 Straatketting
Met Hans en Dirk door Appelterre-Eichem

32 Tegenspraak
Ophef over opvangcentrum

36 Raak leest

37 Vrijspraak
Jo De Smet

38 Lekker Raak
Zonnige Italiaanse smaak-makers op je bord

42 Lofspraak
Project 'De Experten' over klimaatrechtvaardigheid

44 Puzzel en Quiz

46 Ruggespraak
Ervaringsexpert Rutger over daten na je veertigste

Raak Magazine is het ledenblad van Raak vzw, dat buurten doet bruisen en waar ontmoeting centraal staat. Zo bouwen we op meer dan 450 plaatsen aan plekken waar het fijn is om te leven, en waar altijd iets te beleven valt. Voor Raak-leden is Raak Magazine inbegrepen in hun lidmaatschapsbijdrage van 35 euro per jaar.

Ook lid worden?
Stuur ons een berichtje via www.raakvzw.be/contact of kijk op www.raakvzw.be/afdelingen voor een Raakpunt in je buurt.

Adreswijziging? 02 246 52 52, info@raakvzw.be of Raak vzw, Urbain Britsierslaan 5, 1030 Schaarbeek.

Geraakt / Touché

Goed nieuws is geen nieuws? Klopt niks van, en dat willen we bewijzen. Daarom brengen we je iedere editie van Raak Magazine een portie positiviteit!

tekst Hilde Van Malderen

Kasterlee verkozen tot 'Wandelgemeente van het Jaar'

Wie zin heeft in een stevige wandeling kan koers zetten naar de Kempen. Daar is Kasterlee uitgeroepen tot 'Wandelgemeente van het Jaar'. De gemeente heeft heel wat troeven in huis: uitgestrekte bossen, zandduinen, moerassen én de kronkelende Kleine Nete. Liefhebbers kunnen kiezen uit een ruim aanbod themawandelingen, er zijn rolstoelvriendelijke routes én culinaire tochten voor wie wandelen graag combineert met lekker eten. Meer dan 20.000 mensen brachten hun stem uit en daarvan gingen er maar liefst 6.213 naar Kasterlee. Bornem en Diksmuide eindigden op een verdienstelijke tweede en derde plaats. Kasterlee treedt in de voetsporen van De Panne en Lommel, die eerder al met de eretitel gingen lopen.

Groene AI in opmars

Artificiële intelligentie mag ons leven dan wel gevoelig vergemakkelijken, het blijft natuurlijk een hulpmiddel dat enorm veel energie verbruikt om de computers achter het systeem draaiend te houden. Daar lijkt nu verandering in te komen met het Nederlandse initiatief GreenPT, een duurzaam alternatief voor ChatGPT. Het is een milieubewuste chatbot die draait op hernieuwbare energie. Het systeem wordt gehost op Europese servers en het respecteert de privacy. De servers van GreenPT staan bij Leafcloud, waar de restwarmte wordt hergebruikt om gebouwen te verwarmen. Helemaal klimaatneutraal is het nog niet, maar het initiatief zet alvast een belangrijke stap naar duurzame kunstmatige intelligentie.



Nieuw label toont hoe makkelijk je elektrische apparaten repareert

Koop je binnenkort een stofzuiger, vaatwasser of ander elektrisch toestel, dan is er een nieuw label. De herstelbaarheidsindex is een score op 10 die aangeeft hoe gemakkelijk het toestel te herstellen is bij defecten. Die score houdt onder meer rekening met de beschikbaarheid van herstelinformatie, de prijs en levering van wisselstukken, en hoe vlot het toestel uit elkaar te halen is. Verkopers moeten de index duidelijk vermelden, zowel online als in de winkel. België is daarmee het tweede Europese land, na Frankrijk, dat zo'n systeem invoert. Later volgt een index voor fietsen, steps en tablets. De maatregel moet zowel consumenten als fabrikanten stimuleren om bewuster met herstellingen om te gaan, want nu gaan Belgen nog te vaak op zoek naar een nieuw toestel, terwijl dat niet altijd nodig is.

Onderzoek van de maand

Vier op de tien werknemers zijn geen enkele dag ziek

Dat blijkt uit een studie van preventiedienst Mensura.
Het onderzoek focust niet op afwezigheid, maar vraagt zich af waarom mensen wél naar het werk komen. Vaak ligt de nadruk op ziekteverzuim, terwijl het minstens zo interessant is om te kijken naar wie altijd aanwezig is.

Vooral 45-plussers blijken opvallend trouw op post: 41 procent van hen was het afgelopen jaar geen enkele dag ziek, tegenover 34 procent bij jongere collega's. Ook tussen mannen en vrouwen is er een verschil. Van de mannen bleef 41 procent het hele jaar aan het werk, bij de vrouwen was dat 32 procent. Mensen met onregelmatige shifts of fysiek zware jobs rapporteren minder vaak een ziektevrij jaar. Dat komt onder andere doordat telewerk in die functies moeilijker is. Wie zich niet top voelt, meldt zich dan sneller ziek. De hoogste scores voor een volledig jaar zonder ziekteverlof worden opgetekend in de financiële sector, de energiesector en de ICT-sector.



Levenswijsheid van de maand

Zomertijd volgens Seneca

De Romeinse filosoof Seneca schreef het al bijna 2 000 jaar geleden in *De Brevitate Vitae*:

"Het is niet zo dat we weinig tijd hebben om te leven, maar dat we veel ervan verspillen."

De zomer, met haar lange dagen en tragere ritme, is het ideale moment om die woorden ter harte te nemen. Minder haasten, meer leven. Minder moeten, meer mogen. Gebruik de zon als excuus om je tijd niet te verliezen, maar echt te beleven.

LIFEHACKS

Zweet je makkelijk in de zomer?
Breng vochtig talkpoeder aan onder je armen voor je je aankleedt. Dat werkt als een droog schild.

Maak je graag uitstapjes?
Stop je waardevolle spullen in een lege zonnecrèmefles. Niemand die daarin gaat snuisteren.

Rolt je bakpapier terug op?
Verfrommel het eerst. Door de kreuken die zo ontstaan, blijft het papier liggen.



Dubbelspraak

Advocaat Jef Vermassen en Raak-vrijwillliger Maureen Nuyts over een warme samenleving

"We zouden de tv-zenders moeten verplichten om in het nieuws altijd iets positiefs te steken."

Jef Vermassen moet zowat de bekendste advocaat van Vlaanderen zijn en misschien ook wel de wijste. Want hij wil meer doen dan mensen verdedigen, hij wil ze ook doorgronden, weg van de waan van de dag die processen wel eens kunnen zijn. Daarom neemt hij in zijn derde boek seriemoordenaars onder loep. Met Raak-vrijwilliger Maureen Nuyts trokken we naar zijn kantoor in Lede waar we gelukkig iemand aantroffen die nog steeds gelooft in het goede van de mens.

Tekst Hilde Van Malderen • Foto's James Arthur

Jef Vermassen
(78)

Woont in Lede

Getrouwd met Vera

Heeft vier kinderen, acht kleinkinderen (en twee op komst)

Advocaat, strafpleiter en auteur

Schreef de boeken: Moordenaars en hun motieven (2004), Meester ik heb geen tranen meer (2017) en Seriemoordenaars (2024)



De kans dat je een seriemoordenaar tegenkomt, is bijna onbestaande, zo klein is die groep mensen. Maar hun daden hebben wel een immense impact op de maatschappij. Het is een van de redenen waarom Jef Vermassen er een lijvig boek over schreef. “Dat doden een drug kan worden, fascineerde me al jaren. Het is een kleine groep mensen die angst en onzekerheid veroorzaakt, dus dat ligt maatschappelijk gevoelig. Daarom wou ik dat bestuderen. En ik merk dat het vooral vrouwen bezighoudt. Dat heeft volgens mij te maken met het feit dat ze door mijn boek te lezen op een veilige plaats bang mogen zijn.”

Maureen: “Of misschien hebben ze meer inlevingsvermogen?”

Jef: “Dat weet ik niet. Dat zou kunnen.”

Het merendeel van de seriemoordenaars zijn wel mannen.

Jef: “Ja, 90 procent. Vaak zijn ze opgegroeid in een mislukt gezin waar de moederrol slecht werd ingevuld. Ik heb vele zaken bestudeerd voor dit boek en dat viel me toch op. Dat is ook niet onlogisch, de dichtste band tussen twee mensen is toch tussen een kind en de moeder.”

> “De ontworteling binnen onze maatschappij heeft haar gevolgen.”
>
> JEF

Probeert u op die manier – en nu wik en weeg ik mijn woorden - ergens te begrijpen wat hen op het verkeerde pad heeft gestuurd?

Jef: “Ik wil in ieder geval de context situeren, omdat ik het bij een misdaad heel belangrijk vind te weten waar de wortel zit. Als mijn kleinkinderen wakker worden, zien ze een glimlachende ouder of grootouder. Nooit de dag mogen beginnen met iemand die je uit je bedje komt halen met een knuffel en een oprechte lach betekent toch een groot gemis op emotioneel vlak. In instellingen doen ze ook hun best, maar kinderen die daar verblijven, missen toch veel. En al zeker kinderen in gezinnen waar een dominante moeder zich fixeert op een zoon die altijd maar vernederd wordt. De vader heeft het zinkend schip dan meestal al verlaten. Wat moet dat zijn voor een kind dat nooit een blije boodschap krijgt, nooit eens in de bloemetjes wordt gezet, altijd maar kopje onder wordt geduwd. Dat is vreselijk en daar ligt meestal de basis voor het fout evolueren.”

Onze maatschappij wordt alsmaar individualistischer, heeft u schrik dat het erger gaat worden? Dat er meer seriemoordenaars kunnen komen?

Jef: “Ja, dat risico zit er zeker in. Als ik de cijfers voor Amerika bekijk, was het laatste kwartaal van de vorige eeuw op dat vlak vreselijk. Gelukkig is het de laatste jaren toch ook weer verbeterd. De ontworteling binnen onze maatschappij heeft haar gevolgen. Ik heb in mijn eerste boek een term uitgevonden: de psychopatisering van de samenleving. Dat wil zeggen dat in de maatschappij meer en meer mensen zich gaan gedragen als psychopaten. Narcistisch, geen emotionaliteit meer, geen samenleven meer. Daar verspeelt men belangrijke waarden. En dat zet zich door. Mensen zijn vaak niet meer geïnteresseerd in wie hun buren zijn. Zo verlies je de basiselementen van wat een samenleving bij elkaar houdt. Dat wordt de grote eenzaamheid voor mensen die denken: ik ben rijk, we hebben twee auto's, een buitenverblijf en we kunnen veel op reis. Ik heb veel projecten gedaan in Afrika, waar ik zag hoe armere mensen gelukkiger



Maureen Nuyts
(44)

Woont in Aalst

Getrouwd met David, samen hebben ze 2 kinderen

Sinds 2019 bestuurslid bij Raak Gijzegem-Hofstade

Was lid van Chiro en KAJ en is actief bij Fietsersbond-Aalst

Werkt bij de Vlaamse Milieumaatschappij als communicatie-beheerder

zijn met veel minder. Dan denk ik toch dat het geluk niet in materiële welstand zit. Een zekere welstand is niet slecht, maar het kan ook een vergiftigd geschenk worden."

Maureen: "Wij werken met Raak rond het verbinden van buurten, we gaan daarmee misschien geen psychopaten uitsparen, maar dat geeft toch een warm gevoel. Al zie ik ook dat steeds minder mensen zich daarvoor engageren, daar maak ik me wel zorgen over."

Jef: "Dat is zeer terecht. De mens is niet gemaakt om alleen te zijn. We hebben mekaar nodig. Dat zo weinig jonge mensen zich engageren om mensen die het moeilijk hebben bij te staan is een gemiste kans."

Maureen: "Tegelijk merk ik dat de overheid vaak rekent op vrijwilligers om dingen op te lossen, misschien wel te vaak. Terwijl ik ook het gevoel heb dat het samenbrengen van mensen niet meer bevorderd wordt."

Jef: "De essentie gaat vaak verloren. Als ik zie hoeveel tijd ze in het onderwijs moeten besteden aan het maken van verslagen die nooit gelezen worden ... Zouden ze die tijd dan niet zinvoller kunnen besteden? En zo zijn er ook veel kansen die verloren gaan door het feit dat we meer een papieren maatschappij krijgen."

Dat is bij justitie toch ook het geval?

Jef: "Je mag gerust zijn. Vroeger moesten de verbalisanten en deskundigen die kwamen getuigen op assisen het allemaal uit hun hoofd kennen. Ze mochten geen geschreven notities meebrengen naar de assisenzaal. Nu is het daar Powerpoint na Powerpoint aflezen. Dat is een verarming van de debatcultuur. Soms ben je beter met een goede samenvatting dan met uiteenzettingen die uren duren."

Maureen: "En die mensen van de jury moeten dat allemaal maar verwerken bij zo'n lange assisenprocessen."

Jef: "Dat is niet eenvoudig. Langs de andere kant hebben ze het voordeel dat ze tegen het einde van de zitting zoveel info hebben gekregen dat ze zowel de beschuldigde als de slachtoffers beter kennen dan wie dan ook. Die kennis kunnen ze als achtergrond gebruiken."

Maureen: "Zo'n volksjury fascineert me wel. Ik zou dat wel willen doen. Ik ben altijd wel geïnteresseerd in het achterliggende verhaal."

Jef: "Veel mensen hebben er schrik van, door de verantwoordelijkheid. Maar wie erin gezeten heeft, noemt het wel een grote ervaring."

Maureen: "Zijn er mensen die u weigert te verdedigen?"

Jef: "Verschillende. Wij mogen weigeren. Ik steek mijn energie niet in mensen die weigeren te bekennen, terwijl het er vingerdik op ligt. Ik verdedig liever mensen die in hun leven een grote fout hebben begaan, maar die voor het overige een waardig leven hebben geleid. Dat is anders dan iemand die me vraagt om voor een kleine straf te zorgen om zo snel mogelijk te kunnen herbeginnen. En die brutale vraag krijg ik soms."

"Het grijze, de nuance, gaat er vaak tussenuit."

MAUREEN

Maureen: "Heeft u ooit dossiers gehad die onder uw vel kruipen, ondanks die jarenlange ervaring?"

Jef: "Het lastigste voor mij zijn kinderen die gedood worden. Daar heb ik het eindeloos moeilijk mee. Want wij zien die beelden en die staan op je netvlies gebrand. Dat gaat nooit weg. Dat zijn kleine trauma's, ook voor advocaten."

Maureen: "En wat helpt u dan om dat te plaatsen? Is het schrijven van een boek een soort verwerking?"

Jef: "Zoiets, al bekijk ik die boeken ook als criminoloog. Een proces in België wordt niet volledig uitgetypt door de griffier. In Amerika wel en dat wordt bewaard. Bij ons wordt enkel bewaard wat een partij wil laten noteren, omdat men dat eventueel wil gebruiken in het kader van procedurefouten. Dat vind ik jammer. Eens je gepleit hebt, is het weg."

Maureen: "Dat verwondert mij."

Jef: "En ik wil dat niet laten verloren gaan, want ik vind het maatschappelijk te belangrijk."

U volgde verschillende opleidingen: criminologie, seksuologie, rechten, notariaat. Hier zit veel verstand samen. Dat geeft u toch een uniek beeld over de mens.

Jef: “Je horizon wordt ruimer. Door de jaren ervaring krijg je op den duur röntgen-ogen, en voel je sneller aan waar de kern van een probleem zit. Ik verdedig vooral slachtoffers. Het is dan heel belangrijk om goed te luisteren. Een goed pleidooi is verwoorden wat een slachtoffer soms niet verwoord krijgt omdat het emotioneel te moeilijk is."

Maureen: “Heeft u de indruk dat de rol van de media ook groter is geworden?"

Jef: “Dat is een immens groot verschil. Ik heb ooit in een jaar tijd vijf keer een vrijspraak bekomen in een assisenzaak. Mocht dat nu gebeuren dan staan de tv-zenders met hun straalwagens tot in mijn tuin. Toen was daar een beetje aandacht voor. Van de processen uit mijn beginjaren zijn er hoogstens een paar minuten filmbeelden. Nu is er een buitenproportionele benadering."

“Mensen zijn vaak niet meer geïnteresseerd in wie hun buren zijn.”

JEF

Ondanks alle zaken die u gezien heeft, gelooft u toch nog in het goede van de mens?

Jef: “Zeker en vast. Want wat wij zien is het negatieve segment van de samenleving. Je moet je daartegen wapenen. Door daar dagelijks mee in contact te komen, zou je het beeld kunnen krijgen dat de wereld zo slecht is, terwijl dat niet waar is. Er is nog veel solidariteit onder de mensen, die elkaar helpen. Er bestaat nog veel goeds. Alleen is het probleem dat het goede niet altijd gezien wordt. Eigenlijk zouden we de tv-zenders moeten verplichten om in het nieuws altijd iets positiefs te steken. Want het nieuws is een opeenvolging van negatieve dingen waardoor sommige mensen niet meer willen kijken omdat ze ontmoedigd raken."

Maureen: “Ik kijk met mijn kinderen graag naar Karrewiet want dat eindigt altijd met iets leuks. Al vind ik het ook belangrijk dat mijn kinderen mee zijn met wat er in de rest van de wereld gebeurt. Dat wordt met sociale media al genoeg verengd."

Jef: “Vervalst ook."

Maureen: “Dat vind ik heel moeilijk. Mijn dochter is tien. Ik probeer haar nog zoveel mogelijk van sociale media weg te houden, maar op school komen ze er toch al mee in contact."

We zitten nu met artificiële intelligentie, vervalste video's, foto's ... Zal dat een grote invloed hebben op het werk van advocaten en justitie?

Jef: “Dat houdt zeker gevaren in. Het is een probleem dat we nog niet kennen. Waar we moeten mee leren leven en op reageren. Maar dat is niet eenvoudig. Zeker als je weet dat Donald Trump is opgeleid door Roy Cohn, de advocaat van de kwaadheid, van de negativiteit, die zegt: ‘altijd liegen, blijven liegen, op den duur geloven ze je toch'.

Maureen: “Het blijft me wel fascineren, dat zoveel mensen daar nog altijd in meegaan."

Jef: “Dat is afschuwelijk. Natuurlijk zitten in Amerika veel eenvoudige mensen, zeker op *den buiten*. Ik wil hen absoluut niet vernederen, maar die zijn niet echt genuanceerd."

Maureen: “Daar heb ik het heel lastig mee. Dat zwart-wit-denken. Naar mijn aanvoelen gebeurt dat steeds meer en gaat het grijze, de nuance er vaak tussenuit. Ik ben eerder de persoon die gaat nadenken: 'dit is niet oké, maar waarom heeft hij of zij dat gedaan?' Maar daar is zo weinig ruimte voor."

Jef: “Dat is eigenlijk de basis waarom ik dat boek geschreven heb. Om tegengewicht te bieden. Ik wil niet naar seriemoordenaars kijken op een voyeuristische manier, maar doorgronden wat de achtergrond van het verhaal is. Liefst met een wetenschappelijk antwoord."

Maureen: “Als ik de media bekijk, moet het allemaal zo snel gaan. Dan kan je toch gewoon niet meer in de diepte werken. De media zijn veel vluchtiger geworden dan twintig jaar geleden."

Jef: “Dat maakt het moeilijk. En de onjuistheid. Mensen vroegen me of ik Danny Verbiest kende omdat men beweerde dat ik op zijn begrafenis was. Ik was daar helemaal niet, ik ken die mens van haar noch pluim, maar dat stond dus ergens in een krant. Waar halen ze het? En dat is in dit geval geen ramp. Maar toch vreemd."

Maureen: “Ook met sociale media, iedereen wil het nieuws snel brengen, omdat ze de eerste willen zijn. Dat maakt dat er vaak minder ruimte is om een verhaal goed te brengen. Vanuit mijn opleiding journalistiek vind ik dat wel wat jammer."

Gelukkig zijn er boeken met wat meer achtergrond. Meester Vermassen, komt er nog een volgend boek?

Jef: "Sprookjes."

Dat is verrassend!

Jef: “Ik heb acht kleinkinderen en er zijn er nog twee op komst. Ik heb al een zekere leeftijd. Wat gaan ze zich nog herinneren van hun opa? Daarom sprookjes. Mijn jongste dochter zal de tekeningen maken. Toen wij vroeger op reis gingen met onze kinderen, verveelden ze zich onderweg. Dat was nog niet de tijd van ‘zet gauw een filmpje op'. Zij gaven een thema en ik vertelde daarrond een verhaal. Ik was ook leider in de jeugdbeweging en dan had ik altijd een verhaal dat het hele kamp duurde. De meeste verhalen had ik al en nu heb ik ze gesorteerd. Volgend jaar komt het boek normaal uit. En het zullen geen gewelddadige sprookjes zijn!"

We kijken er al naar uit.

Dossier mediawijsheid en fake news

Het verschil tussen feit en fictie

Valse advertenties met bekende Vlamingen of desinformatie over de Amerikaanse presidentsverkiezingen. In een wereld waar artificiële intelligentie beelden kan vervalsen en sociale media overspoeld worden met mis- en desinformatie, lijkt het steeds moeilijker om feit van fictie te onderscheiden.

In dit dossier onderzoeken we hoe mediawijsheid in elkaar zit. Kunnen we nog het verschil zien tussen een echte foto en een AI-gegenereerde afbeelding? En herkennen we nog betrouwbaar nieuws tussen alle ruis? We spraken met professor digitaal nieuws en journalistiek Michael Opgenhaffen, analyseerden cijfers en verzamelden praktische tips om het hoofd te bieden aan de overvloed aan (des)informatie.

Tekst Hilde Van Malderen · Illustratie Arnoleon



Professor Michael Opgenhaffen over fake news en mediawijsheid

“Je moet het bestrijden daar waar het rondgaat”

Sinds de Amerikaanse verkiezingen van 2016 is het begrip ‘fake news' niet meer weg te denken uit het publieke debat. Intussen is het een wijdverspreid fenomeen. De komst van artificiële intelligentie maakt het alleen maar makkelijker om valse foto's en filmpjes te maken. Toch hoeven we niet in paniek te schieten, zegt Michael Opgenhaffen, professor digitaal nieuws en journalistiek aan de KU Leuven. Hij legt uit hoe desinformatie evolueert en hoe we ons weerbaar kunnen opstellen.

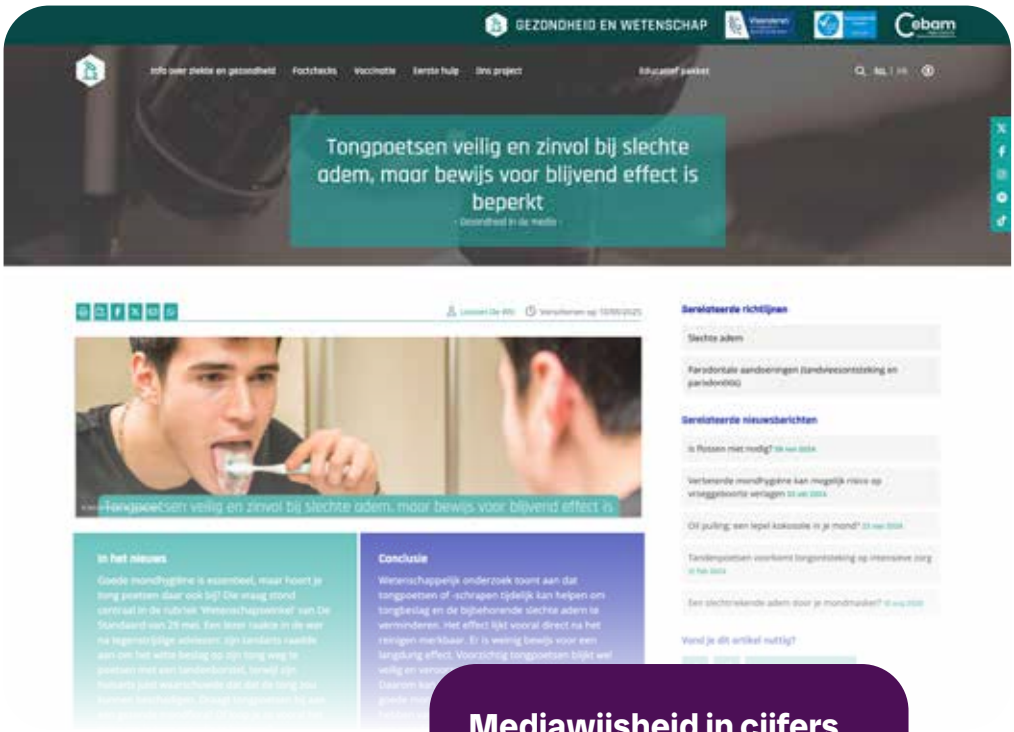


Laat ons beginnen bij het begin. Wat is fake news?

“Eigenlijk gebruiken we die term steeds minder. Hij ontstond in de periode van de Amerikaanse presidentsverkiezingen eind 2015. Een van de bekendste voorbeelden is ongetwijfeld het bericht dat circuleerde over Hillary Clinton die aan het hoofd zou staan van een pedofielennetwerk in de kelder van een pizzeria. Fake news doet uitschijnen dat het over een vorm van nieuws gaat, terwijl het volledig verzonnen is. Dus je kan het geen nieuws noemen, zelfs niet met het woordje fake ervoor.

> "Mensen creëren een soort schild en krijgen meer nieuwstwijfel."

Daarom spreken we nu eerder van desinformatie en misinformatie. Desinformatie gaat over informatie die vals is met het opzet of de bedoeling om te bedriegen, om mensen te misleiden. Dat gebeurt door politici, mensen die geld willen verdienen, influencers met bijbedoelingen … Daarnaast heb je misinformatie en dat gaat om foutieve berichtgeving die niet de bedoeling heeft om mensen te misleiden, maar die het gevolg is van een slordigheid of een overdrijving. Een journalist maakt soms ook een fout. Dat is minder schadelijk. Minder intentioneel."



De website Gezondheid en Wetenschap is een van de initiatieven die de strijd aanbindt met foutieve gezondheidsinformatie.

Mediawijsheid in cijfers

64% van de ouders in Vlaanderen vindt van zichzelf dat ze mediawijs zijn. Hoe ouder, hoe minder mediawijs ze denken te zijn.

28% van de Vlamingen geeft aan dat ze technologie mijden omdat ze het niet snappen of er niet vertrouwd mee zijn.

40% van de Vlamingen ervaart de digitale technologie als niet makkelijk.

55% van de ouderen (55 tot 74 jarigen) missen digitale vaardigheden.

66% van de laaggeschoolden mist digitale basisvaardigheden.

Bron: www.mediawijs.be

Heb jij het gevoel dat er een explosie is aan desinformatie?

"Het gaat niet langer alleen maar om politici of bekende mensen die het verspreiden. De laatste jaren is er een verschuiving aan de gang naar desinformatie die eigenlijk onder de radar blijft. Als Trump iets zegt, is dat opvallend nieuws en kan je dat factchecken. Maar er circuleert ook veel desinformatie die niet meer het grote publiek bereikt. Dan heb ik het over berichten op TikTok of in afgesloten Facebookgroepen, waar de gemiddelde Vlaming geen weet van heeft. Het gaat bijvoorbeeld om gezondheidsclaims als 'van bh's dragen krijg je borstkanker' of 'eet dit soort gel tegen acne'. Dat is soms gevaarlijk voor de gezondheid. Op sociale media bepalen algoritmes wat je te zien krijgt en op jouw tijdlijn krijg je op maat gemaakte informatie die jouw partner, buur of vrienden niet te zien krijgen, maar die toch een grote impact kan hebben."

In ons interview met Jef Vermassen kwam onder andere artificiële intelligentie ter sprake en hoe dat invloed kan hebben op justitie. Foto's en filmpjes worden gemanipuleerd en lijken waarheidsgetrouw. Hoe kunnen we daarmee omgaan?

"Op sociale media was er de jongste tijd een trend om daar bewijzen van te tonen, bijvoorbeeld hoe makkelijk het is om je verzekering op te lichten. Zo kan je een foto opladen en aan AI vragen om een foto te genereren waarop bijvoorbeeld de rechtervoorkant van jouw auto kapot is. Ook in rechtszaken zullen zulke dingen gebeuren. Ik vrees vooral dat mensen ook de echte informatie minder gaan vertrouwen, net door die explosie van AI-gegenereerde beelden. Die valse bewijzen kan je in een rechtbank nog wel checken en dubbelchecken, idem in de wetenschap en andere sectoren. Maar het is natuurlijk net de bedoeling van de verspreiders van desinformatie dat mensen een soort wantrouwen tegenover echte informatie krijgen.

Professionele nieuwsmedia merken ook dat het vertrouwen in echte journalistiek aan het afnemen is, net omdat er zoveel *bullshit* rondgaat. Mensen creëren een soort schild en krijgen meer nieuwstwijfel. Ze gaan zelfs denken dat ook het nieuws op VRT of in Het Laatste Nieuws wel allemaal fout zal zijn. Dat is natuurlijk een groot probleem voor onze democratie."

Er is veel te doen rond mediawijsheid. Hoe kunnen mensen daarmee leren omgaan?

"Enkele basisprincipes van mediawijsheid zijn: check de bron goed, vraag je af welk verdienmodel erachter zit en zoek naar andere bronnen die het bevestigen of weerleggen. Dat lijkt logisch, maar is het niet altijd, zeker niet voor een veertienjarige die op TikTok zit.

Het onderwijs heeft een belangrijke taak, maar ook ouders. Hoe weinig praten wij met onze kinderen over wat ze op TikTok zien? Het ergst wat er dan kan gebeuren is dat een vijftienjarig meisje iets te zien krijgt, twijfelt of het echt is, of ze het zou doen of niet, maar dat niet aan haar ouders kan vragen omdat ze denkt dat die haar toch maar onnozel gaan vinden. Als ouder moet je het gevoel geven dat je openstaat

voor een gesprek en dat je raad en advies kan geven. Ouders zijn misschien minder mee met al die accounts en hashtags, maar ze hebben wel meer levenservaring en gezond verstand.

Mediawijsheid is belangrijk. Mensen kritisch laten reflecteren over wat ze te zien krijgen. De keerzijde is wel dat je door heel de tijd te zeggen dat je voorzichtig moet zijn je net het wantrouwen kan aanwakkeren."

"Hoe weinig praten wij met onze kinderen over wat ze op TikTok zien?"

Zie je ook positieve evoluties?

"Er is nog altijd zeer goede journalistiek in België en dat moeten we blijven benadrukken. Er zijn uitdagingen, maar als je onze media vergelijkt met vele andere landen mogen wij trots zijn op de journalisten die wij hebben. Er wordt vaak gelachen met populaire kranten zoals Het Laatste Nieuws en Het Nieuwsblad, maar dat blijven goede kranten die je totaal niet kan vergelijken met de tabloids in Amerika en Groot-Brittannië.

En wat ik ook positief vind, is dat meer en meer organisaties, zoals Gezondheid en Wetenschap, hun factchecks vertalen naar sociale media. Dat is jaren niet gebeurd. We wisten dat fake news of desinformatie op de sociale media rondging. Maar de factchecks die gemaakt werden, werden vooral op websites gepubliceerd. Alleen: gasten van 14 jaar surfen niet naar zo'n website, dat is voor 'oude mensen'. Er zijn meer en meer initiatieven om op TikTok goede, luchtige, maar wel informatieve filmpjes te verspreiden, waarin gewezen wordt op mediawijsheid en tips gegeven worden, maar waarin ook specifieke claims rond gezondheid weerlegd worden in filmpjes van 1 à 2 minuten. Dat is een hele goede vorm, want je moet het bestrijden daar waar het rondgaat."

3 tips om desinformatie te herkennen

Michael Opgengehaffen gaf enkele korte tips om mediawijzer te worden. Wij spitten ze uit. Kom je in aanraking met een artikel of video waarvan de bron je vreemd in de oren klinkt? Stel jezelf dan deze drie basisvragen.

1 Is het artikel gebaseerd op feiten?

Is de informatie in het artikel of de video objectief? Worden er bronnen gebruikt en vermeld? Echt nieuws hoort enkel de feiten weer te geven. Het is niet de bedoeling dat de auteur zelf een verklaring voor die feiten bedenkt, die nergens op gebaseerd is. Zelfs al wordt iets voorgesteld als 'de waarheid', dat betekent niet dat het ook effectief waar is.

2 Wie heeft het bericht gemaakt of verspreid?

Ga na wie de auteur of maker is. Zoek online meer informatie: werkt deze persoon ook voor andere media en hoe betrouwbaar lijken die? Vind je niets terug als je de naam intikt in een zoekmachine, dan kan het zijn dat de auteur of de maker zelfs niet bestaat. Doe hetzelfde voor degene die het bericht gedeeld heeft. Zelfs al ken en vertrouw je diegene, het kan nog steeds dat hij of zij het bericht geloofde en het daarom gedeeld heeft.

3 Waarom is het bericht gemaakt of verspreid?

Makers van fake news hebben daar altijd een reden voor. Ofwel willen ze geld aan jou verdienen, ofwel willen ze je overtuigen van een bepaalde (ideologische) boodschap. Heb je het gevoel dat er iets aan jou verkocht wordt? Wordt er om je bankgegevens gevraagd? Of is het bericht gelinkt aan een politieke overtuiging? Wees dan extra waakzaam.

Als je via sociale media klikt op een nieuwsartikel, kunnen websites ook extra advertentie-inkomsten winnen op hun website. Dat merk je vooral aan de veelbelovende of choquerende titels in je feed of nieuwsoverzicht.

Tip: gebruik meerdere bronnen

Er is tonnen informatie te vinden op het internet. En zelfs bij gekende, betrouwbare nieuwsmedia kunnen zaken die niet helemaal kloppen door de mazen van het net glippen. Daarom is het een goed idee om steeds meerdere nieuwsbronnen te raadplegen. Zo krijg je informatie vanuit verschillende invalshoeken, kan je verkeerde info makkelijker wegfilteren en blijf je goed geïnformeerd.

Mijmering

Het meisje dat het oranje licht doorzag

Er hangt een vreemd licht in onze buurt. Niet het warme oranje van de straatlantaarns bij avond, maar iets fellers, iets ongemakkelijks. Het maakt alles net iets anders dan het is, alsof de contouren van de waarheid zachtjes verschuiven.

Er was een meisje dat het als eerste zag.

Terwijl anderen langs de herinrichtingsplannen liepen zonder echt te kijken, bleef zij staan. Ze zag hoe de term 'veilige herinrichting' eigenlijk betekende: minder bankjes, meer camera's. Hoe 'groene speelzone' stond voor: twee boompjes tussen het beton. Haar ouders zeiden: "Ach kind, zo gaat dat nu eenmaal." Maar zij bleef kijken.

De buurt leek soms wel ziek van halve waarheden. Geruchten gingen rond als olievlekken, over buren die dit zouden doen, over plannen die dat zouden betekenen. Iedereen deelde ze, niemand checkte ze. Het was alsof de werkelijkheid langzaam oploste in een waas van aannames en angsten.

Het meisje begon te verzamelen.

Ze plakte de officiële nieuwsbrieven naast de foto's van hoe het echt was. Schreef de mooie beloften op en zette er de realiteit achter. Niet om te beschuldigen, maar om te begrijpen. Langzaam zagen anderen het ook: hoe taal en werkelijkheid uit elkaar waren gegroeid, zonder dat iemand het echt had gemerkt.

Op een dag, toen het oranje licht weer fel stond, gebeurde er iets vreemds.

Een man wees naar haar map met vergelijkingen. Een vrouw begon te vertellen over wat ze echt had gezien, niet wat ze had gehoord. Iemand anders knikte. Het was geen revolutie, geen grote opstand. Gewoon een paar mensen die besloten scherper te kijken, beter te luisteren.

Misschien is dat hoe het begint. Niet met schreeuwen tegen leugens, maar met het fluisteren van waarheden. Niet door anderen te overtuigen, maar door zelf aandachtig te blijven.

Het meisje loopt nog steeds door de buurt. Soms wijst ze naar iets wat niet klopt. Soms luistert ze naar een verhaal dat niemand anders nog hoort. En op de dagen dat het oranje licht het felst is, herinnert ze ons eraan: de waarheid is er nog. We moeten alleen leren kijken op een andere manier.

Jamila Hamddan Lachkar
stafmedewerker vorming en vrijwilligersbeleid



Deze mijmering gaat over hoe waarheid langzaam vervaagt in een wereld van mooie woorden en snelle geruchten. Maar ook over hoe één persoon die blijft kijken, die blijft luisteren, een tegenwicht kan zijn.

In Raak geloven we niet in wij-zij, maar in de kracht van aandacht voor wat gezegd wordt, en voor wat verzwegen blijft.

Raakraket: Poperinge

Een alien landt op je dorpsplein en wil rondgeleid worden … maar wat toon je? In Raakraket gaan we op zoek naar enkele culturele, natuurlijke of culinaire bezienswaardigheden in een dorp of stad. Deze keer landt de raket in Poperinge.

Poperinge is een charmante stad in het hart van de Westhoek die geschiedenis, erfgoed en gastvrijheid combineert. Proef lokale bieren in gezellige cafés en bewonder de hopvelden rond de stad. Poperinge biedt een unieke mix van erfgoed en rust, ideaal voor een boeiende daguitstap of een weekendje weg voor liefhebbers van cultuur en geschiedenis. Raak-vrijwilliger Luc Devos toont ons zijn favoriete plekjes in Poperinge.

Lijssenthoek

Een bezoek aan Lijssenthoek Military Cemetery in Poperinge is een indrukwekkende ervaring. Deze begraafplaats herbergt meer dan 10 700 graven van soldaten uit de Eerste Wereldoorlog, waaronder 9 901 Commonwealth-graven en 883 van andere nationaliteiten, zoals Franse, Duitse en Amerikaanse soldaten. Opvallend is het graf van verpleegster Nellie Spindler, een van de weinige vrouwelijke oorlogsslachtoffers die in België begraven liggen. Het bezoekerscentrum biedt een diepgaande blik op het medische verhaal achter de begraafplaats. Via persoonlijke verhalen, brieven en audiovisuele presentaties leer je over het leven van de mensen die hier werkten en stierven. Een recente toevoeging is een ondergrondse ruimte met een zes meter lange treinmaquette, die het spoorgebeuren rond Poperinge tijdens de oorlog illustreert.



Het Hopmuseum

Het Hopmuseum in Poperinge is dé plek om alles te ontdekken over hop en zijn betekenis voor de streek. Gevestigd in een prachtig gerestaureerd oud pakhuis dompelt het museum je onder in de rijke geschiedenis van de hopteelt, die al sinds de middeleeuwen in de regio wordt beoefend. Via vier verdiepingen vol authentieke werktuigen, interactieve opstellingen en persoonlijke verhalen leer je hoe hop wordt geteeld, geoogst en verwerkt – en waarom het zo'n belangrijk ingrediënt is van bier. Je ontdekt ook het harde werk van hoppeplukkers, vaak vrouwen en kinderen, en de evolutie van de hopteelt doorheen de eeuwen.

Het museum legt bovendien de link met het heden, met aandacht voor moderne hoptechnieken en de rol van Poperinge in de internationale biercultuur. Een bezoek is boeiend voor jong en oud, en vormt een mooie aanvulling op een tocht door de hoppevelden of een degustatie in een van de lokale brouwerijen.





Het Stadspark

Het Burggraaf Frimoutpark is een groene oase van drie hectare in het centrum van Poperinge. Het park is vernoemd naar Dirk Frimout, de eerste Belg in de ruimte, die in 1992 met de NASA-missie STS-45 rond de aarde vloog. Frimout werd geboren in Poperinge, in het gebouw waar nu het Hopmuseum is gevestigd. Bij de opening van het park op 1 september 2002 was hij zelf aanwezig. Het park is ingedeeld in drie zones: de demonstratiezone met zes thematische tuintjes die inspiratie bieden voor tuinaanleg, de ecologische zone met een vijver, boomgaard en voorjaarsweide die de biodiversiteit bevorderen, en de recreatieve zone met een speeltuin.

Centraal in het park staat het kunstwerk STS-45, ontworpen door Cyr Frimout, de broer van Dirk Frimout. Het beeld verwijst naar de ruimtevlucht van de burggraaf. In de lente- en zomermaanden is het park het decor van vele optredens en openluchtevenementen. Daarnaast is het park opgenomen in wandelroutes zoals het Wandelnetwerk Hoppeland en de Groene Ruimtewandeling, waardoor het een ideale plek is om te ontspannen.



De hoppevelden van Poperinge

Rond Poperinge strekken zich uitgestrekte hoppevelden uit, die het landschap van de Westhoek al eeuwenlang mee vormgeven. Hop wordt hier al sinds de veertiende eeuw geteeld en is uitgegroeid tot een onmisbaar ingrediënt voor bier, geliefd om zijn aroma en bitterheid. Tijdens de zomermaanden groeien de hopplanten metershoog langs indrukwekkende constructies van palen en draden. In september volgt de oogst, een periode vol bedrijvigheid en traditie, waarbij de geur van verse hop de regio vult. Vroeger gebeurde de pluk volledig met de hand, vandaag gebeurt de pluk grotendeels machinaal, maar de verbondenheid met het verleden blijft voelbaar.

Afspraak

Zomerse zoektochten

Trek je stapschoenen aan of spring op je stalen ros, want ook deze zomer valt er in heel wat Raak-buurten plezier te beleven met een leuke fotozoektocht.

Wat is het?

Koop of download een deelnameformulier, volg de route, en zoek ondertussen de foto's die op je formulier staan. Vervolgens schrijf je op waar ze zich bevinden, zet je ze in de juiste volgorde en/of beantwoord je er een vraag over. Hopelijk heb je ze aan het einde van je fietstocht of wandeling allemaal gevonden!

Sommige zomerzoektochten zijn bedoeld voor fietsers, andere kan je (ook) te voet doen. De afstanden verschillen dus, maar je kan de zoektochten altijd opsplitsen en verdelen over meerdere dagen om ze helemaal op jouw maat te maken.

In sommige Raakpunten is deelname gratis, andere vragen een kleine bijdrage.

Voor wie?

De zomerzoektochten zijn geschikt voor iedereen die graag beweegt, speurt en ontdekt. Alle tochten kan je ook met je gezin of familie doen, en hier en daar is er ook een speciale kindertocht.

Waarom meedoen?

Of je nu met je gezin, familie of vrienden op pad gaat: een zoektocht in de zon is hoe dan ook een leuke en ontspannende zomeractiviteit. Bovendien is het de ideale manier om op een originele manier nieuwe buurten in je omgeving (of wat verder) te leren kennen. En alsof dat nog niet genoeg is, vallen er ook prijzen te winnen!

Waar beleven?

Er vinden zomerzoektochten plaats in onder meer:

- Ardooie – 1/7 tot 31/8
- Bonheiden – tot 31/8
- Deurne Diest – voor fietsers – tot 27/7
- Eeklo – tot 28/9
- Ertvelde - voor fietsers - 28/6 tot 31/8
- Gijzegem-Hofstade – voor fietsers – tot 1 oktober
- Hallaar - voor fietsers - tot 7/9
- Halle St. Martinus & Buizingen – 1/7 tot 31/8
- Kaprijke – voor fietsers – tot 15/8 voor volwassenen, van 1/7 tot 31/8 voor kinderen
- Leopoldsburg – 1/7 tot 31/8
- Lokeren-Heiende – 1/7 tot 31/8
- Meer (Hoogstraten) – voor fietsers – tot 31/8
- Merelbeke – voor fietsers – 1/7 tot 31/8
- Nieuwkerken-Waas – voor fietsers – 1/7 tot 17/8
- Rotselaar – 1/7 tot 31/8
- Stabroek – 1/7 tot 5/10
- Tielen - tot 1/9
- Weerde – voor fietsers – tot 15/8
- Zittaart (Meerhout) – een voor fietsers, een voor wandelaars – 1/7 tot 31/8
- Zoersel - tot 31/8

Het volledige overzicht en alle details vind je op **www.raakvzw.be/zomerzoektochten**.





€ 100,- korting

Speciaal voor Raak-lezers: € 50,- korting per hoorapparaat!

Ga naar **oogvoororen.be/raak** of bel naar 0800 - 26542 en maak een afspraak in één van onze 17 hoorcentra.

U vindt ons in Aalst, Berchem, Brecht, Brugge, Geel, Gent, Hasselt, Kortrijk, Leuven, Mechelen, Oostende, Roeselare, Sint-Truiden, Temse, Turnhout, Wiekevorst en Zaventem. Of kies voor een audicien aan huis.

oogvoororen.be/raak

Beeldspraak

Bij Raak Kwaadmechelen, deel van gemeente Tessenderlo-Ham, vond op 17 mei 2025 hun traditionele Belhameldag plaats: een plezierige dag exclusief voor vaders en hun kinderen.

Foto's Katrijn Van Giel



Zo konden de mama's even genieten. Naast wat welverdiende rust konden de mama's ook cava degusteren, die voor de gelegenheid in promotie stond in de cafetaria.

En de kinderen? Die wandelden met alpaca's, reden op een tractor of botsten – helemaal in belhamelstijl – met bumperballs.

Een gratis plezierdag waar zowel papa's, mama's als kinderen tevreden op terugkijken. Geniet mee met de foto's van onze fotografe Katrijn Van Giel.

Belhameldag in Kwaadmechelen












20 1 18 4 13 6 10 0 17 3 19 7 14 9 12 5



Altijd Raak

Goedgevuld voorjaar

Veel buitenfoto's in deze aflevering van Altijd Raak en dat is geen toeval: nog los van het droogterecord van afgelopen lente stonden Raakpunten te trappelen om buiten te komen.

Zelf insturen? Welkom via altijdraak@raakvzw.be





Voor durvers

Raak Zedelgem ging op bezoek in reptielenopvangcentrum SOS Reptiel. Een boeiende en leerrijke ervaring.

Promoteam

Op 1 mei was Raak Kaprijke-Lembeke al vroeg uit de veren om Raak extra zichtbaarheid te geven op de rommelmarkt.





Grensoverschrijdend

Raak Wijshagen maakte Raak internationaal bekend, want zij gingen op fietstocht in het Portugese Porto.



Dappere stappers

Raak Wambeek trok met een 35-tal dappere stappers op lentewandeling.

Succesvolle beurs

De achtste editie van de hobby- en naaibeurs van de Raak Tetterende Tiretten uit Zoersel was meer dan geslaagd. Lachende, tevreden standhouders en bezoekers, een warme sfeer en bovenal: gezelligheid troef!





Cornholestrijd

Tijdens het eerste cornholetoernooi van Raak Ledegem streden 20 ploegen om de overwinning. Bij cornhole gooien spelers zakjes gevuld met bonen of maïs naar een schuine plank met een gat in. 't Rozeke uit Ardooie kroonde zich tot winnaar.

Distilleren doe je zo

Raak Pelt Centrum bracht een bezoek aan de Korhaan in Hechtel, een van de oudste nog actieve distilleerderijen van België. De leden genoten van de uitleg én van de proevertjes.







Venetië

Raak Haaltert trok op uitstap naar het Venetië van het noorden: Brugge.

Met de Franse slag

Raak Poperinge ging met 45 leden op daguitstap naar Arras. Eerst stond een boeiende rondleiding aan museum Carrière Wellington op het programma. Na de lunch was er een leuke en gezellige stadswandeling.





Blije vogels

Raak Haren begeleidde de leerlingen van een lokale school met rake hamerslagen bij het bouwen van nestkastjes.



In de bloemen

Raak Hillegem maakte prachtige werkjes tijdens een workshop bloemschikken.

Voor het goede doel

Tijdens haar smuldag overhandigde Raak Schoonderbuken de opbrengst van haar quiz – een mooie 2.000 euro – aan de mensen van De Groenhoef, een zorgcentrum voor personen met een niet-aangeboren hersenletsel.





China op treinafstand

Raak Elzestraat trok naar de Chinese buurt in Antwerpen. Onder leiding van Lei bezochten ze een Chinese supermarkt en schoven ze aan in een Chinees restaurant – met ook toelichting over de gerechten.

Samen sporten

Voor herhaling vatbaar: initiatie frisbeewerpen



Zo'n duizend inwoners telt Slypskapelle, een dorp dat deel uitmaakt van het West-Vlaamse Moorslede. Van die duizend inwoners tekenden er meteen 25 present voor de allereerste avond frisbeewerpen van Raak. "Het was fantastisch, een erg geslaagde activiteit, waar ook vijf nieuwe leden ons Raakpunt vonden", vertelt Raak-bestuurslid Brecht Lannoy (38). "Frisbeewerpen is een toegankelijke activiteit voor jong en oud samen. Achteraf bleven we nog lang hangen en bijpraten."

Een oude Chirovriend die vol passie vertelde over zijn sport: frisbeegooien. Meer was niet nodig om de bestuursleden van Raak Slypskapelle te overtuigen om een nieuwe activiteit uit te proberen. De Chirovriend gaf een initiatieles en begeleidde een wedstrijdje. De deelnemers kregen uitleg over basisbeginselen en spelregels, en ze probeerden de beste technieken om te gooien en te vangen uit. "Net als bij rugby moet je in een vierkant gooien en elkaar bereiken om een punt te scoren", zegt Brecht. "Maar bij frisbeewerpen is er geen scheidsrechter. De spelers moeten zelf overeenkomen. Geraken ze er niet uit, dan herbeginnen ze. Eigenlijk is dat best tof, je moet moeite doen om overeen te komen in plaats van het in handen van iemand anders te leggen. Die filosofie sluit ook nauw aan bij waar we bij Raak voor staan, je best doen om goed overeen te komen."

Vijftien jaar varen op de Demer



Waar de allereerste frisbee-initiatie van Raak Slypskapelle "voor herhaling vatbaar" is, zijn ze bij Raak Zichem al aan hun vijftiende afvaart van de Demer toe. Met nu ook Raak Keiberg in het zog, vaarden veertig deelnemers vijftien kilometer in duo-kajaks vanuit Schulen naar Zichem, waar een verfrissend drankje en lekkere barbecue stonden te wachten. Het is een traditie op alle vlakken: de kajakkers worden ook al vijftien jaar begeleid door dezelfde begeleider, die de Demer als zijn broekzak kent.

Fiets

29/6/2025 **Herentals Sint-Jan**
Sint-Janstoer
Voetbalkantine FC Lindau, Herenthoutseweg, 2200 Herentals | 9u-14u30: 35 km, 55 km

6/7/2025 **Keiberg-Zichem**
Hagelandtocht
SNAK Keiberg, Weg naar Messelbroek 181, 3271 Scherpenheuvel-Zichem | 8u-13u: 20 km, 40 km, 60 km

3/8/2025 **Stabroek**
Midzomerfietstocht
Vrije Basisschool De Putse Knipoog, Partizanenstraat 5, 2950 Kapellen | 8u-15u: 15 km, 35 km, 50 km

15/8/2025 **Wiekevorst**
Halfoogstrit
St. Janszaal, Dalstraat 24, 2222 Wiekevorst | 9u-15u: 25 km, 35 km

24/8/2025 **Vorst-Centrum**
Prinsheerlijk Merodegebied
Vrije Basisschool Groot-Vorst, Smissestraat 50, 2430 Laakdal | 8u-15u: 20 km, 40 km, 60 km

24/8/2025 **Kessel Station**
Tussen de Neten
Parochiezaal Kessel-station, Torenvenstraat 5, 2560 Kessel | 9u-14u: 25 km, 50 km

31/8/2025 **Putte-Grasheide**
16de Geshaaling
PMO Grasheide, Kerkhoflei 3, 2580 Putte-Grasheide | 8u-15u: 35 km, 55 km

7/9/2025 **Grobbendonk Centrum**
Grobbendonkse Pijl
Parochiezaal Grobbendonk, Boudewijnstraat 10A, 2280 Grobbendonk | 8u-15u: 35 km, 50 km

Wandelen

6/7/2025 **Keiberg-Zichem**
Tussen Keiberg en Messelbroek
SNAK Keiberg, Weg Messelbroek 181/S, 3271 Scherpenheuvel-Zichem | 8u-15u: 6 km, 10 km, 16 km | Niet rolstoeltoegankelijk

27/7/2025 **Vilvoorde Far West**
14de Pjeirefretterwandeling
De Far, Gevaertstraat, 1800 Vilvoorde | 9u-15u: 8 km, 16 km | Niet rolstoeltoegankelijk

Weekend lang volleybalplezier onder vrienden

Ook al is het geen wedstrijd om ter grootste of om ter langst lopende sportactiviteit, het Volleybalweekend van Raak Martinus Kontich is serieus indrukwekkend: tijdens het pinksterweekend namen maar liefst 76 volleybalploegen het tegen elkaar op, om net als de kajakkers na te praten bij een welverdiende barbecue. Wat 47 jaar geleden startte als een wijkentoernooi is uitgegroeid tot een vaste afspraak onder volleyballende vrienden uit de heel ruime omgeving van Kontich. Deelnemende ploegen kunnen kiezen tussen een recreatief toernooi waar spelplezier vooropstaat, of een competitief toernooi.





Het toernooi start op zaterdag met reeksen. “Per reeks nemen zes gemengde ploegen het tegen elkaar op", zegt Geert Fleerackers, de voorzitter van Komart Volleybal, de onderafdeling van Raak Martinus Kontich die het toernooi organiseert. “Elke zeskoppige ploeg moet op elk moment minstens twee mannen en minstens twee vrouwen op het veld hebben." Om toch af en toe te kunnen wisselen, bestaan de meeste ploegen uit acht tot tien spelers. Dat maakt het toernooi tot een grote activiteit met bijna duizend aanwezigen en een stevige uitdaging voor de organisatoren. “Eens de reeksen afgewerkt op zaterdag, maken we een nieuw toernooiblad voor zondag op basis van de behaalde plaatsen in de reeksen. Na een stevig ontbijt met spek en ei gaan we op zondag recht naar de finales, gevolgd door een grote barbecue en een optreden", vertelt Geert.

15/8/2025 **Wiekevorst**
Turfstekerstocht
St. Janszaal, Dalstraat 24, 2222 Wiekevorst | 8u-15u: 5 km (rolstoeltoegankelijk), 9 km, 13 km, 18 km

24/8/2025 **Vorst-Centrum**
Pootzakkentocht
Vrije Basisschool Groot-Vorst, Smissestraat 50, 2430 Vorst-Laakdal | 8u-15u: 5 km (rolstoeltoegankelijk), 9 km, 16 km

31/8/2025 **Putte Grasheide**
Geshaaling
PMO Grasheide, Kerkhoflei 3, 2580 Putte-Grasheide | 8u-15u: 6 km (rolstoeltoegankelijk), 9 km, 12 km, 16 km

7/9/2025 **Grobbendonk Centrum**
Nazomerwandeling
Parochiecentrum Grobbendonk, Boudewijnstraat 10A, 2280 Grobbendonk | 8u-15u: 6 km (rolstoeltoegankelijk), 10 km, 15 km

7/9/2025 **Elen**
Steengoede wandeling
OC Elen, Mortelveldstraat 1, 3650 Dilsen-Stokkem | 7u30-15u: 4 km (rolstoeltoegankelijk), 9 km, 13 km, 20 km

14/9/2025 **Ardooie**
End of Summer tocht
CC ‘t Hofland, Oude Lichterveldestraat, 8850 Ardooie | 8u-15u: 5 km, 7 km, 12 km, 19 km | Alle afstanden rolstoeltoegankelijk

Jogging

21/9/2025 **Lummen**
16de Lummense bosjogging
Sportcomplex De Vijfsprong, Sportweg 8, 3560 Lummen | 8u30-10u: 5 km, 8 km, 12 km

27/9/2025 **Geel-Stelen**
33ste Apolloniajogging
Parochiezaal Stelen, Stelen 77, 2440 Geel | 8u30-16u: 2,5 km, 5 km, 7,5 km, 10 km | 14u30: 100 m (kleuters) | 14u40: 500 m (lagere school) | 14u50: 1 km (lagere school)

Radar

Zomers plezier en sport in eigen land

Een snipperdag tijdens de zomervakantie of nog op zoek naar een coole familie-zomeruitstap? We tippen vijf activiteiten in eigen land die jong en oud kunnen bekoren.

Op het juiste spoor

Kruip op de fiets voor een tocht over de oude militaire spoorlijn tussen het fort van Kapellen en Kamp Noord in Brasschaat. Je fietst tussen het groen langs historische bunkers. De tocht is twee keer een uur (heen en terug), met tussenin een uurtje pauze aan het voormalig militair terrein Klein Schietveld. Je kan er genieten van de activiteit op het vliegveld, een natje en een droogje, en de kleinsten kunnen zich uitleven in de speeltuin. Een gezinsfiets biedt plaats aan 5 personen; een groepsfiets is geschikt voor 12 mensen. Ook in Namen kan je over een spoorweg fietsen, met als bestemming Maredsous.

ALLE INFO EN BOEKEN OP WWW.SPOORFIETSEN.BE EN HTTPS://DRAISINES.ONLINE.



© De Mosten

In hogere sferen

Een portie klimmen en klauteren vind je in recreatiedomein De Mosten in Meer (Hoogstraten). De Treetop Trail is een hoog klimparcours van 4,5 tot 9 meter hoogte, met een 40-tal klimelementen en 2 ziplines. Dit parcours is er voor kinderen vanaf 8 jaar en 1,30 meter groot, onder begeleiding. Kinderen van 10 jaar of ouder met een minimumlengte van 1,40 meter mogen zelfstandig klimmen.

Voor kleinere avonturiers vanaf 5 jaar is er monkey trail, een parcours op 2,5 meter hoogte tussen de bomen, met 11 hindernissen en 2 ziplines.

Met de code **RAAKvzw-KLIMT-2025** krijg je 20% op je volledige online ticketreservering. Geldig voor de eerste 250 enthousiastelingen, voor 1/11/2025.

WWW.KLIMPARKDEMOSTEN.BE

Balletje slaan

Een mix tussen een stadswandeling en licht sportief avontuur: dat is urban golf. Trek onder begeleiding met balletjes en clubs Mechelen, Gent, Leuven, Hasselt, Geraardsbergen of een van de vele andere steden in. Je speelt niet naar een hole, maar naar een standbeeld, fontein of vlagje. Een leuke mix tussen ontdekking en spelplezier!

WWW.CITY-GOLF.BE EN ANDEREN

Waterratten

Hoe combineer je vaar- met wandelpret? Met packraften! Daarmee ga je het water op in een opblaasbare boot die zo licht is dat je hem eenvoudig op je rug kan dragen om zo een gecombineerde vaar- en wandeltocht te doen. Er zijn solo- en duoboten, en uitgestippelde tochten in onder meer het Zwin, op de Grote Nete en op de Dender.

WWW.PACKRAFTEN.BE

Goed getreind

Laat je met een meer dan honderd jaar oude stoomtrein van Baasrode (Dendermonde) naar Puurs voeren, over de oude spoorlijn 52 van de NMBS. Een ritje duurt zo'n drie kwartier. Nadien kan je terugkeren met de trein of met de fiets, want die mag gratis meereizen. De trein rijdt van juli tot en met september, maar niet elke dag. Je vindt alle rijdagen op de kalender op de website.

WWW.STOOMTREIN.BE



© Lobbem via commons.wikimedia.org

100 jaar KAJ

2025 betekent het eeuwfeest van KAJ. En dat werd gevierd! Wat begon als een lokaal initiatief van Jozef Cardijn, groeide uit tot een wereldwijde beweging die miljoenen jonge arbeiders en arbeidsters samenbracht, inspireerde en mobiliseerde. Kajotters van over de hele wereld kwamen samen tijdens een online openingsmoment, een viering in Laken (waar Cardijn begraven ligt), een denkdag in Dworp, een festival in Sint-Truiden en een academische zitting in Halle.

Tekst: Dominique Coopman

Raak Magazine sprak met twee kajotters en een oud-kajotter: Anke Cloet (27), coördinator van de dagelijkse werking, Stendert Willems (22), coördinator innovatie, en Guy Tordeur (76), postulator voor de zaligverklaring van Cardijn, actief in diverse ondersteunende vzw's en lid van Raak Halle St.-Martinus & Buizingen.



Tijdens een afsluitende demonstratie op 12 mei in Brussel sprak de internationale delegatie nieuwe toekomstambities uit naar aanleiding van 100 jaar KAJ.

1 Wat raakte je het meest bij de viering van 100 jaar KAJ?

Anke Cloet: "Het enthousiasme van de jongeren. Vooral de groepen uit Latijns-Amerika, Afrika en Azië. Hoe ze hun verhaal deelden, zongen, dansten … En dat ik hen mocht toespreken in Laken, waar alles begon."

Stendert Willems: "De internationale verbondenheid. Delegaties uit Egypte, Mexico, de Filipijnen … samen op het festival. Een kippenvelmoment. We willen de komende jaren nog sterker inzetten op het interculturele."

Guy Tordeur: "De methode van Cardijn – zien, oordelen en handelen – is nog altijd springlevend. Wereldwijd. Dat raakte me diep."

2 Wat betekent KAJ en de visie van Cardijn voor jou?

Anke: "De KAJ is een plek waar jongeren zichzelf mogen zijn. Ze bouwen er aan vriendschap, aan hun talenten en aan solidariteit. Een tweede thuis."

Stendert: "De methodiek en de kernwaarden – vriendschap, vorming, actie – blijven de basis. Jongeren krijgen een stem, net als vroeger."

Guy: "Toen ik jong was, gaf de KAJ ons kansen. Nu zie ik bijvoorbeeld jongeren in het Brusselse die vechten tegen armoede en uitgespuwd worden. We moeten opnieuw durven kijken naar de oorzaken, niet alleen naar de gevolgen."

3 Waar zie je vandaag de kajotterspirit?

Anke: "In de 'Hoe is 't'-vraag en in jongeren die echt naar elkaar luisteren. Die elkaars zorgen delen. Zoals in ons project rond echtscheiding, waaruit de muziektheatervoorstelling *En ik dan?* groeide."

Stendert: "In onze KAmeleJon-huizen, waar we de werknemersjongeren van nu samenbrengen, met wie we samen op weg gaan in een steeds veranderende wereld."

Guy: "Overal waar mensen centraal staan: in jeugdbewegingen, vakbonden, sociale projecten, cultuur, betaalbaar wonen. Dat is de geest van Cardijn."

Straatketting

Onder het motto 'beter een goede buur dan een verre vriend' bezoeken Raak-vrijwilligers hun buren en zetten ze hun buurt in de kijker. Deze keer leiden Hans Van Iseghem en Dirk Vansnick van Raak Appelterre ons rond.



Bart en Sylvia

Over de straat: "We wonen hier al sinds 1999, voordien woonden we elders in Appelterre. Het is hier heel aangenaam wonen, zeker omdat het een erg rustige buurt is. De bermen mogen wel wat beter gemaaid worden."

Daan en Katia met dochters Juliette en Alice



Over de straat: "We wonen nu al veertien jaar in de Wildersstraat in Appelterre. Eerst met onze poes, intussen vervolledigen onze twee dochters ons gezin. De zeer rustige locatie – aan het einde van een doodlopende straat en naast de authentieke Wildermolen – is de grootste reden waarom we hier zo graag wonen. We hebben een prachtig zicht over ons dorp en op de weides. We dachten hier ons avontuur te starten en later nog te verhuizen, maar we wonen hier liever dan we ooit voor mogelijk hielden. We zijn dankbaar om in dit schilderijtje te mogen wonen, we zullen niet gauw vertrekken."

Over de buren: "We hebben vriendschappelijk contact met onze buren. Even op elkaars kinderen passen, een boodschap doen voor elkaar, elkaar helpen met praktische klusjes, spontaan kunnen afspreken om een toertje te wandelen of lopen, dat doet deugd. Ook aan de coronaperiode houden we veel warme herinneringen en burenvrienden over. Onze kinderen gaan graag met de kinderen van de buren op stap in de buurt, om pasgeboren veulens en kalveren te vertroetelen op de boerderij hiernaast of om gewoon eens te gaan wandelen. Enkele jaren geleden gaven we een feestje op een tropisch warme zomeravond. We nodigden uiteraard ook de buren uit. De achterbuur installeerde zijn dj-booth voor ons tuinhuis. Met goeie beats, mojito en sangria werd het een onvergetelijk tuinfeest, dat erin resulteerde dat een buurman rechtstreeks naar zijn ochtendshift vertrok vanop ons feestje. Het zou fijn zijn mochten onze dichte buren allemaal deelnemen aan onze volgende Homo Universalis-wedstrijd die we met Raak in Appelterre-Eichem organiseren. Bij deze nodig ik hen uit om deel te nemen!"



Over de buren: "Met de buren hebben we veel contact, en wat ons betreft bestaat er geen twijfel over: een goede buur is inderdaad beter dan een verre vriend. Elk jaar organiseren we een burenbarbecue, dat is altijd fijn. De dans- en zwempartijen zijn onze favoriete herinneringen. Wat ons betreft mag het snel weer van dat zijn, op een gezellige bijeenkomst of tijdens een reünie met ex-buren, bijvoorbeeld."





Over de straat: "We wonen hier nu al vijftien jaar, voordien woonden we in het centrum van Aalst. We besloten hier te komen wonen omwille van de landelijke omgeving en hebben er geen seconde spijt van gehad. Het dorpsgevoel is hier sterk aanwezig en de omgeving voelt pittoresk aan – een heel contrast met waar we eerst woonden. Wel missen we de dorpsbakker en slager die hier vroeger waren, en ook een gezellige brasserie of een leuk buurthuis zouden mooi meegenomen zijn."

Koen en Vanessa met dochter Katniss



Over de buren: "We hebben veel contact met onze buren, maar we lopen elkaars deur zeker niet plat. Dat is ook ideaal voor ons. Onze favoriete herinnering aan de buurt is ons trouwfeest, dat plaatsvond midden in het coronatijdperk. Door de beperkingen werd het een tuinfeest met de buren, wat heel gezellig en leuk was. We kijken ook altijd uit naar de buurtfeesten met wafelenbak, elk jaar weer een mooi moment. Wat we nog samen zouden willen ondernemen? Een zwembad of een zwemvijver graven voor heel de buurt, of een gemeenschappelijke volkstuin aanplanten."

Silke en Tim



Over de straat: "We wonen al zo'n twaalf jaar in deze straat en zouden het niet anders willen. In de dorpskern, dicht bij al het gebeuren maar zonder verstikkend gevoel, dat is ideaal. De buurt mooier maken? Dat kan volgens ons niet."

Over de buren: "We hebben goed contact met onze buren en helpen elkaar waar we kunnen. Bij de ene heb je langere conversaties in de tuin, bij de andere blijft het bij wuiven op straat, maar dat is oké. We geven elkaars planten water, staan klaar met advies over onze eigen expertise, en helpen bij computer- of telefoonproblemen. Onze favoriete herinnering is het parking-aperitief, dat ontstond nadat we in coronatijden elke dag buiten gingen applaudisseren voor de zorg. Het begon met een babbel, dan kwam er een buur bij, een pintje, een hapje, … Graag zouden we de buren die we niet zo vaak zien, eens wat beter leren kennen. Bij een lekkere barbecue, bijvoorbeeld."

Tegenspraak

Een nieuw vluchtelingen-centrum in de buurt

Als er ergens een opvangcentrum voor vluchtelingen komt, veroorzaakt dat bijna altijd roering bij buren. Zij vrezen overlast en onveiligheid. Sommigen verzetten zich luidkeels, anderen wachten ongerust af. In Ieper – waar het Rode Kruis begin vorig jaar een tijdelijk opvangcentrum opende in de voormalige legerkazerne – was dat niet anders. Nu, anderhalf jaar later, brachten we buren Luc en Trees en bewoonster Laure uit Kameroen samen om te horen hoe zij het tot nu toe hebben ervaren.

Foto's Ine Strubbe • Tekst An Candaele



Laure



Trees en Luc

Trees en Luc zijn buren van het opvangcentrum

Trees woont al bijna haar hele leven in Ieper, Limburger Luc woont er al 27 jaar. Hun huis staat in een wijk iets voorbij het opvangcentrum.

"Toen het nieuws zich verspreidde dat hier een opvangcentrum zou komen, werd dat druk besproken tussen de buren", herinnert Luc zich. "Mensen waren er niet gerust op hoe dat zou lopen."

Onbekend maakt onbemind

"Een groepje voerde een paar keer actie aan de poort van het domein", vertelt Trees. "Zo vijandig stonden wij er niet tegenover. Maar we waren toch ook een beetje ongerust. 350 mensen met een andere cultuur samen, welke impact zou dat hebben op de buurt? De buurvrouw begon er ook steevast over: 'Heb je het gehoord? Zoveel vluchtelingen, hier zo dichtbij.'"

"Je weet niet wat je moet verwachten en in de media hoor je vooral over wat er misloopt", gaat Luc verder. "Dat beïnvloedt je mening. En onbekend maakt onbemind hé. In de beginjaren dat ik hier woonde, kreeg ik ook constant te horen dat ik niet van hier was en ze mij niet verstonden. Iemand uit Limburg was al 'vreemd'. Niet verwonderlijk dat mensen die er anders uitzien en een andere taal spreken met nog veel meer argwaan bekeken worden."

Wederzijds ongemakkelijk

Toen het opvangcentrum opendeurdag hield, zijn Luc en Trees op de uitnodiging ingegaan. "De ontmoeting met de bewoners en hun gastvrijheid greep me aan", vertelt Luc. "We bezochten ook een paar kamers. Die zijn klein om met vier mensen in te leven. De bewoners vertelden dat ze dankbaar zijn dat ze hier opgevangen worden. Ze waren heel vriendelijk. Een beetje geforceerd vriendelijk eigenlijk. Dat voelde ongemakkelijk, van weerskanten. Je kent en verstaat elkaar niet. Maar de opendeurdag was wel een goed initiatief. De bewoners hadden desserts gemaakt, het was gezellig. Je moet beginnen met gewone dingen. Samen eten overbrugt taalbarrières. Je kan het niet forceren. Er zijn mensen in de buurt, geboren en getogen Ieperlingen, die we na jaren nog altijd niet kennen."

Ik hoorde sommige buren op die opendeurdag tegen elkaar zeggen: 'Ze hadden dat hier niet mogen neerpoten, dit is toch geen plek voor een opvangcentrum.' Daar heb ik op gereageerd: 'We zijn uitgenodigd om te komen kijken, laat ons niet negatief doen.'"

"Ik vond het fijn dat we mochten komen, maar voelde ook ongemak dat we kwamen rondneuzen", zegt Trees. "Ik was wel onder de indruk van wat ze hier allemaal doen en ik had ook medelijden, dat mensen in een container wonen of met vier op een kamer."

Gescheiden werelden

"De schrik zit er bij de buurt nog altijd wat in, maar ik denk dat het beetje bij beetje zal wegebben", zegt Luc. "Het zou helpen als het centrum minder afgesloten zou zijn en je makkelijker kon binnenlopen. We hebben wel eens kleren die er misschien van pas zouden kunnen komen, maar we weten niet of we die kunnen geven en hoe."

"We leven in afgescheiden werelden en weten weinig van elkaar", vindt Trees. "Als ik naar de stad fiets, kom ik mensen tegen die hier wonen. Ze gedragen zich fatsoenlijk. Ik heb nog nooit negatieve dingen opgemerkt. Ik zou goeiedag willen zeggen, maar ze kijken ons niet aan. Wellicht zouden wij ook zo zijn als we in een vreemd land terechtkomen waar we de gewoontes niet kennen."

Of ze advies hebben voor mensen die vernemen dat er een opvangcentrum voor vluchtelingen in hun buurt komt, wil ik weten.

Luc: "Panikeer niet. Zo'n centrum werkt met de beste bedoelingen. Goede bedoelingen zijn geen garantie dat alles loopt zoals we zouden willen, maar probeer ervoor open te staan."

Trees: "Dat mensen niet ongerust moeten zijn, het Rode Kruis doet mooi werk en er is geen overlast."

Vluchtelinge Laure woont in het opvangcentrum

Aimé-Laure, zoals haar volledige naam luidt, woont nu bijna zeven maanden in het opvangcentrum in Ieper. Iedereen noemt haar Laure en dat vindt ze prima. Ze kwam na een lange tocht vanuit Kameroen hier terecht.

"De andere drie vrouwen met wie ik de kamer deel, kende ik niet voor ik hier kwam", vertelt ze. "Twee van hen kennen geen Engels of Frans, maar we trekken onze plan om elkaar te verstaan. Veel lastiger vind ik het gebrek aan privacy."

Overdag volgt Laure een vooropleiding zorgkunde in Kortrijk. Ze gaat met de trein op en af. "In september hoop ik aan de opleiding zelf te kunnen beginnen. Het is de eerste keer in mijn leven dat ik studeer, in Kameroen kreeg ik die kans niet. Ik heb vooraf twee modules Nederlands gevolgd, maar mijn taalkennis is nog verre van perfect. Dat maakt studeren extra moeilijk, maar ik werk hard. Ik doe nu stage in een woonzorgcentrum in Ieper. Bewoners daar praten dialect, dat begrijp ik niet. Mijn stagebegeleider vertaalt voor mij.

Sommige mensen vinden vluchtelingen in hun buurt niet fijn. In het begin dat ik in Ieper was, waren de mensen op de bus niet vriendelijk. Als ik iets probeerde te vragen in het Frans of Engels keken ze de andere kant op. Dat deed pijn, ik voelde me niet welkom. Sinds ik me verstaanbaar kan maken in het Nederlands is het gelukkig verbeterd."

"We hebben geen contact met de buurt. Dat buren langskwamen op de opendeurdag vond ik wel goed. We maakten gerechten uit onze landen van herkomst die de bezoekers konden proeven. Ondertussen vertelden wij over ons land en onze situatie. Er was een meneer die me moed insprak. Dat was echt een steun."

"Ik wacht op een gesprek in Brussel. Als ik daarna bevestiging krijg dat ik in België mag blijven, moet ik binnen de vier maanden een woning vinden, want in het centrum kan ik dan niet blijven. De meeste verhuurders vragen een werkcontract, maar dat is een groot probleem voor mensen die nog geen werk hebben. En misschien verhuren sommigen ook niet graag aan nieuwkomers."



Toekomstdromen

Wat ze droomt voor de toekomst, vraag ik. “Mijn grootste droom is dat mijn dochtertje van 8 jaar naar hier kan komen. Ik moest haar achterlaten in Kameroen. Ik ben lang onderweg geweest om hier te geraken via Gabon, Turkije, Moldavië, Roemenië, Hongarije en Duitsland. Ik heb mijn kind al een paar jaar niet meer gezien, het is zwaar haar zolang te moeten missen.

Mijn tweede droom is de opleiding zorgkunde afwerken. Daarna wil ik een paar jaar werken om geld te verdienen en dan verpleegkunde studeren. In de zorg zijn er mensen te kort, dat zie ik in het woonzorgcentrum. In Kameroen blijven oude mensen bij de familie tot ze sterven, daar hebben we geen woonzorgcentra. Dat is onze cultuur. Ik vind het één niet beter dan het ander. Sommige mensen hebben geen kinderen of ze hebben lichamelijke of mentale problemen waar speciale hulp voor nodig is. Of misschien is er maar één zoon en kan die niet zorgen voor zijn ouders, of moeten de kinderen gaan werken en is het woonzorgcentrum dan een goede oplossing. Daar oordeel ik niet over."

Zwaaien naar elkaar

Of ze zelf koken in het centrum, wil Trees weten. “Soms maak ik eten in de keuken, andere keren eet ik in de refter", legt Laure uit. “Ik kook graag, maar heb er niet vaak tijd voor. Voor 's middags neem ik boterhammen mee naar school, of ik koop iets te eten met wat ik verdien door werkjes te doen in het centrum."



“En hoe ervaar je ons Belgische weer als je uit een zonnig land komt?", vraagt Trees. “Tot eind april had ik dag in dag uit een loopneus", zucht Laure, “die kou en regen ben ik nog niet gewoon."

“Het is moeilijk nu voor jou, het zal tijd vragen, maar je komt er wel", steekt Trees Laure een hart onder de riem. “We zijn onder de indruk van je verhaal en van hoe hard je werkt aan je toekomst. Respect."

> “Mijn grootste droom is dat mijn dochtertje van 8 jaar naar hier kan komen. Ik moest haar achterlaten in Kameroen."
>
> LAURE

“En nu we jou ontmoet hebben, zullen we zwaaien als we je tegenkomen", zegt Luc. “En op de volgende opendeurdag komen we weer op bezoek."

“Welkom", lacht Laure, “en ik zwaai zeker terug."

Laat je raken door hun verhalen

Ik verlaat het centrum samen met Trees en Luc. We zijn onder de indruk van wat Laure vertelde.

“Het gebrek aan privacy zou ik het moeilijkste vinden aan hier wonen", zegt Trees. “En dat Laure haar dochtertje moest achterlaten is vreselijk. En zo heeft elk van de 400 bewoners hier zijn of haar verhaal. We kunnen het ons niet voorstellen. Mensen vertrekken niet uit hun land als er geen grote problemen zijn. Ze zullen hier misschien ooit wel een beter leven kunnen uitbouwen, maar de start is heel moeilijk. En niet iedereen is zo sterk als Laure."

“Iedereen zou zo'n verhalen moeten horen, zoals wij nu", vindt Luc. “Laat vooroordelen varen, laat je raken en probeer je in hun plaats te stellen."

Trees: “Studeren, een vreemde taal leren, zorg dragen voor mensen in het woonzorgcentrum ... terwijl ze zelf een zware rugzak te dragen heeft en hier alleen is zonder familie en zonder haar dochter. Je moet het maar doen, ik vind haar heel moedig. Protesteren tegen de komst van mensen in moeilijke situaties, doe dat niet, het is nergens voor nodig."

“Misschien moeten we eens samen met bewoners muziek maken", droomt Luc luidop. “Ik speel muziek, Trees ook. De kortste weg tussen twee harten is via de muziek. En je hoeft er mekaars taal niet voor te verstaan, de taal van de muziek is universeel."

Raak leest

Ben je nog op zoek naar een boeiend boek voor aan het strand of in de tuin? We helpen je graag op weg!

Het eiland zonder vrouwen *en 69 andere fascinerende plekken in Europa*



Joost Houtman, Borgerhoff-Lamberigts

Dit boek neemt je mee op reis. Naar minder bekende landen en regio's als Andorra, Beieren, de Faeröer, Friesland, Gibraltar, Liechtenstein, Monaco en Wales, maar ook naar het eiland waar geen enkele kat een staart heeft en het eiland waar geen enkele vrouw voet aan wal mag zetten. We bezoeken de Ch'ti die hun met kaas belegde boterham 's morgens in de koffie met chicorei dopen, en de Samen die absoluut nooit meer als Lappen willen aangesproken worden. We ontdekken waarom de Liechtensteinse vorst elk jaar op 15 augustus al zijn landgenoten op een kaas- en wijnavond trakteert, waarom de drukst bezochte apotheek ter wereld in Vaticaanstad ligt, waarom de San Marinezen maar liefst achttien klinkers in hun lokaal dialect hebben, en wat er in Llanfairpwllgwyngyllgogerych-wyrndrobwllllantysiliogogogoch te beleven valt. In dit verrassende boek ontdek je een onbekend Europa.

De Vallei van Troost



Leo Bormans en Rosalien Helsen, Uitgeverij Lannoo

Dit boek is gebaseerd op een waargebeurd verhaal. Een kinderrechter rondt haar loopbaan bijna af, wanneer er iets wonderbaarlijks gebeurt. Een zevenjarige jongen die zijn hele leven nauwelijks heeft gesproken, zoekt in haar kantoor contact met de altijd aanwezige luisterbeer. Veel kinderen vertelden al meer aan de beer dan aan de rechter zelf. Maar deze keer ontstaat een echte dialoog tussen de jongen, de beer en de rechter. Zij besluit om samen met hen een ultieme reis te maken door het landschap van persoonlijk en collectief verdriet. Het resultaat is het wonderlijke De Vallei van Troost. Bij toeval ontmoette Leo Bormans een rechter met een heel bijzonder verhaal. Hij boetseerde haar inzichten en ervaringen tot een universeel reisverhaal van Verstand, Gevoel en Onschuld naar het Uitzicht op Inzicht en Troost. Rosalien Helsen vertaalde de woorden naar een reeks betoverende illustraties in dit tot de verbeelding sprekende boek.

De Moederbreinmythe



Elke De Witte, Uitgeverij Pelckmans

Vanaf de zwangerschap tot zeker zes jaar na de bevalling – en misschien wel levenslang – ondergaat het moederbrein veranderingen. Die veranderingen bij moeders worden vaak afgedaan als het vergeetachtige *mom brain*, maar wat als deze juist krachtige voordelen hebben? Het is tijd om de mist rond het moederbrein op te klaren. Dat vindt ook Elke De Witte, doctor in de neurolinguïstiek en moeder van twee zoontjes. Zij dook in de wetenschap en sprak met moeders, vaders, onderzoekers, zorgverleners en experts. In dit boek weerlegt ze mythes, beschrijft ze de impact van het moederbrein op ons denken, voelen en functioneren, en deelt ze inzichten van de meer dan tweehonderd moeders die ze bevroeg. Samen met experts biedt ze concrete adviezen voor moeders, hun omgeving en de maatschappij. Want zorgen voor het moederbrein is een collectieve verantwoordelijkheid.

Van vogala tot noncha *Het historische verhaal van de Nederlandse taal*



Miet Ooms, Borgerhoff-Lamberigts

Is 'Hebban olla vogala' echt het oudste zinnetje in het Nederlands? Waarom kondigde Maria van Bourgondië taalwetten af? Was de Statenbijbel het eerste boek in het Standaardnederlands? Was het Nederlands in Vlaanderen inderdaad belabberd tijdens het Verenigd Koninkrijk der Nederlanden? Waarom werd tante Sidonie in de jaren zestig tante Sidonia? Welke woorden en uitdrukkingen hebben we te danken aan Van Kooten en De Bie? Waarom zijn de Limburgse dialecten wel een erkende streektaal in Nederland en niet in België? Auteur en taalexperte Miet Ooms loodst je, geholpen door schitterende illustraties, van inscriptie naar oorkonde en van boek naar televisie-uitzending, door de geschiedenis van de Nederlandse taal. Een verhaal waarin, naast woorden en klanken, ook status en identiteit centraal staan.

Raak mag drie exemplaren van 'De moederbreinmythe' en vijf exemplaren van 'Het eiland zonder vrouwen' weggeven. Mail voor 31 juli 2025 naar wedstrijden@raakvzw.be en vermeld de titel van jouw voorkeurboek, samen met je Raak-lidnummer en adres. Succes!

Vrijspraak

Ook op een bestuursvergadering gebeurt het: een discussie splijt de trouwe vriendengroep in twee kampen.

Gelukkig blijven we luisteren naar elkaar. Daardoor begrijpen we elkaars bezorgdheden en samen zoeken we een oplossing.

Maar het kan ook anders. Ieder blijft bij zijn standpunt en er is geen dialoog meer. Ieder verzamelt nog extra argumenten om het eigen standpunt te verstevigen. De ruimte om naar een compromis te zoeken wordt kleiner.

Gelukkig komen we dit in Raakpunten niet zo vaak tegen. Wij begrijpen de kunst van het luisteren naar elkaar, ook naar de persoon die anders denkt. Wij willen samenwerken met iedereen om er een gezellige vereniging of een gezellige buurt van te maken.

Een standpunt innemen is iets waar Raak doorgaans erg voorzichtig mee is. Dat doen we in principe alleen over thema's waar we echt kennis over hebben en die passen in onze missie en onze manier van werken, zoals de rijopleiding, mensen verenigen en het vrijwaren van zaaltjes of plaatsen waar mensen samenkomen.

Bovendien is een standpunt innemen als individu iets anders dan spreken voor een organisatie met bijna 50.000 leden. Wij geloven sterk in onze leden, die zelf tot inzichten kunnen komen. Daartoe geven we correcte info, gebruiken we verbindende activiteiten en werkvormen, en maken we ruimte voor dialoog en écht luisteren. Dat is waar Raak sterk in is.

Ligt Raak dan niet wakker van een wereld waarin je steeds meer het gevoel krijgt dat je een kamp moet kiezen, opgedeeld in twee groepen die lijnrecht tegenover elkaar staan? De gevolgen daarvan zijn toch niet te overzien?

En ja, ik word ziek van al het geweld, de bombardementen, oorlogen, blokkades van voedsel of medische hulp. Mensen zitten zo niet in elkaar, maar worden opgepookt en bestookt met argumenten die soms helemaal verzonnen zijn. Daarom riepen we onlangs ook op om aan te sluiten bij de manifestatie in Brussel: mensenrechten zijn voor ons heel belangrijk.

Medicijn

Er is nood aan een medicijn. Raak is volgens mij het medicijn. Ons medicijn is samenkomen, in gesprek gaan, oplossingen zoeken en actievoeren. Misschien 'drop' ik dan toch een standpunt of een eigen oplossing. Namelijk dat verdeeldheid zaaien minder opbrengt dan mensen samenbrengen ... In de buurt, in de wereld, overal waar mensen samenleven.

En samen kan je dan ZIEN dat er een probleem is, LUISTEREN naar alle stemmen, dan pas OORDELEN en tenslotte HANDELEN. Zo is het heel duidelijk dat we een organisatie zijn die werkt van onderuit. Jullie, allemaal, hebben betekenis en samen kunnen we RAAK schieten (met woorden) waar het nodig is.

Jo De Smet
Gedelegeerd bestuurder Raak



Raak Zele-Heikant duikt in de Italiaanse keuken



Kookgroep Zele-Heikant

Sinds 2015 komt de kookgroep van Zele-Heikant vier keer per jaar samen in de keuken van parochiezaal De Kring om heerlijke gerechten te bereiden. Het team bespreekt de recepten en thema's, waarna Guido Roels, de drijvende kracht achter de kooklessen, een smakelijke avond voorbereidt. “De leukste momenten zijn als we mogen koken voor anderen”, vertelt Guido. “We koken elk jaar voor onze partners en ook de jaarlijkse Raak-BBQ wordt met veel zorg opgenomen door de kookploeg.”

Koken is het ideale recept om mensen samen te brengen. In Lekker Raak gaan we op zoek naar de beste gerechten om samen klaar te maken, met Raak-koks als proefkonijnen. Deze keer ging de kookgroep van Zele-Heikant aan de slag met enkele recepten uit *Mangiamo all'Italiana*, waarin Sarah Puozzo je meeneemt op een culinaire reis door Italië.



Pavarotti's rotoli met spinazie en ricotta

Voor 6 tot 8 personen

Ervaringen van de kookploeg

"De bouillon maakte het gerecht tot een zeer lekker geheel. De bereiding vraagt wel wat geduld. Eens de spinazie klaar is, is er nog veel werk aan het rollen van de lasagnevellen. Daardoor is het gerecht minder geschikt voor grote groepen, tenzij je andere pasta gebruikt. Ook voor kinderen is het een goed recept. Het gerecht werd erg gesmaakt!"



Wat heb je nodig?

- 1 kg verse spinazie
- 1 teentje look
- 50 g Parmezaanse kaas + extra voor de afwerking
- 500 g ricotta
- Zeste van 1 citroen
- Nootmuskaat
- 1 liter gevogelte- en groentebouillon, gemengd
- 20 gedroogde lasagnevellen
- 60 g boter

Hoe ga je te werk?

1. Reinig de spinazie en bak hem in wat zonnebloemolie met een fijngesnipperd teentje look. Kruid met peper, zout en nootmuskaat. Laat goed slinken en hak daarna de spinazie zeer fijn.
2. Rasp de Parmezaanse kaas en meng hem met de fijngehakte spinazie, de ricotta en citroenzeste. Kruid eventueel nog wat bij met een snufje zout en/of zwarte peper.
3. Verwarm de oven voor op 220 °C. Breng intussen de bouillon aan de kook en kook hierin telkens 5 lasagnevellen in 5 minuten. Haal ze eruit en halveer ze in de lengte.
4. Verdeel twee derde van de spinazie-ricottavulling over de gehalveerde vellen en rol ze losjes op.
5. Leg alle rotoli in een ovenschaal. Giet via de zijkant voorzichtig wat bouillon erbij.
6. Rasp er nog wat Parmezaanse kaas over en zet de ovenschaal 10 minuten in het midden van de oven. Smelt de boter en giet deze over de rotoli. Serveer met een beetje bouillon erbij.

Piëmontese vitello tonnato

Voor 4 personen



Wat heb je nodig?

- Een scheut olijfolie
- Snufje fleur de sel
- Snufje zwarte peper
- 800 g kalfsmuis

Voor de tonnatosaus

- 4 eieren
- 150 g tonijn uit blik
- 5 ansjovisfilets in olie
- 10 g kappertjes in azijn
- 2 el mayonaise
- Handvol appelkappertjes

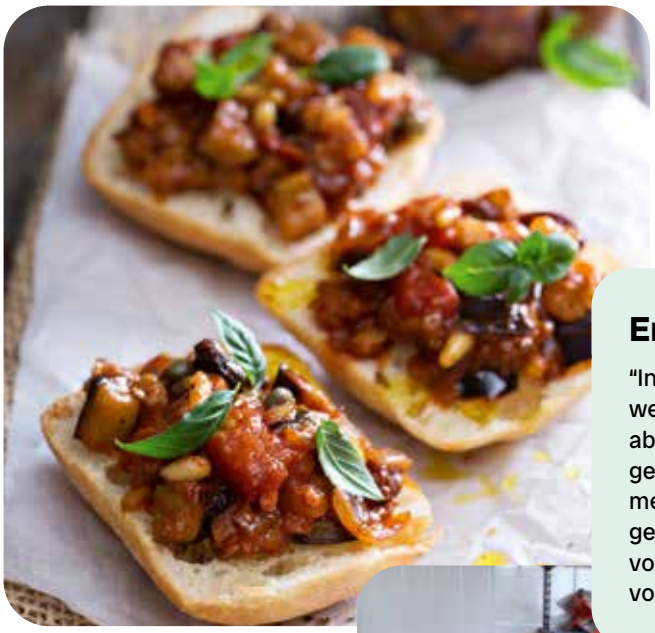
Ervaringen van de kookploeg

"Superlekker, deze combinatie van kalfsvlees, tonijn en kappertjes. Het snijden van het kalfsvlees vraagt wel een beetje ervaring. De vitello tonnato is ideaal voor grote groepen, je kan het vlees en de saus op voorhand bereiden. De kappertjes zorgen voor een mooi contrast. Door de zachte smaken zullen kinderen dit zeker lusten, al kan je eventueel de sterke appelkappertjes weglaten. Kerstomaten kunnen zorgen voor extra kleur op het bord."



Hoe ga je te werk?

1. Verwarm de oven voor op 220 °C.
2. Neem een braadpan en verhit er een scheut olijfolie in op hoog vuur. Strooi wat fleur de sel en zwarte peper over het vlees en duw aan. Schroei het vlees dicht aan alle kanten. Steek een vleesthermometer in het dikste deel van het vlees en stel de kerntemperatuur in op 50 °C. Zet de pan in de voorverwarmde oven.
3. Maak ondertussen de tonnatosaus: kook de eieren 10 minuten in water, laat ze schrikken onder koud water en pel ze. Laat de tonijn uit blik uitlekken en mix in een blender met de hardgekookte eieren, de ansjovisfilets, de kappertjes en de mayonaise. Zet daarna in de koelkast.
4. Haal het vlees uit de oven en laat afkoelen. Snijd er dunne plakjes van; gebruik hiervoor eventueel een snijmachine. Drapeer enkele plakjes op een bord en verdeel er wat tonnatosaus over. Werk af met appelkappertjes en een scheutje olijfolie.



Caponata met gegrilde sardines

Voor 4 tot 6 personen

Ervaringen van de kookploeg

"In het originele recept is er geen sprake van de sardienen. Die werden door onze lesgever Guido toegevoegd en het was een absolute upgrade van het gerecht. De caponata is een heerlijk gerecht waar zoete en ietwat zurige tinten mooi samengaan met het zilte van het sardientje. De manier waarop de toast werd gepresenteerd was heel origineel en smakelijk. Een ideale starter voor een Italiaanse feestavond, en aangezien je de caponata op voorhand kan maken, is het ideaal voor grote groepen."



Wat heb je nodig?

- 3 aubergines
- 1 rode paprika
- 1 gele paprika
- 2 stengels bleekselderij
- 2 rode uien
- 2 el kappertjes
- Een flinke scheut olijfolie
- 40 g tomatenpuree
- 75 g basterdsuiker
- 75 g wittewijnazijn
- 50 g ontpitte groene olijven
- 50 g rozijnen
- 50 g pijnboompitten
- Handvol platte peterselie
- 6 sneetjes toastbrood
- 6 sardines
- Enkele teentjes knoflook, geperst of fijngesneden
- 1 citroen
- Olijfolie

Hoe ga je te werk?

1 Snijd de aubergines in dobbelstenen van 1,5 centimeter, bestrooi met zout en laat een halfuurtje uitlekken. Verwijder de zaden en zaadlijsten van de paprika's, snijd in repen. Snijd de stengels bleekselderij in bogen en de rode uien in ringen.

2 Verhit olijfolie in een grote pan. Spoel de aubergine af en knijp het vocht eruit. Bak de aubergine in de olijfolie, samen met de paprika, de bleekselderij en de ui. Voeg na 5 minuten de tomatenpuree, de basterdsuiker en de wittewijnazijn toe. Voeg daarna de groene olijven, de rozijnen, de kappertjes en de pijnboompitten toe. Breng op smaak met een snufje zout. Laat 30 minuten zachtjes pruttelen.

3 Verwarm de oven voor tot 220 °C. Leg de sardines in een grote braadslede. Doe er knoflook over en bestrooi met een snufje peper en zout. Rasp er met een fijne rasp de schil van de citroen bij, knijp er alle sap over en leg de uitgeknepen helften met de snijkant naar boven naast de sardines in de braadslede. Besprenkel de visjes met een beetje olijfolie.

4 Zet de braadslede met visjes ongeveer 10 minuten in de hete oven tot de visjes goudbruin en krokant zijn.

5 Verwijder de korst van het toastbrood en snijd de sneden overhoeks door. Maak in elke driehoek een inkeping van 1x1 cm in het midden van de langste zijde. Besprenkel de sneden met wat olijfolie en plaats ze even onder de grill tot ze goudkleurig worden. Schuif twee driehoeken met de inkeping in elkaar en zet deze constructie op het bord. Serveer daarnaast een portie caponata. Leg de gegrilde sardine deels op de toast, deels op de caponata.

6 Hak de platte peterselie fijn en strooi net voor het serveren over de caponata met sardine.



Raak-leden kunnen *Mangiamo all'Italiana* bestellen met 9 euro korting (25,99 euro i.p.v. 34,99 euro) via www.lannoo.be/nl/mangiamo. Gebruik de code raakmangiamo, geldig tot 31 juli 2025.

Lofspraak

SAAMO provincie Antwerpen wint 'Prijs Armoede Uitsluiten' met project De Experten



"Neem de noden van de meest kwetsbaren als uitgangspunt voor het transitiebeleid"

Het klimaat is een zaak van iedereen. Maar wie in armoede leeft, wordt vaak vergeten in het debat. Dat is buiten De Experten gerekend, een initiatief van SAAMO provincie Antwerpen. Het project pleit voor klimaatrechtvaardigheid en geeft mensen in armoede een stem. Vzw Welzijnszorg beloonde eind mei De Experten met de Prijs Armoede Uitsluiten 2025.

Tekst Michiel Bronckaerts

De Prijs Armoede Uitsluiten van Welzijnszorg stond dit jaar in het teken van klimaatverandering en de impact ervan op mensen in armoede. Hoewel het klimaat iedereen aanbelangt, richten beleidsmaatregelen zich vooral op de middenklasse. Ook in België en Vlaanderen. Gelukkig pakken sommige armoedeorganisaties dat probleem aan, zoals bijvoorbeeld SAAMO Provincie Antwerpen, Welzijnsschakel Kantel, ATD Vierde Wereld Vlaanderen en CLT Brussel. Die vier genomineerden tonen elk op hun manier hoe een klimaatbeleid zowel sociaal ingebed als structureel rechtvaardig kan zijn. Uiteindelijk koos Welzijnszorg voor De Experten van SAAMO provincie Antwerpen. Het project viel onder meer op door zijn unieke samenwerking tussen mensen in armoede, middenveld en beleidsmakers.

"De Experten vertrekt vanuit de meest kwetsbaren. En wat goed is voor hen, is goed voor iedereen", zegt Koen Trappeniers, directeur van Welzijnszorg. "Ik wil daarom beleidsmakers vragen om de situaties, noden en visies van kwetsbare groepen als uitgangspunt te nemen voor het transitiebeleid. Garandeer de participatie van kwetsbare groepen in alle fasen van het beleids- en beslissingsproces rond een rechtvaardige transitie. Van het uitdenken, ontwikkelen en uitvoeren tot het monitoren, evalueren en bijsturen. Hun inbreng moet meetellen."

SAAMO provincie Antwerpen ontving uit handen van Jos Geysels, minister van Staat en voorzitter van Reset Vlaanderen, een geldprijs van 20.000 euro. Daarnaast schonk Welzijnszorg de laureaat het bronzen kunstwerk De Levensloop van Piet Vandenhende en Caroline Mathys.





“De echte experten? Dat zijn mensen die daadwerkelijk hun energiefactuur niet kunnen betalen of niet de middelen hebben om te investeren in groene energie. Daarom is hun stem zo belangrijk.”

Ann Van der Wilt, teamcoördinator Energie en water bij SAAMO provincie Antwerpen, is al jaren betrokken bij het project De Experten. Haar doel: mensen in armoede deel laten uitmaken van het klimaatverhaal. En dat als volwaardige partners.

Wat betekent klimaatrechtvaardigheid?

“Kwetsbare groepen wonen in de slechtste woningen en buurten, waar ze het hardst lijden onder luchtvervuiling en extreme weersomstandigheden, maar ze zijn er in mindere mate verantwoordelijk voor. Wie met beperkte middelen leeft, beperkt ook zijn voetafdruk. We mogen hen niet dubbel straffen met een beleid dat zich hoofdzakelijk richt op de middenklasse. Niet alleen op financieel vlak, maar ook qua inspraak. Wie niet gehoord wordt, krijgt ook geen kans om te participeren. Met De Experten willen we ervoor zorgen dat iedereen kan meestappen in de energietransitie. Alleen dan krijg je een sociaal rechtvaardig klimaatverhaal.”

Hoe ontstond het idee om mensen in armoede, het middenveld en beleidsmarkers samen te brengen?

“Al meer dan 20 jaar vergaderen we maandelijks over de uitdagingen op het vlak van energiearmoede. We komen samen met een zeer diverse groep van energieprofessionals, beleidsmakers en sociale organisaties zoals het OCMW en het CAW. Professionele experten genoeg, maar voor een totaalbeeld heb je ook ervaringsdeskundigen nodig. Mensen die daadwerkelijk hun energiefactuur niet kunnen betalen of niet de middelen hebben voor isolatie, nieuwe ramen … en al zeker niet voor zonnepanelen of een warmtepomp. Zij zijn de echte experten en brengen zaken aan die je anders over het hoofd ziet. De wisselwerking tussen al die diverse groepen is een grote troef.”

Hoe verloopt zo’n vergadering?

“Onze experten wonen de maandelijkse vergadering bij en leren van de professionals. Daarnaast delen ze in alle eerlijkheid hun persoonlijke situatie. Waar botsen ze precies op? Vaak gaat dat over betaalbaarheid of toegankelijke dienstverlening. Dat is bijzonder waardevol voor professionele partners. Na die vergadering komen we opnieuw samen met mensen in armoede. Was alles duidelijk? Zitten ze nog met vragen? Zo versterken we het groepsgevoel en creëren we een veilige haven.”

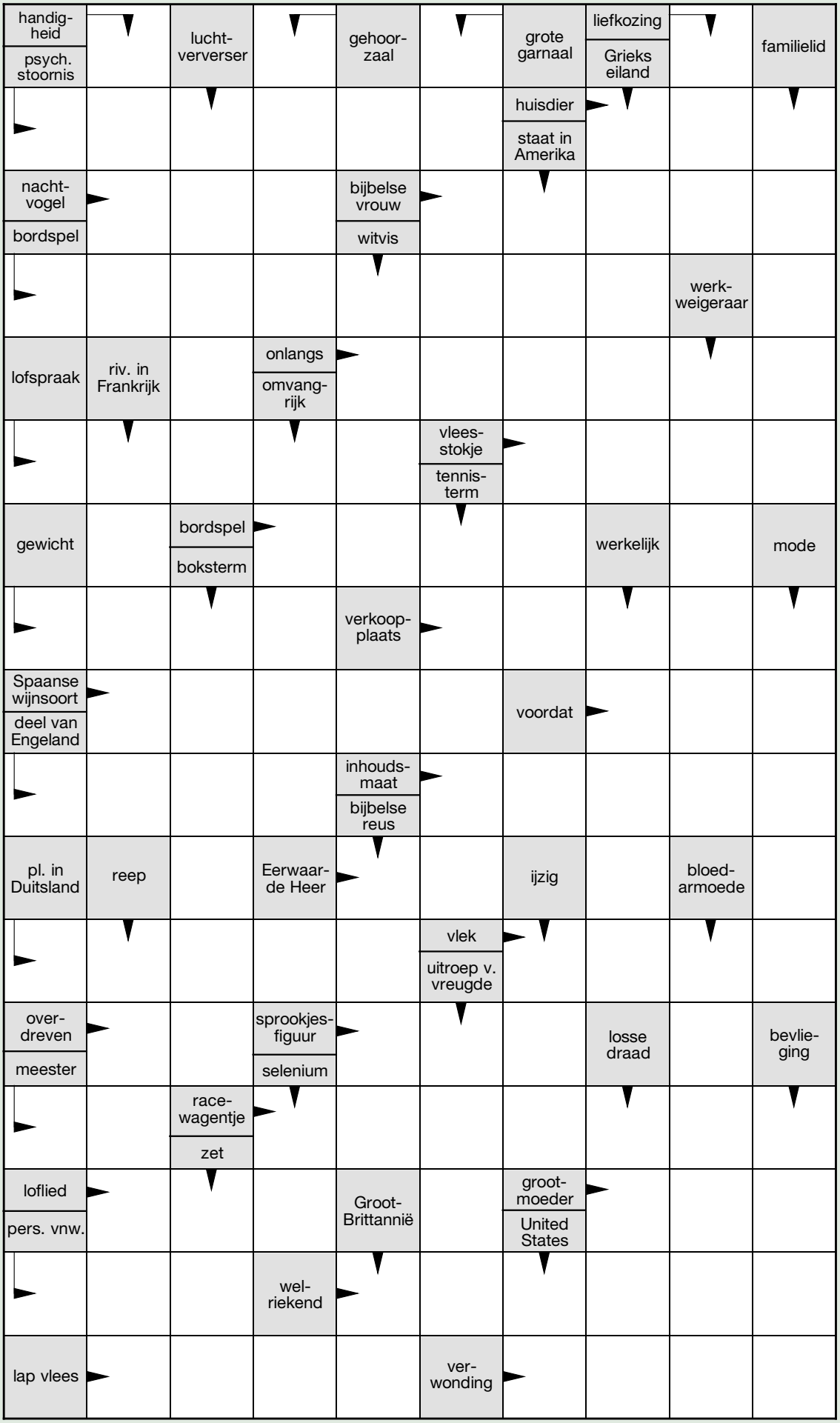
Wat betekent deze prijs?

“Veel, zeker voor de mensen die hun persoonlijke verhalen delen. Dat vergt moed. De prijs is een erkenning voor hun engagement. Hopelijk komen we hierdoor op de radar van minder voor de hand liggende energiespelers. Er zijn nog zoveel mogelijkheden en innovaties, maar dat onderzoeken we efficiënter met de juiste partners aan boord. Wat met plug-and-play zonnepanelen bijvoorbeeld, moeten we daar iets mee of is dat net minder relevant voor onze doelgroep? Het juiste netwerk is erg belangrijk voor een project als dit.”

Wat zijn de volgende stappen voor dit project?

“Momenteel komen we telkens samen in Brussel, vanwege de centrale ligging. Maar het blijft voor sommigen een hele afstand. Daarom willen we meer en diverse expertgroepen inrichten op lokaal niveau. Dat zou ook onze werking ten goede komen. Nu passeren alle thema’s tijdens eenzelfde vergadering. Met meerdere groepen, verspreid over Vlaanderen, kunnen we specifiekere onderwerpen en lokale kwesties aansnijden. Of gewoon langer stilstaan bij een bepaald energieprobleem. Zo vormen we een duidelijker beeld van wat er speelt bij mensen die in armoede leven.”

Puzzel


handig-heid
psych. stoornis
lucht-ververser
gehoor-zaal
grote garnaal
liefkozing
Grieks eiland
familielid
huisdier
staat in Amerika
nacht-vogel
bordspel
bijbelse vrouw
witvis
werk-weigeraar
lofspraak
riv. in Frankrijk
onlangs
omvang-rijk
vlees-stokje
tennis-term
gewicht
bordspel
boksterm
werkelijk
mode
verkoop-plaats
Spaanse wijnsoort
deel van Engeland
voordat
inhouds-maat
bijbelse reus
pl. in Duitsland
reep
Eerwaar-de Heer
ijzig
bloed-armoede
vlek
uitroep v. vreugde
over-dreven
meester
sprookjes-figuur
selenium
losse draad
bevlie-ging
race-wagentje
zet
loflied
pers. vnw.
Groot-Brittannië
groot-moeder
United States
wel-riekend
lap vlees
ver-wonding

Quiz

Heel wat Raakpunten organiseren leuke quizavonden. Test je kennis met vragen uit een van deze activiteiten! Deze editie: de quiz van Raak Bonheiden.

1 De jaarlijkse boekenbeurs in Antwerp Expo is verhuisd én heeft een nieuwe naam. In welke Vlaamse stad vindt de beurs nu plaats en wat is de naam?

2 Tegenwoordig is er voor alles een app. Na Tinder kun je nu ook op Kinder naar links en rechts swipen. Wat kun je vinden via die app?

3 Welke Duitse stad is dit jaar Europese Culturele Hoofdstad?

4 Hoe heet de hoogste berg ter wereld die geen deel uitmaakt van een bergketen?

5 Welke sport is onder te verdelen in de categorieën cross country, downhill, dirt jumping, enduro en freeride?

6 Wat is de grootste stad op het eiland Gran Canaria? Deze levendige havenstad staat bekend om zijn witte zandstranden, kleurrijke markten en historische monumenten.

7 Wat is de naam van een vijfregelig humoristisch versje dat genoemd is naar een Ierse stad?

8 Wat is de diepste plek op aarde?

9 Naast een plassend jongetje en een plassend meisje staat er in Brussel ook een beeld van een plassende hond. Hoe heet dat standbeeld in de Kartuizerstraat?

10 Welke kleur is de middenste kleur van een regenboog?

11 Op 1 november vieren wij Allerheiligen, maar in Mexico hebben ze daar hun eigen kleurrijke variant van. Hoe heet de feestdag daar?

12 Welke Vlaamse popzangeres werd gemaakt met artificiële intelligentie en bracht het nummer *Rise Up And Shine* uit?

13 In welke Europese stad is het hoofdkwartier van Interpol gevestigd?

14 Door welke brouwerij werd Het Anker, bekend van onder meer de Gouden Carolus, recent overgenomen?

15 Welke bijnaam kan, afhankelijk van de context, verwijzen naar aardolie, steenkool, koffie en oude waardevolle vinylplaten?

Klaar? Check de antwoorden op pagina 47 van dit Raak Magazine.

9 Sudoku

Vul de sudoku in door in elk blokje een cijfer van 1 tot en met 9 te schrijven.
Let op: in elke rij, kolom en 3x3-blok mag elk cijfer maar één keer voorkomen!

Makkelijk

		5	7		9	3	1	2
3			4	5	6	9	7	
9	7	8						
	5	3			2	8		7
8	9		5		1	2		4
	6	4		7	8		5	
	8		2	1	4	5	3	
4	2		3	6			8	9
5	3	6	8			4		1

Moeilijk

	7		1	2		3		
6	5						4	
	4		6	3			7	
		4		7	9	1		
	3	1		4				8
		7	2				6	5
				9	8	5		3
3		5			2	9		
7		9			1	6	2	

Ruggespraak

Ervaringsexpert Ruben Verhoeff over datingapps

“Je moet snel zijn, want zeker voor vrouwen staan er al honderden in de wachtrij”

Plots ben je weer vrijgezel. Waar je vorige lief nog op de vaste lijn van je ouders moest bellen, zijn datingapps vandaag heer en meester in het datinglandschap. Wie overeind wil blijven, komt het beste beslagen op het ijs. In zijn boek ‘Eerste hulp bij echte liefde’ onthult ervaringsexpert Rutger Verhoeff de etiquettes van datingapps en hoe je kan omgaan met het achteloze swipen.

Tekst: Arno Vermeulen

Op zijn vierenveertigste werd Rutger Verhoeff plots single. “Ik was een laatbloeier en wilde een gezin stichten”, vertelt hij. “Ik was bang om alleen achter te blijven en voelde de haast om meteen weer het liefdespad op te gaan. Toevallige ontmoetingen komen minder voor eens je ouder bent en ik had geen zin om in de kroeg of op festivals op zoek te gaan. Ik besloot datingapps te proberen en botste op dingen die ik nooit eerder was tegengekomen.”



“De wetten en regels van het datinglandschap zijn totaal anders dan twintig jaar geleden. Na de eerste mislukte date belde ik een vriendin, die er heel erg om moest lachen. Hier zit een verhaal in, dacht ik meteen. Ik besloot om op vijftig dates te gaan - dat is volgens onderzoek het nodige aantal om de ware te vinden. De dertig interessantste verzamelde ik in mijn boek.”

Spiegel

Vijftig dates, is dat niet enorm vermoeiend? “Als het niet lukt, valt het soms heel erg tegen”, vertelt Rutger, “maar daten via datingapps heeft me vooral veel over mezelf geleerd. Ik ontdekte een diep verborgen onzekerheid waarvan ik dacht dat ik die niet meer had. Ik leerde blauwtjes lopen op een heel andere manier, maar ik leerde ook meer mezelf zijn en accepteren. Je kan de echte liefde volgens mij pas vinden als je van jezelf houdt, en dat heb ik via datingapps geleerd. Het is eigenlijk een gigantische spiegel.”

Wie de ware wil vinden via datingapps, leert het beste de nodige etiquette. “Zoals de tweedagenregel: heb je een match, dan moet je elkaar binnen de twee dagen zien, anders verdwijnt de interesse. Je moet snel zijn, want zeker voor vrouwen staan er al honderden in de wachtrij. Ook *ghosten,* waarbij iemand plots niet meer reageert, had ik nog nooit meegemaakt. Het doet iets met je zelfvertrouwen.”

‘Volgende’

Opvallend aan daten op latere leeftijd is dat het erg snel kan gaan. “Als iemand niet voor jou kiest, zou ik zeggen: ‘volgende’. Op oudere leeftijd verander je niet meer zoveel, dan moet je iemand zoeken die je neemt zoals je bent. Gewoon voor iemand gaan uit eenzaamheid leidt ertoe dat je op eierschalen gaat lopen, waardoor het uiteindelijk toch misloopt. Je moet plezier kunnen maken, met elkaar lachen en jezelf niet te serieus nemen. Op die manier gaat het soms

snel: in het laatste verhaal vertel ik over een fijne date waarbij ik meteen wist dat ze de ware was. Intussen wonen we samen en hebben we al bouwplannen."

Het is ook belangrijk om jezelf niet te verliezen in hoge verwachtingen. "Als 40-plusser heb je vaak een lang wensenlijstje. Ik heb ook vrouwen met kinderen gedatet - daar word je al vaker als potentiële nieuwe vader gezien. In zo'n situatie staan kinderen altijd bovenaan de ladder en begin jij helemaal vanonder. Daar moet je mee kunnen omgaan. Volgens mij moet je vooral het leuke in de liefde blijven zien. Vertrek niet vanuit de angst om alleen te blijven, maar ga op zoek naar iemand die je aanvult en waar je plezier mee kan hebben."

"Vertrek niet vanuit de angst om alleen te blijven."

Snoepwinkel

Is Rutger fan van datingapps nu hij er de liefde heeft gevonden? "Ik verkies nog steeds het toevallig tegenkomen, maar ik vind de apps een briljant concept", vertelt hij. "Je kan mensen van overal ontmoeten. Al is het wat uit de hand gelopen. Het is een soort snoepwinkel geworden waar je als klein jochie binnenkomt en niet weet wie te kiezen. Het gras is altijd groener aan de andere kant en mensen steken soms te weinig energie in het leren kennen van iemand. Verliefd word je soms niet meteen, maar pas nadat je verbinding zoekt en vindt."

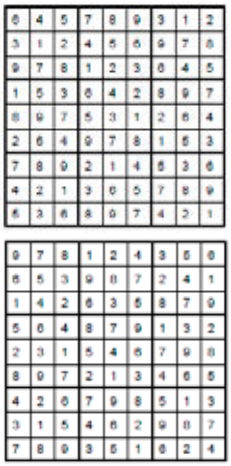
De belangrijkste tip om te daten na je veertigste? "Wees van in het begin authentiek. *What you see is what you get*. En ga voor doe-dates: als je op een date samen iets doet wat je leuk vindt of juist nog nooit hebt gedaan, is het nooit een verspilling van je tijd. Zelfs als het niet werkt, heb je nog steeds een verhaal te vertellen."

Bomen knuffelen in een bos, daten in een seksshop of als date naar de 50-plus beurs: Rutger Verhoeff pende zijn dertig meest bijzondere dates neer in *Eerste hulp bij echte liefde*. Raak mag vijf exemplaren van het boek weggeven. Mail voor 31 juli 2025 je naam, adres en lidnummer naar wedstrijden@raakvzw.be en vermeld 'Eerste hulp bij echte liefde' in het onderwerp.

Oplossing puzzel pagina 44

	T		A		G			A	
T	R	A	U	M	A		K	A	T
	U	I	L		M	A	R	I	A
S	C	R	A	B	B	L	E		N
		C		L	A	A	T	S	T
E	L	O	G	E		S	A	T	E
	O		R	I	S	K		A	
K	I	L	O		M	A	R	K	T
	R	I	O	J	A		E	E	R
K	E	N	T		S	T	E	R	E
		K		E	H		E		N
E	S	S	E	N		K	L	A	D
	T	E		A	L	I		N	
M	R		S	K	E	L	T	E	R
	O	D	E		V		O	M	A
J	O	U		G	E	U	R	I	G
	K	W	A	B		S	N	E	E

Oplossing sudoku's pagina 45



Makkelijk

Moeilijk

Antwoorden quiz pagina 45

1. **Kortrijk, Boektopia**
2. **Kindernamen**
3. **Chemnitz**
4. **De Kilimanjaro**
5. **Mountainbiken**
6. **Las Palmas**
7. **Limerick**
8. **De Marianentrog of Challenger Deep**
9. **Zinneke**
10. **Groen**
11. **Dia de los Muertos**
12. **(Marcy) Cortega**
13. **Lyon**
14. **Huyghe**
15. **Het Zwarte Goud**

Medewerkers Raak Magazine juli-augustus 2025
James Arthur, Michiel Bronckaerts, An Candaele, Dominique Coopman, Katrien Daniels, Jo De Smet, Jurgen D'Ours, Jamila Hamddan Lachkar, Ine Strubbe, Arno Vande Velde (Arnoleon), Charlotte Van Doren, Katrijn Van Giel, Hilde Van Malderen en Arno Vermeulen.

Coördinatie en eindredactie
Arno Vermeulen en Jurgen D'Ours

Vormgeving
Het Eiland Neus

Reclameregie
Primetime, Dirk Van Eetvelde, 0468 26 54 46, dirk.van.eetvelde@primetime.be

Druk
Dessain Printing, Mechelen

Coverfoto
James Arthur

Oplage
36 000 exemplaren

Verantwoordelijke uitgever
Jo De Smet, Urbain Britsierslaan 5, 1030 Schaarbeek

Zonder schriftelijke toestemming van de uitgever mag geen enkele tekst of illustratie geheel of gedeeltelijk worden gereproduceerd. Advertenties vallen niet onder de verantwoordelijkheid van de uitgever.

Een reactie of vraag? Heeft iemand in je buurt Raak Magazine niet ontvangen? Adreswijziging? 02 246 52 52, info@raakvzw.be of via post: Raak vzw, Urbain Britsierslaan 5, 1030 Schaarbeek.

Met de steun van

Vlaanderen verbeelding werkt

“Waarom ik proMO* ben? Omdat het belangrijk is dat er journalistiek bestaat die verder kijkt dan onze landsgrenzen.”

Jonas Geirnaert



Foto: Iratxe Álvarez

Mijn naam is Jonas Geirnaert en naast tv-maker & comedian ben ik ook proMO*. Ik betaal dus elk jaar 60 euro aan MO* en in ruil daarvoor krijg ik het magazine in mijn brievenbus, mag ik gratis naar evenementen en geniet ik van nog een aantal voordelen. Maar ik ben vooral proMO* omdat ik het belangrijk vind dat er journalistiek bestaat die verder kijkt dan onze landsgrenzen. De journalisten van MO* werken als de witte bloedcellen in onze samenleving, ze beschermen ons tegen ongewenste indringers, zoals halve waarheden, *fake news* of het uitspelen van bevolkingsgroepen tegen elkaar. Het helpt om de wereld om ons heen beter te begrijpen. Daarom ben ik proMO*.

Word ook proMO*. Ga naar mo.be/promo

IK BEN PRO MO