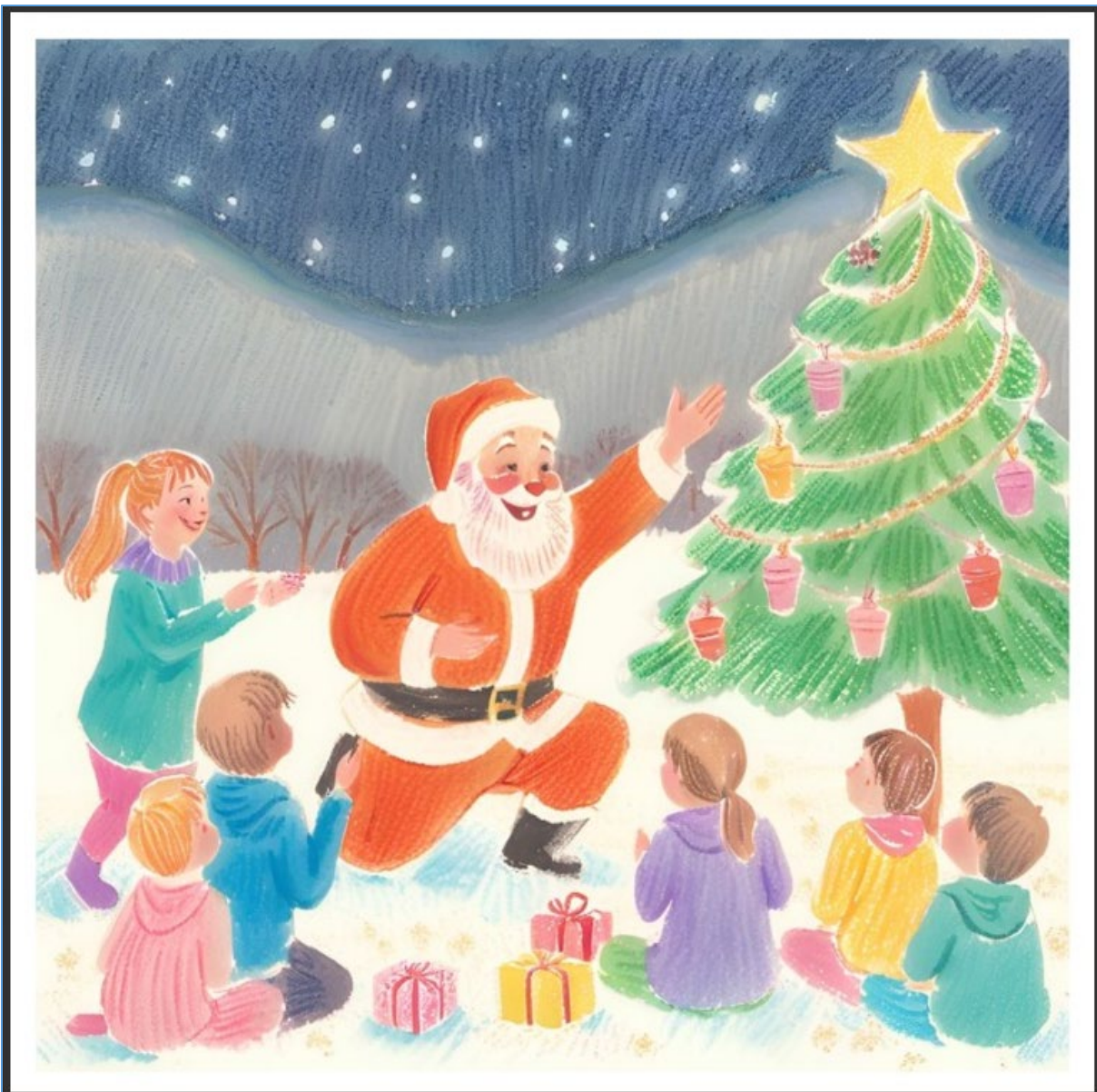




Samen strijden tegen armoede en sociale uitsluiting



**DIT KERSTSTEKKETJE SCHIJNT HELDER EN KLAAR
DAT HET DE WEG MAG LEIDEN
NAAR EEN NIEUW GELUKKIG JAAR.**

IN DE KIJKER



Naar Bellewaerde p. 18



Bezoek van de Sint p 8



Crea Avond p 20



Vorming p. 9



Darts p 18



knopen voor de warmste week p.17

INHOUD



In de kijker	2
Voorwoord.....	4
Fakkeltocht	5
Kerstmis 2024, dat is ook eenzaamheid.....	6
Wist je dat.....	7
Buurtrestaurant	8
Het sintfeest	8
Vorming: 'Eerste hulp bij ontmoeten'.....	9
Recepten tegen armoede	10
De Lichtpuntkalender	11
Wandelen of fietsavond	15
Soep voor de feestdagen	16
Breien voor de Warmste Week.....	17
Lichtpunt tuintjes.....	18
Darts	18
Naar Bellewaerde	18
Kerstmiskoekjes.....	19
Crea- avond	20
Woordzoeker	21
Kleurtekening	22

Kerstmis is een mooie tijd.
Het geeft warmte en gezelligheid.
Voor arm of rijk, er is geen verschil.
Het samenzijn is wat iedereen wil.
Wat we geven aan elkaar is niet te koop,
maar toch is het een hele hoop.
Ik heb vijf kerstballen gevuld met een mooi gebaar.

De eerste bal is gevuld met liefde voor elkaar.
In de tweede bal zit een goede gezondheid.
De derde bal is gevuld met hoop.
De vierde met geluk.
Maar de vijfde bal is het volst.
Met warme vriendschap voor jullie allemaal.
Beste wensen voor Kerstmis en het nieuwe jaar.

Helga



Zelfs als de wereld soms groot en koud lijkt, ben jij een warm en belangrijk persoon in deze tijd van het jaar. Jij maakt deze wereld mooier.

Sid



VOORWOORD

Beste Lichtpunter, sympathisanten,

Mag ik jullie, rond deze kersttijd een verhaal vertellen als voorwoord?

LIEN WAS EEN DROMER. ELKE OCHTEND VERTELDE ZIJ MINSTENS EEN KWARTIER LANG OVER WAT ZIJ DIE NACHT WEER ALLEMAAL GEDROOMD HAD. VERRE REIZEN, ACHTERVOLGINGEN, NOEM MAAR OP. MAAR OP EEN DAG VERTELDE ZIJ NIETS. HET WAS OPEENS STIL AAN TAFEL.

HAAR VADER KEEK LIEN ONGERUST AAN. 'WAAROM VERTEL JE NIETS? HEB JE VANNACHT NIET GEDROOMD?'

LIEN SCHRAAPTE HAAR KEEL. 'IK HEB WEL GEDROOMD', AARZELDE ZE. 'MAAR MIJN DROOM WAS VREEMD. IK WEET NIET OF IK HEM KAN VERTELLEN.'

'NATUURLIJK WEL', DRONG HAAR MOEDER AAN. 'PROBEER MAAR.'

'IN MIJN DROOM GING IK EEN WINKEL BINNEN, BEGON LIEN. ACHTER DE TOONBANK STOND EEN ENGEL. IK VROEG HEM: WAT VERKOOPT U ZOAL? HIJ ANTWOORDEDE: ALLES WAT JE MAAR WILT.

IK LACHTE. ALS IK ZOMAAR ALLES KON KOPEN WAT IK WIL, DAN KAN IK DE HELE WERELD GELUKKIG MAKEN! LIEN BEGON OP TE SOMMEN: GEEFT U ME MAAR HET EINDE VAN ALLE OORLOGEN, EN OOK NOG GENOEG HULP VOOR ALLE ZIEKE MENSEN EN VOOR AL DE MENSEN DIE IN ARMOEDE LEVEN, EN VERDER NOG EEN HELEBOEL AANDACHT VAN MENSEN VOOR ELKAAR EN

'HOLA, HOLA, ONDERBRAK DE ENGEL. LIEFSTE MEISJE, IK DENK DAT ER EEN VERGISSING IS. U WEET TOCH DAT WIJ HIER GEEN VRUCHTEN VERKOPEN. WIJ VERKOPEN ALLEEN ZAADJES...'

LIEN ZWEEG. HAAR VADER EN MOEDER OOK.

DIT WAS EEN DROOM OM OVER NA TE DENKEN.

Kerstmis is een tijd van wensen over vrede, een gelukkig leven, een goede gezondheid, van warmte en licht zijn voor elkaar.

We dromen over alles wat we niet kunnen kopen of kunnen toveren.

Moeten we dan gewoon toekijken of wa?

NEE!

Als Lichtpunt zijn we SAMEN sterk. We kunnen het om ook in het nieuwe jaar zaadjes te blijven strooien met en voor elkaar en naar de samenleving toe.

Alles, alles wat je aandacht geeft, groeit!

Als Lichtpunt blijven we erin geloven en gaan wij voor een menswaardig leven voor ieder kind en mens.

En als alles in de wereld lijkt om te vallen, blijven wij naast elkaar staan. Schouder aan schouder... het hele jaar door!

Mag ik jullie een oprechte warme Kerstmis en een strijdvol nieuwjaar wensen? En dat we elke dag een kerstengel mogen zijn voor elkaar....

Tot gauw op één van onze activiteiten,

Els

Met dank aan **Wim**, want hij las het verhaal van de engel voor op één van onze Bestuursteamvergaderingen.



FAKKELTOCHT

Op vrijdag 17 oktober was het de jaarlijkse fakkeltocht voor de Werelddag van het Verzet tegen Armoede in Mol.

Deze keer ging mijn zoon, Liewe mee. Er waren heel wat LichtpunTERS!

Bij het binnenkomen in de zaal van De Rozenberg mochten we een sticker plakken op een stelling over armoede die zeker door de gemeenten op de agenda zou moeten komen.



Daarna luisterden we naar enkele moedige getuigenissen. Een plaatselijke band warmde ons alvast op, met stevige gitaarmuziek!

Met fakkels en lichtjes gingen we de straat op. Gelukkig was het droog en niet koud. Ideaal weer om te wandelen. Wat waren er veel mensen! Wat een mooie sliert wandelaars en veel nieuwsgierigen langs de kant. We hebben ons lichtje duidelijk laten schijnen!

Toen onze fakkels bijna opgebrand waren kwamen we aan bij WZC Hemelrijk. Daar kregen we lekkere soep, een broodje en drinken.

Weer een geslaagde fakkeltocht, en Liewe, die gaat volgend jaar weer mee!

Groetjes,

Liewe en Mieke



Wat eet de sneeuwman op zijn brood?

Antwoord: Sneeuwvlokken.

Wat is rood en wit, rood en wit, rood en wit?

Antwoord: De kerstman die een heuvel afrolt.

KERSTMIS 2024, DAT IS OOK EENZAAMHEID....

Het is weer zover. De gezelligste week van het jaar komt eraan. De week van Kerstmis.

Tijd om de kerstboom een plaatsje te geven, om te shoppen en leuke geschenken voor de familie te kopen om onder de mooi versierde boom met talloze lichtjes te leggen.

Ook de tafel wordt klaargezet om al dat lekkers op te zetten dat in de keuken met veel liefde en zorg wordt klaargemaakt. Zo wordt het een geslaagd feest en maken we iedereen blij en gelukkig.

OF TOCH NIET?



We moeten ook eens stilstaan bij de mensen die met deze Kerstmis eenzaam thuis zitten. Mensen die iemand dierbaar moesten laten gaan en afscheid moesten nemen van hun wederhelft, van hun ouders, van een kind. Of mensen die de middelen of de moed niet hebben om een mooie kerst te vieren. Voor hen is het een droevige kerstdag en dit is

helaas nog altijd het geval in 2024.

Maar er is wel een andere mogelijkheid. Dit dankzij Het Lichtpunt met de talrijke vrijwilligers die zich spontaan inzetten om samen een mooie, zalige Kerstmis te vieren met lotgenoten. Zij verzetten bergen om een geslaagd kerstfeest aan te bieden. Dus laten we hen dankbaar zijn.

En misschien... als je iemand weet die eenzaam is, kan je hem of haar met een bezoekje vereren of met een klein gebaar. Want dat betekent veel voor eenzame mensen.

Bij deze wens ik echt IEDEREEN een mooie en vreugdevolle Kerstmis.

Walter

We wensen jullie een kerst vol vrede.
Een jaar zonder verdriet of tegenslag.
Mogen de dagen, de weken, de maanden gevuld zijn met liefde en een lach.
Een vrolijk einde, een goed begin en een jaar volkomen naar je zin.

Betty



De directeur van de IKEA gaat met pensioen, ik heb hem dus maar een taart gestuurd.

WIST JE DAT...

- 🌿 Het Lichtpunt 20 jaar bestaat? En dat de groene kaart bij dit Welleke speciaal voor jou is, omdat je “Zo goed” bent! We doen er onze hoed voor af.
- 🌿 als je je energiefacturen niet meer kan betalen, je best direct contact opneemt met het OCMW? En als je al een tijd in de miserie zit je ook meer dan welkom bent....
- 🌿 er in het Balens OCMW, een “Energiepunt” is? Elektriciteit, water en gas... We kunnen niet zonder, maar energie kost veel geld en neemt een grote hap uit je budget. Heb je er vragen over? Dan kan je elke dinsdag in het OCMW-huis (Veststraat 60) terecht bij het “Energiepunt”. Tussen 9 u en 11u30 is er iemand aanwezig die je kan verder helpen met allerlei vragen over energie. Een afspraak maken is niet nodig.
- 🌿 je misschien recht hebt op een verwarmingstoelage of een premie? Vergeet dan je aanvraag niet in te dienen bij het OCMW! Dit uiterlijk 60 dagen na de leveringsdatum. Neem je factuur mee van jouw huisbrandolie, lamppetroleum (type c) of bulkpropaangas.
- 🌿 Je, als je klant bent bij Fluvius, in aanmerking kan komen voor een financiële tussenkost tijdens de winterperiode. Deze loopt tussen 1 november en 31 maart 2025. Gezinnen moeten wel een digitale meter in voorafbetaling (prepaid) hebben en verwarmen op aardgas of elektriciteit met exclusief nachttarief. Waar moet je zijn voor deze aanvraag? Bij het OCMW van je gemeente.
- 🌿 **Susie en Maurice van Het Lichtpunt een folder maakten van de samenkomst waar we onze ervaringen van contacten met diensten deelden en tips naar die diensten formuleerden? Maar ook tips deelden voor mensen die hulp vragen. Je vindt ons foldertje in dit Welleke.**
- 🌿 de Gezinsbond ook de UiTPAS aanvaardt? Gezinnen met kinderen kunnen via de UiTPAS bij hen ook de korting krijgen.
- 🌿 budgetwijzer.be een site is die helpt bij financiële moeilijkheden? Je kan er relevante vragen en antwoorden vinden. Ook begrijpbare info en advies zodat je stappen kan ondernemen.
- 🌿 er een “Papillonproject” bestaat? Dit voor gezinnen met energie-armoede. Zij kunnen hier bepaalde elektrische toestellen huren. Het OCMW kan hiervoor bemiddelen.
- 🌿 de kerstman een watje is HiHIHI, Helga.



BUURKRESTAURANT

Donderdag 10 november was er weer een lekker buurtrestaurant ingepland om 18.00 u in Den Travoo.

Bart en Loe waren goed op tijd aanwezig en noteerden netjes al de ingeschreven deelnemers op de namenlijst.

Het eten dat ons voorgeschoteld werd, was ook nu weer heel lekker en het mag gezegd worden: het waren grote porties! Ook de bediening liep fantastisch en vlot, wat zeker een pluspunt was. De heerlijke 3 gangenmenu bestond uit: preisoep, vlees (gehaktbrood) met mosterdsaus, gekookte aardappeltjes en gestoofde groene boontjes. Met als nagerecht een lekker potje vanillepudding. Om 19.15 uur had iedereen zijn buikje goed gevuld en ging iedereen voldaan en zonder honger naar huis. Er was gedurende de hele avond een gemoedelijke sfeer. Een mooie, geslaagde activiteit!

Wim

HET SINTFEEST

Zaterdag 16 november was weer een spannende dag voor vele kinderen van Het Lichtpunt. Bij ons was er in elk geval iemand heel vroeg wakker. De stembanden waren al goed gesmeerd voor we richting grote zaal vertrokken. Vandaag zou de Sint ons bezoeken, zelfs nog vooraleer hij bij alle andere kinderen op bezoek zou komen. Wat moeten onze kinderen toch speciaal zijn.



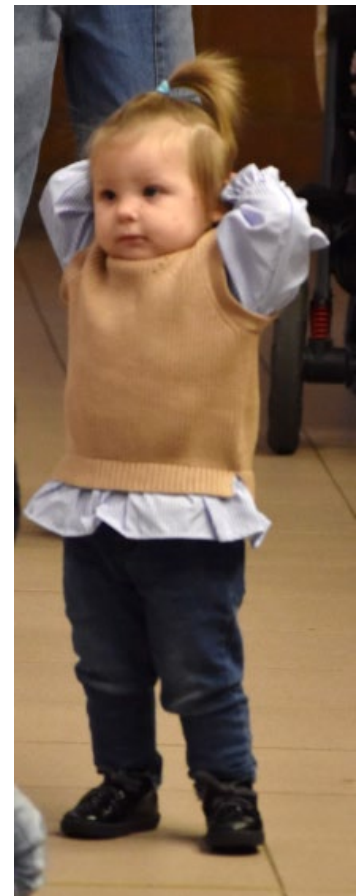
We werden verwelkomd met een lekker drankje en mochten plaats nemen op de stoelen voor het podium. De kinderen kregen nog de kans om snel een tekening te maken. En om de welkomstdans te oefenen voor als de Sint zou arriveren. Het ene kind was al wat enthousiaster dan het andere, maar wat een spetterend optreden werd dat.

Ook de Sint en zijn piet zetten een heel mooie show neer. Ondanks de zere knie van de piet, wisten ze de kinderen en de ouders goed te vermaken.

Vervolgens mochten alle kinderen per gezin nog bij de Sint en zijn piet op het podium komen. Daar kregen ze een welverdiend pietendiploma en een zakje met lekkers mee. Na een geweldige polonaise namen we afscheid van het hoog bezoek en mocht iedereen aan tafel aanschuiven voor een heerlijke maaltijd.

We aten stokbroodjes met eiersalade, gevolgd door spaghetti bolognese. En als afsluiter konden we kiezen tussen chocomousse of tiramisu.

Al met al, een heel fijne ochtend. We vinden het jammer dat onze kinderen volgend jaar te oud zijn geworden. Maar maken graag plaats voor de nieuwe generatie.



Eddie, Mindy en Laura

VORMING: 'EERSTE HULP BIJ ONTMOETEN'.

Het Lichtpunt is een vereniging die mensen met kleine, gewone en grotere portemonnee probeert samen te brengen. Maar hoe spreek je nu iemand aan? Hoe kunnen we mensen helpen en hoe houden alle partijen een goed gevoel over aan een heel beladen onderwerp, zoals armoede?

Allemaal kennen we mensen waarvan we vermoeden of weten dat die het financieel niet (heel) gemakkelijk hebben. De meeste van onze Lichtpunters weten zelf heel goed hoe het is, om met weinig middelen rond te moeten komen.



Deze vorming van "Welzijnsschakels", liet ons een kijkje nemen in het leven van één van hun medewerkers, die zelf opgegroeid is in armoede. Daardoor leerden we dat armoede een web is, met allerlei draden die elkaar vaak beïnvloeden: huisvesting, welzijn, gezondheid, cultuur, onderwijs, gezin, arbeid, justitie, inkomen en een gezond leefmilieu.

Doordat de armoede doorweegt op (bijna) al deze vlakken, ontstaat er een kloof met de 'algemeen aanvaardbare leefpatronen' die mensen onmogelijk op eigen kracht kunnen overbruggen.

Armoede brengt vaak gevoelens mee als angst, kwaadheid, schaamte, schuldgevoel, stress, moedeloosheid, wantrouwen en een negatieve eigenwaarde. Hierdoor is de weg naar de juiste kennis heel moeilijk of onvindbaar en trekken mensen zich vaak terug of worden ze uitgesloten.

Het Lichtpunt is een plek waar **iedereen** er mag zijn. Waar we **samen** de kloof trachten te overbruggen of kleiner te maken.

Dit kunnen we doen door naar elkaar te luisteren. Tijd te nemen voor de ander. Jezelf soms even loslaten en de ander eens laten vertellen. Vraag zo nodig om verduidelijking over hoe iemand zich voelt en of je hem goed begrijpt. Wees niet bang voor stiltes. Dit geeft de ander de tijd om na te denken.

Heb respect voor de ander. Vertel dingen niet verder die in vertrouwen werden verteld. Wat voor de één logisch lijkt is niet altijd haalbaar voor een ander. Mensen willen vaak gewoon gehoord worden. Een oplossing vinden of zoeken is niet altijd nodig.

Toon je betrokkenheid. Vertrouwen opbouwen kost tijd. Dit vergt meer dan enkele korte bezoeken. Je kunt door een luisterend oor te zijn en iemand te troosten soms de persoon zijn voor iemand om zijn of haar leven beter op de rails te krijgen. Of het begin zijn van een weg terug naar de maatschappij.

Behandel elkaar vanuit gelijkwaardigheid. Iedereen is anders, uniek. Maar iedereen is ook even veel waard. Iedereen heeft zijn eigen waarden en normen, gevormd door zijn opvoeding en omgeving. Dus wees je ervan bewust dat anderen dingen anders kunnen zien. Durf deze verschillen op gepaste tijden te bespreken en reageer als er grenzen worden overschreden. Maar focus ook en vooral op wat jullie gemeen hebben en zie (en benoem) de sterke kanten van de ander.

Iedereen vulde ook een kansenbarometer in. Hiervoor moesten we, binnen een lijst van 21 punten, aanvinken welke punten er van toepassing waren op onszelf, toen wij 9 jaar oud waren. Dit was erg confronterend.

Al met al een leerrijke avond, met gelukkig goede humor tussendoor, om het geheel wat minder zwaar te maken.

Er was een hele goede opkomst met veel actieve inbreng van onze Lichtpunters!



Mindy

RECEPTEN TEGEN ARMOEDE

Half oktober lanceerde Welzijnszorg haar nieuwe campagne: "Samen voor waardig werk". Hanna, Bella en Mon waren erbij op de startavond in Malle.



Bijna één op vijf mensen in België leeft in armoede of net boven de armoedegrens met een groot risico op armoede. Dat is een hoog cijfer dat aangeeft dat lang niet iedereen mee kan in ons rijke landje.

Al te gemakkelijk veronderstellen mensen dat werken de oplossing is om armoede te verhelpen. Armoede is een tekort aan inkomen en betaald werk kan dat inkomenstekort oplossen. Dat klopt tot op zekere hoogte. Maar in België zijn ook 'werkende armen', o.a. alleenstaanden, laaggeschoolden en deeltijds werkenden. Zij lopen meer risico om in de armoede terecht te komen.

Om armoede tegen te gaan moet werk ook 'waardig' zijn. Mensen moeten een voldoende hoog inkomen uit werk halen, met goede arbeidsomstandigheden, aangepast aan hun mogelijkheden en persoonlijke situatie. Welzijnszorg wil bijdragen om waardig werk voor iedereen toegankelijk te maken. Daarom presenteert zij, drie recepten voor waardig werk. Ook via een petitie die later aan de ministers worden overhandigd.



RECEPT 1 UITSLUITING AANPAKKEN

Om te beginnen moeten mensen letterlijk op het werk geraken. Vervoersarmoede is dus een grote hinderpaal in de zoektocht naar werk.

En... kinderen hebben altijd opvang en zorg nodig. Is er betaalbare en beschikbare, kwaliteitsvolle kinderopvang op de juiste momenten?

Er zijn nog heel wat uitsluitingsmechanismen zoals discriminatie op basis van afkomst, nationaliteit, taal, leeftijd, scholingsgraad en handicap die ervoor zorgen dat mensen moeilijk een kans krijgen op de arbeidsmarkt. Leven in armoede tast het zelfvertrouwen aan, wat het moeilijk maakt om zichzelf overtuigend te 'verkoppen' op een sollicitatiegesprek.




Vervolg

zie pagina 15

JANUARI



2025

Woensdag 8 januari	GEZELLIGE WINTERAVOND WINTERWANDELING met warm drankje achteraf in lokaal LP En GEZELLIGE WINTERAVOND met inschrijven, spelletjes en kaartspelen.	Van 19 tot 21 uur De wandelaars vertrekken om 19.15 uur zodat zij eerst nog kunnen inschrijven.  punt	-Alle Lichtpunters zijn welkom! -Gratis
Woensdag 22 januari	VERWENAVOND met gelaatsverzorging en sessie Yin Shin Jyutsu wat helend en ontspannend is. VERPLICHT INSCHRIJVEN!	19 uur LP lokaal  punt	-Iedereen die ingeschreven is! -Gratis
Woensdag 29 januari	CREA, DARTS en koffie	19 uur LP lokaal  punt	-Alle Lichtpunters zijn welkom. Voor het CREA en DARTS heel graag op voorhand inschrijven!



INFO nodig over iets? Vraag aan je huisbezoeker of contacteer Els 0473 34 23

Februari



2025

Woensdag 5 februari	Fietsen of wandelen	Vertrekt om 19 uur op de parking achter ons lokaal	-Alle Lichtpunters zijn welkom! -Gratis -Wel graag inschrijven op voorhand!
Woensdag 12 februari	Kienen	19 uur LP lokaal UIT PAS punt	-Alle Lichtpunters welkom! -1 euro
Woensdag 26 februari	CARNAVAL Met oude volksspelen. Opgelet! PRIJS voor de best verklede aanwezige.	19 uur LP lokaal UIT PAS punt	-Alle Lichtpunters welkom! -Gratis

Als Lichtpunter ben je welkom op al onze activiteiten. Maar voor sommige activiteiten is het echt héél belangrijk dat je **op voorhand inschrijft**.

Lukt dit niet?

Contacteer dan **VOORAF** Els (0473 34 23 70) om in te schrijven

**Schrijf
JE IN!**





2025

Woensdag 5 maart	Fietsen of wandelen	Vertrek om 19 uur op de parking achter ons lokaal.	-Alle Lichtpunters zijn welkom! -Gratis -Wel graag inschrijven op voorhand!
Woensdag 12 maart	VRIJWILLIGERSGROEP, omdat het de week van de vrijwilliger is.	19 uur LP lokaal UIT PAS punt	-Voor wie uitgenodigd is. -Gratis
Woensdag 26 maart	CREA voor Pasen, DARTS en koffie!	19 uur LP lokaal UIT PAS punt	-Alle Lichtpunters zijn welkom. *Voor het CREA en DARTS heel graag op voorhand inschrijven!

Ben je ingeschreven?
Super fijn.

Maar wat als je niet kan komen?

Laat het ons dan weten.

Dit is het meest respectvol naar de mensen toe die alles organiseren.

Dank u wel alvast.





APRIL 2025

Woensdag 2 april	Fietsen of wandelen	Vertrek om 19 uur op de parking achter ons lokaal.	-Alle Lichtpunters zijn welkom! -Gratis -Wel graag inschrijven op voorhand!
<p>WIJ WENSEN JE EEN ZALIG PAASFEEST!</p>			
Zaterdag 12 april	Voor de gezinnen met Kinderen. Kinderactiviteit	LP lokaal 14 uur UITPAS punt	-Voor al de ingeschreven gezinnen. -Uitnodiging volgt nog.
Woensdag 23 april	Infoavond over cyberpreventie HOE GEBRUIK IK VEILIG INTERNET? Waar moet ik zeker op letten!	LP lokaal 19 uur UITPAS punt	-Alle Lichtpunters zijn welkom! -Gratis *Wel graag inschrijven op voorhand!
Woensdag 30 april	Darts, sjoelbak en koffie	LP lokaal 19 uur UITPAS punt	-Alle Lichtpunters zijn welkom. *Voor het DARTS heel graag op voorhand inschrijven!



Vervolg p.10

RECEPT 2 EEN AMBASSADEUR VOOR WERKZOEKENDEN

Doordat werkzoekenden in armoede vaak te maken krijgen met achterstellingen en uitsluiting is het belangrijk dat iemand het voor hen opneemt.

Het doel van bemiddeling moet niet alleen zijn: snel een job vinden. Nee, het doel moet zijn mensen duurzaam aan het werk krijgen in jobs waar ze zich met plezier kunnen ontplooiën en het beste van zichzelf geven. Waar ze zich nuttig kunnen maken en bijdragen aan de maatschappij

RECEPT 3 EEN AANGEPASTE ARBEIDSMARKT

Iedereen moet levenslang kunnen leren in onze huidige economie. We zien dat de doorgroeikansen en investeringen niet voor iedereen even groot zijn. Hierdoor blijven mensen soms te lang steken in slechter betaalde jobs. Er is dus een inhaalbeweging nodig om de mensen die nu minder opleiding volgen meer toegang tot bijscholing te geven. En niet iedereen die nood heeft aan ondersteuning kan terecht in een maatwerkbedrijf of werkervaringsproject.

Ben je het eens met onze recepten? Laat dan je stem horen en versterk de boodschap door de petitie te tekenen!



WANDELEN OF FIETSAVOND

Wij organiseren gezellige winterwandelingen in de donkere herfst- en wintermaanden (gezien het vroeg donker is natuurlijk). De wandelingen zijn ongeveer 5 km. In de zomer doen we leuke fietstochten van een 10 km.

Elke eerste woensdag van de maand komen we samen op de parking achter ons lokaal en dit om 19 uur. Om 21 uur zijn we altijd zeker terug. Schrijf jezelf in!

Iedereen, zowel jong als oud, is van harte welkom!

Opgelet! Wegens nieuwjaar, gaat het wandelen op woensdag, 1 januari niet door. We smeren de beentjes wel in op woensdag 8 januari. We vertrekken dan om 19.15 uur. Zo hebben de mensen die zich willen inschrijven voor nog andere Lichtpunt- activiteiten de kans dit eerst te doen.

Tot dan!

Curt



SOEP VOOR DE FEESTDAGEN

Ingrediënten:

1 kg pompoen (bij voorkeur flespompoen), 2 grote wortels geschild en in stukken gesneden, 1 ui gesnipperd, 2 teentjes knoflook fijngehakt, 1 stukje verse gember (ongeveer 3 cm) geschild en fijngehakt, 750 ml groentebouillon, 200 ml kokosmelk (of room voor de minder exotische versie), 2 eetlepels olijfolie, 1 theelepel gemalen komijn, ½ theelepel kurkuma (hoeft niet maar geeft wel extra kleur), zout en peper naar smaak, verse koriander of peterselie (voor de garnering) en pompoenpitten (voor eventueel de topping).



Bereidingswijze:

Schil de pompoen, verwijder de zaden en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Schil de wortels en snijd ze in stukken. Snijd de ui en hak de knoflook en de gember fijn.

Verhit de olijfolie in een grote pan op middelhoog vuur. Voeg de ui toe en bak deze ongeveer 5 minuten totdat de ui glazig is. Voeg de knoflook en de gember toe en bak nog 1 minuut mee.

Voeg de pompoen, wortels, komijn en kurkuma toe en bak 5 minuten. Af en toe roeren.

Voeg de groentebouillon toe en breng het geheel aan de kook.

Zet het vuur nu lager en laat de soep ongeveer 20-25 minuten zachtjes koken, totdat de pompoen en wortels zacht zijn. Pureer de soep met een staafmixer of in een blender totdat de soep helemaal glad is.

Zet de soep weer op het vuur en voeg de kokosmelk toe. Roer goed door.

Breng de soep op smaak met zout en peper.

Als je de soep minder dik wilt, kun je wat extra bouillon toevoegen. Als je ze liever romiger hebt, kan je wat meer kokosmelk gebruiken.

Serveer de soep in kommen en garneer met verse koriander of peterselie en een paar pompoenpitten voor extra crunch.

Smakelijk!



Sid

Als het waar is
dat rood de kleur
van de liefde is,
dan is mijn
bankrekening
smoorverliefd op mij

BREIEN VOOR DE WARMSTE WEEK

Ik weet niet van wie dit idee kwam. Maar op een gezellige woensdagavond werd er gevraagd wie er graag mee sjaals wilden breien. Enkelen waren direct enthousiast! Het zou ten voordele zijn van mensen in armoede of van sociaal isolement uit Lommel. Damart zou voor elke afgewerkte sjaal 2 euro storten.

Renilde zorgde voor de wol en enkele geëngageerde breisters kwamen op donderdag samen en gingen aan de slag. De eerste keer waren ze met 7 personen en er werd naarstig gebreid.

De tweede keer waren er ze maar met 2 personen. Toch zijn er ondertussen al enkele sjaals af. We kwamen de laatste donderdag van de maand november nog eenmaal bij elkaar. Zo kunnen we toch een mooi aantal sjaals afgeven voor dit goede doel.

Het is toch altijd gezellig en het geeft je een goed gevoel als je iets voor anderen kan doen. Onze Lichtpunters weten maar al te goed hoe het is om buiten de boot te vallen.

We hopen dat de mensen die onze sjaals krijgen het lekker warm hebben en blij zijn met deze gift.

Want voor een glimlach op het gezicht, daar doen we het toch voor.



Nicole

Een witte kerst als in een droom.
Met tientallen lichtjes in de boom.
Kerstbollen blinken. Kerstklokken klinken.
De gezelligste tijd van het jaar met heel het gezin bij elkaar.

Betty

George W. Bush, Barack Obama en Donald J. Trump zijn plotseling gestorven en staan voor God.
God vraagt aan Bush Jr.: "Waar geloof je in?" Bush antwoordt: "Ik geloof in vrijhandel, in een sterk Amerika en in de jeugd. God zegt: "Fijn, kom naar mijn rechterhand."
Hij vraagt Obama: "Waar geloof je in?" Obama: "Ik geloof in democratie, in het helpen van de armen en in wereldvrede." God zegt: "Wonderbaar, je zit links van mij."
Dan vraagt God aan Trump:
"En wat geloof jij?" Trump: "ik geloof dat je in mijn stoel zit!"

LICHPUNT TUINTJES

Hier zijn we nog eens met onze groene vingers. We doen een oproep of er misschien nog mensen met groene vingers zijn, die graag een tuintje willen bewerken, om verse groenten of kruiden te kweken of mooie bloemen te planten?

Die kunnen zich melden bij Els of bij mij.

Patricia



DARTS



De voorbije tijd speelden we al enkele keren darts met heel wat Lichtpunters.

Meestal is dit de laatste woensdag van de maand. Wil je meedoen? Kijk dan vlug naar de activiteitenkalender in het midden van dit Welleke.

Leen of iemand anders, staan altijd wel klaar om de scores bij te houden, zodat we ook de winnaar kennen op het einde.

En Ronny... die had een prachtidee! Hij maakte iets om steeds de juiste afstand te meten op een gemakkelijke manier .

Wil je meedoen, schrijf je dan zeker in!

Leen

NAAK BELLEWAERDE



Het is ondertussen een traditie. In een jubileumjaar trekken we op daguitstap naar een pretpark. En omdat Het Lichtpunt, dit jaar 20 jaar bestaat, maakten we Bellewaerde onveilig.

Tachtig Lichtpunters waren netjes op tijd aan bus. Het was een lange rit tot in Ieper.

Iedereen genoot van elkaars gezelschap. Voor we het wisten, stonden we in het park.

Geen tijd te verliezen! Op naar de attracties zoals Rio Do

Cacao, de Brazilian Buggies, de Amazonia, de gekke koets, de show met de duikers, Keuze genoeg tussen de vele achtbanen, de waterattracties en ook voor wie met de voetjes liever op de grond bleef. Iedereen kwam aan zijn trekken, zowel oud als jong.

Na een mooie dag, kwamen we 's avonds moe maar voldaan weer veilig in Balen aan.

Els



KEKSTMISKOEKJES

Ingrediënten:

250 gram bloem, 125 gram boter (op kamertemperatuur), 100 gram suiker (bij voorkeur fijne kristalsuiker), 1 ei, 1 theelepel vanille-extract, 1/2 theelepel bakpoeder, snufje zout. Eventueel 1 theelepel speculaaskruiden of kaneel voor een kruidige smaak.

Voor de decoratie:

Suiker glazuur (=poedersuiker + een beetje water), M&M's, sprinkles, eetbare glitter of chocolade om te smelten.

Tip: Verwarm de oven al voor op 175°C (boven- en onderwarmte) of 160°C (hetelucht).

Deeg maken en bakken:

- Mix de boter en suiker in een grote kom totdat het een luchtige, romige massa wordt. -Voeg het ei en de vanille-extract toe en meng het goed.
- Zeef de bloem, het bakpoeder, het zout en eventueel de speculaaskruiden of kaneel boven de kom met botermengsel en roer dit totdat je een stevig deeg krijgt.
- Koel het deeg door het deeg in te wikkelen in plastic folie en het minimaal 30 minuten te laten rusten in de koelkast. Dit zorgt ervoor dat de koekjes niet uitlopen tijdens het bakken.
- Rol het deeg uit op een licht met bloem bestoven oppervlak tot een dikte van ongeveer 5 mm. Steek met kerstvormpjes koekjes uit (bijvoorbeeld sterretjes, kerstbomen, of hartjes).
- Leg de koekjes op de bakplaat met bakpapier en bak ze in de voorverwarmde oven gedurende 8-10 minuten of totdat ze goudbruin zijn.
- Laat de koekjes even afkoelen op de bakplaat voordat je ze op een rooster legt om volledig af te koelen.



Decoreren:

- Meng poedersuiker met een klein beetje water om een glad glazuur te maken en versier er de koekjes mee.
- Versier de koekjes eventueel met sprinkles, M&M's of smelt chocolade om mooie designs te maken.

Laat de koekjes en het glazuur goed drogen voordat je de koekjes opslaat of opeet.

SMAKELIJK!

Sid

**Net bij de Jumbo
geweest, had toiletpapier
nodig. Stond iemand bij
het schap met beide
armen vol, zeker 8
pakken van 16 rollen. Ik
heb gezegd dat**

**hamsteren niet nodig is,
gewezen op zijn asociale
gedrag en hem he-le-
maal stijf gescholden. Hij
knikte en vroeg of hij
verder mocht gaan met
vakkenvullen.**

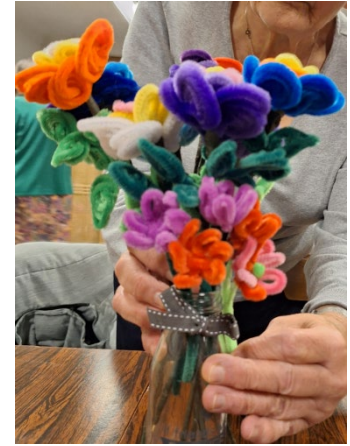
CREA-AVOND

De knutselaars werden weeral in de bloemetjes gezet.

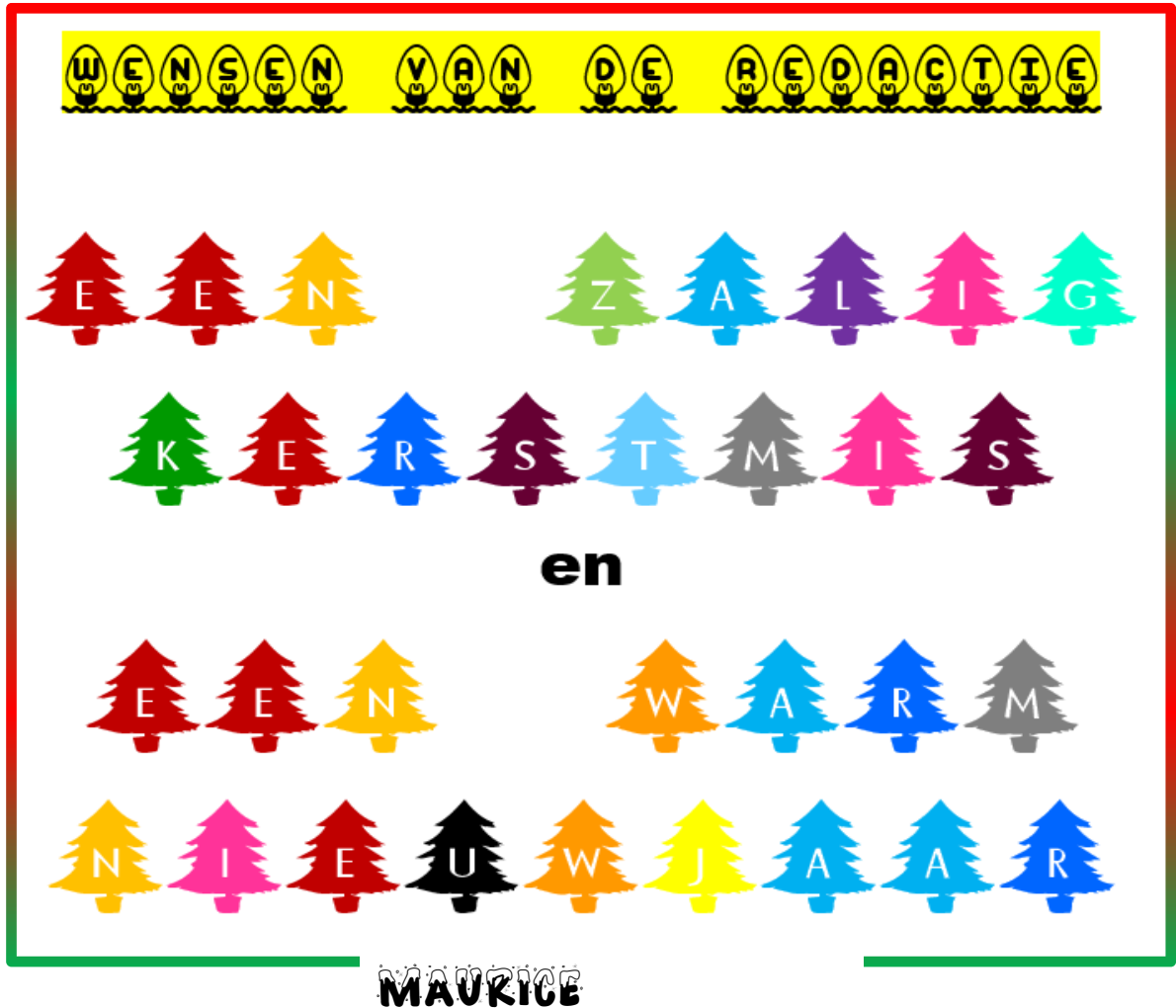
We deden dat zelf hé, want we maakten zelf de bloemetjes. Het was heel plezant en uiteindelijk kwamen daar super mooie bloemen tevoorschijn.

Er was wel wat werk aan en ik moest dikwijls opnieuw beginnen. Verdorie, sapperdepiepjes, vaak lukte het niet.

Maar met wat geduld, was het eindresultaat ronduit schitterend! Met dank aan Nicole die de les gaf!



Helga



Kerstmis is geven en nemen.
Lachen en zwijgen.
De hele dag stralen.
Herinneringen ophalen.
De kalkoen uit de oven halen.

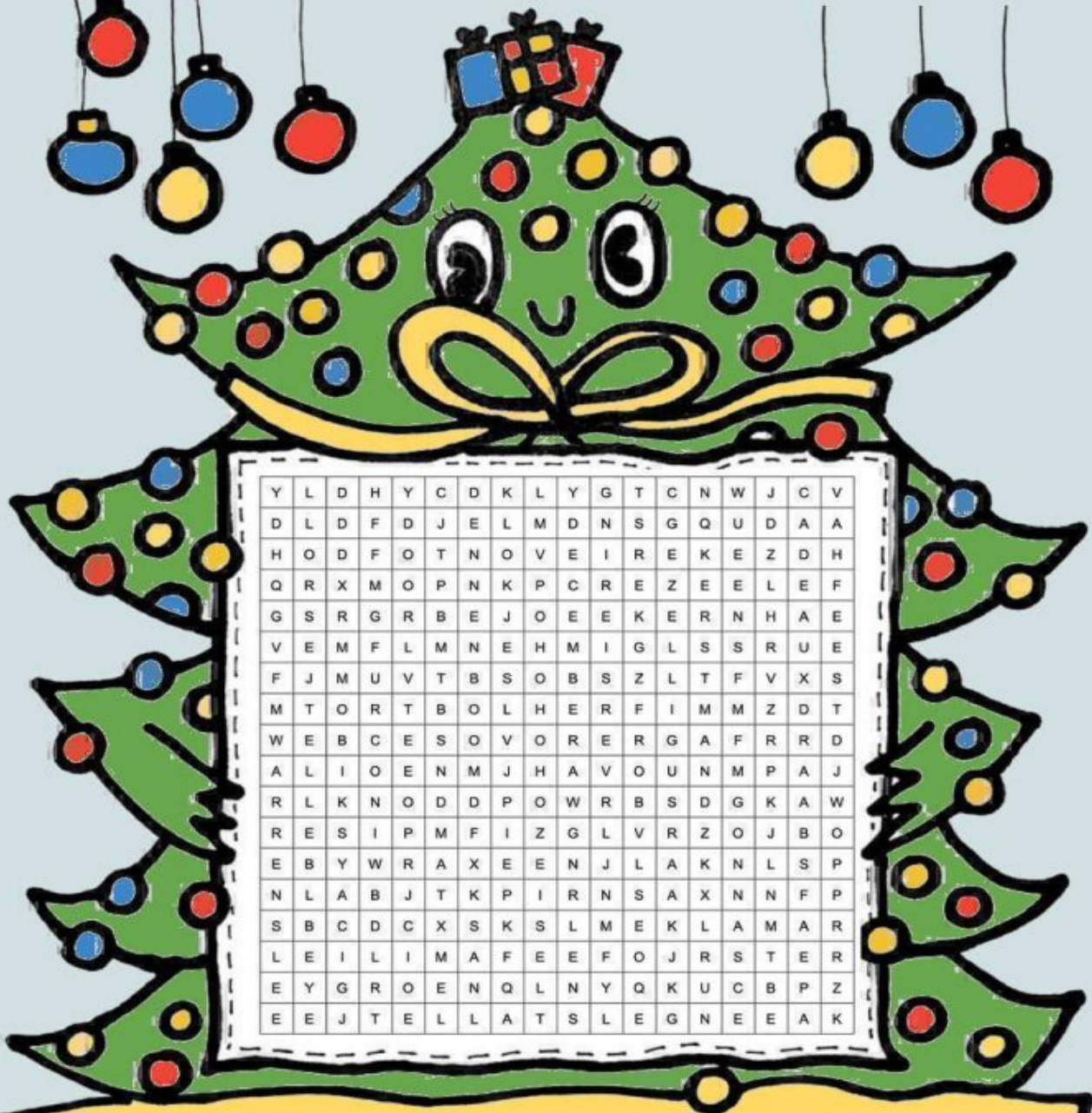


Genieten van elk klein gebaar.
Terugblikken op het voorbije jaar.
En...klinken op een wondermooi
LICHTPUNT jaar.
Kerstknuffel. Betty



WOORDZOEKER

Help de kerstboom en vind de 31 woorden!



- ARRENSLEE
- BAARD
- BAL
- BELLETJES
- BOOM
- CADEAU
- DECEMBER
- DENNENBOOM
- ENGEL
- FAMILIE
- FEEST
- GEZELLIG
- GROEN
- HOHOHO
- INPAKKEN
- KAARS
- KERST
- KERSTMAN
- KLOKJES
- KRANS
- LIEFDE
- MUTS
- RENDIER
- ROOD
- RUDOLF
- SNEEUW
- STALLETJE
- STER
- STRIK
- VERSIERING
- WARM

©De Knutseljuf Ede

KLEURTEKENING



Tatjana

Op welke parkingnummer staat de gele wagen?

Oplossing
p 23



Oplossing parkingvraagstuk? Tekening omdraaien!





Het LICHTPUNT is een vereniging die zich tot doel stelt samen te strijden tegen armoede en sociale uitsluiting. Wij brengen mensen met en zonder armoede-ervaring tezamen. Wij bieden tal van activiteiten aan, wij hebben een eigen krantje en een eigen tuin,...

We proberen een schakel te zijn met andere diensten, verenigingen, het OCMW, DEN TRAVOO,

We gaan samenwerkingen aan.

Wil jij met ons kennismaken? Dat kan op verschillende manieren.

Per e-mail: het.lichtpunt@outlook.com

Via onze website: www.hetlichtpuntbalen.be

Per telefoon: 0473/34.23.70 (Els)



Of kom eens langs bij één van onze activiteiten (zie kalender midden in dit Welleke). Je vindt er altijd een luisterend oor.



Financiële Steun

Wil je Het Lichtpunt financieel steunen?

Dit kan op rekeningnummer

BE06 8335 3963 5922

Voor stortingen vanaf 40 euro kan je een fiscaal attest bekomen.

Kies in dat geval voor rekening

BE70 8939 4402 9125

Code 21003 vermelden

Reageren op de artikels kan via het.lichtpunt@outlook.com of gsm 0473 34 23 70 (Els)

Verantwoordelijke uitgever: Het LICHTPUNT-Welzijnsschakel Balen,

Gustaaf Woutersstraat 29, 2490 Balen

0473/34.23.70 (Els)  het.lichtpunt@outlook.com

Facebook: Het LICHTPUNT (Welzijnsschakel)

Website: www.hetlichtpuntbalen.be