

Verslag vergadering Welzijnsraad 6 juni 2025



Herselt

Aanwezig

- ◆ Hermans Inne, coördinator zorg & welzijn lokaal bestuur Herselt (verslaggever)
- ◆ Jennes Gaby
- ◆ Keymeulen Peter, schepen welzijn, gezondheid en sociale economie lokaal bestuur Herselt
- ◆ Reypens Joni, Familiehulp zorgpartner Herselt
- ◆ Styns Siel, gezondheidsmakers
- ◆ Van de Poel Dorien, intergemeentelijk preventiewerker Zuiderkempen
- ◆ Vercammen Simonne, Eigen Kracht Centrale

Verontschuldigd

- ◆ Huygens Britt, Huis van het Kind Herselt-Hulshout-Westerlo
- ◆ Laporte Wim, thuisverpleging
- ◆ Leirs Maria, Okra Ramsel e.a.
- ◆ Vandenberg Bauke, Samen Ferm
- ◆ Van Rossum Line, Agentschap Opgroeien / Kind & Gezin
- ◆ Verlinden Elke, inwoner.



Agenda

0.	Algemeen	3
0.1.	Goedkeuring verslag	3
0.2.	Welzijnsraad: aanpassing huishoudelijk reglement	3
1.	Maatschappelijk welzijn en gelijke kansen	4
1.1.	Koffie en papieren: advies	4
2.	Zorg en gezondheid.....	4
2.1.	Bewegen Op Verwijzing (BOV): toelichting	4
2.2.	Aanvullingen op agendapunten vorige vergadering	5
	Ondersteuning van mantelzorgers	5
	Coffee & Care.....	5
	Evaluatie infomoment met thema slaapproblemen.....	6
	Acties vanuit de welzijnsraad	6
2.3.	Aanbod intergemeentelijke preventiewerking vanuit CGG Kempen en 10-daagse van de geestelijke gezondheid.....	6
2.4.	Gezondheidsnieuws.....	10
3.	Mondiaal beleid	12
4.	Varia	12

0. Algemeen

0.1. Goedkeuring verslag

Er zijn geen opmerkingen op het verslag van de welzijnsraad van 11 maart 2025. Het verslag wordt definitief goedgekeurd.

Nieuwe datum seniorenbeurs: zaterdag 22 november.

0.2. Welzijnsraad: aanpassing huishoudelijk reglement

In het decreet lokaal bestuur staat vermeld dat de vernieuwing van de adviesraden binnen de 6 maanden moet gebeuren via de raad voor maatschappelijk welzijn.

Alle inwoners van Herselt kunnen flexibel lid worden en deelname is vrijblijvend. Iedereen die geïnteresseerd is, kan meedoen, in het verleden met of zonder stemrecht. Professionals uit de gezondheids- en welzijnssector, maar ook onze inwoners zijn welkom om mee te denken over het beleid. Er is dus geen vast bestuur en geen quorum bepaald om te kunnen stemmen, zodat in iedere samenstelling adviezen kunnen worden uitgebracht.

Het Decreet Lokaal Bestuur legt op dat ten hoogste twee derde van de leden van de raden en de overlegstructuren, van hetzelfde geslacht is. Als dat niet het geval is, kan niet op rechtsgeldige wijze advies worden uitgebracht. Aangezien we overwegend vrouwen hebben in de welzijnsraad, is het aangewezen om dit overleg om te vormen van een 'adviesraad' naar een 'inspraakorgaan'. In de praktijk gaat er niets wijzigen aan de werking van de raad.

Dit principe werd besproken met de voorzitter en staat ter goedkeuring geagendeerd op de raad voor maatschappelijk welzijn van juni.

Binnen de welzijnsraad zijn er volgende rollen:

- Voorzitter: Wim Laporte (thuisverpleging).
- Ondervoorzitter: Evy Rens (Familiehulp).
- Secretaris: personeelslid van het OCMW.

Op de welzijnsraad van september zal bekeken worden of er nieuwe kandidaten zijn voor deze rollen.

Personen die kandidaat zijn voor de functie van voorzitter of ondervoorzitter dienen hun interesse te laatste op 31 augustus kenbaar te maken bij de secretaris van de welzijnsraad, Inne Hermans.

Het aangepaste huishoudelijk reglement is meegestuurd met de agenda van dit verslag.

Er zijn geen opmerkingen vanuit de welzijnsraad op het aangepaste huishoudelijk reglement. De deelnemers geven wel aan dat het belangrijk is te blijven zoeken naar mannelijke deelnemers.

1. Maatschappelijk welzijn en gelijke kansen

1.1. Koffie en papieren: advies

Mensen in een kwetsbare positie zijn dikwijls niet in orde met hun administratie, met alle negatieve gevolgen van dien. De organisatie van een 'Koffie en papieren' kan een antwoord bieden op dit probleem. Vrijwilligers en professionals zijn tijdens dit inlooppmoment aanwezig. De vrijwilligers geven uitleg bij de meegebrachte brieven, facturen, documenten en/of bieden gratis ondersteuning bij het invullen van (digitale) formulieren of het online aanvragen van documenten. Tevens beantwoorden ze vragen over het gebruik van computer en smartphone of helpen ze bij het maken van telefonische of digitale afspraken. Tijdens dit wekelijks moment staat er gratis koffie, thee en water ter beschikking en is laagdrempelige ontmoeting met anderen mogelijk.

In Herselt willen we dit graag organiseren, we denken aan een wekelijks inlooppmoment. We zouden afwisselend in de vijf deelgemeenten willen komen. Herselt bestaat uit vijf deelgemeenten en er zijn maar 4 weken in een maand dus voor twee deelgemeenten zou het om de 14 dagen zijn. Er wordt aan de welzijnsraad om input gevraagd rond het meest geschikte moment (namiddag of avond) en voorstellen voor locaties per deelgemeente.

De welzijnsraad geeft aan dat vast momenten per locatie het best zullen werken. Zeker een avond voorzien, want ook mensen die problemen ondervinden met het invullen van papieren die werken. Voor één locatie een weekavond is voldoende, dit hoeft niet in iedere locatie. Vraag of de opdracht voor de begeleidende vrijwilliger niet te ruim is (kennis nodig rond teveel zaken) en er een beperking nodig is rond welke papieren.

Locaties:

- Herstelt: VTC de Mixx
- Varenwinkel: LDC De Kapel

Voor andere deelgemeenten worden geen locaties voorgesteld.

2. Zorg en gezondheid

2.1. Bewegen Op Verwijzing (BOV): toelichting

Toelichting door Steven Denteneer (BOV-coach)

Er zijn heel wat factoren die het voor mensen wat moeilijker maken om voldoende te bewegen en toch zou het hen positief helpen op fysiek, mentaal én sociaal vlak. Als zorg- of welzijnsprofessionals of privépersoon iemand overtuigen om meer te bewegen, kan dankzij Bewegen Op Verwijzing. Hiermee verwijst je mensen door naar een betaalbare coach die hen ondersteunt en motiveert om meer te bewegen. Bewegen Op Verwijzing helpt mensen op weg naar een actieve(re) leefstijl op een heel laagdrempelige manier.

Hoe werkt Bewegen op Verwijzing?

Tot voor kort konden enkel huisartsen een verwijsbrief schrijven, maar nu krijgen ook andere hulpverleners de kans om door te verwijzen. Mogelijke doorverwijzers zijn: podologen, ergo- en kinesitherapeuten, maatschappelijk werkers, apothekers, diëtisten, psychologen, vroedkundigen, verpleegkundigen en huisartsen.

Doorverwijzen kan op twee manieren, via de [online verwijstool](https://www.gezondleven.be/projecten/bewegen-op-verwijzing/voor-artsen-stel-een-verwijsbrief-op/gratis-verwijsblok) of met een eigen verwijsbrief. Het is eveneens mogelijk om een gratis verwijsblok te bestellen via <https://www.gezondleven.be/projecten/bewegen-op-verwijzing/voor-artsen-stel-een-verwijsbrief-op/gratis-verwijsblok>

Wat doet de Bewegen-Op-Verwijzing-coach?

Een BOV-coach motiveert mensen om te bewegen. Ze gaan niet samen met iemand sporten, maar geven wel het

schouderklopje dat mensen nodig hebben om meer te bewegen. Bewegen kan al heel eenvoudig door bijvoorbeeld al fietsend naar het werk te gaan of door een wekelijkse wandeling te maken met familie of vrienden. De coach gaat aan de slag met de interesses en leefwereld van de persoon en weet ook welke activiteiten en sporten de gemeente en verenigingen aanbieden.

- ◆ Wie een beroep wil doen op een Bewegen Op Verwijzing-coach, heeft een verwijsbrief nodig.
- ◆ De Bewegen Op Verwijzing-coach maakt samen met de cliënt een beweegplan op maat.
- ◆ De focus ligt op haalbare en betaalbare beweegactiviteiten.
- ◆ De coach motiveert, ondersteunt en helpt waar nodig.
- ◆ Iedereen die weinig beweegt of lang stilzit, kan deelnemen aan erg lage tarieven, kostprijs: 5 euro per kwartier en 1 euro per kwartier voor personen met verhoogde tegemoetkoming.

Eerste sessie is 1 uur en de duur van de sessies daarna is afhankelijk van de persoon (een kwartier of een half uur). Aanmoediging is soms ook via een WhatsApp (kosteloos).

Nieuwe BOV-coaches: Steven Denteneer, tel. 0499 91 98 28 en Dorien Kemland, tel. 0476 59 59 04.

Meer informatie: www.bewegenopverwijzing.be en communicatiemateriaal te bestellen via Gezondheidsmakers (vroegere LOGO Kempen). BOV-coaches mogen telefonisch gecontacteerd worden voor meer informatie.

2.2. Aanvullingen op agendapunten vorige vergadering

Ondersteuning van mantelzorgers

Toelichting door Inne Hermans

M.b.t. het onderwerp 'ondersteuning van mantelzorgers' werd vanuit de vorige welzijnsraad gesuggereerd om de mantelzorgers zelf te bevragen waar zij het meeste nood aan hebben.

In het kader van het project dementievriendelijke gemeente werd een bevraging opgemaakt voor mantelzorgers. De vragenlijst is ruimer opgesteld dan enkel personen met dementie zodat we ons mantelzorgbeleid kunnen afstemmen op de noden van de mantelzorgers.

De vragenlijst is verspreid aan alle personen die via de gemeente een mantelzorgpremie ontvangen. Ingevulde vragenlijsten kunnen ingediend worden tot 15 juli.

Als jullie zelf met mantelzorgers in aanraking komen, laat hen dan gerust nog een bevraging invullen. Afgedrukte exemplaren zijn ter beschikking (te vragen via Inne) of kan online via Hoplr.

Toelichting van Simonne Vercammen:

Eigen Kracht Centrale heeft een nieuw aanbod om mantelzorgers te ondersteunen. Zij krijgen voor deze doelgroep subsidies voor 3 jaar (recent gestart). Doel is om het netwerk van de zorgbehoevende/mantelzorger uit te breiden en een plan op te maken om de persoon te helpen om mantelzorg waar te maken. ECK neemt de voorbereiding op zich van de bijeenkomst met alle deelnemers. De bijeenkomst is eenmalig. De begeleiding van ECK stopt na de eerste bijeenkomst.

Er zijn enkele vaak vergeten doelgroepen van mantelzorgers:

- Kinderen die voor hun ouderen zorg moeten opnemen waardoor ze hun schoolwerk niet gedaan krijgen.
- Ouders van kinderen met autisme. Vaak moeten ouders hun job opgeven omdat deze kinderen niet kunnen ingebed worden in het gewone onderwijs en er onvoldoende alternatieven zijn voor deze kinderen in het voltijds dagonderwijs.

Coffee & Care

Bokes & Babbels in Westerlo gaat door op 9/09 en 2/12.

Volgende momenten zijn geprikt voor de Coffee & Care in Herselt:

- Donderdag 12 juni
- Donderdag 9 oktober

- Woensdag 17 december

Uitnodiging werd via mail verstuurd.

Op woensdag 26 maart waren er alleen professionals vanuit Praktijk 2230 aanwezig op het netwerkmoment. Hieruit is wel een mooi samenwerking ontstaan met het lokaal dienstencentrum, waarbij zij die locatie konden gebruiken voor de organisatie van een infosessie rond gehoorproblemen.

Evaluatie infomoment met thema slaapproblemen

Titel: "Slapen, een nachtmerrie!?", ondertitel: Slaapproblemen bij volwassenen

Wanneer: zaterdag 10 mei 2025 van 19 tot 21.30 uur.

Locatie: zaal d'Asbroek aan VTC de Mixx.

Vzw Welgerust heeft het programma grotendeels opgesteld. Er waren 16 deelnemers. Bovendien werd er sterk genetwerkt tussen de aanwezige professionals.

Volgens Dr. Mineke Viane was dit een normaal aantal voor dit thema en was de opkomst vergelijkbaar met die op eerdere infosessies in andere regio's. Publicatie van een infoblokje in HerseltLeeft! was per ongeluk over het hoofd gezien. Mogelijk was er een iets grotere opkomst als dit uitgebreider was gepubliceerd in het gemeentebladje.

De welzijnsraad is er voorstander van om volgend jaar opnieuw een infobeurs te organiseren rond een ander thema. Belangrijk om tijdens die avond concrete tips en voorbeelden te krijgen.

Input rond mogelijke thema's:

- **Vroegtijdig zorgplanning, gekoppeld aan zeer praktische uitleg over de formulieren van LEIF + een ruimte om die papieren meteen in te vullen waarbij praktische hulp aanwezig is.**
- **Geestelijke gezondheid, meer specifiek tabak en drugs. Maar hoe dit thema brengen zodat dit laagdrempelig genoeg is? Eventueel koppelen aan infosessie 'Als kleine kinderen groot worden' van IGP Zuiderkempen. Gericht op ouders van kinderen van 10 tot 15 jaar.**
- **Pestgedrag en uitsluiten, gericht op ouders van kinderen op de middelbare school. Bedenking vanuit de welzijnsraad dat het moeilijk is om deze ouders te bereiken.**
- **Autisme**

Verder te bespreken tijdens volgende welzijnsraad.

Acties vanuit de welzijnsraad

Het zou leuk zijn dat we vanuit de welzijnsraad wat extra acties kunnen opzetten om ons wat meer bekendheid te geven en ons om steentje bij te dragen aan het verhogen van het welzijn van de Herseltse inwoners. Ideeën? Mensen die zich hiervoor willen engageren?

Idee: Avond organiseren in een buurt waar inwoners ideeën kunnen geven over hoe ze hun buurt aangenamer kunnen maken. Inspirerende praktijken aanbieden tijdens deze avond.

Verder te bespreken tijdens volgende welzijnsraad.

2.3. Aanbod intergemeentelijke preventiewerking vanuit CGG Kempen en 10-daagse van de geestelijke gezondheid

Toelichting door Dorien Van de Poel, intergemeentelijke preventiemedewerker

Intergemeentelijke preventiewerking is opgestart in 2020. Samenwerkingsovereenkomst tussen Gezondheidsmakers, CGG Kempen en lokale besturen van ELZ Middenkempen, Zuiderkempen en Kempenland. In 2025 hernieuwd aangezien subsidies rechtstreeks aan partners worden betaald i.p.v. aan Gezondheidsmakers.

Vanuit CGG Kempen: twee intergemeentelijke preventiewerkers: Elly Van Nijen & Dorien Van de Poel, ondersteuning van Mara Menten en Fien Engels. Ook ELZ Baldemore heeft een eigen intergemeentelijke

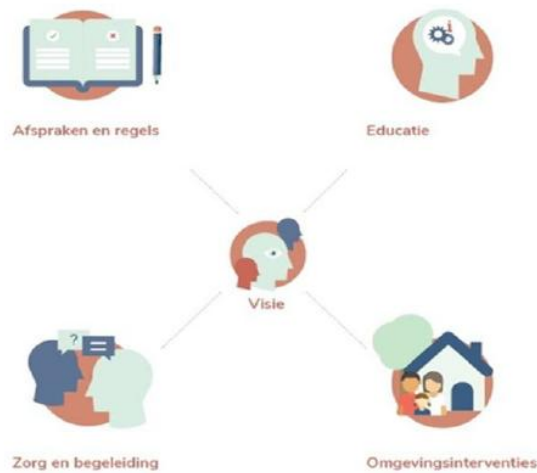
preventiewerker: Jay Conard (CAW) en Kempen Noord (Karen Van Santvliet).

Missie:

Inwoners van de betrokken gemeenten zijn veerkrachtiger en leven gezonder op vlak van alcohol en andere drugs

Visie:

- Duurzaamheid
- Proportioneel universalisme
- Health in all policies
- Best Practices
- Beleidsmatig werken



Thema’s waarop de Zuiderkempen heeft beslist om in te zetten:



Actieplan 2024 – 3 strategische doelstellingen:

- Welzijnsbeleid: onderwijs en vrije tijd
- Campagnes naar algemene bevolking
- Bekend maken van de laagdrempelige hulpverlening geestelijke gezondheid

Welijnsbeleid t.a.v. lager onderwijs, secundair onderwijs, buitengewoon onderwijs en deeltijds onderwijs + jeugdverenigingen:

Minimum	- Ondersteuningsmateriaal - Kant en klare communicatie om te verspreiden binnen of buiten de school: bv. infoavond voor ouders - Aanspreekpunt in elke school
Bijkomende opties	- Leerlingenbevraging in secundaire school - Methodieken voor educatie afgestemd op leeftijd - Vormingsaanbod: bv. train de trainers

- Uitwerken Tabak – Alcohol- en drugbeleid
- Regels en afspraken
- Zorg en begeleiding: bv. leerlingenbegeleider, CLB
- Omgevingsinterventies
- Beleid geestelijke gezondheid

Campagnes:

- Als kleine kinderen groot worden



Webinar

- Als kleine kinderen groot worden 2025:
Webinar tabak, alcohol en drugs: 7/5/2025
66 inschrijvingen, 31 aanwezigen
- Info avond Westerlo: AKKGW TAD
40 inschrijvingen, 19 aanwezigen
- Webinar gamen: 21/5/2025
71 inschrijvingen, 16 aanwezigen
<https://www.youtube.com/@verslavingspreventieggkem811>

- Generatie Rookvrij



Generatie Rookvrij

- Hoe lopen de aanpassingen bij de lokale besturen?
- Partners mee?
- Extra aanbod
- Materialen nodig?
- Handhavingscursussen?
- Rookstopcursussen?

- Verhogen van veerkracht – geluksdriehoek
- Lokale monitor (VAD)
- Kempen 0,0%
- 10-daagse GGZ



10 – daagse Geestelijke Gezondheid -Vlaams

Heb je het moeilijk? Maak ruimte

Materialen: gratis te bestellen, levering pas voor de zomer → op website van Gezondheidsmakers

<https://gezondheidsmakers.be/aanbod/inspiratiegids-10-daagse-van-de-geestelijke-gezondheid>

- Vloerstickers max 10 per organisatie (gratis)
→ te bestellen door lokale besturen zelf
- Affiches: gratis

10-daagse van de Geestelijke Gezondheid

Kempische acties 2025: 1-10 oktober 2025 – “Heb je het moeilijk? Maak ruimte”

⇒ Algemene bevolking: broodzakken

⇒ Lokale besturen kunnen uit een pakket kiezen:

- Film met nabespreking (doelgroep te kiezen)
- Pannenkoeken – (kwetsbare doelgroep – verbinding)
- Wandeling met quiz – thema GG – cijfers & weetjes (verschillende doelgroepen)
- Bewegingssessie (senioren)
- Beweegchallenge (sporta)
- Marktactie: drankje met babbeltje
- WZC liedjes kiezen

⇒ Adolescenten: Samenwerking met Thomas More – inzetten sociale media?

⇒ Secundair onderwijs: stickers school? Samenwerking met OverKop huizen?

⇒ Basisonderwijs: raamstiften ter beschikking stellen. Keuze zelf spreuken verzinnen en wij leveren teksten aan (inspiratiegids) Scholen bevragen. Wie doet mee? Max 3 stiften/school 😊

Ga aan de slag!

- [Vernieuwde inspiratiegids](#) en [communicatietoolkit](#)
- Bestel tijdig je materialen:
 - [Affiche](#) (gratis)
 - [Vloersticker](#) (gratis, max 10 per organisatie)
- Vlaamse actie: Met veerkracht spring je verder!
 - Wanneer? Tijdens de 10-Daagse van de Geestelijke Gezondheid (Vlaams 1/10).
 - Wie? Iedereen kan meedoen! Medewerkers, vrijwilligers, sympathisanten of andere organisaties uit de buurt. Voorzie voor minder mobiele deelnemers leuke springalternatieven.
 - Hoe? Gebruik de inspiratiegids van Samen Veerkrachtig en volg het stappenplan om jullie actie succesvol te organiseren.

Tournée Minerale 2026

⇒ Ideeën?

⇒ Vanuit jongerenwelzijnsoverleg Westerlo voorstel om in te zetten op drankgebruik in kantines bij sportclubs

Feedback vanuit welzijnsraad: sterker inzetten op het vergroten van het aanbod niet-alcoholische bieren, zeker ook voor het lokaal dienstencentrum. Suggestie voor het LDC: organisatie van een proefavond waarbij je een groter aanbod aan niet-alcoholische bieren aanbiedt dan alcoholische, gekoppeld aan de vraag welke bieren opnemen in het aanbod.

Hulpverleningsaanbod:

- Vraag vanuit gemeenten naar laagdrempelig hulpverleningsaanbod
 - Op de Stoel – stellingenspel
 - Geluksdriehoek – tips, oefeningen
- Hiaten in kaart brengen
- Afstemming tussen verschillende zorgaanbieders
- Dialoog opstarten tussen zorgverleners, lokale besturen en overheid

Ruimer hulpverleningsaanbod Geestelijke Gezondheid (collega's team preventie):

⇒ Open groep: voor ouders, partners en familie van mensen die (problematisch) middelen gebruiken, gamen en/of gokken

- Elke eerste maandag van de maand van 19 – 21 uur
- Vanaf september in CGG Geel
- Deelname is gratis
- Inschrijven: 014/410967 – context@cggkempen.be



⇒ Themagroep

- 5 sessies. Inhoud nog in te vullen. Info volgt later
- 5 euro voor 1 sessie, 25 euro voor de volledige sessie
- Inschrijven: 014 41 09 67 – context@cggkempen.be

Contactgegevens: Dorien Van de Poel - Intergemeentelijk preventiewerker Zuiderkempen

dorienvandepoel@cggkempen.be

014 41 09 67 – 0484 19 86 51

Algemeen: preventie@cggkempen.be – 014 410967

2.4. Gezondheidsnieuws

◆ Voorstelling Lortcher (met Warre Borgmans, Dimitri Leue en Clara Cleymans)

Dit familiedrama is gebaseerd op de levensloop van Peer Lortcher, waarbij ieder muziekstuk dat hijzelf heeft gecomponeerd, hem teruggedrijft in de tijd.

Het is gestart als een ode aan Armand Borgmans, de vader van Warre en tevens de grootvader van Dimitri, maar het is uiteindelijk een ode geworden aan alle dementerende familieleden van het publiek. Hoe persoonlijker je verhaal, hoe universeler het weer wordt. Omdat in de kern verdriet, verdriet is en liefde, liefde.

Waar : Zoerla Westerlo

Wanneer : Woensdag 29 oktober, 19 uur (deuren open) en 20 uur (start voorstelling)

Prijs : 10 euro

Inschrijven : via website (inschrijvingen staan nog niet open)

Organisatie: ELZ Zuiderkempen, KVC Westerlo, CGG Kempen

◆ Warme dagen

Warm weer is fijn, maar kan ook gezondheidsklachten met zich meebrengen

- Hinder (bv. slecht slapen)
- Huiduitslag
- Zonnebrand
- Uitdroging
- Gezwollen ledematen
- Hittekrampen (spierkrampen)
- Hitte-uitputting: duizeligheid, flauwte, vermoeidheid, hoofdpijn, braken,...
- Zonneslag: hevige hoofdpijn, misselijkheid, duizeligheid, koorts, slaperigheid en bewustzijnsverlies
- Hitteberoerte of hittedag: hoge lichaamstemperatuur (meer dan 39°C tot 45°C), verhoging van het hartritme (meer dan 100 hartslagen per minuut), ongewone onrust, warme, rode en droge huid, hoofdpijn, braakneigingen en braken, stuipen, bewustzijnsverlies tot zelfs coma



Doelgroep in de kijker: jonge kinderen tot 3 jaar

- Zuigelingen en jonge kinderen zijn erg kwetsbaar voor hitte
 - Koelen moeilijker af
 - Afhankelijk van verzorgers
 - Gedrag speelt een rol bv. niet tijdig drinken, actief spelen,...
 - Medische en socio-economische kwetsbaarheid

Materialen in de kijker

- Checklist voor scholen
- Inspiratie voor acties gericht op jonge kinderen
- Materialen kinderopvang
 - Achtergronddocument: 'Samen zorg dragen voor kinderen jonger dan drie jaar'
 - Affiche
 - Infokaarten
 - Infographics
 - Checklist

Link om de opname van het [webinar](#) 'Koel blijven is kinderspel', over de nieuwe Warme Dagen campagne voor jonge kinderen.

◆ **Steekmuggen**

Op donderdag 8 mei lanceerde het Departement Zorg een nieuwe campagne om de verspreiding van de tijgermug te beperken. Onder het motto 'Leg de tijgermug droog' roept de campagne op om actief mogelijke broedplaatsen van de tijgermug te verwijderen en meldingen te doen.



De tijgermug kan voor erg veel overlast zorgen, vooral omdat ze overdag actief is en agressief steekt. Met veel tijgermuggen in de buurt is rustig genieten van je tuin of terras moeilijk. Daarnaast kan deze mug ziekten overdragen op mensen. De tijgermug heeft zich de afgelopen jaren steeds verder verspreid, ook naar Europese landen.

De kans dat deze mug in België mensen ziek maakt, is momenteel nog klein. Met eenvoudige maatregelen kunnen we samen de opkomst van de tijgermug vertragen en beperken, en zo ongestoord blijven genieten van een mooie zomerdag.

Verwijder mogelijke broedplaatsen

Muggen hebben water nodig om hun eitjes en larven te laten groeien. Controleer daarom elke week je tuin of terras op stilstaand water, haal het weg of ververs het.

Enkele tips:

- Giet stilstaand water weg, bijvoorbeeld uit emmers, gieters of schotels onder bloempotten.
- Trek een plastic zeil goed strak, zodat er geen water op blijft staan.
- Controleer dakgoten en afvoergoten zodat bladeren of vuil zich niet ophopen en het water goed kan wegstromen.
- Ververs drinkbakken voor dieren en vogelbadjes minstens één keer per week.
- Zorg dat regentonnen, putten en kuipen goed afgesloten zijn met muggengaas of een deksel.

Zorg voor biodiversiteit

Andere insecten en kleine dieren zoals libellen, kikkers en vogels lusten graag muggen.

Maak je tuin gastvrij voor deze natuurlijke vijanden. Zo ondersteun je niet alleen de biodiversiteit, maar help je ook muggen bestrijden op een natuurlijke manier. Creëer schuilplaatsen of een wilder stukje natuur, en maak het muggen zo een stuk moeilijker.

Ga je reizen?

Zorg dat je goed geïnformeerd bent over mogelijke gezondheidsrisico's, zoals dengue, chikungunya en zika. Deze ziekten worden overgedragen door muggen, waaronder de tijgermug, en komen in verschillende delen van de wereld voor. Check gezondheidsrisico's op www.wanda.be.

Als je op reis gaat naar een regio waar deze ziekten voorkomen, is het belangrijk om de juiste voorzorgsmaatregelen te nemen. Gebruik muggenwerende middelen, draag lange kleding en slaap onder een muggennet.

Blijf ook na thuiskomst alert, vooral de eerste twee weken. Let extra goed op symptomen:

- plotse koorts ($\geq 38^{\circ}\text{C}$)
- gewrichtspijn
- spierpijn
- huiduitslag

Ervaar je één of meerdere van deze symptomen? Neem dan contact op met een arts.

Zie je een tijgermug? Meld het!

Zie je een tijgermug? Maak er een foto van en meld het meteen via www.muggensurveillance.be. Jouw melding helpt om snel actie te ondernemen.

Een tijgermug herken je door:

- Een zwart-wit gestreept patroon
- Is ongeveer half zo groot als een gewone huismug
- Vijf witte strepen op de achterpoten, met witte uiteinden
- Agressief gedrag en steekt overdag

Zijn er in je omgeving tijgermuggen gesignaleerd? Zorg dat je niet per ongeluk helpt om ze te verspreiden. Tijgermuggen vliegen zelf niet ver, maar kunnen ongemerkt meeliften in je auto. Controleer daarom of er geen mug in je auto is binnengedrongen.

Gratis campagne materialen

- Affiches
- Folders
- Flyer
- Bladwijzer voor artsen
- Memoryspel
- Sociale media posts
- Beelden voor digitale schermen
- E-mail handtekening
- Filmpjes

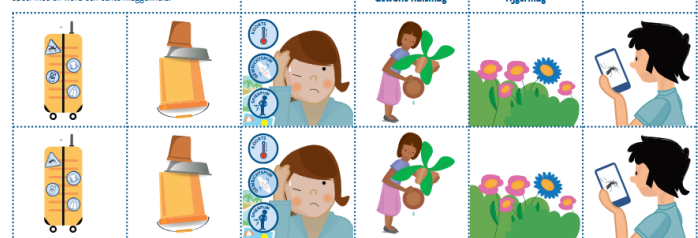
Muggen-memory

Onsdenk hoe je een tijgermug herkent en wat je kunt doen om de komst van de tijgermug af te remmen. Samen blijven we muggen een steek voor.

Wat leren we?

- Hoe je een tijgermug herkent.
- Dat muggen houden van stilstaand water – zelfs in kleine potjes of schoteltjes. Daarom is het belangrijk om water te vervangen, te verwijderen of af te dekken.
- Dat tijgermuggen mensen ziek kunnen maken.
- Dat je het moet melden als je een tijgermug ziet.
- Welke voorzorgsmaatregelen je kan nemen om je te beschermen tegen muggen op reis.
- Dat je goed moet opletten als je op reis gaat, zodat er geen tijgermug met je meereist naar huis.
- Dat meer natuur en dieren kunnen helpen om muggen weg te houden.

Speel mee en word een echte muggenheld!



steekmuggen.be

3. Mondiaal beleid

Er zijn geen agendapunten onder dit thema.

4. Varia

/

Opvolging vanuit vorige vergaderingen		
Wat?	Wie?	Status?
Na iedere samenkomst van de Zorgraad van ELZ Zuiderkempen aan deelnemers Welzijnsraad een mail versturen met samenvatting	Inne Hermans	lopende
Zorgteam Herselt toelichten aan vergadering met thuisverpleegkundigen	Wim Laporte	
Noden rond openbare toiletten verder signaleren binnen gemeente	Inne Hermans	

Volgende vergaderingen

- ◆ **Donderdag 11 september van 19 tot 21 uur** – zaal Crea Plus VTC de Mixx.
- ◆ **Dinsdag 9 december van 14 tot 16 uur** – zaal Hessel VTC de Mixx.