



Beste Vl@s-vrienden,

Voor de causerie over de klimaatproblematiek konden we op veel belangstelling rekenen.

Tijdens de fraaie indooractiviteit in de snookerzaal was het enthousiasme bij zowel de instructeur als bij de spelers groot. Dat darts ideaal is om je lichaam te trainen hebben onze spelers ondervonden. Ze zetten hun rug- en armspieren aan het werk maar ook hun concentratie en oog-handcoördinatie werden op de proef gesteld. Bij de tafelsporten werd er tactisch gespeeld en de oogjes blonken als er een bal gepot werd.

Op Valentijnsdag konden we genieten van een heerlijk desserten buffet en namiddag vol sfeer en gezelligheid.

Zienderogen lengen de dagen en een deugddoende zonnekriebel activeert al wat leeft, maar nu al zeggen dat de winter voorbij is, is toch een beetje te optimistisch.

De buitenactiviteiten, wandelen met "de Genieters" op maandag en met "de Stappers" op donderdag, en petanque op donderdag (terrein aan zaal Kerkepanne) gaan verder door, in de mate dat de weergoden ons gunstig gezind zijn. Informeer dus bij twijfel steeds de verantwoordelijke contactpersoon. Het fietsseizoen start opnieuw vanaf 8 april.

Jullie zijn ook altijd welkom op onze wekelijkse binnenactiviteiten; petanque op dinsdag in de Bolledroom en de kaart-, brei- en scrabblenamiddag op donderdag in zaal Kerkepanne.

Verder hebben we deze maand weer een aantal mooie activiteiten gepland, waarop we jullie graag verwelkomen.

Warme groetjes,

Het bestuur.

Aurèle, Christine, Fernande, Marguerite, Luc B., Luc VdB., Pierre, Piet, Roger

Christine Bruynooghe, Covoorzitter (0484 39 95 35), Luc Buelens, Covoorzitter - penningmeester (0475 27 95 50)
Luc Vd Berghe, secretaris ledenadministratie (058 62 34 53), Aurèle Bekaert (058 51 21 10),
Roger Claes (0486 35 47 72), Pierre De Neef (058 62 31 27), Fernande Nekkebroeck (058 59 62 14),
Marguerite Vanhove (058 51 85 97), Piet Vercruysse (0489 55 00 43)

NIEUWS UIT ONZE AFDELING

CAUSERIE

Woensdag 6 maart om 14u30

Zaal Kerkepanne

"VRIJMETSELARIJ, EEN GROTE ONBEKENDE"
door Pierre Bruyneel



Dhr. Pierre Bruyneel, reeds 53 jaar lid van de vrijmetselarij, brengt een lezing met als thema "De Vrijmetselarij in Vlaanderen", een voor velen interessante kennismaking met een onbekend stuk van onze samenleving.

Vrijmetselaren zijn vrije denkers. Aan dogma's hebben ze een broertje dood. Maar betekent dat ook, dat er voor God geen plaats is in hun loges?

Wat is vrijmetselarij precies? Hoe is die in België en de rest van de wereld georganiseerd?

Inkom (1 consumptie inbegrepen): leden € 5,00 - niet-leden € 8,00

Info: Luc Vanden Berghe - tel. 058 62 34 53



da's TOF

Donderdag 7 maart 2024 om 9u30

Zaal Kerkepanne

Reanimatie met Defibrillator en EHBO

door Ann Duyck en medewerkers Rode Kruis



Hoe reanimeer je iemand?

Wat doe je als iemand in je omgeving een hartstilstand krijgt?

Hoe werkt het AED-toestel dat je op veel openbare plaatsen vindt?

Courante kennis van eerste hulp kan levens redden en het verschil maken tussen leven en dood. Vandaar deze workshop waarbij medewerkers van het Rode Kruis de basistechnieken van reanimatie opfrissen en leren hoe je een defibrillator moet hanteren.

Tijdens deze workshop leert een medewerker van het Rode Kruis je de basistechnieken van reanimatie en hoe je een AED moet hanteren.

Deelname is gratis maar het aantal **inschrijvingen is beperkt tot 30**.

Om organisatorische redenen vragen we u dan ook om **in te schrijven vóór 1 maart**.

Info: Christine - tel. 0484 39 95 35 - mail: bruynooghe.christine@gmail.com

of bij een van de bestuursleden.

NIEUWS VAN DE NOORDZEEQUIZ



Middelkerke, donderdag 14 maart 2024
om 14u30 in zaal Stille Meers
Sluisvaartstraat 17 Middelkerke



Bij het verschijnen van deze nieuwsbrief is onze stand in het voorlopig eindklassement nog niet gekend, maar de top-drie is nog steeds binnen handbereik!

Iedereen is van harte welkom om ons team te steunen, zowel quizliefhebbers als supporters

Deelname: € 2,00 aan de kassa te betalen.

Info: Roger tel. 0486 35 47 72

Zondag 31 maart 2024

Sinds 1996 gebeurt de overgang van winter- naar zomertijd in de nacht van zaterdag op zondag van het laatste weekend van maart.



Vooruitblik naar onze activiteiten april - juni 2024.

- | | |
|------------------------|--|
| 12 april 2024 | Daguitstap 't Zwin (carpooling) |
| 22 april 2024 | Noordzeequiz De Panne om 14u30 |
| 26 april 2024 | *da's TOF* i.s.m. Marnixring, concert met muziek van Piazzolla |
| 30 mei 2024 | Lentefeest met BBQ |
| 2 juni t/m 8 juni 2024 | Meerdaagse reis "Elzas en Jura" |
| 13 juni 2024 | Activiteiten en kampioenviering met koud buffet |
| 14 juni 2024 | *da's TOF* Bezoek Visserijmuseum "Thuishaven" en lunch in 't Zwintje en na de middag gegidst bezoek (details nog te bepalen) |

Details via onze maandelijkse nieuwsbrief.

Website <https://vlaamseactievesenioren.be/afdeling/koksijde>

DIVERSE

Ledenkorting

Ontdek een jaar lang alle deelnemende Belgische musea. Wanneer je wil en zo vaak je wil. Je kan meteen elk van de musea binnenwandelen voor een bezoek. Bovendien kan je ook gratis of voor een kleine meerprijs unieke tentoonstellingen bezoeken in deze musea. En dit alles met één pas.

Alle deelnemende musea vind je hier: www.museumpassmusees.be/nl/aanbod

Als VI@s-lid krijg je **€ 8,00 korting** op de museumpas.
Je betaalt dus slechts **€ 51,00 i.p.v. € 59,00**.

Vraag je individuele kortingscode aan: info@vlaamseactievesenioren.be

Deze actie is geldig voor VL@s-leden en voor nieuwe abonnees en loopt t/m 29 februari 2024!

Activiteiten van onze bevriende verenigingen

SAR (Seniorenadviesraad)

Info: Katleen Calcoen tel. 058 53 43 10 katleen.calcoen@sociaalhuisbe

VI@s-De Panne Adinkerke

Info: Jacqueline Ballieu tel. 058 62 36 06 - jacqueline.ballieu@telenet.be
15 maart - China voor beginners. Lezing door Noël Truyers - 14u30 zaal De Boare

VI@s-Oostduinkerke

Info: Bockstael Freddy tel. 058 51 27 20 - freddy.bockstael@skynet.be
12 maart - Bowling in in de Bowl'Inn Adinkerke om 14u30
27 maart - Travestietenshow Giovanni - 14u00 zaal Witte Burg

Davidsfonds Doornpanne

Info: tel 058 51 38 65 - davidsfonds.doornpanne@gmail.com
19 maart - Cultuur aan tafel - Hotelschool ter Duinen om 11u00

Cultuursmakers

Info: Marcel Neyt tel 0473 81 99 01 - marcel.neyt@telenet.be
12 maart - Gegidst bezoek tentoonstelling "Rose, rose, rose à mes yeux" Mu.Zee Oostende

VVB Bachten de Kupe

Info: Mark Heerinckx tel. 0495 52 41 17 - mark.heerinckx@hotmail.be
10 maart - Met de bus naar het Vlaams Nationaal Zangfeest
31 maart - Deelname aan de bevlaggingsactie van de Ronde van Vlaanderen