



zaterdag 28 okt. - zondag 29 okt.



Beste Vf@s-vrienden,

Op de Noordzeequiz in Oostduinkerke waren we talrijk vertegenwoordigd. Dank aan alle deelnemers en supporters! Met vereende krachten konden we met onze ploeg doorstoten naar de 1^{ste} plaats.

Ook het gegidst bezoek aan de schitterende tentoonstelling "Anna Boch, een impressionistische reis" in Mu.Zee werd zeer gesmaakt.

Op dinsdag 17 oktober vond het petanquetoernooi "Schepen van Sport" plaats in de Bolledroom. De 5 deelnemende tripletten van Vf@s-Koksijde, konden terugblikken op een sportieve en gezellige namiddag en 2 ploegen eindigden in de top-10!

Hierbij vinden jullie ook al de uitnodiging voor ons seniorenfeest dat doorgaat op 8 december 2023. Om organisatorische redenen vragen we jullie om voor 1 december 2023 in te schrijven. Betaling geldt als inschrijving.

Warme groeten,

Het bestuur

Christine Bruynooghe (co-voorzitter - nieuwsbrief - tel. 058 51 93 34)

Luc Buelens (co-voorzitter - penningmeester - tel. 058 52 32 93)

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)

Programma van november - december 2023. Details via onze maandelijkse nieuwsbrief en website

Vrijdag 10 november	Herdenking overleden leden en voorstelling reis 2024 / koekestuten
Woensdag 15 november	Reisreportage "Portugal" door J.P. Demarsin en M. Opsomer
Vrijdag 17 november	Leesclub
Vrijdag 24 november	Noordzeequiz in Koksijde
Woensdag 6 december	Noordzeequiz in Oostende
Vrijdag 8 december	Seniorenfeest Normandie - muzikale omlijsting 'Marco Rossi'
Maandag 18 december	*da's TOF* daguitstap Roeselare (eigen vervoer of trein)
	Erfgoedwandeling in de sporen van Albrecht Rodenbach - Lunch in brouwerij Rodenbach en bezoek brouwerij met degustatie

We hopen jullie talrijk te mogen verwelkomen!

Gelieve ook al volgende datum te noteren:

Woensdag 17 januari 2024: Nieuwjaarsreceptie, statutaire vergadering, programma 2024
in zaal Kerkepanne om 11u00.

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



Lidgeld 2024



Hartelijk welkom aan onze nieuwe leden. Ook hartelijk dank aan de leden die reeds hun lidmaatschap voor 2024 vernieuwden. Het jaarprogramma van Vl@s-Koksijde voor 2024 is weer mooi gevuld, met zo hopen we voor elk wat wils.

Hierbij doen we een warme oproep aan de leden die nog aan hun overschrijving moeten beginnen, om eerstdaags hun lidmaatschap te betalen.

Individueel lidmaatschap: € 25

Gezinslidmaatschap: € 43 (ongeacht het aantal gezinsleden, doch wonend op hetzelfde adres).

Gastlid: 12 € (niet verhoogd!)- voor een bijkomend gastgezinlid 8 € (gastleden zijn mensen die ergens lid zijn van Vl@s maar ook willen genieten van de voordelen die de leden van Vl@s-Koksijde genieten).

Graag betaling op rekening **BE05 4748 1867 4175** van Vlas-Koksijde met de vermelding "lidgeld 2024 + namen van de leden".

NIEUWS UIT ONZE AFDELING

Vrijdag 10 november 2023 om 11u Zaal Kerkepanne

HERDENKINGSMOMENT OVERLEDENEN met koffietafel

&

VOORSTELLING REIS 2 juni t/m 8 juni 2024 ELZAS en JURA om 14u

Het herdenkingsmoment gaat door in de zaal Kerkepanne en wordt gevolgd door de traditionele koekestuten. Aansluitend blikken we terug op enkele van onze meerdaagse reizen - jaaroverzichten en is er tijd om herinneringen op te halen en voor een gezellige babbel.

De koekestuten zijn enkel voor de eigen leden en gastleden van Vl@s-Koksijde.

Om organisatorische redenen, vragen wij u, om **vóór zaterdag 4 november 2023** in te schrijven voor de koekestuten door **overschrijving van € 5 (aperitief, koekestuten, koffie/thee/warme chocolademelk en 1 consumptie inbegrepen)** op rek. nr. **BE05 4748 1867 4175** van Vlas-Koksijde met de vermelding "herdenkingsmoment + naam"

- ofwel telefonisch of via mail uw aanwezigheid te bevestigen (betaling ter plaatse) via
Luc Buelens - tel. 058 52 32 93 - luc.buelens@telenet.be
Christine Bruynooghe - tel. 058 51 93 34 - bruynooghe.christine@gmail.com
of via een ander bestuurslid

Om 14u zal de reisleader, met een boeiende filmmontage, onze meerdaagse reis toelichten. Iedereen is van harte welkom. Breng gerust vrienden en familieleden mee die belangstelling zouden hebben in onze reis.

Toegang reisvoorstelling is gratis.

Info: Pierre tel. 058 62 31 27 - pierre.de.neef@telenet.be

Causerie
Woensdag 15 november 2023 om 14u30
zaal **Kerkepanne**

PORTUGAL



Het dagelijks leven en de bijzondere momenten voor de Portugezen.
door **Jean-Pierre & Mieke Demarsin-Opsommer**

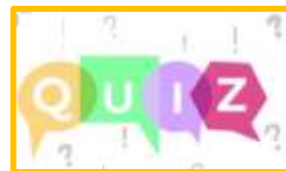
Portugal, van noord tot zuid: Noord-Portugal, Beiras, Vale do Tejo, Alentejo en zeker Algarve. Het zijn populaire vakantiebestemmingen voor zonnekloppers en liefhebbers van natuurschoon. En voor wie de cultuur en de tradities van Portugal wil ontdekken, is er een ruime keuze aan culturele bezienswaardigheden en activiteiten. De wijngaardterrassen van de Alto Douro, UNESCO Werelderfgoed, leveren de vermaarde portwijn. En elke regio heeft zijn traditioneel gerecht. Naast de teelt van druiven en olijven is Portugal ook bekend voor de productie van kurk, grondstof voor een groot aantal toepassingen. De makers van de reportage hebben aandacht voor het leven van elke dag en voor de bijzondere momenten, zoals de religieuze en profane feesten.

Toegang(1 consumptie inbegrepen) : leden € 5,00 - niet-leden € 8,00
Info: Luc Vanden Berghe - tel. 058 62 34 53

NIEUWS VAN DE NOORDZEEQUIZ



KOKSIJDE, vrijdag 24 november 2023
om **14u00** in zaal **KERKEPANNE**



We maken er een gezellige namiddag van!

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

DIVERSE

BROOD & SPELEN

Woensdag 8 november 2023 vanaf 12u00 in zaal Witte Burg - Oostduinkerke

Onze collega's van VI@s-Oostduinkerke organiseren opnieuw deze leuke activiteit.

Programma:

- 12:00 uur: glaasje cava of fruitsap als aperitief
- 12:30 uur: Vlees-, vis- en kaasbuffet met drankje naar keuze
- 14:00 uur: 8 volksspelen in competitieverband
- 16:00 uur: koffie met gebak
- 16:30 uur: prijsuitreiking

De eerste 50 met de meeste punten hebben een prijs !!!

Deelname : 35 € leden en gastleden (45 euro voor niet-leden VI@s)

Overschrijven **tot dinsdag 31 oktober 2023** op **BE31 4764 3255 8155** van Vlas-Oostduinkerke
Betaling geldt als inschrijving !

Activiteiten van onze bevriende verenigingen

SAR (Seniorenadviesraad) Info: Katleen Calcoen tel. 058 53 34 10 katleen.calcoen@sociaalhuisbe

Dinsdag 7/11/2023 - Lezing Dominique Persoone met degustatie pralines

CC Casino Koksijde 14:00 uur inkom €5 p.p. - 200 tickets beschikbaar aan de balie sociaal huis

Woensdag 22/11/2023 en donderdag 23/11/2023 - Seniorenfeest 12u00 - 18u00

Dans met Glenn Degeselle + optreden Dragqueens

CC Casino Koksijde Warme maaltijd + koffie met dessert € 20 p.p. tickets toeristische dienst

VI@s-De Panne Adinkerke Info: Jacqueline Ballieu tel. 058 62 36 06 - jacqueline.ballieu@telenet.be

Vrijdag 17/11/2023 - 12u30 - Seniorenfeest, zaal Driekoningen in Beauvoorde

VI@s-Oostduinkerke Info: Bockstael Freddy tel. 058 51 27 20 - freddy.bockstael@skynet.be

Woensdag 8/11/2023 - Brood en Spelen in zaal Witte Burg vanaf 12 uur

Davidsfonds Doornpanne Info: tel 058 51 38 65 - davidsfonds.doornpanne@gmail.com

Woensdag 22/11/2023 - 19u00 - 't Was ol weg muzikale vertelvoorstelling (kerk Wulpen)

Cultuursmakers Info: Marcel Neyt tel 0473 81 99 01 - marcel.neyt@telenet.be

Zaterdag 11/11/2023 - 17u00 - Concert Last Post in de kathedraal van Ieper

VVB Bachten de Kupe Info Mark Heerinckx tel. 0495 52 41 17 - mark.heerinckx@hotmail.be

Zaterdag 25/11/2023 - 14u30 - Vlaamse Filmkes 65 jaar VVB met taart en koffie ('t Oud Schooltje)

LEES JIJ DE BIJSLUITER VAN DE MEDICATIE?

Dikwijls moet je er een stevig vergrootglas bijnemen om een bijsluiter te kunnen lezen die gepropt zit bij de medicatie. Maar deze bijsluiter bevat ook nuttige informatie...

Alhoewel het lezen van de mogelijke nevenwerkingen meestal niet geschikt is voor gevoelige zielen valt het toch te overwegen die bijsluiter eens extra onder de loep te nemen als je zelf voelt dat er iets niet klopt na het gebruik van een nieuw voorgeschreven medicament.

Dit overkwam onze kaarter, Frans Houpelyne. Om de pijn te onderdrukken kreeg hij Paracetamol voorgeschreven. Tot 4 maal toe werd hij afgevoerd naar het ziekenhuis nadat hij gevallen was ten gevolge van duizeligheid. Hij kreeg een vermoeden dat het die pijnverzachter was die het hem lapte.

De dokters beweerden van niet. Op eigen initiatief is hij echter gestopt deze medicatie te gebruiken, zeker na het lezen van de bijsluiter... En wonder boven wonder, die duizeligheid is verdwenen en nu voelt hij zich terug "evenwichtig".

Of het ook invloed heeft op de prestaties bij het kaarten zullen we nog moeten afwachten!!!

Een ander voorbeeld "uit het leven geplukt" komt van Hilde, echtgenote van ondergetekende.

Om de oogdruk onder controle te houden dient zij dagelijks een paar druppels Monoprost in het oog te druppelen. Gewapend met een nieuw voorschrift kreeg ze van de apotheker te horen "dat het tijdelijk niet meer leverbaar is"...Deze boodschap krijg je regelmatig te horen in de apotheek de laatste maanden. Maar ze hebben altijd een "alternatief dat dezelfde samenstelling heeft" weten ze dan te vertellen. In haar geval was het Xalof. Een paar uur na het gebruik van dit zogenaamd "alternatief" voelde ze zich "onevenwichtig" en onzeker bij het stappen. Op een bepaald moment zegt ze tegen mij: "ik voel mij niet goed", zette zich in de zetel en viel in zwijm. Op het ogenblik dat ik de 112 belde kwam ze terug tot het bewustzijn. Ik heb dan toch eens de bijsluiter gelezen: onder de rubriek "soms" (minder dan 100!) is er sprake van duizeligheid.

Moraal van het verhaal: hou het liever gezond..., en lees de bijsluiter als je twijfelt!

Uw verslaggever Luc B.

DRESSCODE IN SALZBURG

Wie ooit zoals ik Salzburg heeft bezocht, weet dat de stedelingen daar nogal kieskeurig zijn voor wat kledij betreft. Pietluttig zou te sterk uitgedrukt zijn maar er is wel een behoorlijke neiging naar deftige burgerlijkheid. Bij warm weer door de straten flaneren in een hemd met korte mouwen wordt nog net getolereerd hoewel de fervente rechtgeaarde Salzburger het toch niet zal nalaten een enkele wenkbrauw te fronsen bij het zien van zulke frivoliteit. Op zondag echter is zoiets totaal uit den boze. En op het dragen van shorts bij klaarlichte dag staat een fikse BGS (Belästigungsstrafe), zoiets als een GAS boete bij ons. Ook dient men te beseffen dat de stad, op een boogscheut van Tirol, niet gediend is met mensen die in traditionele tirolerklederdracht de straten ontsieren. Pluim op de tirolerhoed en Lederhose... Vergeet het!

Ik kleepte me dan ook tot in de puntjes toen we 's avonds naar de opera *Ariadne auf Naxos* trokken. Het was een prachtig zicht om al die uitgedoste Salzburgers hun entree te zien maken in het *Haus für Mozart*. Wij kennen dat hier zo niet. Bij ons zijn er drie categorieën operagangers. Sommigen kleden zich gewoon ordentelijk naar onze normen; anderen dirken zich op als pauwen en nog anderen lopen er te losjes bij in jeans en T-shirtjes wellicht om de indruk te wekken dat opera voor hen zo alledaags is dat ze het niet nodig achten om daarvoor iets deftigers aan te trekken. Noem het een averechtse vorm van blasé. *Niets* daarvan in Salzburg. Een woordje van twee letters beschrijft helemaal hun outfit: "af".

Toch stootte ik nog op een onaangenaam incidentje bij mijn intrede in de schouwburg. Een zaalwachter plukte me discreet uit de naar binnen schrijdende défilé van festivalgangers (Salzburgers stappen zo maar niet, zij schrijden) en nam me even opzij in een even discreet hoekje.

"Mijnheer draagt een paarse das op een blauw hemd? Dit is hier zéér ongebruikelijk mijnheer", sprak hij. "Dit is geen geslaagde combinatie, moet ik tot mijn spijt zeggen".

Ik kreeg een kleur en maakte een vluchtig handgebaar naar mijn vrienden toe om verder naar binnen te stappen om een pijnlijke scène te vermijden.

"Zal ik in 't vervolg een gele das daarover aanknopen?" opperde ik.

"Gele dassen werden nog door de vingers gezien tot 2018 maar helaas nu niet meer. Helemaal gedemodeerd mijnheer. Wij zijn niet moeilijk hier maar ik raad u toch aan ietwat voorzichtiger te zijn moest u nog naar andere voorstellingen gaan later".

"Zal ik zeker doen. Morgen gaan we naar het Grosses Festspielhaus voor Tamerlano van Händel".

"Ach zo. Weet mijnheer dat dit een Première is". Dat wist ik niet.

"In dat geval zou ik mijnheer aanraden voor die gelegenheid best een donkere pantalon met krijtstreepje en een colbertje te dragen. Kwestie van niet uit de toon te vallen. Ook een simpele smoking wordt doorgaans aanvaard. Maar gaat u nu toch maar in de zaal want ik hoor dat het orkest de instrumenten al aan het stemmen zijn."

Ik had mijn lesje geleerd. 's Anderendaags schafte ik me in een betere kledingswinkel - er zijn daar eigenlijk geen mindere natuurlijk - de nodige accessoires aan. Colbertje, gestreepte broek, smoking en bijpassende hemden. Ook kocht ik een half dozijn zijden dassen in verschillende kleuren die ik grotendeels in een van de binnenzakken moffelde voor het geval de verkeerde kleur weer eens voor deining zou zorgen bij de keuringmeester aan de ingang. Uit goede bron had ik ook vernomen dat men geen stropdas draagt op een smoking maar wel een strikje. Uiteraard voorzag ik me dan ook van een voorraad van die vlindertjes en propte deze in een andere binnenzak. Al die vullingen in de satijnen voeringen zorgden er wel voor dat ik er begon uit te zien als een obesitaspatiënt maar daar maakte ik me minder zorgen om daar ik daags daarvoor had bemerkt dat er geen weegschaal in de hall stond en er heel wat omvangrijker mannen ongestoord werden toegelaten.

's Avonds was het dan zover. Voor alle zekerheid had ik mijn smoking bovenop mijn colbertje aangetrokken voor in geval van moeilijkheden. Even dacht ik eraan om een van mijn dassen over mijn strikje te stropen maar die idee liet ik bij nader inzien maar achterwege. Men moet nu ook niet gaan overdrijven nietwaar. En ja, ik geraakte zonder probleem binnen.

Maar mensen, dat publiek, was me dat een schouwspel zeg! Over de heren ga ik niet uitweiden, die liepen er allemaal staatsieachtig bij zoals ik. Maar dan die dames! Zelf ben ik niet zo'n crack wat de betere damesaccessoires betreft maar mijn partner, Figaretta, maakte me attent op jurken uit Oost-Indische organdie, laméetjes met goud of zilverdraad bewerkt, stola's in grijs bont met witte tippen van de zilvers, moiréetjes van gevlamde zijde en ze wou me net onderhouden over de stilletti schoentjes met de typische rode zolen van Jimmy Choo toen er plots stilte viel in de zaal en een sjofel geklede man het podium kwam opgewandeld met een pak papieren onder de arm. Ik veronderstelde dat dit een bediende was die de partituur kwam klaarleggen voor de dirigent die ik elk ogenblik verwachtte. Maar toen ging die zelf boven op het verhoogje staan, nam het baguette, tikte even op het meubilair en zette de ouverture van Tamerlano in gang! Dit was verdorie Marc Minkowsky zelf! Dit had ik nooit kunnen denken...

Soit, over de voorstelling zelf valt niets verkeerd te zeggen, integendeel zelfs, gewoon schitterend. Perfect instrumentaal geluid en een even perfecte lyrische gevoelsuitdrukking bij de zangers waarbij ik toch de prestatie van Bejun Mehta in de titelrol als outstanding zou definiëren. Maar dat pakkie van Minkowsky... Zucht. Ik kon mezelf dan ook niet tegenhouden om de man te gaan opzoeken tijdens de pauze om hem mijn smoking te overhandigen, ik was toch dubbel gevest. Hij zag zijn tekortkoming in en aanvaardde met dank. En ja hoor, toen hij na de pauze weder optrad brak het publiek in een daverend en langdurig applaus uit. De Salzburgers merkten duidelijk het verschil. Het zijn experts wat die dingen betreft.

Toen we 's anderendaags onze reis beëindigden bij Sacher met een dinertje en een Torte werd ik door een kelner even terzijde geroepen met de vermelding dat er iemand naar mij vroeg aan de receptie. Ik legde mes en vork terzijde en wat hadt u gedacht? Juist! Marc kwam mijn smoking terugbrengen. Ik heb het kledingstuk geweigerd en het hem geschonken. Hij was in de wolken. Ik zei hem dat het bij de leden van Vf@s-Koksijde het de normaalste zaak van de wereld was om hun evennaaste te helpen waar nodig.

"Eh bien, monsieur Markus", antwoordde hij, want hij spreekt namelijk Frans, " par cette simple pièce de vêtement, maintenant je comprends l'expression *noblesse oblige*. "

Ik nam afscheid na nog enkele wederzijdse schouderklopjes, begaf me terug aan tafel en merkte tot mijn groot ongenoegen dat Figaretta ondertussen mijn Sacher Torte naar binnen had gespeeld. Tsja, het zijn lekkere dingen natuurlijk. Ik heb het haar maar vergeven want op onze kamer had ik nog een paar Mozartkugeln, verpakt in papieren laméetjes met goud en zilverdraad...

Markus