

Nieuwsbrief nr 4 – Januari 2016.

Beste Vl@s vrienden,

Het bestuur van de Vlaamse actieve senioren afdeling Lokeren wenst jullie allemaal een heel gelukkig, gezond en voorspoedig 2016.

Dat we met zijn allen mogen genieten van veel leuke uitstapjes, sportieve en culturele activiteiten, maar vooral van onze gezellige vriendenkring.

Nu we het nieuwe jaar zijn gestart wil ik toch even kort terugkijken naar het voorbije jaar 2015.

Wat gebeurde er in het jaar 2015 voor onze vereniging ?

Op 1 september zijn we gestart met **21 leden**, momenteel hebben we er reeds **52** !

We deden we onze eerste wandel- en fietstocht.

Wij hebben deelgenomen aan de vrijetijdsmarkt in Lokeren en provinciale wandeling van Vl@s.

Een constante de voorbije maanden waren onze wandel- en fietstochten.

Als uitschieters kunnen we hier onze crimiwandeling te Lokeren en de jeneverwandeling langs de Oude Durme te Waasmunster noteren.

Cultuur hebben we gekregen met het bijwonen van toneelvoorstelling “Kommer en Kwel”, het belcantogezelschap “The Scarlet Pimpernel” en het Casino Brass ensemble “In the Mood”

Iets bijgeleerd hebben we via KBC met de infosessie ivm successierechten.

Onze dames hebben ook prachtige bloemstukjes gemaakt tijdens de workshops bloemschikken.

Als afsluiter van een heel mooi jaar hebben we deelgenomen aan de Kerstmarkt hier in Lokeren en als sluitstuk hadden we ons eerste zeer geslaagde kerstfeest, met als ere gasten de burgemeester en nationale voorzitter van de Vlaamse actieve senioren.

Wat brengt de maand januari ?

* Op **dinsdag 5 januari** wandelen we onder begeleiding van ons lid Theo De Canne naar Overmere.

Praktisch: 5 januari 2016, vertrek stipt om 13.30 u

Voor degenen die aan carpoolen doen : vertrek om **13.00 u aan de parking Durme zwembad, Sportlaan 2 te Lokeren**

- vertrek: Kerk Sint-Jozef en Sint-Antonius van Paduakerk van Heikant (9420 Zele)
- Parkeermogelijkheden voor de kerk of in de Rechte Heistraat – 9420 Zele (rechtover de kerk)
- moeilijkheidsgraad: vlak, bijna altijd verkeersvrij en met de helft verharde wegen (bospaden) afstand ongeveer 7,5 km. Stevige wandelschoenen voorzien (zeker bij regenweer). Bij regenweer de voorgaande dagen kunnen er wel plassen gevormd zijn !
- Tussenstop voorzien : Café De Kalvaar (Berlare)
- Organisatie : Theo De Canne – 093/49 33 36
- voor meer informatie: Arthur Van Remoortere 0479-35 19 62 of via email avanremoortere@telenet.be

* Op **dinsdag 12 januari** hebben we een verkorte cursus EHBO.

praktische informatie:

- wanneer: dinsdag 12 januari 2016 om 13.30 uur
- waar: zaal "Den Jiver" Markt 20 te 9160 Lokeren
- organisatie : bestuur Vl@s afd. Lokeren i.s.m Rode kruis afd. Lokeren
lesgever : Constant Dermul, verantwoordelijke vorming Rode Kruis Lokeren
- kostprijs: Euro 10,- alle materiaal inbegrepen (meegebracht door het Rode Kruis) + een koffie met gebak - niet-leden 12 Euro
- Thema : Wie snel kan optreden na een ongeval, voorkomt vaak erger. Eerste hulp verlenen is makkelijker dan je denkt: met kleine, eenvoudige handelingen kun je al veel doen. Een brandwonde afkoelen onder de kraan, een bloeding onder controle houden met een drukverband... Het Rode Kruis wil het je graag leren.
- Sportieve kledij aangewezen !
- inschrijvingen en informatie :Arthur Van Remoortere avanremoortere@telenet.be of 0479/351962

OPGELET : inschrijven is noodzakelijk. Dit kan tot 10 januari door storting van Euro 10,00 (leden) of Euro 12 (niet-leden) op rekening Vlas afdeling Lokeren BE80 7360 1705 3977 met vermelding "cursus EHBO"

Gezien wij interactief werken is het aantal deelnemers beperkt tot max 20 deelnemers ! Snel inschrijven dus.

* Op **dinsdag 19 januari** hebben we onze allereerste muziekquiz onder leiding van Dirk Bauwens.

praktische informatie:

- wanneer: dinsdag 19 januari 2016 om 14 uur
- waar: zaal "Den Jiver" Markt 20 te 9160 Lokeren

Voorzitter : Arthur Van Remoortere - Stationsplein 43/0302 - 9160 Lokeren - GSM 0479 35 19 62 - avanremoortere@telenet.be
Secretaris : Dirk Bauwens - Hoogstraat 50 - 9160 Lokeren - GSM 0489 42 23 65 - dirk.vlaslokeren@gmail.com
Penningmeester : Christiane Van den Eeckhoudt - Stationsplein 43/0302 - 9160 Lokeren - GSM 0473 20 76 08 - christiane1954@live.be

Educatief medewerker
Oost-Vlaanderen : Karien Delie - Moortelputstraat 28 - 9031 Drongen - GSM 0471-64 34 21 - karien@vlaamseactievesenioren.be

Rekeningnummer Vlaamse actieve senioren, afdeling Lokeren BE80 7360 1705 3977 BIC KREDBEBB

- kostprijs: Euro 5,- koffie met gebak inbegrepen - niet-leden 8 Euro. Overige dranken zijn voor eigen rekening
- organisatie : Dirk Bauwens
- voor meer informatie: Dirk Bauwens 0489/42 23 65 of via email Dirk.vlaslokeren@gmail.com

OPGELET : inschrijven is noodzakelijk. Dit kan tot 10 januari door storting van Euro 5,00 (leden) of Euro 8 (niet-leden) op rekening Vlas afdeling Lokeren BE80 7360 1705 3977 met vermelding "Muziekquiz"

* Op **donderdag 28 januari** doen we een uitstap naar Hamme om wat cultuur op te snuiven.

Welcome to Fabulous Las Vegas ! Bar Americana.

praktische informatie:

- wanneer: donderdag 28 januari 2016 om 14 uur met eigen vervoer
- waar: CC Jan Tervaert, Kaaiplein 34 – 9220 Hamme
- kostprijs: Euro 11,- p/p
- Organisatie : VI@s Lokeren ism CC Jan Tervaert – Hamme
- voor meer informatie: Arthur Van Remoortere 0479-35 19 62 of via email avanremoortere@telenet.be

OPGELET : inschrijven is noodzakelijk. Dit kan tot 10 januari door storting van Euro 11,00 op rekening Vlas afdeling Lokeren BE80 7360 1705 3977 met vermelding "Bar Americana"

We hebben 12 kaarten in optie voor onze vereniging. OP is OP, dus belangrijk is om snel in te schrijven.

Meer info via : <http://www.barsanseveria.com/contact.htm>

GEZIEN ER VOOR EEN AANTAL ACTIVITEITEN MAAR EEN BEPERKT AANTAL PLAATSEN ZIJN VOORZIEN, GELIEVE ZEKER TEN LAATSTE TEGEN 10 JANUARI HET INSCHRIJVINGSGELD TE WILLEN STORTEN OP REKENING VAN VLAAMSE ACTIEVE SENIOREN AFD. LOKEREN.
Je kan ook altijd verwittigen via mail naar avanremoortere@telenet.be om zeker te zijn van je inschrijving.

BELANGRIJK OM ZEKER AL TE NOTEREN IN JULLIE AGENDA VOOR DE MAAND FEBRUARI.

Dinsdag 2 februari : pannenkoekenwandeling

Dinsdag 9 februari : workshop bloemschikken thema "Valentijn"

Dinsdag 16 februari : bowling met diner

Donderdag 25 februari : voordracht "brandpreventie in privéwoningen" door brandweer van Lokeren.

Zaterdag 27 februari : 2^{de} Lokers Schlagerfestival (zie hiervoor reeds verstuurd uitnodiging)

Voor al de voorbije en komende activiteiten kan je steeds meer info vinden via onze website www.vlaamseactievesenioren.be/afdeling/lokeren

Een bezoekje aan onze website is zeker een aanrader.

Op facebook kan je ons ook terugvinden via Vlaamse actieve senioren afdeling Lokeren.

Je mag ons daar gerust eens "liken"

Voorzitter : Arthur Van Remoortere - Stationsplein 43/0302 - 9160 Lokeren - GSM 0479 35 19 62 - avanremoortere@telenet.be
 Secretaris : Dirk Bauwens - Hoogstraat 50 - 9160 Lokeren - GSM 0489 42 23 65 - dirk.vlaslokeren@gmail.com
 Penningmeester : Christiane Van den Eeckhoudt - Stationsplein 43/0302 - 9160 Lokeren - GSM 0473 20 76 08 - christiane1954@live.be

Educatief medewerker

Oost-Vlaanderen : Karien Delie - Moortelputstraat 28 - 9031 Drongen - GSM 0471-64 34 21 - karien@vlaamseactievesenioren.be

Rekeningnummer Vlaamse actieve senioren, afdeling Lokeren BE80 7360 1705 3977 BIC KREDBEBB

Ledennieuws :

Nieuwe leden in de maand december :

Marnix Audenaert en Ria De Saercke, Sterrestraat 235 – 9160 Lokeren
Andrea De Coster, Kapellestraat 29 – 9160 Lokeren
Marleen De Schepper, Beekstraat 85 – 9160 Lokeren
Gerda Fiers, Vlasdam 39 bus 9 – 9160 Lokeren
Sylvère Heirman en Marleen De Veirman, Korte Damstraat 13 – 9180 Moerbeke-Waas
Roos Rasschaert, Vlasdam 6 bus 16 – 9160 Lokeren
Noël Lamote en Huguette Van Acker, Schreijboom 8 - 4554 C5 Westdorpe Nederland
Dirk Van Acker en Stephanie Van Eeckhout, Bautschoot 47 – 9160 Lokeren
Paul Vermeiren en Rita Van Damme, Louis Herbertstraat 28 bus 204 - 9160 Lokeren

Aan allen van harte welkom in onze vereniging.

Momenteel zijn we reeds met 52 leden.

Leden die jarig zijn in de maand januari :

03/01 : Tom De Brauwer
04/01 : Stephanie Van Eeckhout
05/01 : Jean-Guy Van de Vyle
13/01 : Claudine De Schuyter
16/01 : Nicole De Schepper
23/01 : Marina Slabbaert
27/01 : Gerda Fiers

Aan allen een fijne verjaardag toegewenst.

Enkele grappige wijsheden en hilarische citaten :

“Je weet dat je de middelbare leeftijd hebt bereikt als je dokter, en niet de politie, je aanmaant om het rustig aan te doen, je alleen nog aan denksport doet, en als het langer duurt om uit te rusten dan om moe te worden.”

*“Het geheim van lang leven is **blijven ademen**” Sophie Tucker*

Groetjes vanwege het bestuur

Arthur Van Remoortere
Voorzitter Vlaamse actieve senioren
Afdeling Lokeren
0479/351962
avanremoortere@telenet.be

Voorzitter : Arthur Van Remoortere - Stationsplein 43/0302 - 9160 Lokeren - GSM 0479 35 19 62 - avanremoortere@telenet.be
Secretaris : Dirk Bauwens - Hoogstraat 50 - 9160 Lokeren - GSM 0489 42 23 65 - dirk.vlaslokeren@gmail.com
Penningmeester : Christiane Van den Eeckhoudt - Stationsplein 43/0302 - 9160 Lokeren - GSM 0473 20 76 08 - christiane1954@live.be

Educatief medewerker
Oost-Vlaanderen : Karien Delie - Moortelputstraat 28 - 9031 Drongen - GSM 0471-64 34 21 - karien@vlaamseactievesenioren.be

Rekeningnummer Vlaamse actieve senioren, afdeling Lokeren BE80 7360 1705 3977 BIC KREDBEBB