

Vlaamse actieve senioren vzw



Afdeling Lokeren

Nieuwsbrief oktober 2020 | jaargang 6 | nr. 56 SPECIALE EDITIE NR 7 | CORONAVIRUS/COVID-19

Beste Vl@s vrienden,



We zijn het najaar en de herfst ingestapt van een jaar dat we nooit meer zullen vergeten.

We hebben ons aan veel zaken moeten aanpassen, veel veranderingen zijn er gekomen en zullen waarschijnlijk nog wel een tijdje ons leven beheersen.

Wat echter steeds is blijven bestaan is de vriendschap, de samenhang tussen onze Vl@s leden.

Ook in deze moeilijke maanden hebben we steeds contact met elkaar blijven houden.

De blijde gezichten die we zagen bij de herneming van onze activiteiten in september waren van onschatbare waarde. Opnieuw zagen we onze leden terug, kon er weer met elkaar gebabbeld worden.

Belangrijk is wel dat we dit steeds in een veilige omgeving doen. We houden ons strikt aan de veiligheidsmaatregelen en waar nodig dragen we ons mondkapje. Maar ook op deze manier zijn we blij dat we weer een aantal activiteiten kunnen organiseren.

Voor de komende maanden hebben we ons programma aangepast. Een aantal zaken vallen weg maar toch kunnen we jullie nog een mooi programma aanbieden en zelfs iets volledig nieuw is erbij gekomen. We begrijpen dat het voor sommige leden nog altijd bang afwachten is, maar **wij doen er als bestuur alles aan, om alle activiteiten in heel veilige omstandigheden te laten verlopen.** Hiervoor hebben we zelfs voor 2 activiteiten de grote theaterzaal van het cultureel centrum afgehuurd. Zo kunnen we op veilige manier ook binnen iets organiseren. Sociaal contact is ook heel belangrijk voor iedereen..

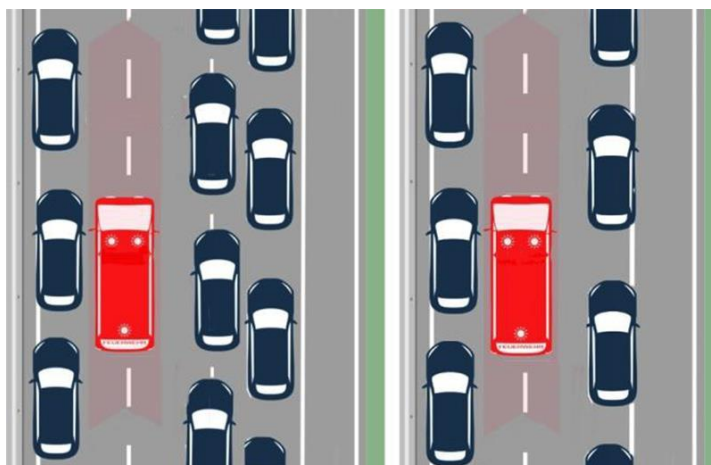
Binnenkort gaan we jullie ook vragen om jullie lidmaatschap van Vl@s Lokeren te hernieuwen. Wij als afdeling hebben er alles aangedaan om ook tijdens de voorbije moeilijke maanden actief te zijn en het contact met onze leden te behouden.

Stilstaan is achteruitgaan en dat willen we zeker niet doen. Dit jaar vieren we ons 5 jarig bestaan en gaan we onze leden nog met een extraatje in de watten leggen. De toekomst blijven we hoopvol tegemoet kijken en ook voor het volgend jaar hebben we een mooi programma uitgewerkt. Meer info hierover volgt binnenkort. Veel plezier nog met het lezen van onze nieuwsbrief.

Hou jullie gezond.
Wij vergeten jullie niet !

Arthur Van Remoortere
Voorzitter Vlaamse actieve senioren afdeling Lokeren

DE REDDINGSSTROOK



Vanaf 1 oktober 2020 zijn bestuurders verplicht om op iedere openbare weg met 2 of meer rijstroken per rijrichting altijd een vrije doorgang of ‘reddingsstrook’ te vormen voor de hulpdiensten van zodra er filevorming is.

Chaos vermijden

Nu moeten bestuurders ook al een vrije doorgang maken om brandweer, politie of ambulance door te laten, maar de Wegcode bevat geen duidelijke regels over hoe ze dat moeten doen. Trager gaan rijden of net versnellen, naar links op de kant of naar rechts, gewoon even afremmen of net niet... Omdat dit vaak leidt tot chaos en onoverzichtelijkheid introduceert de wetgever nu de ‘reddingsstrook’ in onze Wegcode. Hij volgt daarmee het voorbeeld van andere Europese landen, zoals Duitsland, Oostenrijk, Hongarije en Luxemburg waar de reddingsstrook de verkeersveiligheid heeft verbeterd en de interventietijd heeft ingekort.

Reddingsstrook volgen niet verplicht voor prioritaire voertuigen

In de Wegcode wordt de reddingsstrook omschreven als ‘de vrije ruimte tussen 2 rijstroken in een file die door prioritaire voertuigen gebruikt kan worden wanneer de aard van hun opdracht het rechtvaardigt’. Merk daarbij op dat het voor bestuurders van prioritaire voertuigen geen verplichting is om de reddingsstrook te gebruiken. Het gaat om een mogelijkheid. Ze kunnen zich dus ook nog op andere manieren, bijvoorbeeld via de pechstrook, naar de plaats van de interventie begeven.

Reddingsstrook vormen wel verplicht voor bestuurders

Bestuurders zijn wel verplicht om de reddingsstrook te vormen. Altijd, van zodra er filevorming is op een openbare weg die een rijbaan omvat van 2 of meer rijstroken. Zijn er 2 rijstroken per rijrichting dan gaan de bestuurders op de linkerrijstrook uiterst links rijden, de bestuurders op de rechterrijstrook uiterst rechts. OP die manier ontstaat er tussen hen een reddingsstrook. Zijn er meer rijstroken per rijrichting dan begeven de bestuurders op de linkerrijstrook zich uiterst links, al de rest gaat naar rechts zodat naast de linkerrijstrook een reddingsstrook ontstaat.

Kandidaten bestuur gezocht



Voor het versterken van onze bestuursploeg zoeken wij nieuwe kandidaten. Heb je nieuwe ideeën, wil je bepaalde activiteiten aanbrengen en uitwerken, heb je een creatieve geest en heb je wat notities van computer en sociale media?

Heb je wat organisatorische talenten, een kritische blik, maar vooral wens je te helpen met de verdere uitbouw van onze afdeling Vl@s Lokeren, dan ben je de geschikte persoon.

Aarzel dan niet en geef een seintje aan Arthur Van Remoortere gsm 0479/35 19 62 of email avanremoortere@telenet.be

Ook voor onze werkgroep wandelingen en fietstochten kunnen we nog extra kandidaten gebruiken. Wie kent leuke en mooie wandelingen en/of fietstochten? Wie wil in de toekomst 1 of meerdere wandelingen en/of fietstochten organiseren voor onze vereniging?

Belangrijk is dat er zich nu kandidaten aanbieden, zodat we onze werkgroep kunnen uitbreiden met verschillende leden.

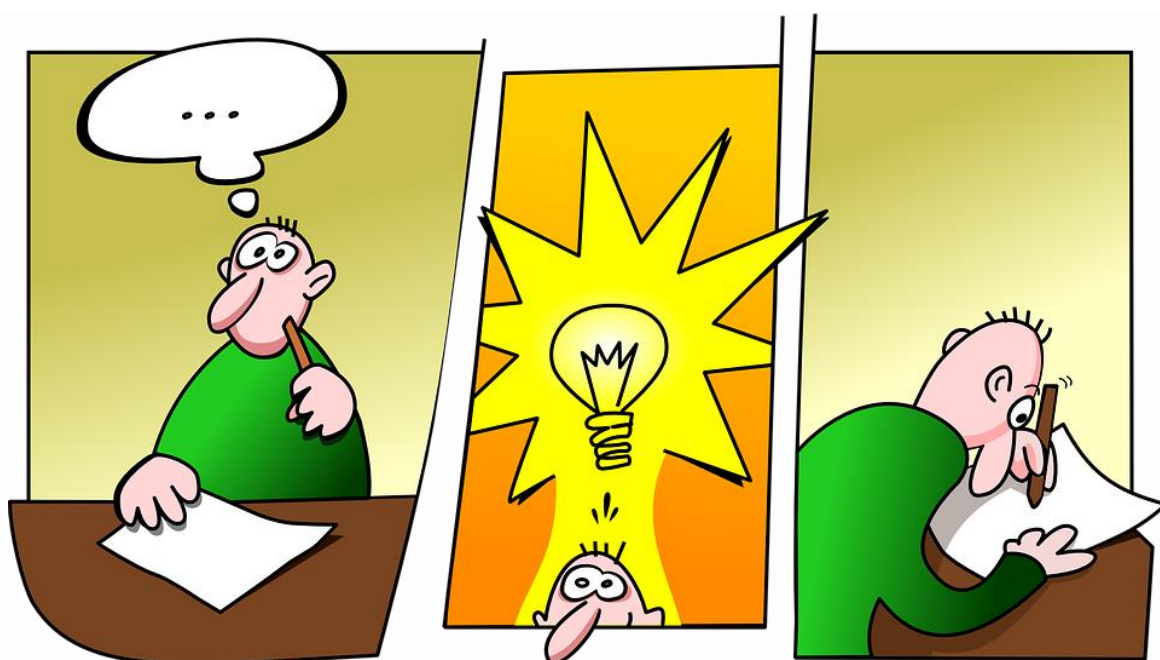
Leden die vernieuwende ideeën hebben om onze toekomstige werking te ondersteunen zijn ook altijd welkom. Dus heb je een goed idee en wil je dit samen met het bestuur uitwerken, dan ben je van harte welkom om dit aan ons kenbaar te maken. Samen zorgen we ervoor dat dit volgende jaar op de planning komt.

Dus beste Vl@s vrienden, wij rekenen op jullie medewerking !

Ondertussen hebben al enkele leden zich kandidaat gesteld voor deze werkgroep. Dit is prachtig, maar we kunnen nog steeds extra mensen met ideeën en tips gebruiken.

Dus laat jullie zeker horen als jullie dit belangrijk onderdeel van de werking van onze afdeling willen ondersteunen.

Indien jullie vragen hebben over de werking van deze werkgroep laat het gerust weten via mail of telefoon



Vl@s Lokeren gele veiligheidshesjes



Breedte 90 mm
Kleur zwart



Breedte 215 mm
Kleur zwart

Voor onze veiligheid tijdens de wandelingen en fietstochten, om ons kenbaar te maken aan de buitenwereld welke fijne en toffe vereniging we wel zijn, omdat we fier en trots zijn om deel uit te maken van Vl@s Lokeren hebben we onze Vl@s Lokeren gele veiligheidshesjes.

Goed nieuws ! We hebben een nieuwe voorraad Vl@s Lokeren veiligheidshesjes.

Voor de nieuwe leden, voor de leden die er in het verleden nog geen gekregen hebben of deze nog niet hebben gedragen, geef me een mailtje en we bezorgen je deze gratis hesjes.

Bestellen kan via avanremoortere@telenet.be of via onze nieuwe website www.vlaslokeren2015.be

Hernieuwing lidmaatschap Vl@s Lokeren 2021 :



Binnenkort krijgen jullie een uitnodiging om het lidgeld voor 2021 te willen storten.

De prijzen van de lidgelden blijven dezelfde als vorig jaar :

Individueel lid : € 20

Gezin lidmaatschap : € 35

Leden die vanaf 1 oktober lid worden zijn ook al lid tot het eind van 2021. Daar wij door Sport.Vlaanderen erkend zijn als sportvereniging kunnen onze leden per persoon € 15 terugkrijgen via het ziekenfonds (CM en Bond Moyson) en zelfs het volledige lidgeld bij LM Oost-Vlaanderen (Liberalen) Ook andere ziekenfondsen geven een terugbetaling van het lidgeld. Na betaling van het lidgeld krijgt iedereen een ingevuld formulier om de terugbetaling bij het ziekenfonds aan te vragen.

Ook de aansluiting bij VAB fietsbijstand en autopech bijstand geven mooie kortingen op.

NIEUW : Via Vl@s nationaal kunnen alle Vl@s leden genieten van een aantal ledenkortingen bij verschillende bedrijven. Meer info in het nationaal krantje dat hierover binnenkort zal verschijnen.

Maar het allerbelangrijkste om lid te blijven of te worden van Vl@s Lokeren is de vriendschap en samenhang onder onze leden. Tijdens deze heel moeilijke periode die we nu meemaken hebben we dit meermaals ondervonden. We zijn als bestuur blijven initiatieven nemen om toch het contact met onze leden te blijven behouden. Samen hebben we voor al onze leden die er behoefte aan hadden mondkmaskers gemaakt en uitgedeeld, onze maandelijkse nieuwsbrief is elke maand verzonden, extra nieuwsjes delen we mee, een aangepast programma voor het najaar hebben we klaargemaakt, en ook naar volgend jaar staat er al een programma klaar.

Wij hopen dan ook dat jullie massaal jullie lidmaatschap vernieuwen, zodat we verder kunnen werken aan onze gezellige en actieve vriendengroep.

Kennen jullie vrienden en/of kennissen, familieleden die ook behoefte hebben aan het deelnemen aan leuke activiteiten, een sociale babbel en vooral veel gezelligheid en vriendschap?

Maak dan reclame voor onze vereniging en laat ze kennis maken met onze werking.

Samen maken we er voor de volgende jaren weer mooie jaren van samen met Vl@s Lokeren.

Wapen je tegen griep!



Winter in zicht = griepcampagne! Laat je nog snel vaccineren, het is nog niet te laat en dan is de kans dat je griep krijgt veel kleiner.

Als je toch griep zou krijgen en je bent ingeënt, word je minder ziek en is de kans op complicaties zoals longontsteking ook kleiner. Je voorkomt dat een al aanwezige ziekte verergert.

Voor wie is een vaccin aangeraden? Mensen met een hartziekte, longziekte zoals astma of COPD, lever- of nier-ziekte; diabetici; mensen met een chronische spierziekte; mensen met verminderde

weerstand door andere ziekten of door een medische behandeling; + 65 jaar; wie in woonzorg-centrum of ziekenhuis opgenomen is; alle mensen die onder hetzelfde dak wonen als bovengenoemde risicopersonen of die zorgen voor

kinderen jonger dan 6 maanden; mensen werkzaam in ziekenhuizen en ander gezondheidspersoneel.

Vraag je Hello Belgium Railpass aan (Her)ontdek meer dan 500 bestemmingen in België

Je kan een Railpass aanvragen tot en met 30 september 2020.

Laatste dagen dus ! Zeker doen.



Met de Hello Belgium Railpass nodigt NMBS je uit om meer dan 500 bestemmingen in België te (her)ontdekken.

Je persoonlijke Hello Belgium Railpass kan je hier aanvragen:

<https://www.hello-belgium.be/#/nl>

- Beschikbaar voor Belgische inwoners ouder dan 12 jaar (Kinderen die 12 jaar worden voor 31 maart 2021 moeten deze aanvraag ook doen voor 30 september)
- De Railpass is goed voor 2 gratis enkele ritten per maand vanaf 5 oktober 2020 t.e.m. 31 maart 2021.
- Op weekdays mag je met je Railpass reizen vanaf 9.00 uur, in het weekend is er geen uurbeperking.
- Enkel door jezelf te gebruiken, dus elke reiziger vult zijn of haar eigen Railpass in.

Lokeren test BE-Alert op 1 oktober



Een grote brand, een overstroming of een stroomonderbreking? Bij een noodsituatie in onze stad, willen we jou graag snel verwittigen. Daarom kan onze stad gebruik maken van BE-Alert, een systeem dat je meteen op de hoogte stelt van een noodsituatie via sms, e-mail of telefoon.

Op 1 oktober plant de stad een test in van het systeem, schrijf je nog vlug in!

Wat is BE-Alert?

BE-Alert is een alarmeringssysteem dat jou verwittigt bij een noodsituatie. Dankzij BE-Alert kan een burgemeester, gouverneur of de Minister van Binnenlandse Zaken een bericht uitzenden naar iedereen waarop de noodsituatie impact heeft. Zo kunnen inwoners op een snelle manier de nodige aanbevelingen krijgen, bv. ramen en deuren te sluiten bij een brand. Je kan een BE-Alert bericht krijgen via sms, telefoon of e-mail.

Hoe schrijf ik me in?

Registreer je op www.be-alert.be. Zo word je op de hoogte gehouden als er iets gebeurt bij je thuis. Wil je ook verwittigd worden bij een noodsituatie op het werk of bij jouw familie? Je kan meerdere adressen registreren.

Ik heb geen smartphone. Kan ik me ook inschrijven?

BE-Alert kan een bericht versturen via verschillende kanalen. Je kan verwittigd worden via sms, e-mail of via een gesproken bericht op een vaste telefoonlijn. Je hoeft dus geen smartphone te hebben.

Is BE-Alert gratis?

Ja. Je kan je volledig gratis registreren via www.be-alert.be.

Wat moet ik doen als ik een berichtje van BE-Alert ontvang?

Je volgt de aanbevelingen uit het bericht op. Bij een brand zal je bijvoorbeeld gevraagd worden om naar binnen te gaan en ramen en deuren te sluiten. Doe dit dan zo snel mogelijk.



Aangepast programma najaar 2020 – Vl@s Lokeren

Niettemin staande de moeilijke tijden heeft het bestuur toch een aangepast programma voor het najaar 2020 klaar kunnen maken. De vroegere programmatie is niet meer geldig, en enkel de activiteiten die via de nieuwsbrief en/of de websites meegedeeld worden zijn correct. Ook datums kunnen verschillen in de infokrant Lokeren, daar deze meer dan een maand op voorhand moeten doorgegeven worden.

Belangrijk en nieuw : Wij gaan 2 x petanque doen in dit najaar.

Onze activiteit “Terugblik 5 jaar Vl@s Lokeren” is verplaatst van 20 oktober naar 10 november. Hiervoor gaan we de theaterzaal van het Cultureel Centrum Lokeren (CCL) gebruiken zodat we in alle veiligheid dit kunnen doen.

Ook nieuw in december is een ludieke voordracht, eveneens in het CCL. Meer info hierover volgt later.

Ook kunnen we meedelen dat het bloemschikken op 29/10 en 17/12 zal doorgaan.

Voor het kerstfeest en Algemene vergadering van 14 december bekijken we nog, in samenspraak met de uitbater van de feestzaal, of dit in een aangepaste en veilige formule kan doorgaan.

Activiteiten in oktober voor Vl@s Lokeren

Belangrijk voor onze sportactiviteiten:

In verband met de heropstart van onze sportactiviteiten kunnen we jullie melden dat wij volledig volgens de maatregelen werken van de Nationale Veiligheidsraad en de aanbevelingen van Sport.Vlaanderen. Ook hebben we ons goed geïnformeerd bij de verschillende uitbaters.

Daar we als Vl@s Lokeren erkend zijn door de Stad Lokeren en Sport.Vlaanderen, worden wij beschouwd als georganiseerde sport. Ook volgen wij de nationale richtlijnen van Vl@s Nationaal en de Vlaamse ouderenraad.

Wij rekenen op ieders verantwoordelijkheid om deze maatregelen strikt te volgen tijdens onze activiteiten.

Huidige maatregelen in verband met sport

De huidige (sport)maatregelen van de Nationale Veiligheidsraad in een notendop (update 29 juli). Lokale, strengere maatregelen kunnen hiervan afwijken en kan je best nakijken bij jouw provincie of gemeente.

- Sporten **in georganiseerd verband** is toegelaten:
- met contact
- in een groep van maximum 50 personen,
- als er steeds een meerderjarige verantwoordelijke aanwezig is,
- als je je handen voor en na wast en het gemeenschappelijk sportmateriaal voor en na het sporten schoonmaakt,
- als je de veiligheidsprotocollen volgt

Enkel de onderstaande activiteiten in oktober gaan we, behoudens nieuwe verstrengde maatregelen, laten doorgaan. Kijk ook goed naar de juiste data en gegevens. In de infokrant Lokeren staan soms andere datums vermeld.

De spelnamiddagen hebben we vervangen door een extra activiteit petanque

Deelname aan de activiteiten van onze vereniging Vlaamse actieve senioren afdeling Lokeren geeft ons automatisch de toelating om foto's, genomen tijdens deze activiteiten, te publiceren op onze website en blog. Indien u hiermee niet akkoord gaat, gelieve ons hiervan telkens te verwittigen. Dank voor uw begrip.

Donderdag 1 en 15 oktober – petanque bij PC Lokeren



Wij organiseren dit najaar elke maand een extra petanque activiteit.

Praktische info

- Wanneer : donderdag 1 en 15 oktober telkens van 14 tot 17.30 u.
- Waar : Lokaal Petanqueclub Lokeren, Oude Heerweg 180 – 9160 Lokeren
- Materiaal : gelieve eigen petanque ballen mee te brengen.
- Eigen handgel en mondmaskers meebrengen
- Prijs : Gratis voor Vl@s leden

BELANGRIJK

Wij brengen zeker ons mondmasker en handgel mee.

We spelen met ons mondmasker aan en houden ons aan de veiligheidsregels en huidige regels van de petanque federatie.

Inschrijving verplicht via christiane1954@live.be gsm 0473/20 76 08 of karina.destorme@telenet.be
Gsm 0496/85 88 58

Doe dit zeker voor woensdag 30 september of woensdag 14 oktober.

Nieuw : ook inschrijving mogelijk via onze website www.vlaslokeren2015.be klik op de link en probeer!

Dinsdag 6 oktober 2020 - bowling in Hamme

Opgelet aangepaste datum ! dinsdag i.p.v. donderdag



Keuzemogelijkheid tussen 2 of 3 spelletjes Voor 2 spelletjes betalen jullie € 6, koffie inbegrepen. De leden die er 3 willen spelen betalen € 7, eveneens koffie inbegrepen.

Ter plaatse verdelen wij dan de bowlingbanen onder de 2 en 3 spelletjes.

* **Wanneer : dinsdag 6 oktober**

* Start : 14 uur

* Waar : Anglo Bowling, Kleinhulst 6, 9220 Hamme – Wij rijden allemaal persoonlijk naar de bowling; Geen carpooling.

* deelname prijs : € 7 p/p – 3 spelen + 1 koffie of € 6 p/p – 2 spelen + 1 koffie

Belangrijk :

Mondmasker verplicht, ook tijdens het bowlen en maximum 4 spelers per baan. Iedereen maakt gebruik van 1 bal of brengt eigen bal mee.

Schoenen zijn op voorhand ontsmet door de uitbater.

Aan de tafeltjes mogen mondmaskers worden afgedaan. Consumpties worden aan tafel verbruikt.

Indien jullie nog vragen hebben stel ze gerust.

Verplichte inschrijving ten laatste tegen maandag 5 oktober + ook geld op rekening.

Via mail of gsm christiane1954@live.be 0473/20 76 08 of karina.destorme@telenet.be 0496/85 88 58

Nieuw : inschrijving kan ook via onze website www.vlaslokeren2015.be klik op deze link en zo gebeurd !

Storten op rekening nr Vl@s Lokeren BE80 7360 1705 3977 met vermelding : bowling

Donderdag 8 oktober : Koning Nobel Wandelpad in Daknam

OPGELET AANGEPASTE DATUM



Koning Nobel-wandelpad
Wandeling in Daknam, Reynaertbloemendorp



Koning Nobel-wandelpad (7 km.)

Startplaats: Daknam-dorp, Dorpsplein aan café den Reynaert.

Lengte: 5,8 km. + 1,2 km. natuur lus.

Wegdek: Bij vochtig weer zijn op de 1,2 km. natuur lus stevige schoenen zeker welkom.

Bewegwijzering: Richtingsbordjes: De belangrijkste dieren uit het Reynaertverhaal tonen je de weg.

-We vertrekken op het dorpspleintje, onder de linden vinden we een eerste Reynaertbank met verzen uit het dierenepos die verwijzen naar de gruwelijke moord op de lievelingskip van Canteclae de haan.

-Aan een vredesgedenkteken in cortenstaal uitgeletterd een tweede bank met een beeld van het koningspaar Nobel en Gente.

-In het Catharinastraatje vind je de troon van Koning Nobel.

Wie zich eens koning of koningin wil wanen kan eventjes de troon beklimmen en zich heer en meester voelen van de gronden rondom!

Onze leden Bernice Dhooms en Viviane Van de Vijver hebben deze wandeltocht voor ons uitgezocht. Wij danken hen hiervoor.

- Wanneer : donderdag 8 oktober om 14:00
 - vertrek plaats wandeling : **parking** Daknam-Dorp – 9160 Lokeren
 - Afstand: naar keuze 7 of 6 km zonder tussenstop
 - **Inschrijving verplicht via** christiane1954@live.be 0473/20 76 08 of karina.destorme@telenet.be
 - **Gsm** 0496/85 88 58
 - **Doe dit zeker voor woensdag 7 oktober.**
- Nieuw :** ook inschrijving mogelijk via onze website www.vlaslokeren2015.be klik op de link en probeer!

Gelieve jullie mondmasker mee te willen brengen

Vrijdag 9 en 23 oktober : badminton



Ook voor deze activiteit zijn er speciale veiligheidsmaatregelen ingevolge Corona. Deze worden aan alle spelers uitgelegd 15 min voor de aanvang van de activiteit. Gelieve dus zeker tijdig aanwezig te zijn.

Speeldagen voor oktober:

Vrijdag 9 en 23 oktober van 14 tot 15 uur.

Plaats : Sportcentrum “De Dam” Lokerhoutstraat (Naast Aldi te Lokeren)

Contactpersoon : André Van den Durpel tel en email adres

andre.van.den.durpel@telenet.be – GSM : 0478-34 86 68

Aangezien deze activiteit opgenomen is in ons programma, zijn de deelnemers verzekerd bij ongevallen tijdens het uitoefenen van deze sport. Prijs per plein € 13 per uur, **te verdelen onder de deelnemers.** Ter plaatse te betalen.

Kleedkamers en doucheruimtes zijn beschikbaar, maar onder strikte maatregelen. Gelieve hiermee rekening te willen houden. Mondmaskers verplicht bij verplaatsingen in het sportcentrum.

Inschrijving op voorhand verplicht : gelieve André van jullie deelname op voorhand te willen verwittigen.

Nieuw inschrijving via onze website www.vlaslokeren2015.be klik op de link en zo gebeurd.

Dinsdag 13 oktober 2020 : fietstocht naar Donkmeer - Berlare



Voor onze laatste fietstocht van dit jaar maken we de uitstap naar het Donkmeer in Berlare.

Wij vertrekken op onze gewone startplaats in Lokeren en via de Gratiebossen in Zele fietsen we naar het Donkmeer in Berlare. Daar hebben we een tussenstop en na een gezellige babbel met een drankje komen we langs veilige fietspadjes en langs het Everslaarbos terug naar Lokeren. Ook voor het uitstippelen en organiseren van deze fietstocht danken we Danny D'Hooghe en Marina Slabbaert. Wij hanteren hier ook de veiligheidsregels en is op voorhand inschrijven verplicht. Max. 50 deelnemers.

Wij voorzien een tochtje van 25 km. Tijdens de tussenstop maken we gebruik van ons mondkmasker.

Praktische info :

Wanneer : dinsdag 13 oktober 2020

Waar : Durmebad te Lokeren

Om welk uur : 14u00

Totale afstand : 25 km

Gelieve zeker op voorhand in te willen schrijven voor deze fietstocht.

Dit doe je door een mail te sturen naar Karina De Storme via email karina.destorme@telenet.be of via gsm 0496/85 88 58 of bij Christiane Van den Eeckhoudt via email christiane1954@live.be of via gsm 0473/20 76 08

Doe dit zeker voor maandag 12 oktober !!!!

Nieuw : inschrijving via onze website www.vlaslokeren2015.be klik op de link en schrijf in. Zeker doen !

OPGELET !!!! Inschrijving VERPLICHT, aangezien we maatregelen moeten treffen (50 personen per groep) en dit voor de veiligheid van iedereen.

Ook voor onze fietstochten gebruiken wij onze veiligheidshesjes voor onze eigen veiligheid.

Wij raden als bestuur het gebruik van een fietshelm zeker aan.

Donderdag 29 oktober 2020 : Bloemschikken thema "Herfst"



Onze lesgeefster Elsy, zal ons helpen om dit prachtig kunstwerk tot een goede einde te brengen om onze huiskamer mee op te vrolijken. Elsy zorgt dat je fier bent op het resultaat.

Herfsttaart met Bananenblad.

Kleurrijk bloemstuk, vorm is een vierkant, bekleed met gedroogd bananenblad en aspidistra blad, afgewerkt met vilt.

Gerbera, anjers, santini of andere kleurrijke bloemen, wat de markt biedt, curly mos, appeltjes of vijgen, gedroogde pompoen appelschijfjes, lampionnetjes enz. wat de herfst ons van kleurtjes geeft.

Afmeting afgewerkte herfsttaart 27 cm op 27 cm.

Wij danken Elsy voor haar creatieve medewerking en we mogen gerust zijn, we zullen huiswaarts keren, én met een prachtig kunstwerk én met een heel warm gevoel vanbinnen.

Praktische info :

Sportcentrum “De Dam” Lokerhoutstraat (Naast Aldi te Lokeren)

Aanvang : 14 uur

Prijs : € 35 (1 koffie en versnapering inbegrepen)

Mee te brengen : snoeischaar, kniptang, schaar en aardappelmesje en eventueel een schort.

OPGELET : Inschrijven is noodzakelijk ten laatste op 23 oktober 2020 door storting van € 35 op rekening Vlas afdeling Lokeren BE80 7360 1705 3977 met vermelding "Herfsttaart".

BELANGRIJK :

Wij voorzien handgel en ontsmettingsproduct voor de tafels en stoelen.

Gelieve wel jullie mondmasker mee te brengen.

Ingevolge de coronaveiligheidsmaatregelen kunnen we maar 15 deelnemers aanvaarden.

Wil je erbij zijn, aarzel niet om je in te schrijven.

Aangepast en vernieuwd programma najaar 2020

Wij hebben een aangepast programma uitgewerkt voor het najaar van 2020.

Alle activiteiten gebeuren onder de strikte veiligheidsvoorschriften. Wij gebruiken mondmaskers waar nodig en respecteren de 1,5 m afstandsregels.

Voor de binnen activiteiten is er steeds handgel aanwezig en waar dit noodzakelijk is worden voorwerpen en tafels ontsmet.

Wij hebben 2 activiteiten waarvoor wij de theaterzaal van het Cultureel Centrum Lokeren hebben afgehuurd.

Als lid van de Lokerse adviesraden kunnen wij dit als vereniging op een voordelige manier doen.

Ook is daar voldoende ruimte om onze leden op een veilige manier te ontvangen.

Als bestuur doen wij er alles aan om, zelfs in deze moeilijke tijden, een mooi programma te kunnen aanbieden.

Hieronder het aangepast programma. Dit kunnen jullie al aanpassen in de agenda.

Meer details en alle info volgen in de nieuwsbrieven van november en december.

November

- * dinsdag 3/11 : herfstwandeling Buggenhoutbos
- * donderdag 5/11 : petanque
- * dinsdag 10/11 : terugblik 5 jaar Vl@s Lokeren (hier volgt nog een afzonderlijke uitnodiging voor)
- * donderdag 12/11 : bowling
- * vrijdag 13/11 : badminton
- * donderdag 19/11 : petanque
- * vrijdag 27/11 : badminton

December

- * donderdag 3/12 : petanque
- * dinsdag 8/12 : wandeling
- * vrijdag 11/12 : badminton
- * maandag 14/12 : kerstfeest en Algemene vergadering – dit bekijken we nog om een aangepaste versie aan te bieden. meer info hierover volgt nog.
- * dinsdag 15/12 : ludieke voordracht in CCL – meer info volgt
- * donderdag 17/12 : bloemschikken thema “Kerst” en petanque

Nieuws vanuit onze afdeling

Winnaars wandelzoektocht Vl@s Lokeren

Voor deze wandelzoektocht, georganiseerd door Marnix Audenaert, waren geen prijzen verbonden. Toch hebben wij op basis van de ingezonden formulieren 3 virtuele winnaars aangeduid. Er waren een aantal volledig juist ingevulde formulieren zodat de schiftingsvraag de beslissing gaf :

- 1- Marc Nottebaert
- 2- Linda Heungens
- 3- Freddy Maes.

Wij hopen dat elke deelnemer toch een aantal leuke uren heeft mogen beleven en zo onze stad Lokeren weer op een andere manier heeft mogen ontdekken. Wij danken ons lid Marnix nogmaals voor zijn mooi initiatief.

Winnaars fotowedstrijd bekleding Lokerse hazen n.a.v. 5 jaar Vl@s Lokeren

Ook voor deze wedstrijd hebben wij een aantal foto's binnengekregen. Wij hebben als bestuur gekozen voor 3 categorieën :

1- Snelste inzending : Hubert en Georgette De Clercq – Janssens. Zij stuurden hun foto's al door op 23 augustus, de dag dat we de hazen hebben bekled op de Markt.

2- Origineelste inzending : Ingrid Dauwe : Zij zorgde voor dezelfde kledij voor haar in combinatie met de hazen.

3- De meest artistieke inzending : Patrick en Karina Vaegenhende-De Storme : Zij maakten een collage van verschillende foto's



De winnaars krijgen een waardebon van 10 euro aangeboden te gebruiken bij de Lokerse handelaars.

Wij bedanken iedereen die foto's heeft ingezonden van dit leuk evenement.

Leden die jarig zijn in de maand oktober



01/10 : Gerda Persyn
03/10 : Roger Verley & Van Hoecke Patrick
04/10 : Van den Eeckhoudt Christiane & De Wolf Peter
05/10 : Vereecken Martha
07/10 : De Vylder Claudine
09/10 : De Maesschalck Christiane
10/10 : Van Bastelaere Linda
11/10 : Kuppens Marie-Anne
13/10 : Anthuenis Rita
14/10 : Hugo Verdoodt & De Wulf Rita
15/10 : Everaert Gerarda
16/10 : André Elsmoortel
17/10 : De Mul Marleen & Pensaert Andre
18/10 : Platinck Annie & Dewree Thérèse
19/10 : Ingrid Dauwe
21/10 : Van Hoydonck Els
25/10 : Van Bruyssel Patricia
26/10 : Blancquaert Jeannine
28/10 : Decock Kristien & Van Roosbroeck Marc
29/10 : Marcel Cornelis
31/10 : Romain Wiels

Aan allen een fijne verjaardag gewenst.

PUZZELWEDSTRIJD

Het mag gezegd worden, Marnix Audenaert heeft weer een zeer knappe “kraak de code” in elkaar gestoken voor onze noeste puzzelaars. Van harte bedankt Marnix voor je inzet.

We kennen de naam van onze winnaar van de puzzelwedstrijd van september 2020. Aangezien wij niet veel activiteiten hebben kunnen doen, heeft een onschuldige hand van onze voorzitter, de winnaar getrokken van onze nieuwe kruiswoordraadselkampioen. **Het werd ditmaal Taelman André, die als enige echte puzzelknobbel werd uitverkozen..**

Een dikke proficiat André. Ook aan de vele andere leden die hebben meegespeeld, een dikke proficiat. De prijs, in de vorm van een waardebon, zal hem overhandigd worden.

Het antwoord was : BAR BAZAAR

Ziehier een nieuwe heel leuke puzzel. Het is een codekraker.

Waag je kans. Laat je verleiden en laat je hersenen eens heel hard zwoegen. Heel veel zoekplezier.

De juiste antwoorden moeten binnen zijn voor 15 oktober, maakt niet uit hoe, per mail, per messenger, per whatsapp, per telefoon, per sms enz voor zover ze in ons bezit zijn op 15 oktober 2020 om 24u. mailadres : christiane1954@live.be of GSM 0473/207 608

De juiste antwoorden worden allemaal in een doos gepropt en de winnaar wordt geselecteerd door de onschuldige hand van onze voorzitter Arthur na 15 oktober die zonder kijken een naam uit de trommel of doos zal te voorschijn toveren, en die persoon, wiens naam heel toevallig zal getrokken worden, zal de volgende prijswinnaar worden.

Zodoende heeft iedereen, althans die meedingt, de kans om een prijs in de wacht te slepen. Aan iedereen heel veel geluk gewenst!!!!

**VUL ALLE CIJFERS IN DIE HIER IN DE TABEL STAAN EN
KRAAK DE CODE.**

3 cijfers: 101 – 120 – 126 – 129 – 263 – 279 – 317 – 345 – 356 – 362
398 – 436 – 455 – 461 – 462 – 514 – 529 – 597 – 668 – 735
811 – 834 – 908 – 957

4 cijfers: 1222 – 1247 – 1326 – 1608 – 2183 – 2493 – 2562 – 2759
2839 – 2964 – 3189 – ~~3335~~ – 3659 – 3715 – 3879 – 3957
4251 – 4532 – 4761 – 4969 – 4989 – 5172 – 5547 – 6996
8164 – 9384 – 9559

5 cijfers: 13358 – 14227 – 15389 – 17014 – 18471 – 23446 – 24280
31355 – 32231 – 39859 – 41534 – 42364 – ~~43602~~ – 44140
57584 – 63576 – 69617 – 69688 – 70124 – 71527 – 74142
83439 – 94738 – 98133 – 99323

6 cijfers: 135856 – 261694 – 265409 – 318602 – 433452 – 601147
613943 – 711803 – 839232 – 943118 – 977314 – 992936

7 cijfers: 1098885 – 2331993 – 2929855 – 3383735 – 3676031
5824408 – 5833910 – 8359445 – 8966143 – 9463957
9643338

8 cijfers: 30198826 – 31260433 – 42350627 – 45999373 – 61999393
65530803 – 81698391 – 94202493

--	--	--	--

--	--	--	--

--	--	--	--

--	--	--	--	--	--

Mopje(s) van de maand

Die Jonas toch hé 😊

Jonas die een beetje teveel gedronken heeft, waggelt een kerk binnen. Hij gaat in het hokje van de biechtstoel zitten, ... en zegt niets. De verbijsterde priester hoest om zijn aandacht te trekken. Maar nog steeds zegt Jonas niets. De priester klopt vervolgens drie keer op de muur, dit in een laatste poging om Jonas tot spreken te krijgen. Ten slotte antwoordt Jonas, met een dubbele tong: "Je hoeft niet te kloppen, hier is ook geen papier!" 😊😂😂.

Wreed accident

Een boerenknecht rijdt met zijn jeep over het land om de afsluitingen te controleren. Na een paar minuten belt hij naar de boer en zegt : "Boer, ik heb een probleem, ik heb onderweg een zwaan aangereden en nu zit die vast in de grill van de jeep. Het ding spartelt zo hard dat ik hem er niet uitkrijg. Wat moet ik doen ?" " Achterin de jeep ligt een jachtgeweer", zegt de boer. " Schiet het beest af en wanneer het niet meer spartelt trek je het los en gooi je het maar ergens in de bosjes."

Oké zegt de knecht en hij haakt in. Tien minuten later belt hij weer naar de boer en zegt : "Boer ik heb gedaan wat je gezegd hebt, ik heb het afgeschoten, losgetrokken en in de kant gesmeten"

"Wat is dan het probleem nog ?" snauwt de boer.

Zegt de knecht: "Het blauwe licht op zijn motor blijft flikkeren."

Een klein receptje voor de wintermaanden

Iedereen is al eens verkouden en heeft hoestbuien.

Een makkelijk te maken hoestsiroop !!!!



100 gram gedroogde tijm in een halve liter water laten borrelen (niet koken). Een nacht afgedekt laten trekken.

Hoestsiroop zeven.

Dan 225 gr. donkere kandijnsuiker toevoegen en weer laten borrelen. Laten afkoelen en in de ijskast bewaren in een fles.

Voor volwassenen : 4 eetlepels per dag, voor kinderen 4 koffielepels per dag.

Veel leesplezier en tot binnenkort op een van onze boeiende activiteiten. Wij vergeten jullie niet !!!!!

Christiane Van den Eeckhoudt

Vlaamse Actieve Senioren Afdeling Lokeren

I.o.v. Arthur Van Remoortere

Voorzitter Vlaamse Actieve Senioren Afdeling Lokeren

Voorzitter Vlaamse Actieve Senioren Oost-Vlaanderen

Wij willen onze sponsors steunen

Maandelijks brengen we een aantal sponsors naar voren. Bedoeling is dat je als lid, indien je bij een van onze sponsors langsgaat, ook melding maakt dat je lid bent van de Vlaamse Actieve Senioren afdeling Lokeren. Zo gaat deze plaatselijke handelaar ook zien dat hun sponsoring niet nutteloos is en gaan we als bestuur bij de volgende sponsorrunde met veel plezier nieuwe sponsoring mogen verwachten.

Restaurant De Gouden Schoen gaat Italiaans

op

woensdag 11 november 2020

om 12u30

Antwerpse Steenweg 6

9160 Lokeren

09 348 09 39

(Open op vrijdag, zaterdag
zondag en feestdagen)

Bezoek onze website

restaurant-degoudenschoen.be

Prosecco of Virgin mojito of
vers sinaasappelsap

ooo

Hapje van de chef

ooo

Burrata / garnalen / kerstomaten

ooo

Gnocchi / eekhoorntjesbrood /

room

Ossobucco / tomatensaus / rijst

Tiramisu

ooo

Koffie of thee

ooo

Prijs all-in : aperitief, aangepaste wijnen, water en koffie of thee : € 85 p.p.

Alcoholvrije formule : € 75 p.p.

Reservatie is ver Wijnen : plicht met betaling van een voorschot van € 40 p.p.

Wijnen

Villa Chiopris Ribolla (wit)

Regaleali Nero D'Avola (rood)