

Vlaamse actieve senioren vzw



Afdeling Lokeren

Nieuwsbrief februari 2022 | jaargang 7 | - nr. 71

Beste Vl@s vrienden,



Alles gaat toch in een sneltempo voorbij he. Januari zit er ook weer bijna op. Alhoewel we in januari nog niet veel uitstappen of activiteiten konden realiseren, hebben we toch een mooie wandeling gemaakt met tal van vrienden en konden we een drankje nuttigen in de kantine van het AVLO, hebben we 3 x petanque kunnen realiseren en de bowling was ook mogelijk.

Met het invoeren van de coronabarometer op 28 januari 2022 krijgen we meer mogelijkheden voor de organisatie van onze activiteiten.

De situatie is nog altijd heel moeilijk maar toch krijgt het verenigingsleven eindelijk opnieuw zuurstof.

Met de nieuwe maatregelen die van toepassing zijn, zullen we nog wat meer activiteiten kunnen realiseren in februari, enkel onze lunch met dansnamiddag zal niet kunnen doorgaan en de voorstelling van Salvatore Adamo is verplaatst naar 16 april 2022. Hiervoor is er nog geen groen licht gegeven. Maar wij hebben hoop he, eerst en vooral is de donkerste periode van het jaar praktisch voorbij, het was heel nat, kil en droevig, maar nu beginnen we uit te kijken naar langere dagen, de eerste bloemetjes, de eerste botjes aan de bomen, de eerste warmere zonnestralen en de ontmoetingen met onze vrienden.

Februari is een korte maand, maar het kan ons nog heel koude winterdagen bezorgen, dus met onze vriendenclub Vlaamse actieve senioren afdeling Lokeren gaan we ook deze wintermaand voorzien van een aantal "hartverwarmende" activiteiten. Kijk snel verder in deze brief.

We blijven hoopvol de toekomst tegemoet zien. Wees toch nog steeds waakzaam en alert en zorg goed voor jezelf en voor elkaar.

Vanwege gans het bestuur van Vl@s Lokeren



Coronabarometer vanaf 28 januari 2022



De barometer

- Duidt **drie fasen** aan in de pandemie.
Geel: de viruscirculatie en de druk op de ziekenhuizen is beheersbaar.
Oranje: het zorgsysteem staat onder druk en beperkende maatregelen zijn nodig.
Rood: er is een hoog risico op overbelasting van het gezondheidszorgsysteem.
De overheid maakt een inschatting op basis van de cijfers om te bepalen in welke fase we ons bevinden.

- Is gericht op **activiteiten**: is de activiteit binnen of buiten? Zitten de mensen neer in het lokaal of is er meer interactie? Dit zou moeten leiden tot meer eenduidige beleidskeuzes, over de diverse sectoren heen.
- Vertrekt van het principe dat er **in elke fase activiteiten mogelijk blijven** (behalve als de samenleving in lockdown zou gaan).
- Voor ons is vooral de barometertabel belangrijk die betrekking heeft op vrijetijdsactiviteiten. **Je vindt deze hier in bijlage.**

Wat betekent dat concreet op korte termijn voor onze afdeling?

- Onze afdelingen mogen op **vrijdag 28 januari** opnieuw van start gaan met binnen-activiteiten, zelfs in **fase rood**.
- Vanaf dat moment mogen activiteiten plaatsvinden, binnen met **max. 80 deelnemers** (exclusief begeleiding) of buiten met max. 200 deelnemers (exclusief begeleiding).
- Je mag het Covid Safe Ticket vragen, maar pas vanaf 50 personen.
- Respect voor de geldende maatregelen (dragen van een mondkap, goede ventilatie, veilige afstand, handgel, ...).

Voor publieksevenementen (hiermee worden evenementen bedoeld zoals bv. de theateropvoeringen, musicaluitvoeringen, concerten, ...)

- Niet-dynamisch = zittend publiek (dat passief - in stilte - toekijkt of iets actiever is met roepen, juichen, meezingen, ...).
 - * max. 200 mensen in het publiek, maar zalen met een grotere capaciteit kunnen deze tot 70 % vullen (zelfs tot 100 % als ze een zeer goede luchtkwaliteit kunnen garanderen (900 ppm CO₂ of 40 m³ ventilatie);
 - * let goed op dat je dergelijke activiteit organiseert in een zaal die hiervoor bestemd is en zich ondertussen ook in regel stelde (garantie veilige afstand, CO₂-meter, ...);
 - * de zaaluitbater moet dit goed communiceren aan jouw afdeling;
 - * het Covid Safe Ticket is verplicht vanaf 50 personen binnen en vanaf 100 personen buiten.
- Dynamisch = het publiek staat recht, loopt rond, er is sterke interactie met elkaar. **In code rood mogen geen dynamische publieksevenementen binnen plaatsvinden, wel buiten.**

Op basis van deze aangepaste regels kunnen wij in februari onze geplande activiteiten, met uitzondering van de lunch met dansnamiddag van maandag 7 februari laten doorgaan.
Voorstelling Adamo van zaterdag 12 februari is verplaatst naar zaterdag 16 april 2022.
Van de voorstelling Els de Schepper van vrijdag 25 februari houden we jullie verder op de hoogte.

Activiteiten februari 2022

Wij zijn blij te mogen melden dat de meeste van onze geplande activiteiten in februari kunnen doorgaan. Dit op basis van de nieuwe regels i.v.m. de coronabarometer die ingaan op 28 januari 2022. (zie hierboven)

Enkel dansen zit er nog niet bij en dus kan onze “lunch met dansnamiddag” van maandag 07 februari nog NIET doorgaan.

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, blog en jaarprogrammabrochure. Indien u hiermee niet akkoord gaat, gelieve ons hiervan telkens te verwittigen. Dank voor uw begrip.

Belangrijk :

Voor al deze activiteiten is een voor-inschrijving noodzakelijk en verplicht. Niet ingeschreven is geen deelname. Gelieve hier rekening mee te willen houden.

Als organisatie moeten wij steeds weten wie er heeft deelgenomen aan een activiteit i.v.m. verzekering en coronamaatregelen.

Inschrijving geeft ook het voordeel dat jullie verwittigd kunnen worden bij wijziging/annulering van de activiteit.

Donderdag 3 februari 2022 : Pannenkoekenwandeling



Ondertussen reeds een traditie geworden bij Vlaamse actieve senioren afdeling Lokeren. Op 2 februari vieren we Lichtmis en een dagje later gaat onze pannenkoekenwandeling door, namelijk op **donderdag 3 februari**.

Nicole, Tom, Karina en Patrick hebben weer een heel mooie wandeling uitgestippeld in het Provinciaal domein – Puyenbroeck te Wachtebeke eentje van 6,5 km door de mooie natuur, via het Siesmeersbos en het dierenpark en een kleinere wandeling van 4,5 km via knooppunten.

Mogen wij vragen op zeker goeie wandelschoenen te dragen, aangezien er goede, maar ook minder goede padjes te bewandelen zijn, die nat en modderig kunnen zijn.

Na de wandeling, zonder tussenstop, kunnen we genieten van 1 reuze pannenkoek met boter & suiker met 2 koffies of thee. De niet-wandelaars, die willen genieten van de reuze pannenkoek, kunnen rechtstreeks naar het restaurant “De Vier Seizoenen, Craenendam 1 te Wachtebeke gaan. Dit restaurant is gelegen in het domein Puyenbroeck, niet ver van de hoofdingang – Parking 1. Zij kunnen daar al iets drinken in afwachting van de wandelaars. Rond 15u30 uur voorzien wij aan tafel te gaan voor onze pannenkoek.

Gelieve ons wel een bericht te geven indien je niet zou meewandelen.

Praktische info :

- * **wanneer** : donderdag 3 februari van 13.30 uur tot 18:00 uur.
- * **waar** : vertrek ter plaatse Parking 1 om 13:30 uur – Hoofdingang Domein Puyenbroeck, Puyenbrug 1a, 9185 Wachtebeke.

INSCHRIJVINGEN ZIJN AFGESLOTEN

Badminton elke vrijdagmiddag van 14 tot 15 uur 4-11-18-25 februari 2022



Volgens de laatste beslissingen in het overlegcomité van 22 december 2021 kunnen sportactiviteiten zonder publiek doorgaan.

Dus kan elke vrijdag van de maand badminton gespeeld worden.

Indien je zin hebt om deel te nemen neem contact op met André Van den Durpel, gegevens hieronder.

Speeldata

Elke Vrijdag 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

of via www.vlaslokeren2015.be wachtwoord hoopvol2022 (kleine letters) en ga naar sportactiviteiten/badminton voor het inschrijfformulier.

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

Ook hier is de inschrijving verplicht.

Zijn er nog liefhebbers!!!! Laat je meeslepen en neem de uitdaging aan.

Maandag 7 februari 2022 – dansnamiddag met lunch Annulatie ingevolge coronamaatregelen

Door de gekende coronamaatregelen, zal dit evenement jammer genoeg in februari 2022 nog niet kunnen doorgaan.

Donderdag 10 februari 2022 : Bloemschikken thema “VALENTIJN”



14 Februari is de Dag van liefde en vriendschap, van het hart op de juiste plaats. de dag waarop je iemand extra in de bloemekes zet en je gevoelens uit. Daarom nodigen wij al onze mannen uit om een zelfgemaakt bloemstukje aan hun geliefde te overhandigen en je dame zal dit ongetwijfeld heel erg appreciëren. Laat zien wat je kan uit het diepste van jullie hart.

Dit prachtig hartje brengt gezelligheid en een romantische sfeer in huis.

Het hart met een doorsnee van 25cm, wordt opgemaakt met roosjes, gips, freezia, anjers, tilantia, berengras hartjes, enz. enz. Wat denken jullie ervan, is dit geen prachtstuk? Dames zijn uiteraard ook welkom.
Praktische info :

Waar : Sportcentrum "De Dam" Lokerhoutstraat (Naast Aldi te Lokeren)- CST verplicht

Wanneer : 10 februari 2022

Aanvang : 14 uur

Prijs : € 35 (1 koffie en versnapering inbegrepen)

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

OPGELET : Inschrijven is noodzakelijk ten laatste op 3 februari 2022 door storting van € 35 op rekening Vlas afdeling Lokeren BE80 7360 1705 3977 met vermelding "Valentijn".

BELANGRIJK :

Wij voorzien handgel en ontsmettingsproduct voor de tafels en stoelen.

Gelieve wel jullie CST (Covid Safe Ticket) en mondmasker mee te brengen. Wil je erbij zijn, aarzel niet om je in te schrijven.

Zaterdag 12 februari 2022 : Salvatore Adamo in de Koningin Elisabethzaal in Antwerpen is verplaatst naar zaterdag 16 april 2022

Ook het concert van Salvatore Adamo kan niet doorgaan in februari en is verplaatst naar 16 april 2022.

- Wil iedereen die tickets heeft besteld bij Vl@s nakijken of deze nieuwe datum past en hem zeker te willen noteren in jullie agenda.
Wij houden jullie verder op de hoogte

**Opgelet !!!!!!!!!!!!!!! Maandag 14 EN 28 februari 2022
Petanque met onze vrienden van de PC Lokeren
UITZONDERLIJK NIET OP EEN DONDERDAG IN FEBRUARI**



Inschrijving kan al. Zo zal je ook direct verwittigd worden bij eventuele wijzigingen

Wanneer : maandag 14 en 28 februari van 14 tot 17.30 u.

Waar : Lokaal Petanqueclub Lokeren, Nieuwe Heerweg 19 vroeger Oude Heerweg 180 – 9160 Lokeren.

Zelfde locatie maar aangepast adres.

Materiaal : gelieve indien mogelijk eigen petanque ballen mee te brengen

Prijs : Gratis voor Vl@s leden

Om in orde te zijn met de voorschriften is inschrijving nog steeds verplicht. Als organisator moeten we nog steeds weten wie er aan een activiteit heeft deelgenomen.

OPGELET !!!! Inschrijving VERPLICHT, Ook voor de leden van PC Lokeren is inschrijving verplicht op deze Vl@s activiteit.

1- Inschrijving via onze website www.vlaslokeren2015.be (wachtwoord hoopvol 2022)

klik op sportactiviteiten en kies je activiteit. Vul daar het inschrijvingsformulier in.

2-Inschrijving via mail christiane1954@live.be of gsm 0473/207 608

Dinsdag 15 februari 2022 : muziekquiz geanimeerd en gepresenteerd door Bauwens Dirk & Huysveld Yvette



Na het enorme succes van onze vorige edities, en na een verplichte stop vorig jaar, organiseren wij terug onze muziekquiz.

Opnieuw zullen Dirk Bauwens en zijn echtgenote Yvette Huysveld ervoor zorgen dat er pittige vragen worden gesteld over heel uiteenlopende muzikale hits van vroeger en nu en we zullen uiterst attent moeten zijn en ons brein laten werken.

We nodigen hierbij jullie uit om deel te nemen. Wees er zeker van, het wordt weer een super gezellige namiddag. Gezien de coronamaatregelen moeten wij het aantal deelnemers beperken tot max. 50 deelnemers.

Hoe pakken we het aan ? We vormen ploegen van 2, 3, 4, 5 of 6 personen. Begin dus nu maar al na te denken met wie je een duo, trio, kwartet, kwintet of sextet wil vormen !

Er zullen 6 rondes zijn, met na ronde 3 een pauze van een half uur, waarbij we kunnen genieten van koffie en gebak (zo zijn we dat gewoon hé).

We hebben muziek uit de 50's, 60's, 70's, 80's, 90's en zelfs van het jaar 2000 en jonger ! Er is ook een ronde met Franse chansons en Vlaamse schlagers, begin dus maar al te repeteren.

Deelnemen kost 6 euro per lid, niet-leden : 8 euro, inclusief koffie en gebak. Overige dranken zijn voor eigen rekening. Opgelet : de inschrijving is pas definitief na storting. **We sluiten om praktische redenen de inschrijvingen af op 10 februari 2022.** Niet aarzelen dus !

Succes aan iedereen !

Praktische info :

- Wanneer : dinsdag 15 februari 2022 van 13.30 uur tot 17.30 uur – Start quiz om 14 uur
- Waar : Sportcentrum “De Dam” Lokerhoutstraat (Naast Aldi te Lokeren)
- Prijs : leden € 6 – Niet-leden € 8 (koffie en gebak inbegrepen)
- **Bedrag te storten op rekening BE80 7360 1705 3977 van Vl@s Lokeren met vermelding “muziekquiz 2022”**
Bedrag moet op rekening staan ten laatste op 10 februari 2022
- **Cofid Safe Ticket en mondmaster niet vergeten.**

Donderdag 17 februari 2022 - bowling in Hamme



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 : donderdag 17 februari 2022

* Start : 14 uur

* Waar : Anglo Bowling, Kleinhulst 6, 9220 Hamme

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

Storten op rek. nr Vl@s Lokeren BE80 7360 1705 3977.

Gelieve dit te doen voor **dinsdag 15 februari 2022.**

Door deze betaling ben je automatisch ingeschreven. **Wie ter plaatse wil betalen moet zich wel op voorhand inschrijven. Dit kan door een telefoontje naar Christiane 0473/20 76 08**

Dinsdag 22 februari 2022 – Daguitstap Nederland – Kermis anno 1920



Voor onze eerste daguitstap van 2022 gaan we naar Nederland, provincie Noord-Brabant.

Wij bezoeken daar Oudenbosch, vooral bekend vanwege de grote, tussen 1865 en 1892 gebouwde, Basiliek van de H.H. Agatha en Barbara. Het ontwerp is geïnspireerd door twee kerken in Rome. De koepel van de basiliek is een (verkleinde) kopie van de koepel van de Sint-Pietersbasiliek, de voorgevel is een kopie van de voorgevel van de Sint-Jan van Lateranen.

Na het middagmaal bezoeken we het belevingsmuseum “Kermis anno 1920” in Hilvarenbeek.

Hier kunnen we terugkeren naar onze kindertijd. De authentieke kermisattracties worden met veel humor toegelicht terwijl we smullen van kermislekkernijen zoals suikerspin, poffertjes en popcorn.

Zie voor deze unieke daguitstap naar “de tijd van toen” onze afzonderlijke uitnodiging (bijgevoegd aan deze nieuwsbrief) met alle gegevens.

Donderdag 24 februari 2022 – Spelnamiddag in Zele Biljarten, Schaken, darts, kaarten en scrabble



Wij bieden de mogelijkheid om 6-7 activiteiten op één namiddag te doen.

Biljarten (vrij spel, bandstoten, driebanden en tapbiljart) Snooker kan eventueel in een later stadium als er liefhebbers voor te vinden zijn (tegen een hogere prijs) Alle materiaal is aanwezig in de speelgelegenheid.



www.shutterstock.com - 120044161



www.shutterstock.com - 421794367

Schaken. De spelers die willen schaken brengen zekers hun eigen schaakspel mee.

- * Kaarten (wiezen
- * Darts (2 borden zijn aanwezig)
- * Scrabble. Eigen materiaal mee te brengen * Sjoelbak – NIEUW! NIEUW! NIEUW!

Praktische info :

- Wanneer : Dinsdag 24 februari 2022 van 14 tot 17.30 uur.
- Waar : Taverne Biljart-Snooker Quality, Drukkerijstraat 5a – 9240 Zele.
- Prijs : Voor de ganse namiddag betalen we € 3 per persoon dranken NIET inbegrepen.

Iedereen die één of ander spel wil doen (biljart of darts betaalt € 3 per persoon. Kaarten, gezelschapsspelen die we zelf meebrengen en/of supporters komen gratis.

**Betaling : overschrijving van € 3 per persoon op rekening VI@s Lokeren BE80 7360 1705 3977
Met vermelding : Biljarten + voorkeur bv Tap, vrij of drieband of darts**

Vrijdag 25 februari 2022 om 20u15 : Els De Schepper in het Cultureel Centrum in Lokeren en ze ziet ze vliegen



Els de Schepper presenteert een gloednieuw spektakel, een turbulente vlucht uit de realiteit. Je zal worden meegevoerd in een wereld vol ontroering, glimlachjes en schaterbuien. Je komt binnen in een fictieve luchthaven alwaar je op een bijzondere manier zal worden ingecheckt. Je loopt door de douane, en komt binnen in de wonderlijke wereld van EDS Airlines. Je zet je gsm in vliegtuigstand en dan start een dolle show vol gein en ongein. Laat je dus meevoeren op een expeditie tot in de diepste kern van Els haar hoofd. Een zoektocht met als belangrijkste vraag: waar zijn de liefde en de uitbundigheid gebleven?

Fasten your seatbelts en geniet van de fratsen van Dikke Rita uit Gent die plotseling stewardess is geworden.

Geniet van de wijze naïviteit van Klein Elske en haar denkbeeldig vogeltje. Luister naar de buitensporige Nonkel Richard en hoe graag hij zijn Rita ziet. En leer hoe Sonja de depressieve reisleidster op zoek is naar het grote geluk.

Een volbloed roadmovie op het theater met een soundtrack van Steve Willaert. Een spannend verhaal met een absurde inslag a la Grand Hotel Boedapest en La science des rêves. En met een verrassende “vliegende” apotheose. Je zal je innerlijk kind tegoed gedaan hebben en na afloop voel je een bevrijding alsof je werkelijk zelf twee uur hebt gevlogen op eigen kracht. Het zal het hart en de lachspieren deugd doen.

'Els de Schepper ziet ze vliegen' is ondertussen de 15e show van Els de Schepper. Met elke voorgaande show trok Els op een indrukwekkende tournee door Vlaanderen, wat nogmaals onderstreept dat zij de onbetwiste grande dame van het Vlaamse cabaret is.

GEEN TICKETS MEER BESCHIKBAAR

Alle leden die zijn ingeschreven voor deze voorstelling hebben hun tickets mogen ontvangen.

Dinsdag 1 maart 2022 : Wandeling Overmere Donk



Nicole & Tom, Karina & Patrick brengen ons naar Overmere Donk voor een wandeling van 5 of 9,5 km. (Aangezien de 9,5 km in de velden is, kan geen tussenstop voorzien worden)
Goede stapschoenen te voorzien.

Praktische info:

Wanneer : dinsdag 1 maart 2022

Samenkomst: 13u15 Parking van Festivaria, Donkiaan 125 – 9290 Berlare

Vertrekplaats wandeling : **idem**

Vertrekuur wandeling : 13u30

Afstand wandeling : kleine wandeling 5 km – grote wandeling 9,5 km

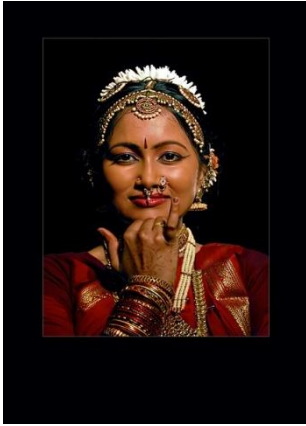
Nadien gezellig nababbelen in plaatselijke café.

1- Inschrijving via onze website www.vlaslokeren2015.be (wachtwoord hoopvol2022) nieuw vanaf 1 februari. klik op sportactiviteiten en kies je activiteit wandelen. Vul daar het inschrijvingsformulier in.

2-Inschrijving via mail christiane1954@live.be of gsm 0473/207 608

Mogen wij vriendelijk verzoeken ACHTER de organisatoren met een oranje hesje te blijven wandelen teneinde ongemakken en/of ongelukken te vermijden.

Tentoonstelling - Expo Tamil Nadu – oochappan



Wanneer

Van do 6 januari 2022 09:00 tot zo 27 februari 2022 20:00

Waar

Cultuurcentrum Lokeren
Kerkplein 5, 9160 Lokeren

Deze tentoonstelling is een meesterwerk van een van onze leden, Henk Jacobs die gefascineerd is door deze cultuur.

"Heb je ooit het gevoel gehad dat je naar een totaal vreemd land ging en je er meteen thuis voelde? Dat gevoel had ik in Tamil Nadu, dat ik voor het eerst bezocht in 1987 en waarnaar ik sindsdien elk jaar terug keer.

Ik ben de taal een beetje machtig en dat hielp me om de essentie van de Tamil-cultuur te ontdekken. In 1994 ontmoette ik Ochappan, een boer die werkte als driewieler-laadman in Madurai. Vandaar de afgeleide naam oochappan omdat ik de wereld toon over zijn schouder kijkend.

Ik stop nooit bij het uiterlijk, maar tracht de ziel van mensen te bereiken samen met informatie en persoonlijke indrukken. Tamil Nadu, kleuren van vreugde, daar deel ik mijn hart, hier mijn foto's."

Welkom
Henk

De expo is gratis te bezoeken tijdens de openingsuren van het Cultuurcentrum en op zaterdag van 14u-20u

Website Vl@s Lokeren



Weten jullie dat we een eigen website hebben exclusief voor onze leden? Deze is opgemaakt en wordt onderhouden door ons lid Marc Nottebaert. Zeker de moeite om hier regelmatig een bezoekje aan te brengen. Er staan allerlei weetjes over onze afdeling op, samen met de agenda, de laatste nieuwsbrief, de uitnodigingen voor onze activiteiten en via deze website kunnen jullie ook altijd inschrijven op diverse activiteiten.

Vanaf 1 februari 2022 wijzigen wij het inlog wachtwoord.

De link naar deze website :

www.vlaslokeren2015.be met als inlog wachtwoord : hoopvol2022 (kleine letters)

Formulieren teruggave van een deel (of het volledige) lidgeld via ziekenfonds

Niet vergeten om jullie formulieren voor teruggave van een deel (of het volledige) lidgeld van Vl@s Lokeren in te dienen bij jullie ziekenfonds. Iedereen van onze leden heeft dit formulier mogen ontvangen samen met de lidkaart en het programmaboekje.

Vl@s driemaandelijks tijdschrift

Per post of per e-mail?



Ook de Vlaamse actieve senioren gaan mee met hun tijd. Elk jaar zien we het aantal leden dat beschikt over een e-mailadres stijgen. We merken het ook aan onze eigen trouwe brievenbus: we krijgen dagelijks minder post.

Het driemaandelijks tijdschrift van Vl@s heeft in de loop der jaren een grote evolutie gekend. Van een gestencild maandelijks blaadje tot een driemaandelijks kleurentijdschrift.

Een ledentijdschrift is een bindmiddel tussen de leden van de vereniging maar gezien de stijgende druk- en verzendingskosten wil het Bestuursorgaan van Vl@s zich grondig buigen over de toekomst van dit bindmiddel.

In deze tijden van grotere aandacht voor duurzaamheid op alle vlakken en respect voor onze leefomgeving, kan en mag Vl@s niet op het achterplan blijven staan. Het Bestuursorgaan van Vl@s besliste, op hun vergadering van 24 september jl., een bevraging te doen.

De uitgave april/mei/juni 2022 van het tijdschrift kan verstuurd worden via e-mail, naar de leden die laten weten dat ze willen veranderen van een gedrukte versie naar een e-versie.

De bevraging kan ook online ingevuld worden, ga naar onze website www.vlaamseactievesenioren.be

NAAM:

VOORNAAM:

LIDNUMMER:

AFDELING:

☐ JA, ik wens het tijdschrift per e-mail te ontvangen.

Nu we toch bezig zijn met vraagjes, doen we nog even verder.

We vinden het heel belangrijk dat het tijdschrift ook inhoudelijk aan je wensen voldoet. We willen zoveel mogelijk kwalitatieve artikels aanbieden.

Wil je graag op de hoogte gehouden worden van Vl@s, geef dan snel jouw e-mailadres door via info@vlaamseactievesenioren.be

1. Is de opmaak goed? ☐ JA ☐ NEEN

2. Ik wil meer artikels over (thema):

gezondheid ☐ JA ☐ NEEN

Vlaamse identiteit ☐ JA ☐ NEEN

digitale vooruitgang ☐ JA ☐ NEEN

duurzaamheid en milieu ☐ JA ☐ NEEN

sociale dienstverlening ☐ JA ☐ NEEN

waardig levenseinde ☐ JA ☐ NEEN

puzzelpagina's ☐ JA ☐

Aktie 'Leden werven leden: "Vaar mee met Vl@s in 2022":

Ledenwerfactie: de gelukkige winnaar van de riviercruise, geschonken door Reizen Lauwers, is bekend!



Alle nieuwe Vl@s-leden en hun aanbrengers kregen vorig jaar de kans om mee te dingen naar een mooie prijs. De namen van de nieuwe leden tussen 1 juli en 31 december en hun aanbrengers kwamen terecht in een box waaruit op vrijdag 14 januari 2022 enkele gelukkige winnaars werden getrokken.

Wegens de geldende beperkende maatregelen was een groots evenement i.v.m. de trekking van de winnaars niet mogelijk maar we maakten er toch een plechtig moment van o.l.v. Tamara, de administratief verantwoordelijke van Vl@s. De trekking werd bijgewoond door de coördinator en een bestuurder van Vl@s en wie wenste kon alles volgen via Zoom (de trekking werd ook opgenomen en er werden foto's genomen).

De onschuldige hand was deze van Bernard, onthaalmedewerker aan de receptie van De Winkelhaak.

- De winnaar van de riviercruise is Greta Buys, lid van afdeling Antwerpen-Centrum.
- Silvana De Arruda Keitao, lid van afdeling Groot-Haacht, wint de boekenbon van de Vl@s-boekenwinkel (€ 50,00).
- Frieda Aerts, lid van afdeling Leuven, wint het duoticket van Floralia Brussels.

De winnaars werden ondertussen op de hoogte gebracht en ontvingen alvast onze hartelijke gelukwensen.

Dank aan allen voor de moeite om deze actie mee te ondersteunen!

Via Vl@s Oost-Vlaanderen hebben ook alle aanbrengers in onze Oost-Vlaamse afdelingen een extra premie van € 5 per aangebracht lid mogen ontvangen.

Voor afdeling Lokeren zijn deze premies op 20 januari 2022 op rekening gestort van de aanbrengers.

Nieuw telefoonnummer Card Stop



Sinds kort heeft Card Stop een nieuw zonaal telefoonnummer. Zet dit nummer snel in je contactenlijst. Je weet maar nooit wanneer dit nuttig kan zijn.

Wanneer bel ik naar Card Stop?

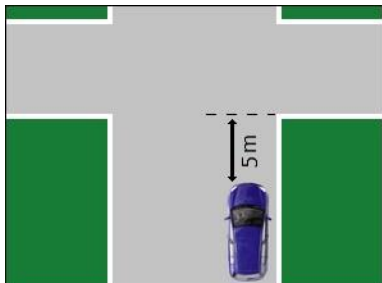
Je neemt telefonisch contact op met de diensten van Card Stop bij diefstal of verlies van je debet- of kredietkaart. Card Stop blokkeert je betaalkaarten.

Ook wanneer je je kaart nog in bezit hebt en je bepaalde verrichtingen op je rekeninguittreksels niet herkent of als je je persoonlijke pin- of responsecode hebt doorgegeven aan een oplichter, bel je naar Card Stop en naar je bank. Sinds vorige maand heeft de website van Card Stop een nieuwe pagina, waar alle contactinformatie per bank terug te vinden www.cardstop.be

KRUISPUNT

Het is verboden stil te staan en te parkeren (zowel op rijbaan als op de berm)

op minder van 5 meter van het kruispunt



op minder dan 20 meter van een kruispunt met een **verkeerslicht**



Wat is verdacht@safeonweb.be?

verdacht@safeonweb.be is een e-mailadres van het Centrum voor Cybersecurity België (CCB).

Het doel van verdacht@safeonweb.be is eenvoudig: we doen beroep op internetgebruikers die ons op vrijwillige basis waarschuwen als ze een verdacht bericht, een zogenaamd phishingbericht, ontvangen, door dit bericht door te sturen naar verdacht@safeonweb.be. Wij controleren de links en bijlages van deze doorgestuurde berichten. Dit gebeurt volledig geautomatiseerd. Verdachte links laten wij blokkeren. Zo zijn minder oplettende internetgebruikers die op de link geklikt hebben, ook beschermd.

Aantal vragen over safeonweb

Ik stuur veel berichten door naar verdacht@safeonweb.be, maar wat gebeurt er mee?

Elke dag ontvangen wij duizenden verdachte e-mails. In 2020 werden er 3.200.000 berichten doorgestuurd naar verdacht@safeonweb.be. De verdachte URL's uit deze e-mails worden doorgestuurd naar Google SafeBrowsing en Microsoft SmartScreen. Browsers maken van deze info gebruik om bezoekers te waarschuwen voor kwaadaardige websites.

Kan ik ook verdachte sms'jes doorsturen?

Verdachte sms'jes kunnen ook doorgestuurd worden naar verdacht@safeonweb.be. Het volstaat om een screenshot te nemen en die door te sturen. Onze technologie kan de links in die afbeeldingen detecteren. Als de links verwijzen naar malafide webpagina's, dan kunnen wij deze pagina's laten blokkeren.

Universele bankdienst (UBD)



Klanten die niet digitaal bankieren moeten de garantie hebben dat ze tegen een redelijke prijs toegang behouden tot de dienstverlening van hun bank. De federale regering en de Febelfin (koepelfederatie van de banken) sloten daarom een akkoord over het invoeren van een 'universele bankdienst'. Op 1 januari 2022 ging die universele bankdienst (UBD) van start. De meeste (middel)grote banken nemen deel. De UBD laat toe om aan een redelijk tarief manuele overschrijvingen uit te voeren zodat ook minder digitaalvaardige consumenten ten volle deel kunnen nemen aan het economisch leven. De UBD is een pakket dat minimaal bestaat uit een aantal diensten,

Waaruit bestaat de universele bankdienst? Dankzij de universele bankdienst is het mogelijk om aan een redelijk tarief manuele overschrijvingen uit te voeren. Het pakket bestaat minimaal uit volgende diensten: - minstens 60 manuele verrichtingen per jaar (bv papieren overschrijvingen, af te geven op het bankkantoor; geldafhalingen aan het loket als de infrastructuur van het kantoor dit toelaat)

- een debetkaart
- minstens 24 geldafhalingen aan de geldautomaat van de eigen bank
- afdrukken van rekeninguittreksels aan de bankeigen automaten in het kantoor, maandelijkse afhalingen aan het loket (als de bank dit aanbiedt) of maandelijkse verzending op verzoek van de klant aan een redelijke prijs.

De UBD heeft een forfaitaire kost die verschilt van bank tot bank en die maximaal 60 euro per jaar bedraagt, eventueel aangevuld met een maandelijkse kost voor het verzenden van

Zomer groepsreis 2022 – Vl@s Lokeren 8-daagse vliegtuigreis naar de “Peloponnesos” Griekenland Athene & Tolo Van zondag 12/06 t/m zondag 19/06/2022

Noteer alvast deze data in jullie agenda 2022 voor een schitterende groepsreis met Vl@s Lokeren. Wij gaan voor deze reis ook werken met een spaarplan, zoals we dat in het verleden ook reeds hebben gedaan voor onze groepsreizen.
Wie nog verdere informatie wil !
GSM : 0479/35 19 62

Belangrijke data in maart 2022 om reeds te noteren Alle info volgt binnenkort

(voor zover het mogelijk is en zonder nieuwe coronamaatregelen)
Hou hiervoor jullie mailbox goed in het oog voor dringende aanpassingen

- * Elke vrijdagnamiddag : badminton
- * Dinsdag 01/03 : wandeling – Overmere Donk, een wandeling van 5 en 9,5 km. Vertrek : Parking van Festivaria, Donkiaan 125, 9290 Berlare. Samenkomst : 13u15 – vertrek : 13u30
- * Donderdag 3 maart en elke 2^{de} en 4^{de} maandag van maart : petanque
- * Donderdag 10/03: bowling in Hamme
- * Zaterdag 12/03 : fietsenwijing i.s.m sportdienst Lokeren
- * Dinsdag 29/03 : seniorennamiddag met dans en muziek (onder voorbehoud)
- * Vrijdag 18/03 : wijn-en kaasavond
- * Donderdag 31/03 : spelnamiddag (biljart, darts enz)

Recept van de maand



Appeltaart-filocups

Benodigdheden :

- 3 a 4 vellen filodeeg
- 50 gr gesmolten boter
- 4 el volle room
- 1 pakje vanillesuiker
- 150 gr mascarpone
- 1 grote appel of 2 kleine
- 1 el kristalsuiker
- 1/2 tl maïszetmeel
- ¼ tl muskaatnoot
- ½ tl vanille extract
- extra 10 muffinvormen

Bereiding :

- verwarm je oven voor op 180° C
- snij de filodeeg in plakjes van 8 op 8cm
- vet de muffinvormen en het filodeeg in met gesmolten boter
- schik in elke muffinvorm 4 laagjes filodeeg
- bak de filodeegcups gedurende 10 à 12 minuten in de voorverwarmde oven
- doe de room, vanillesuiker en mascarpone in een kom en mix het tot een stijf mengsel.
- zet de kom in de koelkast
- ondertussen snij je de appel in kleine blokjes
- doe de appelblokjes met wat water, 1 el kristalsuiker, kaneel, nootmuskaat, maïszetmeel en vanille-extract in een sauspan en breng al roerend aan de kook, laat vervolgens enkele minuutjes zacht pruttelen.
- laat afkoelen
- vul de filodeegcups op met mascarponeroom
- schep er daarna een lepel appeltjes op

Leuke weetjes uit onze vriendenclub

Nieuwe leden in de maand januari:



Vanthournout Bernadette
Rombaut Willy
Van Geert Willy
Van Landschoot Marina
Verbraeken Marie-Jeanne
Pauwels Jean

Ook willen wij onze vrienden die ziek zijn een hart onder de riem steken en hen troosten, hun heel veel sterkte toesturen in deze moeilijke tijden en hen zeggen dat we aan hen denken door dit doorgeefvlammetje te sturen. Dit betekent dat wij van ganser harte met hen meeleven en een beetje levenslust doorsturen.



Solidariteit, medeleven en vriendschap is een belangrijk punt dat wij nastreven in onze vereniging. Wij geven niet alleen om onszelf maar ook voor de mensen om ons heen, burens, vrienden, kennissen. Iedereen is belangrijk in ons leven, alleen beseffen we het soms niet of,als het te laat is.



Zelfs in deze moeilijke tijden voor iedereen, gebeuren er levensechte wonderdjes, want lieve mensen, het leven is geen stilstand, het leven kabbelt gewoon verder en hoe dan ook en na regen komt de zon terug.....

Van Malderen Roger & Vercauteren Hilda mochten op 25 december 2021 Romane verwelkomen.

Dat maakt dat er voor Hilda een **VIERGESLACHT** is en de overgrootouders zijn bijzonder trots. Een dikke, dikke proficiat aan de ouders, grootouders, en overgrootouders bij de geboorte van dit kleine wonderdje.



Ik heb aan iedere hand 5 vingerkes, aan elke voet 5 teentjes en voor de rest is er ook alles aan. Ik stel me voor, mijn naam is Elias, ik ben geboren op 21 januari 2022, ik meet 53,5 cm en ik weeg 3kg830. Mijn grote zus Amber en grote broer Lucas zijn erg blij met mij erbij.

Een dikke proficiat Heidi en Steve. Heel veel plezier bij het opvoeden en de levensbegeleiding naar het volwassen worden. Zo'n baby moet vanaf de eerste dag zoveel leren en beleven. Een hele wereld gaat voor hem open.

En wij, grootouders Christiane en Arthur, zijn ontzettend trots en fier met ons 10^{de} kleinkindje erbij.

Leden die jarig zijn in de maand februari :



04/02 : De Smit Lydia
 05/02 : Huygens Robert
 06/02 : Van Slycken Willy
 09/02 : De Storme Karina
 10/02 : De Rooze Betty
 11/02 : Duyts Pierre
 12/02 : Van De Velde Dirk
 14/02 : Van Avermaet Rosita
 16/02 : Nottebaert Marc
 17/02 : Volckeryck Jozef
 18/02 : De Storme Johan
 21/02 : Gansbeke Annie
 22/02 : Feyen Ann, Van Haver Godelieve, De Wachter Gino & Van Steenland Willy
 23/02 : De Backer Georgette
 25/02 : Vrancken Maria
 26/02 : Mertens Jaak
 28/02 : Lubanski Wlodek

Aan allen een fijne verjaardag gewenst.

Een paar mopjes van de maand

Een jonge journaliste gaat in Jeruzalem naar de Klaagmuur en wil een interview met een oudere joodse man maken.

Die stemt toe.

Ze vraagt "hoe lang komt u hier reeds ?"

"Al meer dan 60 jaar"

"En waar bid u voor ?"

"Ik bid voor vrede tussen de kristenen, joden en moslims. Ik bid om een einde te maken aan alle oorlogen. Ik bid dat er een einde komt aan haat.

Ik bid dat onze kinderen volwassen kunnen worden in alle veiligheid en waardigheid, en dat ze hun naaste liefhebben."

"En wat is uw indruk na meer dan 60 jaar bidden?"

"Ik heb de indruk dat ik tegen een muur sta te praten"

Twee islamitische mannen wandelen door de woestijn.

Achmed zegt tegen Mohammed "In de koran staat geschreven dat je vrouw 20 passen achter je moet gaan en jouw vrouw gaat 10 passen voor je."

"Ik weet het" antwoordt Mohammed "Maar bij het schrijven van de koran lagen er nog geen mijnen in de woestijn."

Een Mercedes stopt voor een rood verkeerslicht.

Een dakloze klopt op zijn ruit en zegt "ik heb honger"

De bestuurder kijkt op zijn uurwerk en antwoord "dat is heel normaal, het is middag, ik heb ook honger"

Een Afrikaan ontmoet een blanke geneesheer.

Hij vraagt "wat is dat juist 'Viagra' ?"

De geneesheer "Dat zijn pilletjes waarmee je 10 keer per dag de liefde kan bedrijven"

"Nu versta ik het, het is dus een kalmeermiddel".

Veel leesplezier en tot binnenkort op een van onze boeiende activiteiten. Hou vol. Wij geloven erin, nog eventjes in de zure appel bijten, daarna kan het alleen maar beter. Geduld, geloof in de vaccinatie, saamenhorigheid, doorzettingsvermogen en vriendschap zijn binnenkort de sleutel naar het nieuwe herwonnen leven. 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 sponsorronde met veel plezier nieuwe sponsoring mogen verwachten.



Open van dinsdag tot en met zondag met doorlopende keuken!
Stationstraat 45, Lokeren
09 247 02 78
www.cantine-roland.com

ST-ELOOI

Openingsuren restaurant
12u tot 14u / 18u tot 22u
Juli; augustus en weekends open in
De namiddag van 14u tot 16:30u

Sluitingsdagen:
Maandagmiddag
Dinsdag en woensdag
Zaterdagmiddag

Hamstraat 70
9250 Waasmunster
09/398 80 88

www.st-elooi.be
info@st-elooi.be

HAAS

PANNENKOEKENHUIS

Markt 51 - Lokeren

