

Vlaamse actieve senioren vzw



Afdeling Lokeren

Nieuwsbrief maart 2022 | jaargang 7 | - nr. 72

Beste Vl@s vrienden,



We sluiten stilaan de donkerste maanden van het jaar af en verwelkomen de maand maart, die hopelijk alle deuren opent naar een aangename lentemaand met alles erop en eraan. Dit wil zeggen dat midden maart de lente in het land komt, met mooie vrolijk gekleurde voorjaarsbloeiërs.

En wij, in onze vriendenkring zullen ook genieten van deze wedergeboorte, want er staan een heleboel boeiende, leuke activiteiten op het programma, zo een beetje voor ieder wat wils, gaande van wandelen, fietsen, allerlei sportactiviteiten, en nog zoveel meer.

We starten deze maand ook weer met een nieuwe activiteit. We organiseren 2-wekelijks de mogelijkheid om een partijtje Darts te spelen. Alle info verder in deze nieuwsbrief.

Op vrijdag 4 maart is er een nieuw overlegcomité gepland en kunnen we hopen op nieuwe versoepelingen.

Uiteraard houden wij steeds de coronabarometer nauwkeurig in de gaten om alles op een veilige manier te kunnen coördineren.

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



Activiteiten maart 2022

Wij zijn blij te mogen melden dat onze geplande activiteiten in maart kunnen 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.

Dinsdag 1 maart 2022 : Wandeling Overmere Donk



Nicole & Tom, Karina & Patrick brengen ons naar Overmere Donk voor een wandeling van 5 of 8 km. (Aangezien de 8 km in de velden is, kan geen tussenstop voorzien worden)
Goede stap schoenen 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 8 km

Nadien gezellig nababbelen in plaatselijke café.

Na de wandeling gaan we iets drinken in “Het Zoetemeer”, Donkmeer 156, 9290 Berlare – Heel goeie wafels te verkrijgen.

Opgelet: Hier is nog steeds het Covid Safe Ticket nodig om binnen te kunnen.

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.

Donderdag 3 maart en Maandag 14 en 28 maart 2022

Petanque met onze vrienden van PC Lokeren



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

Wanneer : donderdag 3 maart en maandag 14 en 28 maart
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

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



Er 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.

Donderdag 10 maart 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 10 maart 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 8 maart 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**

Nieuw : Mogelijkheid om Darts te spelen in Anglo Bowling.

Wie enkel darts wil spelen betaald hiervoor € 3 voor gans de namiddag voor het gebruik van de dartsblokken.

Ook hier is inschrijven op voorhand aangewezen.

Men brengt zijn eigen darts pijltjes mee.

Een combinatie van bowling en darts is niet mogelijk. Men kiest voor het een of het ander.

Nieuwe activiteit: Darts in sportcentrum “De Dam” Vrijdag 11 en 25 maart 2022



Ook Vl@s Lokeren speelt in op de actualiteit en vanaf maart organiseren wij 2-wekelijks de mogelijkheid om een aantal spelletjes darts te spelen.

Na de geslaagde proefsessie van vrijdag 25 februari met reeds een 12 tal spelers en nog enkele supporters, gaan we dit verder organiseren.

Speeldata

Vrijdag 11 en 25 maart vanaf 14 tot 16 uur.

Aanwezig om 13u45

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

Ook hier is inschrijven op voorhand aangewezen.

Men brengt zijn eigen darts pijltjes mee.

Zaterdag 12 maart 2022 : Fietsenwijding



Wij starten ons fietsseizoen met de jaarlijkse fietsenwijding.
Laat je fiets inzegenen en ga op fietstocht.

De plechtigheid wordt geleid door E.H. Deken. De inzegening van de fietsen zal plaatsvinden om 13u50 op het evenementenplein op de markt.

Daarna vanaf 14u zijn verschillende fietstochten uitgestippeld.

- een tocht van 20 km voor de recreanten. Dit doen we mee met onze Vl@s vrienden
- een tocht van 15 km voor de oldtimers
- een tocht van 55 km voor de wielertoeristen

Dit allemaal onder de begeleiding van de Sportdienst van Lokeren.

U hoeft hiervoor niet in te schrijven.

Afspraak op het evenementenplein (Markt) om 13u30 met onze Vl@s hesjes.

Vrijdag 18 maart 2022 : Kaas- en wijnavond - VOLZET



Praktische info :

- Wanneer : vrijdag 18 maart 2022
 - Waar : Feestzaal "De Leeuwerik", Nieuwe Heerweg 19 9160 Lokeren
 - Begin uur : 18:00 uur – deuren open om 17:30 uur
 - Voorziene eind uur : 23 uur
 - Prijs : € 25 per persoon
 - Inbegrepen : Aperitief : glas cava of fruitsap en versnaperingen
- Buffet met uitgebreid assortiment kazen aangevuld met vers fruit, notenmix en een broodassortiment

- Niet inbegrepen : dranken bij de maaltijd.
- Wijnkeuze : Rood Cabernet sauvignon
Wit Chardonnay
- Er kunnen ook niet-alcoholische dranken en een keuze van enkele biertjes worden gedronken.

Wij hebben vroegtijdig de inschrijvingen moeten afsluiten aangezien wij de limiet bereikt hebben. Inschrijvingen niet meer mogelijk.

Er zijn nog steeds helpers voor achter de toog en kaasbuffet gevraagd.

Dinsdag 22 maart 2022- Individuele verkeersopfrissing
geanimeerd
door Luc Van Den Durpel



Leuke namiddag onder vrienden en daaraan gekoppeld een ludieke verkeersopfrissing.

Luc Van Den Durpel, onze alom gekende verkeersdeskundige zal ons op een aangename manier Individueel vragen stellen (op papier). De bedoeling is om onze kennis wat op te frissen, even een paar nieuwe verkeersborden mee te geven, zodat we ons een kei in het verkeer kunnen wanen.

Eigenlijk een kleine maar interessante test om te zien hoe goed wij het verkeer machtig zijn of na de test te weten hoe we een bepaalde toestand onder ogen kunnen zien.

Het wordt een plezierige namiddag met tussenpauze en koffie met taart.

Het is dus GEEN WEDSTRIJD, dus er hangen geen prijzen aan vast, alleen een goed en voldaan gevoel

Praktische info :

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

Aanvang : 14 uur – deuren open om 13:45 uur

Animator : Luc Van Den Durpel

Prijs : € 6 per persoon (koffie en gebak inbegrepen)

Prijs 6€ per persoon te storten op rek. nr nr VI@s Lokeren BE80 7360 1705 3977 met de vermelding “verkeersopfrissing”, te storten voor 18 maart 2022.

Dinsdag 29 maart 2022 : Dansnamiddag voor senioren
Kollerzaal, Daknamstraat te Lokeren



Momenteel hebben we nog geen verder nieuws of deze dansnamiddag zal doorgaan. Van zodra wij meer info hebben verwittigen wij onze leden.

Donderdag 31 maart 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.



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

- * Kaarten (wiezen
- * Darts (2 borden zijn aanwezig)
- * Scrabble : Brengen wij mee

Praktische info :

- Wanneer : Donderdag 31 maart 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 Vl@s Lokeren BE80 7360 1705 3977
Met vermelding : Biljarten + voorkeur bv Tap, vrij of drieband of darts

Vrijdag 1 april – volksspelen: een organisatie van de sportdienst Lokeren



Wie heeft er zin om samen met andere Vl@s Lokeren leden deel te nemen aan de volksspelen namiddag van de Sportdienst Lokeren?

2 mogelijkheden:

- * ofwel organiseer je zelf met enkele Vl@s vrienden de inschrijvingen en betalingen en vormen jullie zelf een ploegje.
- * ofwel geef je je naam op aan ons en schrijf je in via Vl@s Lokeren en wij vormen een ploeg(en) om deel te nemen aan deze gezellige namiddag

Praktische info : (zie ook inschrijvingsformulier in bijlage)

Deelname 3 euro – vooraf inschrijven

Inschrijven voor dinsdag 29 maart 2022 of tot alles volzet is

Start: 13:30 uur – Einde 16:30 uur.

Verzamelen om 13 uur.

Wie als Vl@s ploeg wil deelnemen schrijft zo snel mogelijk € 3 over op rekening BE80 7360 1705 3977 Met vermelding “volksspelen”

Wij stellen dan de ploeg of ploegen samen en zorgen voor inschrijving bij de sportdienst.

Wij sluiten de inschrijving af op 15 maart, om tijdig te kunnen inschrijven bij de sportdienst Lokeren.

Dinsdag 5 april 2022 : Wandeling Waasmunster



Nicole & Tom, Bethy & Marc hebben een wandeling uitgestippeld op de heide en bossen van Waasmunster. Goede stap schoenen te voorzien.
Wandeling van 8 km zonder tussenstop.

Praktische info:

Wanneer : dinsdag 5 april 2022

Samenkomst: 13u45 Vrijtijdscentrum “De Meermin”, Abdij Van Roosenberglaan 6 te 9250 Waasmunster

Vertrekplaats wandeling : **idem**

Vertrekkur wandeling : 14 uur

Afstand wandeling 8 km

Mogelijkheid om gezellig na te babbelen in vrijtijdscentrum “De Meermin” ook voor de niet wandelaars.

Opgelet: Mogelijk is hier is nog steeds het Covid Safe Ticket nodig om binnen te kunnen.

Kan aangepast zijn tegen 5 april. Gelieve dit op te willen volgen

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.

Maandelijks verkeerstip door Luc Van den Durpel

NIEUW ! GEBRUIK GSM e.a



Vanaf 3 maart 2022 treedt een wijziging in werking van de wegcode inzake gebruik GSM als bestuurder van een voertuig.

Behalve wanneer zijn voertuig stilstaat of geparkeerd is, mag de bestuurder geen elektronisch apparaat met een scherm gebruiken, vasthouden, noch manipuleren, tenzij het in een daartoe bestemde houder bevestigd is.

Voor het rood licht of in de file staan, wordt NIET aanzien als stilstaan of parkeren. Ook het gebruik van een tablet kan niet.

Bij inbreuk hiervan (overtreding van 3^e graad) zal een boete van 174 EUR (+ administratie kosten) moeten betaald worden.

Dit heeft meteen ook een zware impact op de beginnende bestuurders want bij een overtreding zal de beginnende bestuurder meteen minimum het theoretisch en/of praktijk examen moeten herdoen.

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 – JAMMER GENOEG VOLZET

Ledenvoordelen: Hoe verdien ik mijn lidgeld weer

Wij zijn lid van de Lokerse adviesraden zoals cultuur- ouderen en sportraad en erkend als sportvereniging bij sport.vlaanderen. Als bestuur hebben wij er voor gezorgd dat je een deel van je (of het volledige) lidgeld terugbetaald kan krijgen via jullie ziekenfonds.

Weet dat er nog tal van andere ledenvoordelen bijstaan waarvan je kan genieten als Vl@s lid.

VAB:fiets- en autopechbijstand

De polis die Vl@s heeft lopen bij VAB **start op 1 april 2022 en stopt op 31 maart 2023.**

Als Vl@s-lid kan je voor € 26,00 i.p.v. € 46,00 aansluiten bij de VAB-fietsbijstand, € 52,00 voor een gezin van twee personen i.p.v. € 77,00. Dit ongeacht de maand dat je aansluit.

Deze bijstand geldt zowel bij fietstochten in Vl@s-verband als privé.

In de hele Benelux kan je 24/7 terecht bij VAB, het aantal interventies is onbeperkt.

Je kan ook aansluiten bij de autopechbijstand. Dan betaal je € 102,00 i.p.v. € 131,00.

Hier ben je 24/7 zeker van complete pechbijstand in de hele Benelux + 50 km, vanaf de voordeur. Elk lid is beschermd bij ongevallen en alle soorten pech voor voertuigen tot 5,5 ton. Wil je hier bovenop nog een vervangwagen? Dan kan dit voor € 152,00 (i.p.v. € 191,00) inclusief de pechbijstand.

Met onderstaande link kan je de volledige uitleg van het ledenvoordeel bij VAB bekijken:

<https://vlaamseactievesenioren.be/assets/File/ledenvoordelen/VAB/VAB%20artikel%20tijdschrift.pdf>

Heb je toch nog vragen kan je altijd mailen naar tamara@vlaamseactievesenioren.be of 03-233 50 72 of 0474-43 55 76

Wie nog een polis heeft bij VAB of andere pechdienst, neemt eerst contact op met Tamara Reyniers, 03-233 50 72 of tamara@vlaamseactievesenioren.be. Zij zal de juiste berekening maken. De prijs van de autopechbijstand wordt pro rata berekend.

Wie reeds betaald heeft bij VAB en dan pas komt aankloppen bij Vl@s zal spijtig genoeg het einde van de overeenkomst bij VAB moeten afwachten.

DIT LEDENVOORDEEL IS ENKEL VOOR LEDEN VAN VLAAMSE ACTIEVE SENIOREN vzw

Nog een pak andere ledenvoordelen als Vl@s lid kan je terugvinden via

<https://vlaamseactievesenioren.be/ledenvoordelen.html>

of

<https://www.vlaslokeren2015.be/ledenvoordelen-lid-worden>

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)

Recept van de maand: Notentaart

Tip Nicole De Schepper



Benodigdheden :

- 100 gr gehakte walnoten
- kruimeldeeg
- een beetje tarwebloem om deeg uit te rollen
- 2 eieren
- 140 gr kristalsuiker
- 140 gr room
- enkele druppeltjes notenolie maar dat is facultatief

Bereiding :

- verwarm je oven voor op 180° C
- een ronde lap kruimeldeeg uitrollen tot een dikte van 2 mm
- ronde taartvorm (doorsnede 28 cm) beboteren en het deeg erin leggen. Tip!!!. Het deeg moet rechtstreeks uit de koelkast komen, zodat het bij het bakken niet in elkaar stort. Zet eventueel de taartvorm met de deeg erin een kwartier in de koelkast.
- leg een aluminiumfolie over het deeg en leg daar droge bonen in. Het deeg 10 min. op 180° bakken.
- ondertussen het notenmengsel klaarmaken. 2 eieren opkloppen met 140 gr kristalsuiker tot het mengsel er bleek uitziet. Daarna de room, melk en de fijngehakte noten toevoegen en eventueel een paar druppels notenolie.
- haal de taartbodem uit de oven, het gewicht en de folie eraf halen en het notenmengsel erin gieten,
- zet meteen weer in de oven en zet de oven op 150°. Ongeveer 30 minuten laten bakken. Op het eind van de baktijd moet het notenmengsel stevig zijn.
- laat de taart ongeveer een kwartier koelen om ze makkelijker uit de vorm te halen.

Laat het smaken

Belangrijke data in april 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

- * Vrijdag 01/04 : volkspelen in samenwerking met de sportdienst Lokeren
- * Elke vrijdagnamiddag : badminton
- * Dinsdag 05/04 : wandeling in Waasmunster – start en vertrek aan “De Meermin, Abdij Van Roosenberglaan 6, 9250 Waasmunster. Organisatoren : Tom & Nicole, Marc & Bethy
- * Donderdag 07/04 en elke 2^{de} en 4^{de} maandag april, hetzij 11 & 25 april : petanque
- * Vrijdag 08 en 22/04 : darts (tweewekelijks)
- * Dinsdag 12/04 : fietstocht van 35 km
- * Donderdag 14/04 : bloemschikken thema “Pasen” (uitnodiging volgt nog)
- * Dinsdag 19/04 : Paasbrunch (uitnodiging volgt nog)
- * Donderdag 21/04 : bowling
- * Dinsdag 26/04 : daguitstap “Keukenhof” Nederland (uitnodiging volgt nog)
- * Donderdag 28/04 : spelnamiddag (biljart, darts enz)

Leuke weetjes uit onze vriendenclub

Nieuwe leden in de maand februari:



Cool Freddy
Van Damme-Broeckhove Dirk & Marina
Godu Lydie
Rombaut Yolande
Van Gijsegheem Greet

Van harte welkom in onze vriendenkring.

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.

Leden die jarig zijn in de maand maart :



04/03 : De Geest Catharina (Katrien)
06/03 : De Maesschalck Jeannine
07/03 : De Wispeleir Charles Luc & Van Laere Christine
08/03 : De Corte André & Claes Rita
09/03 : De Vlieger Nicole
11/03 : Van Kerckhove Edith
12/03 : Naessens René
14/03 : Hoffman Ortwin
15/03 : Van Boven Marc & Lintacker Rita
18/03 : Steveninck Mieke
19/03 : Deley Jozef, Mees Sylvia, De Moor Willy &
Dereymaeker Myriam
20/03 : Malschaert Anita
21/03 : Van Baeveghem Marleen & De Vylder Annette
23/03 : Baetens Jenny
24/03 : Van Doorslaer Willy
25/03 : Keppens Carina
26/03 : De Wolf Jeanniene
28/03 : De Smet Rony & Zaman Luc
29/03 : De Wilde Marie-Claire
30/03 : Van Bockstaele Marc
31/03 : Baert Rita

Aan allen een fijne verjaardag gewenst.

Lees rustig de hierna vermelde tekst....

.....Een ontroerende tekst, ontvangen via Nicole De Schepper, die tot nadenken stemt en die ik graag doorstuur.

Later... Wanneer is dat?
Pas is de dag begonnen,
en t' is al zes uur s' avonds.
Pas maandag, en t' is alweer vrijdag.
... en de maand is voorbij.
... en het jaar is bijna voorbij.
... en zijn er 30, 40,50,60
jaren van ons leven vervlogen.
Plotseling worden we ons bewust
hoeveel mensen we al verloren zijn.
Ouders, familie, vrienden, bekenden.
Ze komen niet meer terug !
Dus laat ons van de tijd genieten die ons nog rest !
Laat ons niet ophouden die tijd
zo te gebruiken hoe we het echt graag hebben.
Laat ons kleur brengen in onze oude dag !
Laat ons lachen met de dingen des levens
die een balsem voor ons hart zijn
Laat ons genieten in kalmte en vertrouwen
van de tijd die ons gegund is.
Laat ons proberen het woord LATER te elimineren.

Ik doe dit later...
Ik zeg het wel later...
Ik denk hier later wel over na...
We schuiven alles naar Later !
Later is veel te laat !
Want wat we niet begrijpen is:

Later is de koffie koud.
Later zijn het andere prioriteiten.
Later is de charme eraf.
Later is de gezondheid niet meer wat ze was.
Later zijn de kinderen volwassen.
Later zijn onze ouders oud.
Later worden beloften vergeten.
Later wordt de dag nacht
Later is het leven voorbij.
En daarna is het te laat !
Daarom, stel AUB niets uit tot later !
Want in tussentijd kunnen we
de beste momenten in ons leven voorbij laten gaan , verliezen.

De beste ervaringen
De beste familie
De beste vrienden
De dag is vandaag
Het moment is nu
We zijn niet meer op een leeftijd,
dat we het ons kunnen permitteren,
iets naar later, naar morgen verschuiven,
wat nu kan gedaan worden !

Mopje (s) van de maand

Dom blondje

Een blondje belt haar vriend, met de mededeling dat ze een probleem heeft. "Wat is dan aan de hand?" vraagt hij. "Nou, ik heb een legpuzzel gekocht, maar ik vind 'm zo moeilijk. De stukjes passen totaal niet en ik kan de randen ook al niet vinden." "Wat moet de puzzel voorstellen?" vraagt de vriend. "Een grote rode haan," antwoordt ze. Hij besluit even bij haar langs te gaan. Bij komt eraan aankomst neemt ze hem mee naar de keuken, waar de stukjes op de tafel liggen uitgespreid. Hij kijkt er even naar en zegt dan met een diepe zucht: "Nou, stop die cornflakes maar weer in de doos, dan praten we er niet meer over."

Peper en zout

Jantje zit in de trein. Tegenover Jantje zit een man. Hij pelt een banaan, doet er peper en zout op en gooit de banaan vervolgens uit het raam. Vraagt Jantje: Waarom doet u dat? Zegt de man: Ik lust geen banaan met peper en zout erop.



Gekleurde mannetjes

Een man rijdt met zijn auto naar zijn werk.
Aan de eerste rode lichten ziet hij een geel mannetje staan.
Hij stapt uit zijn auto en het mannetje zegt : hallo ik ben het geel mannetje en ik kom van Venus ik ben op zoek naar eten .
De man geeft het mannetje zijn boterhammen ,
Aan de volgende rode lichten ziet hij een groen mannetje staan
Hij stapt weer uit zijn auto en het mannetje zegt ; hallo ik ben het groen mannetje en ik kom van Mars ik ben op zoek naar drinken.
De man geeft het mannetje zijn cola,
Aan de derde rode lichten ziet hij een blauw mannetje staan
Hij stapt hier ook uit zijn auto en vraagt : weer een kut mannetje en van welke kutplaneet kom jij?! Het blauw mannetje zegt : uw rijbewijs a.u.b!

Veel leesplezier en tot binnenkort op een van onze boeiende activiteiten.

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



Bij deze veroordelen wij de inval van Rusland op Oekraïne en hopen dat deze invasie door de vijand van korte duur zal zijn, want heel de wereld lijdt onder deze situatie. Als iedereen nu eens naar zijn eigen boezem kijkt en aan zijn voordeur veegt, zou de wereld er veel beter uitzien. Hebzucht, jaloezie, macht, tirannie en barbaarse toestanden zijn niet getolereerd. Iedereen heeft recht op een vrij, onbezonnen leven. Denk vooral aan de burgers, de kinderen, de ouderen, mannen en vrouwen die het slachtoffer zijn van onbevredigbare macht en hebzucht.

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.

HILDE VAN EETVELDE

Schoonheidszorg & Pedicure

Zand 2 - 9160 Lokeren

Tel 09 336 12 28 Gsm 0478 76 26 73

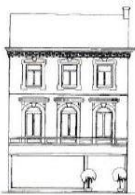
www.schoonheidszorgvaneetvelde.be

Wallabie Computers Exellent

it

Wallabie Lokeren
Uitbreidingslaan 4 - 9160 Lokeren
09 328 09 20

Wallabie Stekene
Dorpsstraat 121A - 9190 Stekene
03 275 04 24



*Huis Van de Voorde
Decoratie*

Zand 16, 9160 Lokeren
Tel. 09 348 91 87
Fax 09 349 32 81
huysvandevoorde@skynet.be



Van den Abbeele nv
ALGEMENE IJZERWAREN



Molenstraat 10 - 9160 Lokeren
Tel: 09/348 20 07

verkoop@deroskam.be
www.deroskam.be



VAN RUYSKENSVELDE
JUWELIERS SINDS 1895

Roomstraat 14 - 9160 Lokeren
Tel. 09 348 19 07 - info@juweliervanruyskensvelde.be
www.juweliervanruyskensvelde.be
BTW BE 0411.872.810



ALGEMENE VOEDING - BROOD & BANKET

SNOEPGOED - TURKSE SPECIALITEITEN

TABAKWAREN - GROENTEN EN FRUIT

BELWAARDE - DIEPVRIESPRODUCTEN

OPEN OP ZON- EN FEESTDAGEN



Lokerhoutstraat 26

9160 Lokeren

Tel: 09/344.84.24

BE.0824.972.627

Openinguren:

Ma: 07.00-17.00u

Di: gesloten

Wo: 07.00-17.00u

Do: gesloten

Vr: 07.00-17.00u

Za: 07.00-17.00u

Zo: 07.00-13.00u