

Vlaamse actieve senioren Izegem

Maandelijks ledenblad

39e jaargang nr. 8

Augustus 2022

Een Vlaamse "actieve" senior op vakantie



Foto: Katrien Seynaeve

Verantw. uitg. Katrien Seynaeve, Burg.Vandenbogaerdelaan 93 Izegem 051-30 33 28

!! In augustus geen activiteiten !!

Verdere jaarprogramma voor 2022

*Telkens in de Grote zaal Dorpshuis, voormalig gemeentehuis,
Emelgemseplein, 1 te Emelgem (uitgezonderd daguitstap)*

- 20 september** Ilse Landuyt - Smakelijk gelachen
4 oktober Halve daguitstap samen met de fietsclub
18 oktober Karel Sterckx – Baskenland
15 november G.Vandewalle en M. Bruneel - Twee-acter:
God en Darwin
20 december Jacques Lesage - Kerstmis tussen oorlog en vrede

Meer info bij het bestuur

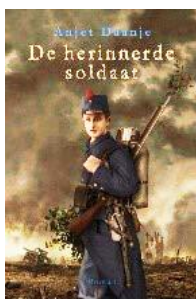
Katrien Seynaeve 051-30 33 28 katrien.seynaeve@scarlet.be

Een “Wist-je-dat-je”

*Elke dag zijn 19 miljoen mensen jarig.
Er zijn op dit moment ongeveer 7 miljard mensen op
aarde. Delen we dat cijfer door het aantal dagen per
jaar, dan zijn er gemiddeld 19 miljoen mensen per
dag jarig. Voor het gemak houden we even geen
rekening met de schrikkeljaren.*

Ma 12 september in de Plantijnzaal van de bibliotheek om 14u30

“De herinnerde soldaat” - Anjet Daanje



Tijdens de Eerste Wereldoorlog wordt vlak achter de Belgische frontlinie een soldaat gevonden. Hij is niet gewond, maar weet niet wie hij is. Men brengt hem naar een gesticht voor krankzinnigen. Vier jaar na de oorlog zet de directeur van dat gesticht een advertentie in de krant, in de hoop op die manier familie te vinden. Dan blijkt dat zijn naam Amand Coppens is, en dat hij een vrouw, Julienne, heeft en twee kinderen.

Anjet Daanje beschrijft het verhaal vanuit het perspectief van Amand, waarbij als in een gedachtestroom de gebeurtenissen, herinneringen en nachtmerries in elkaar overvloeien. Dat geeft deze roman een geheel eigen, sensitieve stijl. Het is een Nederlandse roman van Europese allure.

Verdere jaarprogramma leesclub 2022

Ma 24 oktober	Bloemblad van zee – Isabel Allende
Ma 5 december	Bespreking en planning 2023

Telkens in de Plantijnzaal van de bibliotheek om 14u30

Inlichtingen: Katrien Seynaeve, Burg.Vandenbogaerdelaan 93
Izegem 051-30 33 28 0499-21 11 49 katrien.seynaeve@scarlet.be

Verjaardagen van onze leden in augustus

2 aug. Willy Noyez
2 aug. Geert Vermeersch
3 aug. Christine Dewiele
10 aug. Lena Pattyn
14 aug. Christ'I Van de Mosselaer
15 aug. Germain Vanwysberghe
15 aug. Erna Lefevere
18 aug. Hans Lakiere
20 aug. Annemie Willaert
22 aug. Georgette Lycke
25 aug. Martine D'Hooghe
26 aug. Carina Nyffels
26 aug. Odette Zwaenepoel
27 aug. Geert Maertens



Wij wensen de vele jarigen een gezellige en fijne verjaardag



DE PRIL

KOPIECENTER

I Z E G E M

WWW.KOPIECENTERDEPRIL.BE



... voor het moment waarop...
morgen gisteren wordt,
en je wenst dat vandaag
nooit had bestaan.

ROUWCENTRUM - FUNERARIUM
DEPOORTER

— IZEGEM - LENDELEDE —

BURG. VANDENBOGAERDELAAN 27 • 8870 IZEGEM
ELFDE JULILAAN 1 • 8860 LENDELEDE

Tel. 051 31 56 67 | 051 30 31 33 | Fax 051 30 87 67

www.begrafenissendepoorter.be
info@begrafenissendepoorter.be

Openingsuren funerarium:
*elke werkdag van 15 tot 19 uur,
op zaterdag van 14 tot 17 uur - Ook op afspraak.*

DE304981J6



KBC BANK & VERZEKERINGEN
IZEGEM
Gentsestraat 46 – 8870
IZEGEM
Tel. 051 33 67 10 -
izegem@kbc.be

KBC VERZEKERINGEN
Kerkplein 13- 8870 IZEGEM
Tel. 051 30 22 81 -
joris.claeys@verz.kbc.be

Zomerse snelle paëlla

VOOR 4 PERSONEN

300 gr basmatirijst	400 g diepvriesvruchten(ontdood)
1 ui	1 liter hete kippenbouillon(van 1
2 teentjes knoflook	vetarm bouillonblokje)
1 rode paprika	een paar saffraandraadjes
100 gr (diepvries)erwtjes	1 kl kurkuma
100 gr chorizo (optioneel)	2 el olijfolie
of 1 kl olijfolie	peper en zout
sterk paprikapoeder	wat extra olie

WERKWIJZE

✓ Pel de ui en de knoflook en snipper ze fijn. Halveer de paprika, verwijder de zaadjes en snijd hem in blokjes.

✓ Verwarm de olijfolie in een grote ruime pan en fruit er de ui en de knoflook 2 minuten in.

✓ Voeg de paprikablokjes toe.

✓ Snij de chorizo in blokjes (optioneel) en voeg ze toe of doe het paprikapoeder en wat extra olie erbij. Laat vijf minuten sudderen. Alles zal nu een mooi oranje kleurtje krijgen.

✓ Doe er na vijf minuten de saffraan, de kurkuma en de rijst bij. Roer goed en zorg dat de rijst mooi bedekt is met de olie van de chorizo en de kurkuma.

✓ Giet er de hete bouillon bij en laat 15 minuten pruttelen.

✓ Voeg de zeevruchten en de diepvrieserwtjes toe. Roer goed en laat nog 3 tot 4 minuten mee sudderen tot de rijst beetgaar is.

✓ Proef en kruid eventueel bij met peper en zout.

Smakelijk



WIST JE DAT ...

... de zeer fijne saffraandraadjes de meeldraden en gedroogde stampers zijn van de saffraankrokus (*Krokus sativus* Linnaeus), ook saffraanroos genoemd? Saffraan is beroemd om zijn lekkere smaak en de warme kleur die het aan gerechten geeft. Zowel de geeloranje saffraandraadjes als het gemalen poeder zijn in de handel verkrijgbaar. De naam saffraan is afgeleid van het Arabische woord za'fran, wat "wees geel" betekent. Saffraan is de kostbaarste specerij ter wereld: 1 kilogram saffraandraadjes kost, in bulk verkocht, ongeveer 5000 dollar, omgerekend 4225 euro.

Uit: “999 feiten waar je meestal helemaal niets aan hebt”

van Herman Boel, uitgeverij Lannoo, 2019

“De mug is het gevaarlijkste dier ter wereld”



Naar schatting is de helft van alle mensen die ooit hebben geleefd – wel zo'n 45 miljard – gedood door muggen. Muggen zijn dragers van meer dan honderd mogelijke fatale ziekten, waaronder malaria, gele koorts en knokkelkoorts.

Pas sinds eind negentiende eeuw zijn we op de hoogte van het gevaar van muggen. De Brit Patrick Manson ontdekte in 1877 dat elefantiasis te wijten was aan muggenbeten. In 1894 bedacht hij dat dat ook met malaria het geval kon zijn en spoorde hij zijn leerling Ronald Ross aan om zijn hypothese te onderzoeken. Manson hielp mee en besmette zijn eigen zoon om te zien of zijn theorie klopte. Gelukkig had hij kinine bij zich zodat de jongen meteen genas.

“Je voet is even lang als je onderarm”

Grote voeten hebben betekent dat je lange onderarmen hebt. Meet het maar na: de lengte vanaf de hiel tot de teen is even lang als van je elleboog tot je pols. De studie van deze lichaamsverhoudingen heet antropometrie. Deze wetenschap is zeer nuttig bij het ontwerpen van kleding en bij de studie van menselijke migratiepatronen in de geschiedenis.

De grootte van je voet vertelt ook iets over je hele lichaamslengte, maar dat is vooral bij mannen het geval. De lichaamslengte van de vrouwen kun je beter schatten aan de hand van de breedte van hun voet.

“Verliefde pinguïns”



Als een mannetjespinguïn verliefd wordt op een vrouwtjespinguïn, zoekt hij het hele strand af naar de perfecte kiezelsteen. Als hij na verloop van tijd de ideale steen heeft gevonden, dan waggelt hij naar de vrouwtjespinguïn en legt de kiezel voor haar voeten

neer. Als ze de kiezel opneemt, dan accepteert ze zijn voorstel, anders loopt hij een serieus blauwtje.

“Zo werk je een kater weg”

Er wordt wel eens gezegd dat je een kater het snelst wegwerkt door te drinken wat je de avond ervoor dronk. Zelfs al zou dat werken, dan nog moet je een keer stoppen met drinken. Die kater komt er uiteindelijk toch. Bovendien zal die uitgestelde kater waarschijnlijk nog erger zijn: je houdt je lichaam immers langer in een vergiftigingstoestand.

De hoofdpijn en de misselijkheid bij een kater zijn het gevolg van de uitdroging die de alcohol veroorzaakt. De beste remedie is dus voldoende drinken. Vooral water en vruchtensap zijn aan te raden. Koffie kan de hoofdpijn erger maken en kan dus het best vermeden worden. Ook voldoende zouten opnemen helpt, want die helpen het vocht vasthouden. Voor de rest is het afwachten en je lichaam de alcohol later afbreken. Alcohol wordt afgebroken door de lever en die doet er een tot anderhalf uur over om een glas alcohol af te breken. Je kunt zelf niets doen om dit te versnellen.

24^e jaargang

Beste fietsvrienden

Terwijl velen in vakantie of op reis zijn, werken wij, actief als we zijn, ons programma verder af met een wekelijks fietstocht. Een beetje regen kan ons niet afschrikken maar een 40° warme dag is toch wel van het goede te veel.

Guido De Muynck en bestuur

Guido.de.muynck@skynet.be - 051 31 86 33 – 0472 76 83 08

Eerstvolgende activiteiten

- | | |
|-------------|---|
| Di 2 aug. | namiddagtocht met Rudy |
| Di 9 aug. | namiddagtocht met Patrick |
| Di 16 aug. | namiddagtocht met Guido |
| Di 23 aug. | namiddagtocht met Jef |
| Di 30 aug. | dagtocht met Marc en José naar Menen-Dadizele-Passendale. Inschrijven ten laatste tegen zaterdag 27 aug. bij Marc 0478 74 20 02 of José 0474 18 66 21 |
| Di 6 sept. | senioren dag Izegem kermis (zie afzonderlijke bijlage) |
| Di 13 sept. | namiddagtocht met Patrick |

Start telkens op de Grote Markt om 14 uur, met uitzondering van dagtocht om 9 uur.



Meensesteenweg 118

8870 Izegem

051 30 01 25

BE 0525.692.884

Gesloten op maandag

Verslag vorige activiteiten fietsclub

Dinsdag 5 juli: een lichtbewolkte dag met toch wel een gevoelige wind. Vandaag een nieuwe recordopkomst van 48 leden die Patrick mag leiden. In een heel lange sliert steken we de brug over naar Vijfwegen op weg naar Ardoorie Veld. We nemen een stukje van de Brugse baan mee en slaan de Muizelaarstraat in naar De Krieke. Vandaar naar Pittem dat we rechts omzeilen.



Langs landelijke wegen belanden we aan “De Peerdekens” waar we in een wegel belanden die ons naar de stopplaats aan de kerk van Egem brengt. De gelagzaal en het straaterras van het café ‘t Torenhof is door ons goed gevuld.

Vooraleer terug te starten, zoeken we een geschikte plaats voor de groepsfoto. Het kerkportaal, tussen twee grote bloembakken, blijkt de geschikte plaats.

We vertrekken noordwaarts maar keren al vlug, via een lange wegel, die onze gids nog wist liggen, terug naar Pittem. Via de “Kruiscalsyde” en enkele binnenwegen komen we dicht bij het centrum van Ardoorie terecht. We doorkruisen er enkele woonwijken en zakken dan af naar Izegem langs Tinnenpot waar we, na 40 km en een rustige rit, goed en wel terug aankomen.

Dinsdag 12 juli: echte zomerdag bij een 30°. Gelukkig is de zon lichtjes omfloerst door een hoge bewolking. José mag 42 leden verwelkomen en leidt de groep met een ommetje naar het kanaal richting de Leie. Onze gids heeft zijn parcours goed gekozen. De waterloop en hier en daar de lommer van de bomen zorgen voor enige

afkoeling. Aan een gematigde snelheid fietsen we tot in Ooigem waar we overschakelen op het jaagpad van de Leie richting Deinze. Een drinkstop even verderop doet deugd.



In St.-Baafs-Vijve slaan we het paadje aan de oude Leiearm in om via het André Demedts-huis het Centrum te bereiken.

Wegens de lage waterstand moet een bereidwillige gids de dames helpen om vanop het pont de oever te bestijgen.

De site is een ideale plek om de groepsfoto te nemen en er wordt gekozen voor een plekje onder een prachtige boom. Nu is het maar een “stapje” meer naar onze stopplaats “t Kroontje” even over de Leie in St.-Elloois-Vijve.

In de gelagzaal is het aangener dan in de hitte buiten. Een paar bedrijvige dames doen hun uiterste best om iedereen zo vlug mogelijk te bedienen met een dorstlessend drankje. Naar jaarlijkse gewoonte heeft de voorzitter, naar aanleiding van 11 juli, het genoeg iedereen te trakteren, wat duidelijk geapprecieerd wordt door de groep. Een tweede drankje, weliswaar nu op eigen kosten, gaat er ook nog best in, kwestie van het verloren vocht aan te vullen.

Na het oponthoud zoeken we opnieuw de Leie op die we nu stroomopwaarts volgen tot aan de “Munkenbrug” in Ooigem. We zoeken nog even de rust van de Leiemeersen op om dan langs rustige landelijke wegen ons te richten op de Muizelmolen. Met enkele “kronkels” heen en weer komen we nog tot dicht bij Ingelmunster en zo terug in Izegem terecht.

Een prachtige en aangename tocht van 42 km die door iedereen zeker geapprecieerd zal zijn.

Dinsdag 19 juli: het kan 's zomers warm zijn maar TE is TE. Met de 39 à 40° die men voorspelde, heeft het bestuur wijselijk beslist de tocht van vandaag af te gelasten. Inspanningen leveren bij zulke temperaturen is allesbehalve gezond, zeker voor senioren. Dus best binnen blijven en eventueel op TV naar de Ronde van Frankrijk kijken hoe de renners in de hitte de bergen verslaan of dromen van



Dinsdag 26 juli: na een lange, droge periode krijgen we vandaag eens een echte Belgische zomerdag m.a.w. bewolkt, zon en een bui. Heel wat leden zijn in vakantiemodus, maar toch hebben 30 fietsliefhebbers zich ingeschreven om met Jef de dagtocht te rijden.

Deel 1: het is nog wat frisjes als we met een lichte noordenwind ons op weg naar Ardoorie begeben. Vandaar gaat het naar "Transvaal, Mosko en de Zeswege". Nog even richting de Hille en dan noordwaarts naar onze eerste stopplaats "De Landsman". Een verfrissing op het buitenterras doet iedereen deugd.



Deel 2: als we terug starten richting Ruddervoorde kunnen we al rap genieten van het mooie Lakenbos. Iets verder slaan we rechts af en krijgt een regenbuitje ons te pakken, even stoppen en regenkledij aan. De bui is tamelijk vlug over en we kunnen in droge omstandigheden het residentieel bosgebied van Hertsberge binnenrijden. Prachtige verharde en onverharde boswegen met navenante eigendommen zijn een lust voor het oog. Wat verder duiken we het uitgestrekte bos van Bulskampveld in tot we op de parking van “Het Aanwijs” terechtkomen. Het is blijkbaar nog wat te vroeg om nu al onze middagstopplaats op te zoeken want Jef stuurt ons nog eerst eens door de Vagevuurbossen vooraleer we in Wildenburg kunnen afstappen. Daar mogen we genieten van een aperitiefje en een gesmaakte driegangen dagschotel overgoten met een bijpassend drankje.



Deel 3: Onze gids jaagt ons opnieuw de Vagevuurbossen in, nu op weg naar het St.-Pietersveld met zijn penitentiair centrum De Zande en de radiotorens, via de grens met Doomkerke naar St.-Jan. Het lijkt of de wereld hier uitgestorven is, want op onze verdere weg worden we praktisch door niemand of ook maar iets gestoord tot we aan de Egemse zendmast langskomen. Een ideale plaats voor de groepsfoto, helaas met enkel het onderste deel van de 305 m hoge toren in beeld. We trekken verder lang het bomkapelletje naar Koolskamp op weg naar onze namiddagstop “De

Groene Dreve” in Ardooie waar de meesten er graag een wat langere rustpose willen van maken.

Deel 4: Jef krijgt ons terug op de fiets voor de laatste inspanning. Met een ommetje omzeilen we het centrum op weg richting 't Veld. Eventjes is de gids een deel van zijn schapen kwijt die blijkbaar niet meer gevolgd zijn maar uiteindelijk kan hij de kudde toch heelhuids en behouden na weer eens 75 prachtige km huiswaarts brengen.

Dinsdag 2 augustus: ideaal fietsweer, warm maar een deugddoend briesje. We evenaren opnieuw ons jaarrecord, 48 deelnemers komen opdagen om met Rudy de rit aan te vatten. We vertrekken, hoe kan het anders, met een lange rij door de tunnel richting Gapaardstraat en zo naar Lendeledenberg (op en af). We slaan af naar Steenbeekbos waar we in de schaduw een reeds welgekomen drinkstop houden.



. We vertrekken weer langs de watertoren naar centrum Gullegem, doorkruisen Bergelen, fietsen de E403 over en de A19 onder om zo op onze stopplaats in het centrum van Wevelgem te komen. Het buitenterras van het “Bierhuis De Mythe” is direct volledig gevuld voor één of meerdere vocht aanvullingen.

Na de verpozing zoeken we de koelte van de Leie op die we stroomafwaarts volgen tot in het centrum van Kortrijk. De nagelnieuwe fiets- en voetgangers “liftbrug” naar het Buda-eiland is wel een groepsfoto waard, maar lijkt minder geschikt om met een grote groep het water over te steken. We fietsen verder langs de Leie tot in Kuurne waar we terug landinwaarts trekken. In het plaatselijke sportpark genieten we nog even van de verkoelende schaduw voor een nieuwe drinkstop om dan via St.-Pieter terug naar Izegem te fietsen. Onze Lendeledse leden hebben vandaag geluk en zijn voor een keertje het eerst terug thuis als we in de nabijheid van hun “thuisland” passeren. De rest moet nog wat verder en mag, wat later, met een mooie 46 km op de teller in hun stede gaan uitblazen.



5 juli:

In Egem
aan de kerk
tussen de
bloemen

12 juli:

in
St.-Baafs-
Vijve
“unter
den
Linden”



2 augustus:

In Kortrijk aan de
Reepbrug,
fiets- en
voetgangersbrug over de
Leie naar het Buda-
eiland

Foto's VI@s Izegem