

Programma september 2024

Zondag 1 september 2024 (I – B = € 4)

Start Vl@s-wandelmarathon - de Alzheimer Liga Vlaanderen

Maandag 2 september 2024 (I – B = € 18)

Bezoek Kasteel Marnix de Sainte Aldegonde – Bornem – met gids

Woensdag 4 september 2024 (I – B = € 9)

Wandelzoektocht van Libelle door Westerlo – 4,5 km

Vrijdag 6 september 2024 (I – B = € 10)

Zimmerwandeling – Zimmertoren – Zimmermuseum met gids

Zondag 8 september 2024 (I – B = € 5)

T-Dansant de Roma in samenwerking met Radio Minerva

Dinsdag 10 september 2024 (NI – NB)

Ledenvergadering – Spierkracht voor senioren - SAC

Donderdag 12 september 2024 (I – B = € 18)

Bezoek aan Colruyt logistiek centrum Dassenveld te Halle

Vrijdag 13 september 2024 (I – B = € 16)

Middagconcert met pianokwartet en sopraan Anne Cambier - Amuz

Zondag 15 september 2024 (I – B = € 4)

Een onverwacht museum in... een grot – Boekenbergpark Deurne

Dinsdag 17 september 2024 (I – B = € 10)

Vl@s Antwerpen viert feest met een boottocht op de Leie

Woensdag 18 september 2024 (I – B = € 4)

Fietstocht Ekeren Brasschaat – 36,7 km

Donderdag 19 september 2024 (I – B = € 13 – MP = € 5)

M HKA De stadscollectie in zicht - met gids

Vrijdag 20 september 2024 (I – B = € 8)

Artificiële Intelligentie – AI Chat Gpt en anderen – W. Daelemans

Zondag 22 september 2024 (I – B = € 20)

RedHerring “Aires de cambios” – Begijnhofkerk– met receptie

Woensdag 25 september 2024 (I – B = € 21 – MP = € 9)

Dirk Braeckman – Echtzeit – FOMU – met gids

Donderdag 26 september 2024 (I – B = € 6)

Minigolf Beatrijs - Linkeroever

Vrijdag 27 september 2024 (I – B = € 4)

Muziekclub – “Musicals” – woonzorgcentrum Nottebohm

Zondag 29 september 2024 (I – NB = € 0)

Provinciale stapwandeling - Kalmthoutse heide

Maandag 30 september 2024 (I – B = € 4)

TV Opname Blokken bijwonen - studio van EMG Belgium - Vilvoorde



Belangrijke informatie bij het inschrijven

Om een goed overzicht te krijgen, wordt bij elke activiteit vermeld of je moet inschrijven (I) of niet (NI), betalen op de rekening (B), betalen ter plaatse (BTP) of gratis (NB).

Kost activiteiten is exclusief vervoer (behalve indien anders vermeld).

I = Inschrijven

B = Betalen op rekening

NI= Niet inschrijven

NB = Niet betalen (gratis)

MP = Museumpas

Inschrijven en annuleren bij: *** Jos T'Syen ***

- ❖ Op de ledenvergadering
- ❖ Via mail *** vlasantwerpen@gmail.com ***
- ❖ Telefonisch: 0494 70 72 41 maandag tot vrijdag, van 17u30 tot 20u00

Betalen op rekeningnummer: BE58 7340 1261 7079 van

Vlaamse Actieve Senioren, Afd. Antwerpen Centrum

Opgelet: bij betalende activiteit is de inschrijving pas definitief na betaling!

Goed om weten:

- Vragen over het programma: zie **organisatie** (dagprogramma)
- Voor alle andere vragen: Gerda De Ryck, GSM 0496/52 40 82
of mail: vlasantwerpen@gmail.com

Conversatie Frans - Engels – Spaans

- ❖ Engels → 2de en 4de maandag van de maand
- ❖ Frans → 1ste en 3de maandag van de maand
- ❖ Spaans → 1ste en 3de woensdag van de maand

Aandacht!

- ❖ Afspraak Spaans: eerst contact opnemen met Liliane Simons.
- ❖ Let op! Elke taalgroep kan samen met Liliane de nodige afspraken maken.
- ❖ Kan u niet deelnemen aan een les, informeer u bij een collega.

Praktisch:

- ❖ Organisatie: Liliane Simons, tel. 03/235 42 12 of GSM 0495/70 39 22
- ❖ Waar: Dienstencentrum De Olijftak, Hollandstraat 21/27, 2060 Antwerpen (Frans/Engels)
- ❖ Waar: Dienstencentrum Huize Berchem, Driekoningenstraat 1, 2600 Berchem (Spaans)

Zondag 1 september 2024 (I – B = € 4)

Start VI@s-wandelmarathon ten voordele van de Alzheimer Liga

Start VI@s-wandelmarathon met meerdere natuurwandelingen in 't Mechels Broek. Algemeen voorzitter Annemie Charlier en een vertegenwoordiger van de Alzheimer Liga Vlaanderen zorgen voor het startschot. Centrale afspraakplaats is aan de ingang van het domein De Nekker. Mogelijkheid voor middagpauze en lunch: Het Brughuis in Muizen. Omwille van de vermoedelijke drukte is het beter je picknick mee te brengen.

Er zijn meerdere wandelafstanden voorzien: 2,5 km jaagpad langs de Dijle met stop in Muizen, 5,5 km wandeling door het Mechels Broek met start en aankomst aan de Nekker, 11 km wandeling door het Mechels Broek en Barebeekvallei met start en aankomst aan de Nekker.

Praktisch:

- Organisatie: Gerda De Ryck, GSM 0496 52 40 82
- Afspraak: **9u55** inkomhal Centraal station Antwerpen of 10u00 Berchem station.
- Te bereiken: 10u09 trein richting Charleroi (Berchem 10u14) tot Mechelen Nekkerspoel aankomst om 10u26, dan nog 1,4 km wandelen tot aan de ingang
- Waar: domein De Nekker, Nekkerspoel-Borcht 19, 2800 Mechelen
- Start: 11u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024 met vermelding van de wandelafstand

Maandag 2 september 2024 (I – B = € 18)

Bezoek Kasteel Marnix de Sainte Aldegonde – Bornem – met gids

Waan jezelf een middeleeuwse koning in Kasteel Marnix de Sainte Aldegonde, vlak bij het centrum van het mooie, pittoreske Bornem. Dit prachtig stukje erfgoed betovert je meteen. Het neorenaissancekasteel lijkt zo weggelopen uit een sprookje. Het immense domein eromheen is versierd met fabuleuze tuinen. De ligging – aan een afgesneden Scheldearm, omgeven door water – draagt enkel bij tot z'n sprookjesachtige uitstraling.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, 03 322 5112 of 0469 43 54 21
- Afspraak: **11u50** inkomhal Centraal station Antwerpen of 12u00 Berchem station.
- Te bereiken: 12u12 trein richting Puurs (Berchem 12u18) tot Puurs aankomst 12u53, overstappen in Puurs 13u01 trein richting St. Niklaas tot Bornem aankomst 13u05
Dan nog een wandeling van ongeveer 1,8 km tot het kasteel.
- Waar: Marnix de Sainte Aldegonde, Kasteelstraat 34, 2880 Bornem.
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024
- Maximumaantal deelnemers: **20 personen**

Woensdag 4 september 2024 (I – B = € 9)

Wandelzoektocht van Libelle door Westerlo – 4,5 km

Onbekend is onbemand. Deze maand krijg je de kans om hier verandering in te brengen. Wie de Kempen eens op een andere manier wil verkennen, kan via VI@s mee op **wandelzoektocht door Westerlo**. Wat kan je verwachten? De meegeleverde brochure gidst je **4,5 km** lang door deze fijne gemeente. Onderweg kun je **15 vragen** oplossen, waardoor Westerlo na je bezoek echt geen geheimen meer voor je kent.

Praktisch:

- Organisatie: Guido Van Geertsom, GSM 0473 52 42 40
- Afspraak: **8u50** inkom Centraal Station (Berchem om 08u55)
- Te bereiken: trein richting Herentals van 09u09 (Berchem 09u15) tot Herentals, aankomst om 9u41 dan bus 54 richting Tessenderlo, halte Herentals station perron 3 van 9u48 tot halte Westerlo dorp, aankomst om 10u22 en dan nog 400m stappen.
- Waar: Toerisme Westerlo, Sint-Lambertusstraat 4
- Start: 10u45
- Bij aankomst in Westerlo kan éénieder op eigen tempo de zoektocht aanvatten. De brochure wordt ter plaatse bezorgd.
- Lunchpakket en drank voor onderweg mag je meebrengen.
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024
- Maximumaantal deelnemers: **25 personen**

Vrijdag 6 september 2024 (I – B = € 10)

Zimmerwandeling – Zimmertoren – Zimmermuseum

We stappen in de voetsporen van Louis Zimmer met een bezoek aan de Zimmertoren met “Jubelklok” en “Astronomische Studio” en het Zimmerpaviljoen met de “Wonderklok”.

In het kader van tijd en ruimte wordt een introductie gegeven vanaf de “big bang” om dan via de raderwerken van Zimmer nog een beeld te geven van de moderne elektronica voor tijdmeting. We sluiten deze wandeling af met een koffie en een Liers vlaaike in café “De Zimmer”.

Praktisch:

- Organisatie: Edgard Maes, GSM 0472 31 54 97
- Afspraak: **13u25 bus** perron 22 voor Berchem station.
- Te bereiken: 13u41 bus 90 richting Lier Veemarkt, halte Berchem station perron 22 tot halte Lier, Leopold III-laan, aankomst om 14u24 en dan nog 100m wandelen
- Waar: Zimmertoren, Zimmerplein 18, 2500 Lier
- Start: 14u30
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024
- Maximumaantal deelnemers: **35 personen**

Zondag 8 september 2024 (I – B = € 5)

T-Dansant de Roma in samenwerking met Radio Minerva

Radio Minerva-dj haalt de meest dansbare hits van de afgelopen decennia boven: rock-'n-roll, swing, jive, disco, een wals, de hucklebuck, de lambada... Ze komen allemaal aan bod.

Praktisch:

- Organisatie: Gerda De Ryck, GSM 0496 52 40 82
- Afspraak: **13u15** inkom de Roma
- Te bereiken: tram 24, bussen 30, 410, 415, 416, 417, 418, 427 en 429 halte de Roma of tram 8 en 10 metrohalte Zegel
- Waar: de Roma, Turnhoutsebaan 286, 2140 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024

Dinsdag 10 september 2024 (NI - NB)

Ledenvergadering – Spierkracht voor Senioren - SAC

Deze vergadering biedt u de beste kans om op de hoogte te blijven van onze werking en van het wel en wee van uw afdeling, nieuws vanuit VI@s Nationaal en de Provincie, de Vlaamse Ouderenraad en de Seniorenraad. Even een terugblik op de activiteiten van augustus. Bespreking van de activiteiten van september en oktober 2024.

Op de ledenvergadering krijg je een voorgedrukt programma en kan je onmiddellijk inschrijven voor de activiteiten van oktober 2024 **en hoef je dus niet te wachten op een OK, je bent sowieso ingeschreven.**

Maar we starten deze namiddag opnieuw met **Spierkracht voor Senioren**, een laagdrempelig krachttrainingsprogramma voor Senioren. Hier gaat het over het specifieke trainen van de **spierkracht en het evenwicht.**

Praktisch:

- Organisatie: Het bestuur, GSM 0496 52 40 82
- Afspraak: **13u15** zaal SAC, feestzaal voor Spierkracht voor Senioren!!!
14u15 zaal SAC, feestzaal voor de ledenvergadering!!!
- Mogen we uitdrukkelijk vragen aan degene die enkel voor de **ledenvergadering** komen, **niet vroeger dan 14u15 aanwezig** te zijn zodat je de sportievelingen niet stoort.
- Te bereiken: met tram 3, 5, 9 of 15 tot halte Halewijn L.O. en dan aan de lichten oversteken naar de Galgenweellaan en dan de eerste straat linksaf naar de Hanegraefstraat. Je gaat voorbij de school en ook voorbij zaal Sac en dan aan de linkerkant van de zaal via de poort naar de zijkant waar de inkom is van de feestzaal.
- Waar: "SAC" Sint Anneke Centrum, Hanegraefstraat 5, 2050 Antwerpen L.O.
- Start: **opgelet:** 13u30 Spierkracht voor Senioren
14u30 Ledenvergadering

Donderdag 12 september 2024 (I – B = € 18)

Bezoek Colruyt logistiek centrum Dassenveld te Halle

We maken kennis met het 12 hectaren groot logistiek centrum Dassenveld te Halle in Vlaams-Brabant. We zien er hoe de bevoorrading van Colruyt- en Okay winkels verloopt en hoe daarbij bewust duurzaam te werk wordt gegaan.

We doorlopen de verschillende afdelingen (diepvries, Liquid Ice koelsysteem, frigo's groenten en fruit, receptie, expeditie, het wassen van de bakken, recyclage, automatische order Picker) en krijgen uitleg over windmolens, waterstof en zonnepanelen.

Praktisch:

- Organisatie: Eddy Cuyckens, GSM 0476 35 09 11
- Afspraak: **10u10** inkomhal Centraal station Antwerpen of 10u15 Berchem station
- Te bereiken: 10u25 trein richting Charleroi (Berchem 10u30) tot Brussel Zuid (aankomst 11u11) met overstap in Brussel-Zuid om 11u25 voor de trein richting Quiévrain tot Halle met aankomst om 11u34 en dan bus 2 richting Halle-Lembeek tot halte 'Groene Jager'
Aankomst op de activiteit wordt voorzien rond 12u20 na wandeling van 10-tal minuten
- Een lunchpakket voor onderweg mag u steeds meebrengen
- Waar: Distributiecentrum Dassenveld, Zinkstraat te 1500 Halle
- Start: 13u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024
- Maximumaantal deelnemers: **30 personen**

Vrijdag 13 september (I – B = € 16)

Middagconcert - Pianokwartet en sopraan Anne Cambier - Amuz

De sopraan Anne Cambier en een pianokwartet zullen ons werken van Robert Schumann brengen.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, 03 322 51 12 of 0469 43 54 21
- Afspraak: **11u40** inkom Amuz
- Te bereiken: o.a. via Groenplaats
- Waar: Amuz, Kammenstraat 81, 2000 Antwerpen
- Start: 12u00 stipt, einde voorzien rond 13u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024

Zondag 15 september 2024 (I – B = € 4)

Een onverwacht museum in ... een grot - Natuurhistorisch Museum Boekenberg

Het museum is sinds 1963 ondergebracht in het 18de-eeuwse grottencomplex van het Boekenbergpark in Deurne. De onderaardse zalen en gangen herbergen een permanente tentoonstelling met als hoofdthema's paleontologie, mineralogie, archeologie en prehistorie. Oorspronkelijk was het grottencomplex bedoeld om de gasten van de kasteelheer te vermaken. Later werden twee zalen gebruikt als ijskelders.

De grot is erkend als 'vleermuisvriendelijk object'. Naast haar huidige functie als museum is het grottencomplex dus ook van belang als toevluchtsoord voor vleermuizen

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, 03 322 5112 of 0469 43 54 21
- Afspraak: **14u45** inkom Boekenbergpark – ingang schuin over Brasserie De Ekster
- Te bereiken: tram 9 tot halte Eksterlaar of bus 20 halte Boekenbergpark
- Waar: Natuurhistorisch Museum Boekenberg, Menegem, 2100 Deurne
- Start: 15u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024

Dinsdag 17 september 2024 (I – B = € 10)

VI@s Antwerpen viert feest met een onvergetelijke boottocht op de Leie

VI@s Antwerpen bestaat 20 jaar en dat gaan we met zijn allen uitbundig vieren op een luxe passagiersboot. De mooie natuur, **schitterende vergezichten** en luxueuze villa's in Sint-Martens-Latem laten u wegdromen. Uiteraard denken we niet enkel aan het uitzicht maar trakteren we jullie bovendien op 5 mini-sandwiches. De boot vertrekt vanuit Gent Centrum en vaart via Afsnee, Drongen en Sint-Martens-Latem tot in Baarle en terug. Er is ook een bar aan boord met een **grote keuze aan dranken**.

VI@s Antwerpen neemt meer dan het grootste gedeelte van deze uitzonderlijke uitstap voor haar rekening en wil u allen bedanken voor jullie inzet en trouw aan onze afdeling.

Praktisch:

- Organisatie: Gerda De Ryck, GSM 0496 52 40 82
- Afspraak: **9u50** inkomhal Centraal station Antwerpen of 9u55 Berchem station.
- Te bereiken: 10u06 trein richting Oostende (Berchem 10u12) tot Gent Sint-Pieters, aankomst om 11u08, dan tram T1 richting Gentbrugge Tramloods, halte Gent Sint-Pietersstation perron 2 van 11u12 tot halte Gent Oude Houtlei met aankomst om 11u23 en dan nog een 250m wandelen
- Waar: Benelux Rederij, Recollettenlei 32, 9000 Gent
- Start: 12u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024
- We verwachten minstens **100 deelnemers**

Woensdag 18 september 2024 (I – B = € 4)

Fietstocht Ekeren Brasschaat – 36,7 km

Vertrek aan de vijver van het kasteel Rivierenhof, te Deurne.

Gemiddelde snelheid 15 km/per uur.

Praktisch:

- Organisatie: Guido Van Geertsom, GSM 0473 52 42 40
- Afspraak: **10u15** aan de vijver aan het Kasteel in het Rivierenhof
- Start: 10u30
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024
- Lunchpakket mag je meebrengen
- Maximumaantal deelnemers: **20 personen**

Donderdag 19 september 2024 (I – B = € 13 – MP = € 5)

M HKA De stadscollectie in zicht - met gids

De Stadscollectie Antwerpen is een levendig eerbetoon aan de kunstenaars die de stad Antwerpen kleur geven.

Van opkomend talent tot gevestigde namen, deze collectie belicht lokale creativiteit, maar ook de wereldwijde invloed van de Antwerpse kunstscene.

Praktisch:

- Organisatie: Rita Van Pottelberge, 0475 52 14 46
- Afspraak: **14u45** inkom M HKA
- Te bereiken: tram 10, halte Bestorming + 10 min wandelen; tram 4 halte Pacificatie + 5 min wandelen; tram 1 (vanaf Antwerpen Opera) halte Montigny + 5 min wandelen.
- Waar: M HKA, Leuvenstraat 32, 2000 Antwerpen
- Start: 15u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024

Vrijdag 20 september 2024 (I – B = € 8)

Artificiële Intelligentie – AI Chat Gpt – lezing Walter Daelemans

Sommige hebben er enkel van horen spreken, andere weten er al wel wat meer over en hebben het misschien ook al geprobeerd. Hoe werkt het en wat zijn de concrete applicaties ervan, waarvoor en waar wordt het en zal het in de toekomst nog verder gebruikt worden. Hoe kunnen wij er al kennis mee maken en het al uitproberen.

Walter Daelemans is professor in de computerlinguïstiek aan de UA. Hij is ook directeur van het onderzoekscentrum Computational Linguistics and Psycholinguistics Research Center. Sinds 1999 is hij voltijds professor aan de Universiteit Antwerpen, waar hij o.a. Computational Linguistics en Artificial Intelligence doceert.

Praktisch:

- Organisatie: Marie Christine Kennes, GSM 0497 92 54 05
- Afspraak: **13u45** Woonzorgcentrum Nottebohm
- Te bereiken: tram 2, 6, bus 22 halte Markgravelei, tram 15 halte Merode, bus 17 halte Desguinlei
- Waar: Woonzorgcentrum Nottebohm, Biartstraat 22, 2018 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024

Zondag 22 september 2024 (I – B = € 20)**RedHerring Baroque Ensemble ‘Aires de cambios’, de Napolitaanse muziek en zijn invloed in Spanje van de 18^e eeuw – met receptie**

RedHerring Baroque ensemble, deze keer bestaande uit Patrick Denecker (blokfluit) en Diego Fernandez (klavecimbel) brengen ons werken van Domenico Scarlatti, Nicola Fiorenza, Sebastian de Albero en Juan de Ledesma.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, 03 322 5112 of 0469 43 54 21
- Afspraak: **14u45** inkom St. Catharinakerk in het Begijnhof van Antwerpen
- Te bereiken: vanaf F. Rooseveltplaats, Korte Winkelstraat en Ossenmarkt
- Waar: Begijnhof, Rodestraat 39, 2000 Antwerpen
- Start: 15u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024

Woensdag 25 september 2024 (I – B = € 21 – MP = 9)**Dirk Braeckman – Echtzeit – FOMU – met gids**

Dirk Braeckman onderzoekt al meer dan 40 jaar de medium fotografie met zijn subtiele, donkere beelden. Voor deze tentoonstelling gaat hij in dialoog met de Fomu-collectie. Hij maakt een eigenzinnige selectie uit de museumcollectie en eigent zich deze collectiestukken toe om nieuw werk te maken: je ervaart ze door zijn camera, ogen en handen.

Praktisch:

- Organisatie: Rita Van Pottelberge, GSM 0475 02 14 46
- Afspraak: **9u45** in het FOMU
- Te bereiken: tram 4, bus 180, 181, 182, 183 halte Antwerpen Museum en dan 10 min wandelen of tram 1 halte Antwerpen Bres en dan 10min wandelen
- Waar: FOMU, Waalsekaai 47, 2000 Antwerpen.
- Start: 10u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024
- Maximumaantal deelnemers: **15 personen**

Donderdag 26 september 2024 (I – B = € 6)

Minigolf Beatrijs - Linkeroever

We gaan deze keer de minigolf terug uitproberen op de Linkeroever. Al de banen werden onder handen genomen door beeldende kunstenaars. Je hebt er ook een prachtig zicht op het hart van Antwerpen. Ook hier is er een aangenaam terras waar we iets kunnen nuttigen en nagenieten van onze sportieve prestaties. Ook de supporters zijn welkom.

Praktisch:

- Organisatie: Gerda De Ryck, GSM 0496 52 40 82
- Afspraak: **13u00** inkom minigolf Beatrijs Linkeroever
- Te bereiken: tram 3, 5, 9 of 15 tot halte Van Eeden L.O.
- Waar: Minigolf Beatrijs, Beatrijslaan 19, 2050 Antwerpen, naast de voetgangerstunnel
- Start: 13u15
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024

Vrijdag 27 september (I – B = € 4)

Muziekclub – “Musicals” – woonzorgcentrum Nottebohm

Met een beetje fantasie zijn we op Broadway (New York) en West End (London) om te genieten van de prachtige en meeslepende “Musicals”.

Praktisch:

- Organisatie: Edgard Maes, GSM 0472 31 54 97
- Afspraak: **13u45** Woonzorgcentrum Nottebohm
- Te bereiken: tram 2, 6, bus 22 halte Markgravelei, tram 15 halte Merode, bus 17 halte Desguinlei
- Waar: Woonzorgcentrum Nottebohm, Biartstraat 22, 2018 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 augustus 2024.

Zondag 29 september 2024 (I – NB = € 0)

Provinciale stapwandeling – Kalmthoutse heide

Maandelijks wordt vanuit de provincie een langere wandeling georganiseerd. Vanuit Heide stappen we de Withoefse Heide op en wandelen we door rustig gebied naar de Vroente waar de hoofdingang is van de Kalmthoutse Heide. Dit diverse en dynamische natuurgebied ligt aan weerszijden van de Belgisch-Nederlandse grens en bestaat uit heide, vennen, bossen en landduinen. Hier genieten we van de laatste bloei van de prachtige heideplanten.

Programma:

- 13u vertrek wandeling
- 1e stop aan de Vroente (mogelijkheid voor toiletbezoek). We lassen vanaf hier meerdere stops in om te drinken. Zorg ook voor een tussendoortje onderweg, we wandelen zo'n 8 km waar onderweg geen taverne is.
- rond 16u30 nemen we pauze in de Bosbar, een openluchtbar waar we gezellig kunnen vertoeven en iets drinken.
- daarna is het nog een 3-tal km tot de kerk van Heide.
- 18u wie het wenst kan aansluiten bij een etentje in Bistro Monida.

Ken je 55-plussers die nog geen lid zijn? Spoor hen aan om mee te wandelen vandaag. Zij betalen 5 euro. Beslist ze om aan te sluiten wordt deze 5 euro in mindering gebracht van het lidgeld.

Praktisch:

- Organisatie: Annick Annaert, GSM 0472 77 21 17
- Afspraak: **12u50** hoofdingang kerk van Heide
- Te bereiken: 11u31, bus 70 richting Zandvliet Stelplaats, halte Antwerpen Roosevelt perron C2 tot halte Hoevenen Markt, aankomst om 11u59, dan bus 780 richting Brasschaat kerk, halte Hoevenen Markt van 12u17 tot halte Kapellen Dorp, aankomst om 12u22, dan bus Essen, halte Kapellen Dorp van 12u34 tot halte Heide, aankomst om 12u51
- Waar: Heidestatieplein 4, 2920 Kalmthout
- Start: 13u00
- Inschrijven met eventueel vermelding voor het eten

Maandag 30 september 2024 (I – B = € 4)

TV Opname Blokken bijwonen in de studio van EMG Belgium

We kunnen met zijn allen nogmaals een TV - opname bijwonen van de populairste quiz van België met Ben Crabbé als quizmaster en kijken hoe het er bij zo'n TV – opname aan toe gaat.

Programma:

- 11u15 - 11u45: seating publiek + opwarming
- 11u45 – 12u30: opname aflevering 1
- 12u30 – 12u45: pauze
- 12u45 – 13u00: seating publiek
- 13u00 – 13u45: opname aflevering 2

Na de opnames kan er iets gegeten worden in het vlakbij gelegen selfservice restaurant van EMG Belgium tegen democratische prijzen.

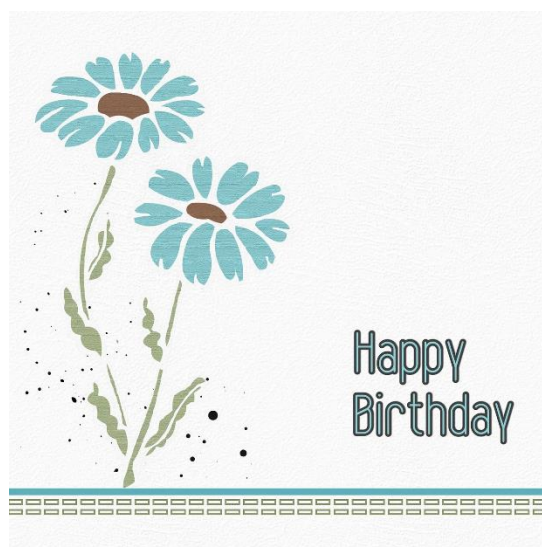
Praktisch:

- Organisatie: Gerda De Ryck, GSM 0496 52 40 82
- Afspraak: **9u50** inkomhal Centraal Station of 9u55 Berchem station
- Te bereiken: 10u06 trein richting Brussel (Berchem 10u11) tot Vilvoorde, aankomst om 10u42 en dan nog een 900m stappen, aankomst om 10u59
- Waar: EMG Belgium, Luchthavenlaan 22-24, 1800 Vilvoorde
- Start: 11u15 stipt
- Inschrijven en betalen voor 20 augustus 2024, met melding van al of niet blijven eten.

Gelukwensen aan onze jarigen

September 2024

1	9	Meurisse	Yvonne
1	9	Reynaert	Robert
1	9	Van Geertsom	Rita
2	9	Verstappen	Myriam
3	9	Wouters	Annemie
6	9	Cuyckens	Eddy
6	9	Giele	Magda
9	9	Verellen	Magda
12	9	Vandeputte	Lieve
13	9	Akkermans	Lea
13	9	Verhaeghe	Marc
13	9	Versluys	Eddy
16	9	Schmit	Fabienne
17	9	Verlinden	Gert
19	9	Naessens	Mieke
20	9	Benoy	Linda
20	9	Van Den Vloet	Lisette
21	9	Michiels	Maria Dolores
21	9	Denhez	Roselyne
22	9	Georgin	Dominique
23	9	Bossyns	Nicole
23	9	Buys	Greta
23	9	Van Welden	Sophie
24	9	Goossens	Alex
24	9	Braeken	Jos
25	9	Claessens	Ludwina
27	9	Maes	Mieke
28	9	Van De Walle	Elvire



Wij heten de nieuwe leden van juli 2024 hartelijk welkom in onze afdeling:

Brunson Irene
Dhooghe Guiliane
Van Haelst Jan
Luyten Jackie

<http://blog.seniorennet.be/antwerpencentrumvlas>