

Vlaamse actieve senioren Izegem

Maandelijks ledenblad

42e jaargang nr.2

Februari 2025

"Valentijn: carnavaal van de liefde"

Hugo Camps



Foto Katrien Seynaeve

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



Vlaamse actieve senioren Izegem
voordrachten - uitstappen - leeskring - fietsclub

Bestuur Vf@s Izegem - 2025

Voorzitter

Katrien Seynaeve Burg.Vandenbogaerdelaan 93, 8870 IZEGEM
051 30 33 28 0499 21 11 49 katrien.seynaeve@scarlet.be

Secretaris en Penningmeester

Rudy Stockman Gentseheerweg 114, 8870 IZEGEM
051 30 45 47 0477 36 72 54 rudy.stockman@live.be

Bestuursleden

Georges Breemeersch Priester Daensstraat 14 8870 IZEGEM
051 30 11 26 georgesbreemeersch@hotmail.com

Guido De Muynck Schoolstraat 4/1, 8870 IZEGEM
051 31 86 33 guido.de.muynck@skynet.be

Raymond Fournelle Krekelmotestraat 86 8870 IZEGEM
0476 80 63 98 raymond.fournelle@telenet.be

Trui Maertens Ter Beemden 43, 8870 IZEGEM
051 30 61 77 w.desloover@telenet.be

Huguette Oosterlinck Reigerstraat 3, 8870 IZEGEM
0496 24 51 25 huguetteoosterlinck@gmail.com

Giovanni Vandeputte Meensestraat 75, 8870 IZEGEM
0477 59 19 70 giovannivandeputte@skynet.be

Lena Verlinde Meensestraat 75, 8870 IZEGEM
0476 87 90 14 giovannivandeputte@skynet.be

Vertegenwoordiging in de Izegemse seniorenraad

Katrien Seynaeve en Giovanni Vandeputte.

Dinsdag 18 februari 2025

14.30u tot 17.00u

Grote zaal Dorpshuis, Emelgemseplein 1, Emelgem

Andy en Di

“Werken aan een mirakel”

In onze muzikale vertelvoorstelling ‘Werken aan een Mirakel’ verklappen wij hoe wij via een ongewone, zeg gerust “rare weg”, met een cruciale mystieke ervaring, op het podium beland zijn. Want het gebeurt niet elke dag dat een koppel mid-dertigers “de kap over de haag gooien” en hun prima betaalde topjobs ruilen voor het onzeker bestaan op het podium. En dat op de koop toe als getrouwd stel.

Hoe kwamen we daar in godsnaam toch terecht? Waarom gooiden we ons leven zo drastisch om?

Ons authentieke verhaal, met songfragmenten die daar helemaal onderdeel van zijn, is inspirerend pakkend, ontroerend, hilarisch, vol herkenning...het zit er allemaal in. Heel intiem ook en met verbazende mystiek, maar juist dat delen kan ieder die er voor open staat inspireren.

Vlaamse Di vertelt hun verhaal spannend inspirerend in het Nederlands. Samen met de Brit Andy weeft ze daarin songfragmenten die ze beiden zingen en dansstukjes zodat je in een heuse musical waant.

Alle songfragmenten worden instant vertaald naar het Nederlands op het grote scherm naast hen en prachtig geïllustreerd met beeld en video. Voeg daarbij de uitgekiende belichting, de verfrissende danspasjes en je mag gerust van een multimedia huzarenstuk spreken.

Iedereen is welkom

Deelnameprijs: leden € 7,00, niet-leden € 10,00

Wij bieden bij het binnenkomen een kop koffie of thee aan en tijdens de pauze kunnen we gezellig bijpraten bij koffie of thee en versnaperingen.

Breng vrienden en familie mee. Indien u graag wilt meerijden met iemand naar de activiteit: graag een seintje aan het bestuur ten laatste 2 dagen voordien.

*Meer info bij Katrien Seynaeve, Burg.Vandenbogaerdelaan 93
8870 IZEGEM 051-30 33 28 katrien.seynaeve@gmail.com*



ROUWCENTRUM - FUNERARIUM

DEPOORTER

AULA DE LEVENSBOOM

— IZEGEM - LENDELEDE —

BURG. VANDENBOGAERDELAAN 27 • 8870 IZEGEM

Tel. 051 31 56 67 | 051 30 31 33 | 0477 77 56 58

www.begrafenissendepoorter.be • info@begrafenissendepoorter.be

Volgende activiteiten

8 maart	Marcel Vandemaele - De Verteller
15 april	Dr Paul Jansseune - Reuma, osteoporose en artrose
20 mei	Mobiel theater - Schrik van Ik

Activiteiten Vlaamse actieve senioren in de buurt

Afdeling Ardooie-Koolskamp:

CC 't Hofland, Oude Lichterveldestraat 13 Ardooie

Dinsdag 11 februari van 14.30u tot 17.30u

De spiegel herkenbare cursiefjes door Jacques Lesage.

Leden € 5; niet-leden € 7. Koffie en versnaperingen inbegrepen.

Org.: Fons Lammertyn 0477-63 90 84 of flammertyn@gmail.com

Afdeling Ingelmunster:

OC Bollewerpstraat 3 Ingelmunster

Maandag 10 februari van 14.30u tot 17.30u

Van Eyck tot Einstein door Willy Nachtergaele

Leden € 6, niet-leden € 10

info: marleen.tassaert@telenet.be



*Meensesteenweg 118
8870 Dzegem
051 30 01 25
BE 0525.692.884
Gesloten op maandag*

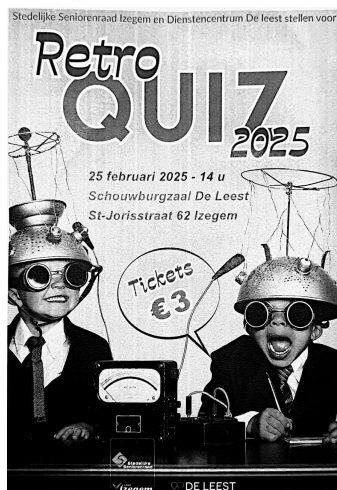
Verjaardagen van onze leden in februari

- 3 feb. Albert Dousy
- 5 feb. Hilda Pevenage
- 15 feb. Bernard Vandewaetere
- 21 feb. Marc Porteman
- 22 feb. Frida Billiet
- 27 feb. Rik Guillemyn



Wij wensen de jarigen een gezellige en fijne verjaardag

RETRO QUIZ op 25 februari 2025



VI@s-Izegem wil weer deelnemen aan de Retro Quiz van de seniorenraad op dinsdag 25 februari 2025 om 14u in De Leest.

Verleden jaar waren we met dertien deelnemende leden.

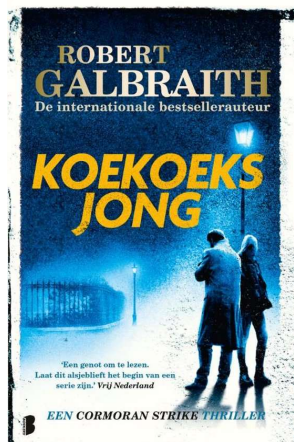
Wie voor dit jaar wenst in te schrijven, contacteert Katrien Seynaeve (katrien.seynaeve@gmail.com) of Rudy Stockman (rudy.stockman@live.be).

Het inschrijvingsgeld wordt betaald door VI@s.

Maandag 17 februari 2025

In de Plantijnzaal van de stedelijke bibliotheek om 14.30u

Koekoeksjong - Robert Galbraith



Als een getroebleerd supermodel een dodelijke val maakt van een winters balkon in de Londense wijk Mayfair, wordt aangenomen dat het zelfmoord was. Haar broer twijfelt echter aan die lezing en vraagt privédetective Cormoran Strike om een onderzoek in te stellen. Strike is een invalide oorlogsveteraan met psychische problemen en zijn leven is een puinhoop. De opdracht redt hem financieel maar naarmate hij dieper graaft in de complexe modellenwereld, neemt de zaak een steeds duisterder wending – en loopt hij zelf steeds meer gevaar... Een intrigerend, elegant mysterie met de sfeer van Londen: van de chique straten van Mayfair en de pubs in de steegjes van East End tot de drukte van Soho. Koekoeksjong is een klassieke Britse misdaadroman in de traditie van P.D. James en Ruth Rendell, en het begin van een unieke, moderne detectiveserie.

Robert Galbraith is het pseudoniem van J.K. Rowling, bestsellerauteur van de Harry Potter-serie en Een goede raad. De Cormoran Strike-boeken, Koekoeksjong, Zijderups, Het slechte pad, Witte dood, Kwaad bloed en Inktzwart hart, schoten allemaal meteen naar de top van nationale en internationale bestsellerlijsten. De boeken werden verfilmd door BBC One.

Katrien Seynaeve, Burg.Vandenbogaerdelaan 93, Izegem
051-30 33 28 0499-21 11 49 katrien.seynaeve@gmail.com

Volgende activiteiten leesclub

31 maart
05 mei

Wildevrouw - Jeroen Olyslaegers
Alsof het voorbij is - Julian Barnes

Tijd voor een vleugje technologische nostalgie...

Technologische nostalgie: weet je nog, boomer?

Ah, de tijden waarin de wereld draaide op een tempo dat perfect leek te passen bij jouw ritme. Herinner je je hoe de eerste stappen in de technologische wereld voelden als pure magie? Het vastleggen van een radioliedje op een cassettebandje, het trage draaien van de draaischijftelefoon... Het was een wereld waarin technologie niet allesbepalend was, maar juist bijzonder en bijna intiem. Laten we samen een nostalgische wandeling maken door de technologische herinneringen die je altijd bijblijven.

De eerste keer dat je belde

Herinner je je nog dat logge bakelieten toestel met die draaischijf? Het geluid van de schijf die klikte terwijl hij langzaam teruggedraaide naar zijn beginpositie? Het was een kunst om geen fout te maken bij het draaien van een nummer, want anders moest je helemaal opnieuw beginnen. En bellen was niet zomaar iets. Je vroeg beleefd of iemand thuis was, vaak met een tikkeltje spanning in je stem. Lange gesprekken werden met mate gevoerd, want die telefoonrekening kon flink oplopen.

Vandaag lijkt bellen wel een verloren kunst. De jeugd stuurt berichtjes, video's en emojis alsof ze een tweede taal spreken. Maar met al die snelheid missen ze soms de charme van het wachten op een stem aan de andere kant. Jij, boomer, weet nog hoe je gesprekken koesterde, omdat elk telefoontje echt telde.

De magie van de kleuren-tv

Weet je nog de eerste keer dat een kleuren-tv je woonkamer binnenkwam? Plots was de wereld op het scherm niet langer zwart-wit, maar kleurrijk en levendig. Programma's als Bonanza en The Muppet Show kregen een nieuwe dimensie. Het hele gezin verzamelde zich voor het scherm, alsof het een heilige ceremonie was. Reclames waren een bezienswaardigheid, geen irritante onderbreking. Het avondje televisie was een gezamenlijke belevenis, een moment om met elkaar te delen.

Vergelijk dat eens met nu: elke kamer heeft zijn eigen scherm, en iedereen kijkt wat anders. Streamingdiensten maken het mogelijk om series te

bingen, maar dat gezamenlijke kijken – die momenten waarop je samen lachte, huilde, en meejuichte – lijken soms verloren. Toch blijven de herinneringen aan die kleurrijke tv-avonden als warme deken over je jeugd.

De Walkman: jouw eigen soundtrack

Toen de Walkman zijn intrede deed, voelde het alsof de wereld voor je openging. Je kon je favoriete muziek overal mee naartoe nemen. Met die koptelefoon op je hoofd stapte je in je eigen videoclip. Het draaien van een cassettebandje, soms met een pen om de batterij te sparen, gaf je een gevoel van controle. Je mixtapes waren niet zomaar liedjes; het waren zorgvuldig samengestelde verhalen die je persoonlijkheid weerspiegelden.

Vandaag kunnen jongeren alles streamen, van de nieuwste hits tot vergeten klassiekers. Maar hoeveel waarde hechten ze aan een playlist die met één klik is samengesteld? Jij weet hoe bijzonder het was om uren te spenderen aan het opnemen van je lievelingsnummers. Misschien moeten we hen eens laten zien hoe bevredigend het is om je eigen soundtrack echt te maken.



De eerste computer in huis

Herinner je je nog dat grote, logge apparaat dat je woonkamer overnam? De eerste computer voelde als een wonder. Simpele spelletjes zoals Pac-Man of Snake waren al een sensatie. En dan die eerste tekstverwerkers zoals WordPerfect, waar je urenlang aan werkte om die perfecte brief te typen.

Maar het echte hoogtepunt was het internet. De piepende en krakende modem die je verbond met een wereld die ineens veel groter leek.

Voor de jeugd van nu is de computer een vanzelfsprekendheid, een tool die overal en altijd beschikbaar is. Maar juist die vanzelfsprekendheid maakt het minder magisch. Jij, boomer, hebt die magie van ontdekking meegemaakt. En hoe frustrerend die blauwe schermen van de dood ook waren, ze maakten deel uit van een uniek avontuur.

Fotografie: van filmrolletje naar pixels

Weet je nog hoe spannend het was om een filmrolletje naar de fotograaf te brengen? Je moest geduldig wachten op de ontwikkeling van je foto's, niet wetend of dat ene moment goed was vastgelegd. Elk rolletje had een limiet, en elke foto was een gok. Maar juist die beperking maakte het bijzonder. Een foto had waarde, en albums werden met liefde gevuld.

Nu kunnen we met een smartphone honderden foto's per dag maken, maar hoeveel daarvan worden echt gekoesterd? De jeugd van nu kan alles vastleggen, maar misschien missen ze de spanning van het niet weten. Jij begrijpt hoe bijzonder een tastbare herinnering kan zijn, een foto die jaren later nog steeds verhalen vertelt.

De eerste videorecorder

Herinner je je nog de introductie van de videorecorder? Het gevoel dat je een hele film kon vastleggen om op elk moment terug te kijken was revolutionair. Je zat klaar met je vinger op de opnameknop om je favoriete serie op te nemen. En als je per ongeluk iets overschreef? Dan baalde je dagenlang. De videotheek werd een tweede thuis, waar je uren zocht naar de perfecte film voor een avond vol plezier.

De jeugd van nu streamt alles, altijd en overal. Maar dat gevoel van anticipatie – het plannen van een filmavond, het uitzoeken van een videoband – dat missen ze. Jij herinnert je hoe technologie de deur opende naar magische momenten, zelfs al moest je daarvoor een beetje moeite doen.

Radio: de kracht van de ether

De radio was niet zomaar een apparaat; het was een venster naar de wereld. Je wachtte uren om dat ene liedje op te nemen, met de hoop dat de dj er niet doorheen praatte. En de Top 40 op zaterdag was een heilige afspraak.

Radio bracht muziek, nieuws en verhalen samen in een formaat dat iedereen begreep.

Vandaag is radio slechts een optie tussen podcasts, Spotify en TikTok. Maar die collectieve ervaring van luisteren naar dezelfde hit, van meezingen met een liedje dat iedereen kende – dat is iets wat alleen jouw generatie echt begrijpt.

De eerste mobiele telefoon

Herinner je je de eerste mobiele telefoons? Groot, zwaar en vooral bedoeld om mee te bellen. Geen apps, geen camera, geen sociale media. Je had bereik of je had het niet, en je batterij ging dagen mee. Het was een statussymbool en tegelijkertijd een eenvoudige manier om bereikbaar te zijn.

Nu lijkt een mobiele telefoon bijna een verlengstuk van onszelf. Jongeren zijn er voortdurend mee bezig, maar die eenvoud van een apparaat dat alleen bedoeld was om contact te maken, dat kennen ze niet. Jij, boomer, weet nog hoe het voelde om écht verbonden te zijn, zonder afleiding van constant pingende notificaties.



Typmachines en het geluid van creativiteit

Herinner je je het ritmische tikken van een typemachine? Elke toetsaanslag voelde als een daad van creatie. En die “ping” aan het einde van een regel gaf je een gevoel van vooruitgang. De typemachine dwong je om na te denken voordat je iets opschreef, omdat fouten corrigeren geen sinecure was.

Vandaag hebben we laptops en autocorrectie, maar die directe verbinding tussen gedachten en toetsenbord is soms verloren gegaan. De jeugd van nu typt snel, maar de tijd nemen om iets echt goed te formuleren? Dat is een vaardigheid die jij, boomer, nog meester bent.

Wat technologie je leerde

Technologie heeft je veel gebracht, maar vooral geduld. De tijd nemen om te leren, te wachten en te waarderen wat je hebt. Het heeft je laten zien dat vooruitgang niet vanzelfsprekend is en dat elke stap, hoe klein ook, een wonder kan zijn.

En nu, terwijl je kijkt naar hoe jongere generaties met hun technologie worstelen, glimlach je. Je weet dat jij een unieke blik hebt op een wereld die zich stap voor stap heeft geopend. En die magie, boomer, zal altijd bij je blijven.

Stefaan Van Laere – Seniorennet - 07/01/2025



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



DE PRIL
KOPIECENTER
I Z E G E M
WWW.KOPIECENTERDEPRIL.BE

27^e jaargang

Beste fietsvrienden

Na drie maanden rust starten we eindelijk weer met de fietsritten. Hopelijk is iedereen zonder veel problemen door de winterstop geraakt. We houden het de eerste ritten rustig zodat onze benen weer aan het fietsen kunnen wennen. Het zal weer leuk zijn om samen op stap te gaan. Ik kijk er alvast al naar uit.

Rudy Stockman en het bestuur van de fietsclub.
rudy.stockman@live.be - 0477 36 72 54

Eerstvolgende fietsritten

Dinsdag 11 februari	Namiddagrit met Patrick Wittevrongel
Donderdag 20 februari	Namiddagrit met Luc Pattyn en Mario Derluyn
Dinsdag 25 februari	Namiddagrit met José Callens
Dinsdag 4 maart	Namiddagrit met Patrick Wittevrongel
Dinsdag 11 maart	Namiddagrit met Luc Pattyn en Mario Derluyn
Donderdag 20 maart	Namiddagrit met Rudy Stockman

De namiddagtochten starten stipt om 14u. Samenkomst op de Grote Markt.



Hoe positief te blijven bij elk probleem (checklist)

(Deel 1)

Bron: seniorennet, september 2022

We maken allemaal kleine, en helaas ook grote problemen mee. Maar hoe hier mee omgaan? Lifecoach Wim Annerel geeft enkele richtlijnen mee om ook in moeilijke momenten positief te blijven.

Iedereen ziet zich van tijd tot tijd geconfronteerd met problemen. Ze zijn deel van het leven. En net zoals we maar weten wat 'warm' is, als we ook 'koud' kennen, herkennen we geen goede tijden tenzij we ook slechte tijden kennen.

Beslissingen

Soms komen de moeilijkheden in ons leven van buiten ons, en op andere momenten zijn onze problemen een direct gevolg van de beslissingen die we zelf hebben genomen.

Nu kunnen we gebeurtenissen of hun gevolgen niet veranderen. Maar wat we wél kunnen, is het gevoel en de betekenis kiezen die we eraan geven.

Zoals men zegt: "Life is 10% what happens to you and 90% how you react". Het leven is 10% wat er met jou gebeurt en 90% hoe je erop reageert.

Om positief te blijven wanneer je jezelf geconfronteerd ziet met problemen, kan je je brein trainen. Gewoon door jezelf de juiste vragen te stellen. Vragen die je helpen om het positieve te zien bij zelfs de grootste uitdagingen op je pad.



Dit zijn de 10 vragen: een checklist om jouw brein te helpen om bij elk probleem positief te blijven.

1 Adem ik nog?

Soms is dat het beste dat je kan doen: ademen. Want als je overweldigd raakt door problemen, stijgt jouw stressniveau en ga je oppervlakkiger ademen.

Adem je? Dan ben je alvast nog in leven. Heb je last van hoge stress, vind dan een rustige plek om je 10 minuten terug te trekken en adem diep. Buikademhaling verlaagt jouw stressniveau.

2 Wat is mijn aandeel hierin?

Ik spreek niet over jouw 'fout' of 'schuld', maar wel over jouw 'aandeel'. Richt je op jouw verantwoordelijkheid, zonder verwijten naar jezelf te slingeren.

3 Wat ligt binnen mijn controle?

Soms verliezen we uit het oog wat we wel nog kunnen veranderen. Maak een inschatting van het probleem en kijk waarop je zelf invloed hebt.

4 Wat ligt buiten mijn controle?

Hoezeer je het ook wil, op sommige zaken heb je geen invloed. Laat ze gaan.

Het onderscheid kunnen maken tussen wat je wél en níét kan controleren maakt het probleem kleiner, jouw stressniveau lager en de weg naar de oplossing helderder.

5 Wat is mijn emotionele staat?

Een beslissing nemen wanneer je overweldigd bent door negatieve emoties is geen goed idee. Besef je dat je in een onvermogene emotionele staat bent, stop dan. Haal diep adem.

Breng jezelf in een betere emotionele staat. Zo kan je ook betere beslissingen nemen. En je zal je sterker voelen tegenover het probleem.

6 Wat is op dit moment het belangrijkste dat ik kan doen?

Soms is dat niets. Soms is het iemand bellen. Richt je op het eerstvolgende beste ding dat je kan doen: dat helpt je om je meer ontspannen te voelen in de moeilijke situatie. En verhoogt het vertrouwen in jezelf.

Hoe klein het stapje ook is: vooruitgang is vooruitgang.

Nostalgie

