



Nieuwsbrief april 2025

Beste vrienden van Vl@s,

De lente doet langzaam zijn intrede.
Wat hebben wij genoten van de zonnige krokusvakantie!

Met een grote groep wandelaars konden wij ook op onze eerste wandeling genieten van dat prachtige weer. Een leuke manier om mekaar terug te ontmoeten en bij te praten na de winterstop. Wij zijn alvast goed gestart en doen zo verder.

Onze binnen activiteiten met prof. Jan Tytgat en prof Piet Van Poucke vielen ook bijzonder in de smaak. Daar bouwen wij in april graag op verder met nog een heel interessante voordracht door Dokter Dirk Devroey alom bekend van diverse radio en tv-programma's.

En natuurlijk hebben jullie ook allemaal genoteerd dat er nog een heel interessante namiddag te wachten staat over "Koers Time - Show Time" met Noël Truyers - gewezen sportjournalist met muzikale begeleiding van Rocky (Let wel, dit gaat uitzonderlijk door in zaal Kerkepanne in Sint-Idesbald en is een organisatie van onze eigen Vl@s afdeling en in samenwerking met Vl@s Koksijde.

Dit wordt zeker en vast een TOP-namiddag om er bij te zijn.
(Lees meer over dit alles in deze nieuwsbrief).

Dit zijn alvast weer een heleboel mooie vooruitzichten. Spreek dus zeker je vrienden aan en motiveer hen om er samen aan deel te nemen.
Ondertussen wens ik jullie nog heel veel zonnige en gezonde dagen.

Hartelijke groetjes en een
VROLIJK PAASFEEST AAN IEDEREEN!

Jacqueline Ballieu
voorzitter



foto J.B.

Proficiat aan onze jarigen van de maand april

12	Bea Vandaele	20	Cecile Van Neste
13	Verhamme Sonia	20	Radka Vassileva
19	Liesbeth Clarysse	23	William Lambrecht



creazilla

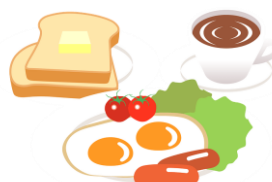
Ontbijt ten voordele van de Stichting tegen kanker

Zondag 6 april 2025
Van 8u30 tot 11u30

stichting
tegen
kanker 

De Boare, Koningsplein 1, 8660 De Panne

Volwassenen : 18 €
Kinderen : 8 €
Luxe ontbijt : 28 €



Vooraf betalen en inschrijven is noodzakelijk!!!
Rekening DOCS-BE95 7370 4931 6358

Ook een vrije bijdrage kan, door te storten op deze rekening.

Dit ontbijt t.v.v. Stichting tegen Kanker is een samenwerking van **VL@s De Panne-Adinkerke**, **Okra De Panne-Adinkerke** en **Gezinsbond Adinkerke**

Onze planning voor het eerste semester



02 april 2025	Koers Time -Show Time unieke muzikale show over de welerwereld door Noël Truyers en Rocky zaal Kerkepanne St-Idesbald i.s.m. Vl@s Koksijde
06 april 2025	Ontbijtbuffet t.v.v. Stichting tegen Kanker De Boare
22 april 2025	Noordzeequiz een organisatie van Vl@s provinciaal De Boare
25 april 2025	Gezondheidstips “Wat is waarheid en wat is mythe” Dokter Dirk Devroey (Radio 2) De Boare
15 mei 2025	De Zonnegloed Halve daguitstap en avondmaal in Westvleteren
20 juni 2025	Valpreventie voor senioren Kris Cuvelier van 14u30 tot 17 uur in het Sint-Jansheem

Onze andere activiteiten

Bar Cafeteria De Boare : Maak een praatje met Jean Pierre, Arlette, Marie-Rose, Liesbeth en Frans op donderdag, om de twee weken, in het gezellige cafeteria van De Boare.

Openingsuren : van 10:00 tot 12:00 uur en van 13:00 tot 17:00 uur. Je kan hen ontmoeten op 10 en 24 april 2025



Volleybal: Elke donderdag van 09:30 tot 11.30 uur
Sportzaal - Oosthoek De Panne.
Niet tijdens de schoolvakanties.

Puzzels: Hou je van kruiswoordpuzzels en doorlopers, geef dan je naam door aan Greta Besseleers. Elke maand verrast ze ons opnieuw met een spannende puzzel.
Geef je naam door op volgend mailadres: roger.van.den.bossche@telenet.be



creazilla

Woensdag 2 april 2025 om 14U30
Zaal Kerkepanne – Strandlaan 128
Sint-Idesbald

“Kom genieten van wieleranekdotes en leuke muziek”
Noël Truyers en Rocky



creazilla

Koers Time - Show Time



creazilla

Hou je van de koers en van muziek dan is dit programma iets voor jou. Wielerjournalist Noël Truyers en muzikant Rocky brengen samen een amusant spektakel, met weetjes uit de wielersport.

- Wist je bijvoorbeeld, dat Eddy Merckx in 1969 zijn eerste Tour de France won toen Neil Diamond succes had met “Sweet Caroline”?
- Wist je dat de song “Love is all around” van Wet Wet Wet een wereldhit werd, net toen Wout Van Aert geboren werd?

Zo linken zij hun muziek aan bekende renners zoals Mathieu Van der Poel, Remco Evenepoel en heel wat andere populaire renners. Koers en muziek vloeien naadloos in elkaar over.

Noël Truyers was als wielerjournalist verbonden aan Het Belang van Limburg”. Ook was hij tien jaar hoofdredacteur van het magazine Cyclo Sprint. Hij was ook de auteur van meerdere boeken over de wielersport.

Rocky is een erg bekende ambiance artiest. Hij brengt zijn topsongs als geen ander .

INKOM: € 10 voor leden en gastleden Vlas De Panne-Adinkerke - niet-leden € 15

Wij verwennen je met een GRATIS KOPJE KOFFIE vooraf.

“Koers Time Show Time “ : Kom genieten van een spetterende show over koers en muziek. Een belevenis die je niet mag missen!



Dokter Dirk Devroey

Medische tips doorprijkt : *Wat is waarheid en wat is mythe?*

Vrijdag 25 april 2025 om 14u30
De Boare – Koningsplein 1, De Panne

Herinner je je nog Dokter Dirk Devroey, een vaste gast bij “De Madammen” op radio 2 ?

Dokter Devroey was van september 2008 tot juni 2022 een wekelijks gast bij dit programma, waar hij de luisteraars informeerde over gezondheidsproblemen en -preventie.

Vandaag is hij onze gastspreker die ons gaat helpen heel wat valkuilen te omzeilen.

Zowel online als offline worden we overstelpt met gezondheidstips, reclame voor wondermiddeltjes en goede raad. Vele van deze gezondheidstips zijn verkeerd en zijn mythes. In deze voordracht geeft hij een beter zicht op al deze - al dan niet verkeerde - claims en legt uit hoe de misverstanden ontstaan zijn.

Wie is Dokter Dirk Devroey?

Dokter Devroey is professor huisartsgeneeskunde aan de VUB en ook huisarts in Overijse. Hij werkte eerder 10 jaar voor Sciensano en is sinds 2020 decaan van de faculteit geneeskunde en farmacie van de VUB. Bovendien was hij gedurende 14 jaar de vaste huisarts in het Radio 2 programma “De Madammen”.

Gratis koffie vanaf 14 uur. aanvang voordracht : 14u30.

Tijdens de pauze gelegenheid voor een drankje naar keuze en dit aan democratische prijzen

Inkom leden VI@s De Panne-Adinkerke en gastleden : € 8
Niet-leden: € 13

Wandelgroep



Opgelet: nieuwe regeling voor de startplaats voor carpooling

Vanaf maart 2025 starten we steeds op de parking van de vroegere bakkerij Helvetia in de Veurnestraat (tenzij anders vermeld)

Wandelkalender

Dinsdag 1 april	Op toer in Cabour	Adinkerke	5 km
Dinsdag 15 april	Perroquetduinen	Bray-Dunes	6 km
Dinsdag 29 april	<i>Reservedag</i>		
Dinsdag 06 mei	Borellepad	Dranouter	7 km
Dinsdag 20 mei	De 3 ridders achterna	Gyverinckhove	7 km
Dinsdag 03 juni	Yselandpad	Lombardsijde	7,7 km
Dinsdag 17 juni	Stiltepad	Westouter	7 km
Dinsdag 01 juli	Zannekinwandeling	Lampernisse	6,5 km
Dinsdag 15 juli	Op zoek naar de ware	Vladslo	8 km
Dinsdag 29 juli	<i>Reservedag</i>		
Dinsdag 05 augustus	Lekeleroortroute	Leke	6 km
Dinsdag 19 augustus	Op stap met Baertse paters	Poperinge	6 km
Dinsdag 02 september	Wandelen in de zielage	Leisele	5 km
Dinsdag 30 september	<i>Reservedag</i>		
Dinsdag 07 oktober	Wandelen langs de Yperlee	Steenstraete	4 km
Dinsdag 21 oktober	Van 't Kasteel naar 't Hof	Elverdinge	5 km

Bij aanhoudende regen wordt er niet gewandeld, evenmin bij overdreven warm weer.

Bij twijfel contacteer **Paul Beerens – 058/41 16 59** of **Bernard Ryngaert – 058/52 03 93**.

Het programma kan gewijzigd worden om organisatorische redenen of omdat zich niet voorzienbare opportuniteiten voordoen.

De reservedata zijn voorzien om uitgestelde wandelingen te maken.

Wees hoffelijk

Mag je meerijden met iemand, vergeet dan niet je bijdrage van 5 € te overhandigen aan je chauffeur voor je vertrekt.
Het is een fair gebaar voor de gunst die je geboden wordt.





Vl@s Koksijde



- 02 april "Koers Time Show Time" unieke shownamiddag
door Noël Truyers
- 25 april Concert door de Speelschaar
o.l.v. Gino Malfait i.s.m. Marnixring
- 30 april Lentefeest met BBQ



20 april 2025



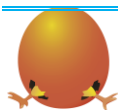
**Wollige vacht
Kraaloogjes zo klein
De Paashaas is er weer
Een vriend, zo fijn!**

Een prettig en zonnig Paasfeest aan al onze leden



**Voor onze zieke vrienden , thuis of in een zieken-
huis.....**





Gekke weetjes



creazilla

Je kan het zo gek niet bedenken of er is altijd wel iemand die er iets over te vertellen heeft. Hierna enkele van dergelijke “wistjedatjes”:

- ★ Het celibaat voor priesters in de katholieke kerk is maar verplicht sinds het begin van de middeleeuwen! Waarom dit celibaat? Om te voorkomen dat de erfenis van de pastoor naar vreemden gaat en niet naar de katholieke kerk.
- ★ Glas heeft meer dan een miljoen jaar om te ontbinden, wat betekent dat het voortdurend en eindeloos kan worden gerecycled.
- ★ Goud is het enige metaal dat niet kan oxideren, zelfs niet als het duizenden jaren in de grond ligt.
- ★ De tong is de enige spier in het menselijk lichaam die slechts aan één van de uiteinden vastzit.
- ★ Als je geen dorst meer hebt, moet je meer drinken. Wanneer het menselijk lichaam uit gedroogd is, stopt het dorstmechanisme.
- ★ Nul is het enige getal dat niet in Romeinse cijfers voorkomt.
- ★ Pindaolie wordt vooral gebruikt in onderzeeërs omdat het geen rook afgeeft bij verhitting onder 230°C.
- ★ Vliegers werden tijdens de Amerikaanse Burgeroorlog gebruikt om post en kranten te bezorgen.
- ★ Water drinken na de maaltijd vermindert het zuur in de mond met 61%.



creazilla

Tot volgende maand.....



Uw bestuur: Jacqueline Ballieu (voorzitter 058/62 36 06), Marina Lanssens (penningmeester 058/52 03 93), Lieve Clepken (secretaris 058/73 01 55), Paul Bruynooghe (0476/22 14 11), Erik Deceuninck (0475/60 05 36), Bernard Ryngaert (058/52 03 93), Karel Tillie (0479-31 20 58), Louis Yperman (058/73 01 55)

Met dank aan onze sponsors:



Kantoor De Panne
Zeelaan 14
058/41 48 11
kantoorverheecke@argenta.be

Kantoor Koksijde
Zeelaan 67
058/52 04 52
koksijde@argenta.be

