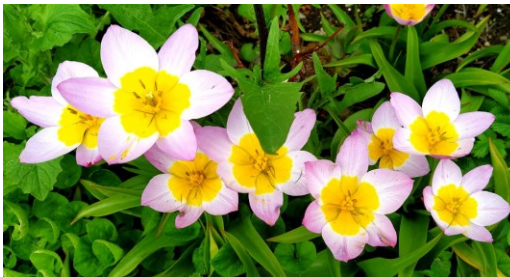


Nieuwsbrief



juni 2025

Beste vrienden,

Niet alleen bij onze studentjes breekt er een drukke periode aan. Wij wensen hen trouwens veel succes toe zodat zij straks ook kunnen genieten van een welverdiende vakantie, dus nu even doorbijten gastjes en alles komt goed. Ook bij Vl@s De Panne-Adinkerke bruist het van talrijke activiteiten maar dat zullen jullie al wel gemerkt hebben.

Met een grote groep deelnemers blikken wij terug op een zeer geslaagde halve daguitstap naar de “Zonnegloed” in **Oostvleteren**. Dit opvangcentrum verricht trouwens fantastisch werk. Alle aanwezige dieren hebben een pijnlijk verleden van verwaarlozing achter de rug en velen onder hen hebben destijds een trauma opgelopen. Zij worden hier opgevangen en verzorgd zodat zij hier opnieuw een min of meer normaal leven krijgen en degelijk voedsel en verzorging.

Nadien mochten wij ook de innerlijke mens versterken met een lekkere hap en/of godendrank bij de alom geroemde “Paters” in **Westvleteren**. Zo zie je maar, de beide kanten van de Vleterbeek hebben hun aantrekkingspolen. En wat staat er ons nog te wachten voor de komende dagen? Heel wat interessante zaken als je het mij vraagt, lees zeker verder in deze heel interessante nieuwsbrief en vergeet vooral niet om tijdig in te schrijven. Misschien nog een tip, voer je inschrijving en betaling onmiddellijk uit, zo vergeet je het zeker niet want het zou maar al te jammer zijn om deze interessante activiteiten te mislopen.

Maar natuurlijk brengen wij eerst en vooral een speciale groet aan onze stoere mannen. Hun feestdag komt er heel binnenkort aan. Geef ze maar een dikke knuffel, zij hebben het dubbel en dik verdient. Iemand zei mij ooit eens: *“wij moeten ze goed verzorgen want zij zijn het zout op onze patatten”* en daar ben ik het volledig mee eens.

Geniet verder nog van het zonnetje en hopelijk tot binnenkort,
Hartelijke groetjes ,
Jullie voorzitter Jacqueline Ballieu

Proficiat aan onze jarigen van de maand juni

- 03 Ghislain Dever
- 03 Piet Vercruysse
- 05 Liliane Cneut
- 07 Guido Mylle
- 16 Marie-Thérèse Vreysen
- 20 Francine De Schepper
- 20 Frank Van Leuven



Aan alle Papa's, Opa's
Vakes, Pépés, Bompi's

Fijne Vaderdag



creazilla

Opgelet deze maand moet er reeds ingeschreven worden
voor de activiteiten in juni EN in juli 2025:

- * Inschrijven voor de **terugkomdag riviercruise op 18 juni 2025**
inschrijven **tegen ten laatste 10 juni** door overschrijving van **€ 8**
- * Inschrijven voor het **Zomerfeest op 3 juli 2025**
inschrijven **tegen ten laatste 20 juni** door overschrijving van **€ 38**
- * Inschrijven voor de **daguitstap naar brouwerij Bernardus in Watou**
en het bedrijfsbezoek bij "Made in inox" op 10 juli
inschrijven **tegen ten laatste 30 juni** door overschrijving van **€ 60**

De overschrijvingen moeten gebeuren op rekening
BE42 4742 1419 7154 van **VL@s De Panne-Adinkerke**
met vermelding voor welke activiteit men inschrijft.

OPGEPAST: uw inschrijving is pas definitief na ontvangst van het gevraagde bedrag!!!!

Jaarprogramma

Jaarthema 2025 **Onze taal bouwt bruggen**

- | | |
|---------------------------------------|--|
| 18 juni 2025 | Terugkomdag riviercruise 2024 ! Allen welkom !
van 14u30 tot 17u Sint Jansheem |
| 20 juni 2025 | Valpreventie voor senioren Kris Cuvelier
van 14u30 tot 17 uur Sint-Jansheem |
| 03 juli 2025 | Zomerfeest
‘t Groot Moerhof – Adinkerke om 12u30 |
| 10 juli 2025 | Daguitstap naar Watou:
Brouwerij Bernardus en “Made in Inox” |
| 19 september 2025 | Muzikale namiddag met Glenn Degeselle
van 14u30 tot 17u - De Boare |
| 17 oktober 2025 | Causerie met Koen Geens
van 14u30 tot 17u – Gemeentelijke feestzaal |
| 18 oktober tot 26 oktober 2025 | Meerdaagse reis Andalusië |
| 14 november 2025 | Seniorenfeest
Salons Drie Koningen – Beauvoorde om 12u30 |
| 19 december 2025 | Blauwen aan de Franse Grens door Ronald Verstraete
van 14u30 tot 17u De Boare |



Noteer alvast je favoriete activiteiten

18 JUNI 2025: TERUGKOMDAG RIVIERCRUISE
om 14u30 in het
Sint-Jansheem - Noorddreef 1A De Panne

“De valleien van de romantische Rijn, de Moezel en de Mainz”

De riviercruise van vorig jaar werd voor de deelnemers een zeer gesmaakte beleving. Het was niet alleen een interessante reis met prachtige bezochte sites, maar ook een heel gezellige riviercruise waarop veel gelachen werd. De sfeer zat er echt in.

Dit jaar nodigen we **alle leden** uit om de riviercruise te herbeleven dank zij de mooie fotoreportage van Bernard Ryngaert. Zo kan iedereen meegenieten van deze geslaagde reis.

Om in de sfeer te komen schenken we een glaasje Moezelwijn, dat smaakt altijd lekker. Ook een stukje taart met koffie mag zeker niet ontbreken.

Heb je zin om de terugkomdag mee te maken stort dan € 8 op rekening
BE42 4742 1419 7154 van VI@s De Panne-Adinkerke met vermelding «terugkomdag riviercruise».

Inschrijven tegen ten laatste 10 juni 2025

Uw inschrijving wordt pas definitief na ontvangst van het verschuldigde bedrag

Vergeet niet: 60-plussers uit De Panne en Adinkerke die een permanent of tijdelijk mobiliteitsprobleem hebben kunnen steeds een beroep doen op de Seniormobiel om naar onze activiteiten te komen.

Een ritje binnen De Panne kost je € 2, enkele rit of dubbele rit, ongeacht de afstand. Naar of van Koksijde of Veurne : € 6.

Idem naar of van Nieuwpoort of Alveringem: € 12

Reserveren doe je via het team Welzijn-Senioren via telefoon 058 42 97 65
(tijdens de werkuren) of via mail: senioren@depanne.be

Het aanvragen van een rit doe je ten laatste 2 werkdagen voor de activiteit en ten vroegste 2 maanden ervoor.

Je kan kosteloos annuleren tot de dag vóór de activiteit en ten laatste tegen 16.30u. Dit doe je via de bovenstaande contactgegevens.

vrijdag 20 juni 2025 om 14u30
Valpreventie door Kris Cuvelier
Sint-Jansheem Noorddreef 1A - De Panne



“Vallen, het overkomt mij niet, ik let goed op”, zo wordt er dikwijls gedacht, maar niets is minder waar. Het gebeurt vaak en kan ernstige gevolgen hebben.

Eén op drie 65-plussers valt minstens één keer per jaar en het valrisico neemt toe met de leeftijd. Toch is er iets aan te doen, namelijk

VALPREVENTIE

Valpreventie is erop gericht om met eenvoudige maatregelen het risico op vallen te verminderen of te voorkomen en zo de veiligheid te vergroten.

Met Kris Cuvelier leren we de basisbegrippen om vallen te voorkomen. Een slechte verlichting, onaangepaste schoenen, tapijtjes, snoeren en kabels,...dat zijn slechts enkele voorbeelden van mogelijke valkuilen die ons kunnen doen struikelen en vallen.

Verder leren we nog iets wat heel belangrijk is: wat te doen als men gevallen is, hoe rechtstaan of hulp zoeken.

Kortom, op deze namiddag leer je hoe je veiliger de dag doorkomt.

Gratis koffie vanaf 14 uur Aanvang voordracht 14u30

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

Voor onze zieke vrienden

**Thuis of in
Een ziekenhuis**

Wordt snel weer beter





Net als de voorbije jaren organiseren we weer een gezellig zomerfeest om het eerste semester af te sluiten in 't Groot Moerhof, Molendam 2 in Adinkerke.

Wij verwelkomen jullie graag met een aperitiefje aangeboden door Vl@s De Panne-Adinkerke met als keuze: een glaasje cava, of picon/witte wijn, of fruitsap

Op het menu:

- Gebraiseerde ham van de BBQ met 3 warme sausjes (graanmosterd, provincaalse en béarnaise)
- Opgevulde aardappel uit de oven
- Gevarieerde groenten en saladbar
- Koffie met versnaperingen en herbediening

Prijs: Leden Vl@s De Panne-Adinkerke en gastleden : **€ 38** Niet-leden: **€ 48**.

Inbegrepen:

Het aperitief (enkel voor leden en gastleden), de gebraiseerde ham en de koffie.

Niet-inbegrepen:

De drank bij de gebraiseerde ham

Inschrijven tegen ten laatste 20 juni 2025 door overschrijving op rekening BE42 4742 1419 7154 van Vl@s De Panne-Adinkerke met vermelding "Zomerfeest 't Groot Moerhof" en het aantal deelnemers.

OPGEPAST: !

Omwille van misbruiken in het verleden zien we ons verplicht volgende maatregel toe te passen: wie zijn deelname afzegt na 28 juni wordt maar voor de helft terugbetaald. Met dank voor jullie begrip.

Voor het vervoer naar het Groot Moerhof graag zelf onderling afspreken of doe een beroep op de seniormobiel. 058 42 97 65

We zien er al naar uit om samen de zomer te vieren.

DONDERDAG 10 JULI 2025

DAGUITSTAP

WATOU: brouwerij St. BERNARDUS en “MADE IN INOX”

Onze daguitstap organiseren we opnieuw met carpooling.

Om 8u45 verzamelen we op de parking van de vroegere bakkerij Helvetia in de Veurnestraat zodat we samen om 9 uur kunnen vertrekken. Wie niet vanaf deze verzamelplaats vertrekt wordt bedankt om een seintje te geven zodat wij niet op hen hoeven te wachten of ons ongerust te maken.

Onze eerste stop brengt ons naar de brouwerij Sint-Bernardus in Watou.

Daar, in bar Bernard, valt meer te ontdekken dan je denkt. Eerst krijgen we een rondleiding doorheen de brouwerij Sint-Bernardus, daarna volgt een degustatie in het restaurant. **OPGEPAST ER IS GEEN LIFT.**

Ook ontvangen we een waardebon van € 5 die je kan gebruiken in de brouwerijwinkel.

De maaltijd gebruiken we in Bar Bernard, een indrukwekkende rooftopbar met een panoramisch zicht op de omliggende hoppevelden.



← Bar Bernard

“Made in Inox” →



De namiddag brengen we door in een totaal andere omgeving, nl. bij “Made in Inox”.

Het begon met een kleine “smesse, het Rattekot” die uitgroeide tot een modern atelier met nieuwe technologie en software. “Made in inox” maakt **alles op maat**, in overleg en afstemming met de klant.

We krijgen een rondleiding doorheen het bedrijf en ervaren de evolutie van smidse naar de actuele metaalconstructie.

Na nog een drankje keren we huiswaarts.

Praktische info:

Deelnameprijs: Leden en gastleden: € 60 – niet-leden € 65.

(inbegrepen: inkom – middagmaal – gids – bezoek – kostenvergoeding chauffeur)

Inschrijven tegen ten laatste 30 juni door overschrijving op rekening BE 42 4742 1419 7154 van VI@s De Panne-Adinkerke met vermelding “Daguitstap Watou”.

Uw inschrijving is pas geldig na ontvangst van het verschuldigde bedrag.

CARPOOLING

We doen een oproep naar vrijwillige chauffeurs.

Heb je één of meer plaatsen vrij in je wagen en wil je die delen met de leden die geen auto hebben? Geef dan je naam en het aantal vrije plaatsen door aan onze **voorzitter Jacqueline Ballieu** op nummer **058/62 36 06** of via mail jacqueline.ballieu@telenet.be

Dit moet natuurlijk niet gratis. De bestuurders krijgen een kostenvergoeding van € 5 per deelnemer. De kostenvergoeding wordt bij de deelnameprijs gerekend en later door onze afdeling terugbetaald aan de chauffeurs.

We verzamelen op de parking van de vroegere bakkerij Helvetia in de Veurnestraat om 8u45 en vertrekken om 9 uur richting Watou.

Nuttige adressen:

Brouwerij Sint-Bernardus Trappistenweg 23 – 8978 Poperinge - Watou

Made in Inox : Steenvoordestraat 124 – 8978 Poperinge - Watou

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.



creazilla

Openingsuren : van 10:00 tot 12:00 uur en van 13:00 tot 17:00 uur.
Je kan hen ontmoeten op 5 en 19 juni 2025.



creazilla

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

Wandelgroep

Opgelet: datumwijzigingen

Volgende data worden gewijzigd:

De wandeling van 2 september wordt naar 16 september verplaatst
De wandeling van 21 oktober wordt naar 30 september verplaatst.
De laatste wandeling van dit seizoen is dus 7 oktober 2025.



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	Lekelroute	Leke	6 km
Dinsdag 19 augustus	Op stap met Baertse paters	Poperinge	6 km
Dinsdag 16 september	Wandelen in de zielage	Leisele	5 km
Dinsdag 30 september	Van 't Kasteel naar 't Hof	Elverdinge	5 km
Dinsdag 07 oktober	Wandelen langs de Yperlee	Steenstraete	4 km

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

Bij aan houdende regen wordt er niet gewandeld, evenmin bij overdreven warm weer.
Bij twijfel contacteer :

Paul Beerens – telefoon 058/41 16 59 of Bernard Ryngaert – telefoon - 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.



Hoe wordt papa wereldwijd in de bloemetjes gezet?



Vorige maand zochten we op hoe Moederdag gevierd wordt wereldwijd. Vandaag zijn de papa's aan de beurt. Vaderdag wordt minder gevierd op wereldvlak. Dat komt omdat vaders vaak nog als kostwinners gezien worden en geen rol spelen in de opvoeding van hun kroost.

Gelukkig zijn er heel wat landen zonder culturele vooringenomenheid, waar de papa's elk jaar gevierd worden.

Verenigde Staten:

We danken Vaderdag aan het initiatief van Sonora Louise Smart Dodd. Na een dienst voor de moeders in een methodistenkerk in het stadje Spokane, Washington, vroeg zij zich af waarom ook vaders niet hun eigen feestdag verdienden.

Zij wilde haar vader in het zonnetje zetten. Na de dood van haar moeder nam hij liefdevol haar taak over, niet zo evident in 1909. Maar haar initiatief kende weinig bijval tot op 19 juni 1910 de eerste Vaderdag gevierd werd.

Zakenlui kregen al snel dollartekens in hun ogen en begonnen munt te slaan uit de goede bedoelingen. Wat later zag men ook in Europa het commercieel voordeel in van deze speciale dag en werden hier eveneens Vaderdagen ingericht.

In 2023 werd een record gebroken met een 160 miljard dollar omzet in uitgaven aan cadeaus voor vader.

In de VS. valt Vaderdag steeds op de derde zondag van juni. Een datum die heel wat landen overgenomen hebben.

België:

Hier in België vieren we de papa's op de tweede zondag van juni, behalve in de regio Antwerpen waar ze vader liever op 19 maart vieren, de feestdag van Sint-Jozef. Deze dag is favoriet in heel wat katholieke landen.

Nederland:

Vanaf 1937 vierde Nederland de papa's ergens in de maand oktober. Voor handelaars was die datum te dicht bij Sinterklaas en kon er nog iets in het voorjaar gevierd worden. Op voorspraak van de Nederlandse Bond van Herenmodedetailisten werd Vaderdag naar de derde zondag van juni verplaatst.



Rusland:

In Rusland is Vaderdag geen officiële feestdag. Dit jaar valt Vaderdag op zondag 19 oktober 2025 en hanteren de meeste bedrijven in Rusland de normale zondagsopeningstijden. In Rusland viert men zowel het vaderschap als het ouderschap van mannen.

Japan の日, chichi no hi

Ook in Japan is Vaderdag geen officiële feestdag. Toch vieren heel wat Japanners “の日, chichi no hi” op de derde zondag van juni. Vooral sake, shochu, modeartikelen, sommige delicatessen, sportuitrusting en diverse zoetigheden zijn populair als cadeau.

Brazilië “Dia dos Pais”:

Voor de Brazilianen komt de familie op de eerste plaats. Vaderdag is er, net als Moederdag, een belangrijke dag. Op die dag komt het gezin samen om te eten en drinken.

Thailand:

Vaderdag is in Thailand een speciale gelegenheid die een compleet andere betekenis krijgt. De Thaise Vaderdag wordt gehouden op 5 december en herdenkt de verjaardag van Zijne Majesteit de overleden Koning Bhumibol Adulyadej de Grote. Bovendien is het, sinds 1960, de nationale feestdag.

Hoi, actieve wandelaar, vergeet het volgende niet

Attest mutualiteit voor leden van de wandelgroep:

Wie aan drie wandelingen deelneemt wordt beschouwd als lid van de wandelgroep en kan daardoor een tussenkomst bekomen van zijn mutualiteit, als lid van een sportgroep. Wel moet u zelf het in te vullen attest aanvragen bij uw mutualiteit.

Als sportgroep vult u het volgende in: “Wandelgroep Vlaamse Actieve Senioren De Panne-Adinkerke”



Vul het document in en geef het dan door aan één van de bestuursleden. U krijgt dan later het attest terug met stempel en ondertekend door een verantwoordelijke.

Vl@s Koksijde

2 juni 2025

Activiteitenviering met Breughelbuffet

20 juni 2025

da's TOF Daguitstap Antwerpen



Fijne Vakantie



Geniet van zon, zee en zalige momenten....

Tot volgende maand!!!!

uw bestuur: Jacqueline Ballieu voorzitter (058/62 36 06), Marina Lanssens (penningmeester 058/52 03 93), Lieve Clepkens (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



**** HOTEL
DONNY