

## Afdeling De Panne-Adinkerke



Beste Leden,

Voel je de lente ook al kriebelen? Heel vroeg in de morgen hoor je de vogels al fluiten, ijverig zoekend naar een lekkere worm of wat plukjes gras om hun nest te bouwen. Heel zorgzaam gaan ze te werk zodat straks hun jongen lekker warm en veilig in hun nest liggen.

Zorgzaamheid; een mooi woord dat wij ook in onze vereniging blijven koesteren. Wij zijn er voor jullie. Durf gerust iemand van het bestuur aan te spreken als je wenst dat iemand op bezoek komt of je eens opbelt.

Wat ik jullie ook warm aanbeveel is het "Ontbijt ten voordele van de Stichting tegen Kanker". We kennen allemaal wel iemand die met deze ziekte geconfronteerd wordt en hopen voor iedereen op een compleet herstel. De volledige opbrengst van het ontbijtbuffet wordt overgemaakt aan de Stichting.

En dan eindelijk: het is 21 maart!

Ga naar buiten en geniet van de langere en zonnige dagen.  
Vier de lente en ga mee met de wandelgroep

Zo kom je vanzelf fit en in vorm.

Ik zie je daar,

Erik.

## Proficiat aan onze jarigen van de maand maart



03 Christine Bossuwe  
04 Rika Tilly  
04 Rita Tilly  
05 Denise Kestens  
06 Rita Vanzeebrouck  
11 Hugo Lucidarme  
12 Marie-Jeanne Lecossois  
14 François-Roger Claes

16 Pol Goderis  
19 Louis Yperman  
20 Annie Van Der Stichel  
21 Christine Bruynooghe  
22 Yvette Vandersmissen  
26 Rosa Vermander  
30 Rudy Tommelein



## Voor onze zieke vrienden



# Jaarprogramma 2026

## Onze planning voor het eerste semester

- 15 maart 2026**      **Ontbijtbuffet t.v.v. Stichting tegen kanker**  
(een samenwerking met andere verenigingen)  
De Boare van 8u30 tot 11u30
- 20 maart 2026**      **Causerie door Dokter Paul**  
**Jansseune “Diabetes”**  
Gemeentelijke Feestzaal om 14u30
- 10 april 2026**      **Causerie door weerman Geert Naessens**  
Gemeentelijke Feestzaal om 14u30
- 17 april 2026**      **Causerie door Prof. Erik De Maertelaere**  
**“Allergieën, oorzaken, symptomen en**  
**behandeling”**  
Gemeentelijke Feestzaal om 14u30
- 21 april 2026**      **Noordzeequiz VI@s**  
De Boare om 14u30
- 15 mei 2026**      **Provinciale wandeldag**  
Een organisatie van VI@s De Panne-Adinkerke
- 29 mei 2026**      **Daguitstap naar de Struisvogelboerderij in**  
**Aarsele en bezoek aan Stokerij Filliers**  
**Opgelet: nieuwe datum !!!!!!**
- 02 juli 2026**      **Zomerfeest**  
‘t Groot Moerhof om 12u30
- 14 augustus 2026**      **Terugkomdag reis Andalusië**  
Oostheem  
Ook niet-deelnemers aan deze reis zij welkom
- 20 augustus**      **Deelname aan de 4-daagse van de IJzer**  
in Poperinge  
Verzamelen voor car-pooling aan de Oosthoek

**Vergeet niet: Je kan steeds een beroep doen op de Senormobiel  
om naar onze activiteiten te komen.**



# Ontbijt ten voordele van

stichting  
tegen  
kanker



Zondag 15 maart 2026

De Boare, Koningsplein 1, 8660 De Panne

Van 8u30 tot 11u30

Volwassenen € 18  
Kinderen : € 08  
Luxe ontbijt : € 28



**Vooraf betalen en inschrijven is vereist !!! op 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 **VI@s** De Panne-Adinkerke, **Okra** De Panne-Adinkerke en **Gezinsbond** Adinkerke

**Info bij :**

**Erik Deceuninck 0475-60 05 36 - erikdeceuninck58@gmail.com**

## Vrijdag 29 mei 2026

### Daguitstap naar de Struisvogelboerderij in Aarsele en



### Bezoek aan Stokerij Filliers in Bachte-Maria-Lerne (Deinze)

## PROGRAMMA

Er zijn 3 opstapplaatsen voor deze daguitstap (vermelden bij inschrijving):

**8u15: Sporthal, Oosthoek De Panne**

**8u25: De Boare, Koningsplein De Panne**

**8u35 Adinkerke, Kerk**

**Voormiddag:** We vertrekken richting Aarsele voor een bezoek aan de struisvogelboerderij **Schobbejaks Hoogte**. Een geleid bezoek leert ons alle weetjes kennen over de struisvogels en het kweken ervan. We volgen hen stapvoets van hun geboorte uit het ei tot het volwassen dier.

Wist je dat er een schat aan struisvogelproducten bestaat?. Natuurlijk moeten we ook eens proeven van hun producten, ontdekken wat er allemaal bestaat.

Hierna terug de bus op ,naar het restaurant **De Butler in Astene-Deinze**. Hier wacht ons een drie-gangen menu. **Drank niet inbegrepen.**

**Namiddag:** Doel van ons bezoek: **de distilleerderij Filliers** in Bachte-Maria-Lerne.

Ooit was de stokerij slechts een nevenactiviteit van de familie Filliers. Nu bezoeken we een bloeiende distilleerderij waar traditie en hedendaagse technologie perfect samengaan. We krijgen een rondleiding in het bedrijf met een exclusief kijkje in de stokerij en het rijpingsmagazijn, onder begeleiding van een ervaren gids.

Wie graag eens van hun producten wil proeven kan voor € 15 een degustatie aankopen. Een gezellige afsluiter voor we opnieuw de bus nemen, richting De Panne.

### **PRAKTISCHE INFO:**

**Deelnameprijs:** Leden en gastleden € 75 - niet-leden € 85

(inkom bezoeken – gidsen – vervoer – lunch (drank niet inbegrepen))

**Inschrijven tegen ten laatste 15 mei 2026** door overschrijving op rekening

**BE42 4742 1419 7154 van Vlas De Panne-Adinkerke met vermelding "Daguitstap Deinze + het aantal deelnemers + ik stap op in (plaats vermelden)".**

# Wandelgroep

**Eindelijk! Het wandelteam ziet het helemaal zitten: de start van het nieuwe wandelseizoen.**

**Voor wie ons niet kent: wij zijn een relaxe en gezellige wandelgroep en trekken eropuit om samen de mooiste hoekjes van Vlaanderen en Noord-Frankrijk te ontdekken. We beginnen met een korte wandeling, want je weet nooit wat de maand maart in zijn mars heeft. Kom je ook?**

Dinsdag 03 maart	Met Sint-Arnold op pad	Alveringem	5,5 km
Dinsdag 17 maart	Circuit Chateau de la Briarde	West Cappel	5,0 km
Dinsdag 31 maart	Reservedag		
Dinsdag 7 april	Rond Ter Yde	Oostduinkerke	7,1 km
Dinsdag 21 april	Brabanthoekwandeling	Oostvleteren	6,6 km
Dinsdag 5 mei	Käthe Kollwitz wandelpad	Vladslo	8,0 km
Dinsdag 19 mei	Lenspolderwandeling	Nieuwpoort	6,0 km
Dinsdag 2 juni	IJslandvaarderspad	Koksijde	7,4 km
Dinsdag 16 juni	Witteburg	Oostduinkerke	7,0 km
Dinsdag 30 juni	Reservedag		
Dinsdag 7 juli	Van Hoge Kam tot Bethoosterse broeken		
		Esen	7,0 km
Dinsdag 21 juli	In het spoor van de landadel Krombeke		7,2 km
Dinsdag 4 augustus	Polygoonbos	Zonnebeke	6,0 km
Dinsdag 18 augustus	Zevekotepad	Reningelst	6,0 km
Dinsdag 1 september	Galgenbossen	Elverdinge	7,5 km
Dinsdag 15 september	Rond het maritiem hospitaal	Zuydcoote	6,0 km
Dinsdag 29 september	Reservedag		
Dinsdag 6 oktober	Smouthoekpad	Watou	8,1 km

**OPGELET: we verzamelen voor carpooling op een nieuwe locatie: HET SPORTPARK OOSTHOEK om 13u15 en vertrekken om 13u30**

**Wie graag transport wil naar de oosthoek : verzamelen om 13 uur aan De Boare**

Verwittig vooraf één van de volgende bestuursleden:

Dirk D'Hooghe 0495-50 60 74 of Karel Tillie 0479- 31 20 58 of

Paul Bruynooghe 0476- 22 14 11



30 januari 2026

## Bezoek aan het KEI Info en rondleiding

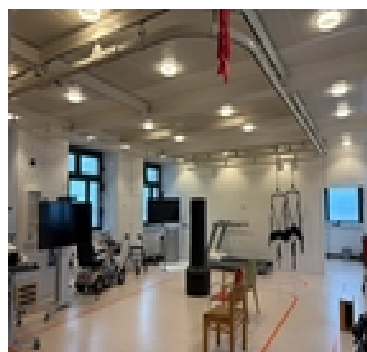


### Het Koningin Elisabeth instituut:

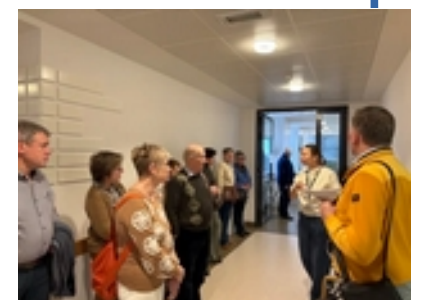
- opnamecapaciteit van 165 bedden - vorig jaar: 1.495 opnames
- revalidatie van locomotorische, neurologische, psycho-geriatrische en cardio-pulmonaire problemen
- 300 medewerkers
- ook ambulante revalidatie
- reeds meerdere jaren bekroond met verschillende onderscheidingen. Vorig jaar de Hospitality Award (Gastvrijheid en Klantbetrokkenheid) van Gault-Millau
- we kregen uitgebreid uitleg over de verschillende revalidatie mogelijkheden, de oorzaak van ziektes en de evolutie per leeftijd, valpreventie, .....



Afbeelding 1: Ambulante revalidatieruimte



Afbeelding 3: Nieuwe revalidatieruimte voor de afdeling neurologie



Afbeelding 2: Rondleiding op alle afdelingen van het KEI

## PROVINCIALE WANDELDAAG WEST-VLAANDEREN

De Vlaamse actieve senioren, afdeling De Panne-Adinkerke organiseert op vrijdag 15 mei 2026 het jaarlijkse wandelevenement (i.s.m. wandelclub uit Veurne).

Zee en zon, strand en duin, open natuur, en architectuur  
kunst en cultuur, sport en ontspanning....

Ideaal voor mooie wandelingen langs de zee met de voetjes in het water, op het strand, langs de dijk, door de duinen, in de polders, met zoektochten langs historische paden en idyllische hoekjes.



De Panne, de wandelgemeente van het jaar: een mekka voor de wandelaar (en zo veel meer)

**Alle wandelaars worden op vrijdag 15 mei 2026 vanaf 9 uur verwacht in De Boare, Koningsplein, 1, De Panne.**

Er is parkeermogelijkheid maar niet gratis.

Ook **zeer makkelijk bereikbaar met het openbaar vervoer.**

Waarom niet komen met de trein, Station De Panne ? Zo vermijd je files en parkeerproblemen.

Heel gemakkelijk, want dadelijk naast het station vind je de halte van de kusttram.

Afstappen aan de halte Kerk en dan enkele minuutjes te voet naar De Boare op het Koningsplein.

Daarnaast zijn **niet-wandelaars** van harte welkom om te genieten van een gezellig samenzijn en een etentje. Wie graag een kleine wandeling maakt vindt de zee op loopafstand.

**Het programma ziet eruit als volgt :**

9 u.                               verwelkoming met koffie, thee en een koffiekoek, ook een zakje voor onderweg. Enkel voor de wandelaars. Wie niet wandelt kan drankbonnetjes aankopen voor koffie, thee, frisdrank of bier

Vanaf 10 u.                       start van de wandeling. Er zijn 3 wandelingen voorzien : +- 4-6-9 km.  
Na de wandeling verwelkoming met een glaasje cava of fruitsap

Lunch: Groep 1: vanaf 12u15:  
          Groep 2: vanaf 13u45:  
          barbecue met 3 stukken vlees: mals gekruide chateaubriand, gemarineerde ribbetjes en varkensworst, daarbij een uitgebreid groentebuffet

**Deelnameprijs:**

€ 9 voor de wandeling, € 28 voor enkel het middagmaal, inclusief een aperitief, € 37 voor het totaalpakket.  
Niet-wandelaars kunnen bij aankomst drankbonnetjes aankopen voor een kop koffie, thee, frisdrank of bier

**Inschrijven:**

VI@s-leden schrijven in via hun afdelingsbestuur, **ten laatste op 15 april 2026.**

Ook niet-wandelaars zijn van harte welkom.

**Info:** Erik Deceuninck (voorzitter) 0475-600536 erikdeceuninck58@gmail.com



Met dank aan de Gemeente De Panne voor haar medewerking  
Foto's De Panne

**Een oproep : wie wil een handje helpen?**

**Wij zijn dringend op zoek naar vrijwilligers die een handje willen toesteken op deze Provinciale Wandeldag.  
Ben je vrij op vrijdag 15 mei 2026? Kom dan ons team versterken.**

**Er zijn 35 vrijwilligers nodig om van deze dag een succes te maken. Misschien ben jij er eentje van.**

## 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 uur. Je kan hen ontmoeten op 12 en 26 maart 2026

**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



## VI@s Koksijde

- |               |   |
|---------------|---|
| 18 maart 2026 | <b>Causerie door Bert Cosemans</b><br><b>“Ik en Robin Hood”</b><br>Zaal Kerkepanne om 14u30 |
| 01 april 2026 | <b>*da’s TOF* SNOOKER - POOL – DARTS</b><br>zaal Ster der Zee Koksijde                      |
| 23 april 2026 | <b>FEEST van de MEDEWERKERS</b>   |
| 24 april 2026 | <b>*da’s TOF* CONCERT i.s.m. Marnixring</b>   |

Meer info bij Christine Bruynooghe – tel. 0484 39 95 35 –of via mail: [bruynooghe.christine@gmail.com](mailto:bruynooghe.christine@gmail.com)

## VI@s Veurne

- |               |  |
|---------------|--|
| 30 maart 2026 | <b>Causerie door Ruben Aernoudt</b><br><b>“België door het oog van een economist”</b><br>Zaal De Zonnebloem om 14u30 |
| 20 april 2026 | <b>Dirk Musschoot</b><br><b>Het dagelijks leven tijdens WO II</b>  |
| 23 april 2026 | <b>Petanquenamiddag</b>  |

Meer info bij Paul Jansseune: [dokter.paul.jansseune@telenet.be](mailto:dokter.paul.jansseune@telenet.be)  
Of bij Dorine Maes: [Dorine.maes1@telenet.be](mailto:Dorine.maes1@telenet.be)

# Valentijn vieren onder vrienden:



**Samen ontbijten op 14 februari**

**Ghislain verraste ons met enkele mooie liefdevolle teksten**

## *Schoorvoetend*

*Nu, het ochtendlicht  
zachte stralen draagt.  
De gekleurde,  
slaapkamer muren  
met fijne gouden zonne vlekken,  
vrolijk worden verlicht.*

*Buiten, fragiele lente bloesems  
ontwaakt zijn uit hun knop  
Vervagen donkere winter uren,  
geraakt men schoorvoetend  
weer in evenwicht!*

*Droomster*

## Zomertijd

Het is weer zover: tijd om de klok te verzetten.

**Op 29 maart 2026 gaat de klok 's nachts om 2.00 uur een uur vooruit.** Dat wordt een uur minder slapen.



Op zondag 25 oktober 2026 start de wintertijd en draaien we de klok een uur terug.

Intussen kunnen we genieten van lekker, lange, luie zomeravonden..

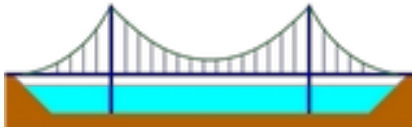
## **KERSTMARKT IN ARRAS**

Ga je mee naar de Kerstmarkt in Arras?

**Noteer alvast de datum in je agenda:  
04 december 2026**

We maken er een gezellige daguitstap van  
en gaan erheen met de bus, lekker makkelijk.

In één van onze volgende nieuwsbrieven lees je er meer over en  
verneem je hoe en tegen wanneer je moet inschrijven.



creazilla

## Jaarthema:

# Onze taal bouwt bruggen

In het kader van het jaarthema “Onze taal bouwt bruggen” deed het hoofdbureau van VI@s een oproep aan haar verschillende afdelingen om enkele mooie dialect woorden of uitdrukkingen uit hun streek over te maken. Hierna vinden jullie de woorden, met uitleg, die onze afdeling overmaakte aan VI@s:

### Dialectwoorden:

Beien (‘n letje beien, nog een letje beteien  
Troef geven of toetakelen  
Kandelaar  
Akketesse  
Altemets é keeë  
Lumpe  
Krottezak of koffie sokke  
Tillebenen  
Betebauw  
Vellospelle

### Uitleg:

Wachten, geduld hebben  
Slaag geven  
De takken van een boom inkorten  
Een stoute, slechte of valse vrouw  
Nu en dan  
Slappe koffiekoek  
Koffiezak  
Trappelen  
Boeman  
Broekveer

**Met dit lesje Pannens dialect sluiten we onze nieuwsbrief af.  
We hopen jullie opnieuw talrijk te ontmoeten in deze frisse lentemaand.**

**Tot ziens in april !!!**

**Groetjes van uw bestuur van VI@s De Panne-Adinkerke:**

*Erik Deceuninck (voorzitter 0475-60 05 36), Ghislain Dever (vicevoorzitter 058-51 89 31)-Marina Lanssens (penningmeester 058-52 03 93), Dirk D'Hooghe (secretaris 0495-50 60 74 ) Leden: Paul Bruynooghe (0476-22 14 11) , Lieve Clepkens (058-73 01 55) Bernard Ryngaert (058-52 03 93), Rita Ryngaert (0474-30 86 37), Karel Tillie (0479-31 20 58), Louis Yperman (058-73 01 55)*

**Met dank aan onze sponsors**

