



VI@s - krantje van de Vlaamse actieve senioren,
Tweemaandelijks publicatie augustus 2026, afgiftekantoor: 2099 Antwerpen X P708524

Jaargang 54 september - oktober 2026

Afdeling Sint-Niklaas

Kalender: september

Reis naar Duitsland.

Van 30 augustus tot 3 september.

Bowling: vrijdag 4 - september.

Deuren open om 14.00 u.

Begin: 14.30 u. Einde: +/- 17.00 u.

Waar: ANGLO Bowling Kleinhulst 6 te Hamme.

Deelname: € 10 (3 spelen)

Meestal hebben wij 5 à 6 spelers per baan.

Inschrijven tot 28 februari bij Dirk Ruythooren.

Bel 0495-79 49 12 of dirk.ruythooren@gmail.com

Wij moeten de banen reserveren.

Yoga: maandag 7 - 21 september.

We onthouden dat yoga gebruikt wordt om ons lichaam sterker en flexibeler te maken, ter voorbereiding op meditatie.

Wilfried zal ons daarin begeleiden.

Plaats: RVT Het Lindenhof, Kerkstraat 11, Belsele.

Start om 14.00 u.

Deelname in de onkosten: € 3 per sessie (matje meebrengen).

Tot dan, Wilfried.

Wandeling: dinsdag 8 september.

Wij starten om 14.30 u.

Samenkomst: Bosdorp 174 Stekene

We wandelen in de Stenense meersen

Inlichtingen: Luc Merckx: 0496 10 20 79

Gidsen: Jaak en Luc

Iedereen is welkom

Fietstocht woensdag 9 september.

Afstand 35 km.

Vertrek op de parking van het station in Belsele om 13.30 u.

Wij rijden langs Daknam

naar Eksaarde waar ons een drankje zal aangeboden worden door het bestuur (dank u).

Verder langs rustige wegen terug naar onze vertrekplaats.

Tot dan Roger, Rudi, Jan en Alice.

Petanque: vrijdag 11 - 18 - 25 september.

Plaats: Boulodrome, Lange Rekstraat, Sint-Niklaas (tussen Het Wijnhuis en parking "De Ster")

Start 13.30 u.

We spelen tot 17.00 u.

Er zijn ballen beschikbaar, maar breng liefst uw eigen gerief mee.

Inlichtingen: bel John 0475 31 96 97.

Deelname: € 3 p.p.

Leesclub: maandag 14 september.

Bespreking van het boek: "Monsieur Hawarden" Filp De Pillecyn.

Plaats: Lokaal VOC Steenstraete Nieuwstraat 84/86,

Sint-Niklaas. Start 14.30 u.

Inlichtingen: bel Denise 03 775 33 00 of

denise.vanmeervenne@gmail.com

Bijdrage: € 2

Begeleiding: De Schepper Carla.

Biografie van Filp De Pillecyn.

Filip De Pillecyn werd geboren op 25 maart 1891 in Hamme (Oost-Vlaanderen) en overleed op 7 augustus 1962 in Gent. Na zijn middelbare studies aan het Klein Seminarie van Sint-Niklaas studeerde De Pillecyn Germaanse filologie aan de Katholieke Universiteit Leuven. Hij was een Vlaamse schrijver, journalist en leraar en wordt beschouwd als een van de belangrijkste Vlaamse auteurs van de twintigste eeuw.

Korte samenvatting van Monsieur Hawarden (F. De Pillecyn).

Monsieur Hawarden (1935) vertelt het verhaal van een mysterieuze persoon die in een afgelegen dorp woont en door iedereen als een man wordt gezien. Geleidelijk ontdekt de lezer dat Monsieur Hawarden eigenlijk een vrouw is die al jarenlang als man leeft. Ze heeft haar vroegere leven achter zich gelaten na een tragische liefdesgeschiedenis en leeft teruggetrokken, vol verdriet en herinneringen. De novelle draait vooral om eenzaamheid, geheimen, identiteit en het verlangen naar vrijheid. Het verhaal is gebaseerd op een waargebeurd gegeven.

Dansles: dinsdag 15 september.

Bijdrage € 3.

Start: 14.00 u.

Leren dansen op een eenvoudige en speelse manier onder begeleiding van John en Bea.

Inlichtingen bel John 0475 31 96 97

In WZC Het Lindenhof, Kerkstraat 11, Belsele.

Bestuursvergadering: woensdag 23 september.

Nieuwstraat 86, Sint-Niklaas.

Voorzitter: Bea De Prycker

Dansoptreden 29 september

Waar: LDC De Schutterij

Start om 14 tot 16 uur

Locatie: LDC De Schutterij, Vleeshouwerstraat 8B, 9112 Sinaai

Iedereen welkom

Provinciale Wandeldag VI@s – dinsdag 29 september. Ontdek het Donkmeer in Overmere

De provinciale wandeldag van VI@s neemt je dit jaar mee naar het betoverende landschap rond het Donkmeer in Overmere. Water, natuur en geschiedenis vormen er samen een prachtig decor voor een dag vol beweging, ontmoeting en gezelligheid. Rustige paden, verrassende uitzichten en de warme VI@ssfeer maken van deze wandeldag een echte aanrader voor jong én oud. Trek je wandelschoenen aan en beleef samen met ons de charme van het Donkmeer — stap voor stap, in goed gezelschap.

Ontvangst

Vanaf 9.00 uur verwelkomen we alle wandelaars op Domein Nieuwdonk.

Een kop koffie met koek staat klaar. Elke deelnemer ontvangt een zakje met versnaperingen en een drankje voor onderweg.

We voorzien drie wandelingen langs het Nieuwdonkmeer, de eendenkooi en het gekende Donkmeer — elk met hun eigen sfeer en verrassingen.

Ben je geen wandelaar maar wél liefhebber van natuur en goed gezelschap? Dan ben je even welkom voor een smakelijke lunch en een prachtig uitzicht op het Nieuwdonkmeer vanaf het terras van Brasserie Chérie.

Lunch

Vanaf 11.30 uur start het lunchbuffet voor de eerste groep (ongeveer 80 personen per ploeg).

De tweede groep schuift aan rond 13.00 uur.

Buffetformule:

- Klein saladebuffet

- Keuze uit:

Stoofpotje van varkenswangen

Vol-au-vent

Beide gerechten worden geserveerd met frietjes, mayonaise en ketchup

Dranken: Elke deelnemer ontvangt drie consumptiejetons:

- 1 jeton voor koffie bij ontvangst

- 2 jetons voor dranken tijdens of na het eten

Elke jeton is geldig voor een pils, frisdrank of warme drank.

Prijs voor de wandelingen, het middagmaal en de consumptiejetons: € 31

Locatie: Domein Nieuwdonk

Dendermondse Steenweg 13A, Overmere.

Bereikbaarheid - Parking

Neem op de E17 afrit Beervelde.

Volg de Rivierstraat (N449) richting Overmere en rij 6,3 km verder op de N445.

Sla linksaf en volg de weg tot aan Domein Nieuwdonk.

Er is gratis parking vlak bij de ingang.

We leggen een bus in voor de prijs van € 10.

Opstap plaats aan Euroshop.

Prijs voor deelname wandeldag € 31

Daarnaast zijn er 10 voorbehouden parkeerplaatsen voor personen met een handicap.

Inschrijven via Denise 03 775 33 00 of

mail denise.vanmeervenne@gmail.com

Storten op Vlas Federatie Sint-Niklaas, Kuiperstraat 35, Sint-Niklaas

Rek.Nr. BE34 7310 2140 9790

Inschrijving is pas definitief na betaling.



Kalender oktober.

Yoga: maandag 5 - 19 oktober.

We onthouden dat yoga gebruikt wordt om ons lichaam sterker en flexibeler te maken, ter voorbereiding op meditatie.

Wilfried zal ons daarin begeleiden.

Plaats: RVT Het Lindenhof, Kerkstraat 11, Belsele.

Start om 14.00 u.

Deelname in de onkosten: € 3 per sessie (matje meebrengen).

Tot dan, Wilfried.

Bowling: vrijdag 2 oktober.

Begin: 14.30 u. Einde: +/- 17.00 u.

Waar: ANGLO Bowling Kleinhulst 6 te Hamme.

Deelname: € 10 (3 spelen)

Meestal hebben wij 5 à 6 spelers per baan.

Inschrijven tot 28 februari bij Dirk Ruythooren.

Bel 0495-79 49 12 of dirk.ruythooren@gmail.com

Wij moeten de banen reserveren.

Dansles: dinsdag 20 oktober.

Bijdrage € 3.

Start: 14.00 u.

Leren dansen op een eenvoudige en speelse manier onder begeleiding van John en Bea.

Inlichtingen bel John 0475 31 96 97

In WZC Het Lindenhof, Kerkstraat 11, Belsele.

Fietstocht woensdag 7 oktober.

Afstand 35 km.

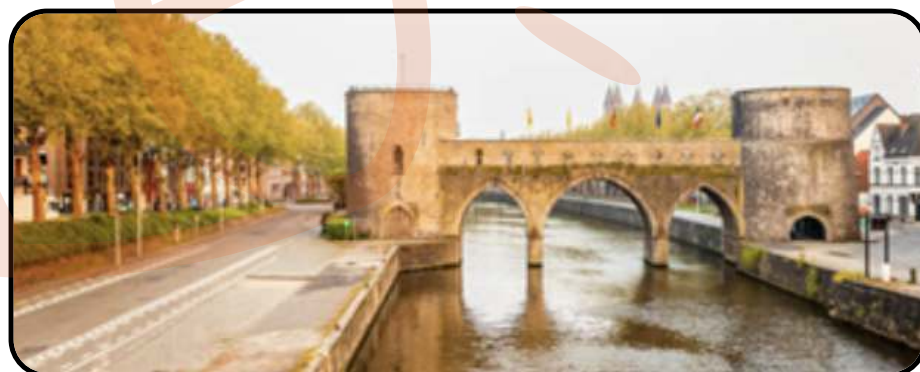
Vertrek op de parking van het station in Belsele om 13.30 u.

Als de wegenwerken goed vorderen rijden wij richting Molsbroek, in het andere geval is het naar Hamme Zogge.

Tot dan Roger, Rudi, Jan en Alice.

Daguitstap naar Doornik, donderdag 8 oktober

Naast sportieve activiteiten, traditionele feesten en leesclubs organiseert onze afdeling ook culturele uitstappen en interessante dagreizen. Zo blijven wij een echte jeugdbeweging voor senioren. Dit najaar trekken we naar Doornik, de parel van Wallonië en de op één na oudste stad van België. Bij aankomst worden de deelnemers verwelkomd met een kopje koffie of thee en een koffiekeok.



Daarna bekijken we de korte animatiefilm "De Wonderlijke Geschiedenis van Doornik". In de projectiezaal van de Dienst Toerisme maken we kennis met meer dan 2.000 jaar geschiedenis. Dankzij indrukwekkende beelden, animaties en geluiden ontdekken we verrassende verhalen, bijzondere geheimen en kleurrijke anekdotes over deze historische stad met haar vijf klokkentorens. Tijdens deze audiovisuele voorstelling komen tal van historische figuren aan bod die hun stempel op Doornik drukten, van het Gallo-Romeinse tijdperk tot vandaag. Namen als Childerik, Clovis, Lodewijk XIV, Karel V en Hendrik VIII passeren de revue. Een ideale kennismaking vóór we zelf de stad verder verkennen. Aansluitend neemt een plaatselijke gids ons mee op een boeiende wandeling doorheen 2.000 jaar geschiedenis. We ontdekken oude wijken, kerken en kapellen, bijzondere overblijfselen en prachtig geklasseerde gevels. Uiteraard krijgen ook de twee UNESCO-Werelderfgoedsites bijzondere aandacht: de kathedraal Notre-Dame en het Belfort van Doornik.

Na een smakelijke lunch kunnen de deelnemers kiezen voor vrije tijd in de stad of een facultatief bezoek aan het Museum voor Schone Kunsten.

We sluiten de dag af met een halte aan het uitzichtpunt van Mont Saint-Aubert, waar we nog een laatste panoramisch zicht krijgen op deze prachtige streek.

Toegankelijkheid

De uitstap is toegankelijk voor personen met een plooibare rolstoel of met een rollator maar kan op sommige plaatsen moeilijker verlopen door onder meer kasseistraten in het historische centrum, trappen in sommige oude herenhuizen.

Dagprogramma

08.00 u. Vertrek vanaf de parking van Euroshop in Sint-Niklaas
09.30 u. Aankomst in Doornik met koffie/thee en koffiekoek
10.15 u. Animatiefilm over Doornik, gevolgd door een gegidste stadswandeling. De deelnemers worden in twee groepen verdeeld zodat iedereen de wandeling op eigen tempo kan volgen.
12.30 u. Middagmaal in een typisch restaurant. Driegangenmenu: soep van de dag, vlees- of visgerecht en dessert. Dranken niet inbegrepen
14.30 u. Vrije tijd of facultatief bezoek aan het Museum voor Schone Kunsten € 5.
15.30 u. Vrije tijd
16.30 u. Terugreis via Mont Saint-Aubert
17.00 u. Vertrek huiswaarts van de Mont Saint-Aubert
19.00 u. Aankomst in Sint-Niklaas

Prijs per persoon: € 81 voor leden, € 88,00 voor niet-leden

Inschrijven bij Denise:

03 775 33 00 of denise.vanmeervenne@gmail.com vòòr 20 september.

Betaling is definitieve na storting op

Vlas Federatie Sint-Niklaas BE34 7310 2140 9790,

Petanque: vrijdag 9 - 16 - 23 - 30 oktober.

We spelen in de Boulodrome. Lange Rekstraat, Sint-Niklaas

Start 13.30 u. We spelen tot 17.00 u.

Prijs € 3. (De petanque velden moeten we huren).

Er zijn ballen beschikbaar, maar breng liefst uw eigen gerief mee.

Inlichtingen: bel John 0475 31 96 97.

Wandeling: dinsdag 13 oktober.

Wij starten om 14.30 u. Vertrek: aan de kapel van Gaverland. Gaverlandstraat 150, 9120 Beveren-Kruibeke-Zwijndrecht

Het verhaal gaat dat in 1511 een wonderdadig Onze-Lieve-Vrouwbeeld aan een linde gevonden werd. Sindsdien hebben er zich verschillende wonderen voorgedaan. Verschillende gelovigen schonken haar kostbare mantels met goudborduurwerk, sluiers van fijn kant en gedreven juwelen in zilver.
Inlichtingen: Eric Van Imschoot 0479 31 61 78.
Gidsen: Eric, Ria en Jaak



Foto: Wikimedia

Bestuursvergadering: donderdag 22 oktober.

Nieuwstraat 86, Sint-Niklaas.

Voorzitter: Bea De Prycker

Bloemschikken woensdag 14 oktober

Wij maken een mooi herfstbloemstuk!

Lesgeefster: Erica De Neef

Wanneer: 14 oktober

Waar: Steenstraete Nieuwstraat 86, Sint-Niklaas.

Tijdstip: 14.30 u.

Prijs € 27 alles inbegrepen!

(Materiaal, huur zaal, koffie en versnapering).

Inschrijven: en betalen bij Denise

03 775 33 00 of

denise.vanmeervenne@gmail.com

Betalen: op rekening nummer BE34 7310 2140 9790 Vlas Federatie Sint-Niklaas

Uiterlijk betalen tegen 28 augustus (6 weken levertijd voor de materialen).



Frank zingt Franse Chansons

Wanneer: donderdag 29 oktober.

Start 14.30 u.

Waar: Broekstraat 1, Hamme.

Prijs € 26.

Inschrijven zo spoedig mogelijk bij Denise

03 775 33 00 of mail

denise.vanmeervenne@gmail.com

Wij moeten de kaarten nu al bestellen en betalen. We hebben voorlopig 40 plaatsen gereserveerd.

Storten op BE34 7310 2140 9790 van Vlas Federatie Sint-Niklaas,

Kuiperstraat 35, Sint-Niklaas.

Na het succes van Frank zingt Will Tura gaat hij dit jaar aan de slag met France Chansons...

Tijdens de pauze is er taart en een koffie.



Frank kiest dit jaar voor een muzikaal avontuur: de rijke en tijdloze wereld van het Franse chanson.

Met zijn warme allround stem neemt hij het publiek mee op een sfeervolle reis langs bekende meezingers en ontroerende klassiekers. Denk aan publieksfavorieten als Pour un Flirt, j'aime la vie en Les Champs-Élysées - liedjes die uitnodigen om zachtjes mee te neurien of uit volle borst mee te zingen.

Maar Frank zoekt ook de diepte op. Hij brengt werk van iconen als Jacques Brel, Charles Aznavour en Charles Trenet, artiesten die het chanson wereldwijd op de kaart zetten met hun poëzie, emotie en muzikaliteit.

Het wordt een namiddag vol romantiek, nostalgie en levenslust. Van uitbundige sfeer tot ingetogen kippenvelmomenten - deze voorstelling raakt, verwarmt en verbindt.

Een muzikaal programma om uw vingers van af te likken.

Aanvangsuur: 14.00 u. Deelnameprijs is € 2.

Prachtige naturaprijzen te winnen, iedereen welkom voor een ontspannende sportieve namiddag. Inlichtingen bij Luc Merckx gsm 0468 10 20 79

Petanque Stekene: maandag 5 - 12 - 19 - 26 oktober

Start 13.30 u.

We spelen aan PCS, Petanque Club Stekene. Mogelijkheid om binnen en buiten te spelen voor dezelfde prijs € 3 p.p.

Parkeren aan PCS. Van Nature Actiefaan 6, Stekene.

Inlichtingen bel Jaak Claes 0476 82 89 02

Afdeling: Stekene.

Petanque Stekene:

maandag 7 - 14 - 21 - 28 september.

Start 13.30 u.

We spelen aan PCS, Petanque Club Stekene. Mogelijkheid om binnen en buiten te spelen voor dezelfde prijs € 3 p.p.

Parkeren aan PCS. Van Nature Actiefaan 6, Stekene.

Inlichtingen bel Jaak Claes 0476 82 89 02

Gaaibollen: donderdag 24 september.

VL@s Stekene, organiseert op donderdag 25 september, een gaaibolling. Plaats van afspraak: feestzaal Café Bosdorp, Bosdorp 80 te Stekene, de weg naar Moerbeke-Waas.

Scheldekant

Bezoek Tentoonstelling Juliaan Severin

Dinsdag 22 september om 14.00 u.

In het Heemkundig Museum Wissekerke, Kruibekestraat 2, Bazel Juliaan Severin is een gekend schilder/etser/pastellisten graficus. Geboren in 1888 in Borgerhout - rond 1940 verhuisde hij naar Kruibeke.

Hij verwierf vooral bekendheid met zijn etsen van oude stadsgezichten en landschappen uit het Waasland. Voor velen onder ons 'herkenbare' onderwerpen.

Na het bezoek aan de tentoonstelling springen we binnen in het cafeetje 'De dry klakken' waar we nog kunnen nagenieten van een verfrissend of verwarmend drankje.

Wij vragen geen bijdrage voor dit bezoek maar nodigen jullie uit om deel te nemen aan een verrassingstombola.

Werken met ChatCPT

Donderdag 15 oktober om 14.00 u.

Inleiding tot 'Werken met ChatGPT op de GSM' door Cyriel Peirsman
In het Heemkundig Museum Wissekerke, Kruibekestraat 2, Bazel. Wij nodigen jullie uit om deel te nemen aan deze verhelderende namiddag.

Verras je kinderen en kleinkinderen met je nieuwe, maar supermakkelijke handige kennis. Veel makkelijker en sneller dan 'Google'. We blijven wel 'kritisch' en 'aandachtig' onder leiding van Cyriel Peirsman.

Hij vertelt ons welke 'app' we best installeren op onze gsm; legt de basisprincipes uit; laat ons enkele oefeningen doen en geeft ons misschien nog een idee van de toekomstige mogelijkheden.

Aansluitend kunnen we nog een beetje nakaarten en/of oefenen bij een drankje in de 'Dry Klakken'

Voor deze leerrijke en superleuke namiddag vragen wij een bijdrage van 5 euro.

Noteer nu al in je agenda:

Zondag 8 november: gebedsdienst voor de overleden en aansluitend vredsemaal.

Donderdag 17 december: kerstfeest Roxy.

Bescherm jezelf tegen phishing en online fraude

Donderdag 12 november,

Start: 14.00 u.

Waar: Lokaal VOS Steenstraete, Nieuwstraat 84-86, Sint-Niklaas

Prijs: 5 euro, te storten op de rekening van de VI@s: BE34 7310 2140 9790 of betalen ter plaatse. Koffie, thee en een versnapering inbegrepen.

Inschrijven: tot en met 5 november bij Denise Van Meervenne: denise.vanmeervenne@gmail.com of 03 775 33 00

De Vlaamse Actieve Senioren nodigen je van harte uit voor een boeiende en leerrijke namiddag rond digitale veiligheid.

Gastspreker is de heer Yves Vergauwen, preventieadviseur bij de politie van Sint-Niklaas. Tijdens deze actuele voordracht belicht hij de vele vormen van online fraude waarmee vooral 55-plussers vandaag geconfronteerd worden.

Bijna dagelijks horen we berichten over phishing, valse mails, verdachte sms'en en telefonische oplichting. Digitale fraude is jammer genoeg een realiteit geworden die iedereen kan treffen. Wat vaak onschuldig begint, kan leiden tot financieel verlies, misbruik van persoonsgegevens en heel wat onzekerheid.

Tijdens deze voordracht krijg je praktische tips en duidelijke antwoorden op belangrijke vragen:

- Hoe phishing en online oplichting herkennen?
- Wat moet je direct doen als je slachtoffer bent geworden?

Omdat het aantal plaatsen beperkt is, raden wij aan tijdig in te schrijven. Wij hopen je talrijk te mogen verwelkomen op deze interessante en leerrijke namiddag!

Woensdag 18 november, Bingo

Start: 14.00 u.

Waar: Parochiecentrum Belsele, Hof van Belsele 2 (ruime parking achter de kerk)

Prijs: € 10, een smaakvol vieruurtje én prijzen inbegrepen.

Inschrijven: we raden wij aan snel in te schrijven en dit voor 11 november bij Denise Van Meervenne:

denise.vanmeervenne@gmail.com of 03 775 33 00. Betaling: VI@s federatie Sint-Niklaas: BE34 7310 2140 9790

Inschrijving is pas definitief na betaling.

Kom genieten van een gezellige bingo-namiddag vol sfeer en lekkernijen!

De Vlaamse actieve senioren nodigen iedereen van harte uit voor een grote gezellige bingo.

Een namiddag vol plezier, spanning en gezellig samenzijn.

Terwijl de bingoballetjes rollen en de spanning toeneemt, geniet je tijdens de pauze van een heerlijk bord met vers belegde sandwiches, een soepje, een nagerecht en een tasje koffie.

Bovendien gaat niemand met lege handen naar huis want elke deelnemer ontvangt minstens één mooie prijs. Deze bingo is al jaren een echte topper binnen onze activiteiten. Het is dé ideale gelegenheid om vrienden te ontmoeten, nieuwe mensen te leren kennen en samen een warme en ontspannen namiddag te beleven.

Wij hopen jullie opnieuw talrijk te mogen verwelkomen voor deze smakelijke en gezellige bingo-namiddag!

Verslag chocoladewandeling in Kemzeke van 12 mei.

De chocoladewandeling in Kemzeke startte aan de Leonidas-winkel. Van daaruit trok de groep door het mooie waterwingebied vlak bij de winkel. De wandeling bestond uit zes haltes, telkens aangevuld met een bijzondere proeverij en interessante uitleg rond chocolade.

Tijdens de wandeling kwamen verschillende thema's aan bod, zoals 100% pure chocolade, persoonlijkheid en zelfs chocolade en seksualiteit. Bij elke proeverij hoorde ook een passend alcoholisch drankje.

De eerste halte bood meteen een feestelijke start met een glaasje kwaliteitschampagne, gecombineerd met een praline die perfect bij de smaak aansloot. Daarna volgde een stop met een glaasje wijn en bijpassende chocolade. Verder kregen de deelnemers ook uitleg over chocolade en de geschiedenis ervan, begeleid door porto. Daarnaast was er nog een degustatie met een passend bier.

Na afloop van de wandeling werden koffie en thee aangeboden. De deelnemers konden ook proeven van advocaat en Oostenrijkse schnaps. Voor wie dat wenste, was er bovendien de mogelijkheid om een chocoladeshooter te doen: het volledig legale en gezonde "snuiven" van chocolade. Nadien mocht iedere deelnemer in de winkel drie pralines naar keuze ophalen.

Somige leden vonden het spijtig dat zoals in de aankondiging geen 500 g pralines werden meegegeven. De redactie treft hier geen fout ik heb juist vermeld zoals op de flyer van Leonidas stond.

Veel wandelaars maakten van de gelegenheid gebruik om nog extra chocolade en andere artikelen aan te kopen.

De 41 deelnemers waren unaniem tevreden over deze smakelijke en gezellige chocoladewandeling.





Verslag optreden in De Watermeulen, Hamme

Onze dansgroep van VI@s trad voor het derde jaar op rij op in De Watermeulen in Hamme voor de vereniging van hartpatiënten. Het was een prachtige zomerdag met veel zon en hoge temperaturen. Ondanks de warmte ging het optreden gewoon door. De aanwezigen genoten zichtbaar van onze dansen en beloonden ons met een warm applaus. Tijdens het optreden konden de leden van de vereniging ontspannen genieten van een lekker drankje en een smakelijke maaltijd. De gezellige sfeer, het mooie weer en de enthousiaste reacties maakten van deze namiddag opnieuw een groot succes. Wij kijken met veel plezier terug op deze mooie editie en hopen volgend jaar opnieuw van de partij te zijn.



Uitreiking van de Leeuwenpenning 2026 door het Davidsfonds Sint-Niklaas van donderdag 2 juli.

Op donderdag 2 juli 2026 om 20.02 u. vond in het stadhuis van Sint-Niklaas de uitreiking plaats van de Leeuwenpenning 2026, een onderscheiding van het Davidsfonds.

Na een welkomstwoord door de heer Jos Thijs, voorzitter van het Davidsfonds Sint-Niklaas, zorgde Dries Stevens voor de muzikale intermezzo's.

Mevrouw Annemie Charlier, nationaal voorzitter van de Vlaamse actieve senioren en Frieda Staes, voormalig collega van de Sint-Annaschool in Beveren, brachten vervolgens een warme laudatio waarin zij de jarenlange inzet van Bea De Prycker, voorzitter van de lokale afdeling van VI@s, uitvoerig belichtten.

Zij prezen haar als een gedreven, geëngageerde en onbaatzuchtige kracht die zich met hart en ziel inzette voor haar school en nu voor haar vereniging.

Na de overhandiging van de welverdiende Leeuwenpenning 2026 sprak de laureate haar dank uit aan het bestuur van het Davidsfonds voor de toegekende onderscheiding.

Daarnaast bedankte zij haar echtgenoot John, die haar jarenlang steunt, evenals het bestuur en de leden van VI@s. Dankzij hun blijvende betrokkenheid en hun trouwe aanwezigheid op de vele activiteiten die zij organiseerde, kon de vereniging uitgroeien tot het succes dat zij vandaag is.

De plechtigheid werd bijgewoond door nagenoeg het voltallige bestuur en een groot aantal leden van VI@s. PR VI@s Eric Romain



Verslag boottocht VI@s Scheldekant

Op woensdag 10 juni beleefden de leden van VI@s Scheldekant en Sint-Niklaas een heerlijke dag op het water tijdens onze jaarlijkse boottocht met Rivertours.

's Morgens verzamelden we aan de Wilfordkaai in Temse, waar we aan boord gingen van de Mozart.

Onder een aangename sfeer en met veel enthousiasme vertrok het schip stipt voor een prachtige tocht over de Schelde.

Tijdens de vaart genoten we van de rust en de schoonheid van de natuur langs de meanderende Schelde.

We passeerden onder meer de monding van de Durme, de pittoreske dorpjes Mariekerke en Sint-Amands en het natuurgebied van de Vlassenbroekse polders.

De groene oevers en de vele vogels maakten van de tocht een echte natuurbelevens.



Aan boord was er voldoende gelegenheid om gezellig bij te praten met andere leden.

De verzorgde koude schotel viel bij iedereen in de smaak en ook voor een drankje en een gezellige babbel was er tijd genoeg.

In Schellebelle konden de deelnemers even de benen strekken tijdens een wandeling in de Kalkense Meersen. Wie liever niet wandelde, genoot van een terrasje of bleef ontspannen aan boord.

In de namiddag zetten we koers terug richting Temse. Voldaan en met heel wat mooie herinneringen keerden we huiswaarts na een geslaagde dag vol gezelligheid, ontspanning en prachtige vergezichten. Langs deze weg bedanken we iedereen die aanwezig was en in het bijzonder de organisatoren voor de uitstekende voorbereiding. We kijken nu al uit naar een volgende gezamenlijke uitstap!



Huldiging van de 'Klomp 2026' aan het klompenmonument te Nieuwkerken op vrijdag 3 juli.

In het kader van de festiviteiten 'Vlaanderen Feest 2026' werd op vrijdag 3 juli 2026 door de dorpsraad van Nieuwkerken en diverse verenigingen, in samenwerking met de stad Sint-Niklaas, de 'Klomp 2026' aan het klompenmonument opgehangen door burgemeester Lieven Dehandschutter. Na de verwelkoming door mevrouw Kris Boel, medeorganisator, werd de historie van de 'Klomp' toegelicht door de heer Filip Smet,

voorzitter van de cultuurraad.

Na een gezellige receptie werd iedereen uitgenodigd voor een aansluitend eetfestijn, terwijl de lokale fanfare en Willy Sommers zorgden voor de muzikale omlijsting.

De festiviteiten werden bijgewoond door een delegatie van het bestuur, evenals door talrijke leden.

Met vriendelijke groeten,
E. Romain



Guldensporenontbijt te Belsele op zondag 5 juli 2026

In het kader van de festiviteiten 'Vlaanderen Feest 2026' organiseerde de Amedee Verbruggenkring, in samenwerking met VOS en VI@s, op zondag 5 juli 2026 het Guldensporenontbijt in CC De Klavers te Belsele.

Na een welkomstwoord door mevrouw Annemie Charlier, voorzitter van VI@s, benadrukte mevrouw Nelly Maes, voormalig Belgisch politica, het belang van Vlaming te zijn in deze tijd. Vervolgens gaf de heer Bernd Van Besauw, OCMW-fractieleider voor N-VA Sint-Niklaas, een toelichting bij het leven en de geschiedenis van Amedee Verbruggen.

Na een verzorgd ontbijt, waaraan een kleine delegatie van VI@s deelnam, begaven de aanwezige VI@s-leden zich naar het parochiecentrum. Daar vond immers op dezelfde dag onze jaarlijkse sneukeltocht plaats, waaraan zij eveneens graag hun bijdrage leverden.

Met vriendelijke groeten,
E. Romain



Vlaanderen Feest op zaterdag 11 juli.

In het kader van de festiviteiten 'Vlaanderen Feest 2026' organiseerde het stadsbestuur op zaterdag 11 juli tal van activiteiten voor de bevolking.

De dag begon met een eucharistieviering gevolgd door een academische zitting in de trouwzaal van het stadhuis.

Na de verschillende toespraken ter gelegenheid van de Vlaamse Feestdag was het de beurt aan gastspreker en Rusland-expert Jan Balliauw. Hij gaf een boeiende analyse van de oorlog tussen Rusland en Oekraïne en belichtte daarbij de rol van Vladimir Poetin, het centrale thema van zijn nieuwe boek.

De voormiddag werd afgesloten met een receptie voor de talrijke

genodigden, onder wie ook een kleine delegatie van VI@s, die aan beide activiteiten deelnam.

De namiddag begon met het gratis uitdelen van pannenkoeken in lokaal Steenstraete gevolgd door de uitreiking van de Gebroeders Van Raemdonck-oorkonde aan de heer Oscar Tyssen.

De feestelijke dag werd afgesloten met de jaarlijkse bakharing of braadworst waaraan opnieuw talrijke leden van onze vereniging hebben deelgenomen.

Nadien keerde iedereen, ondanks de aanhoudende hittegolf, tevreden huiswaarts, met de boodschap: tot volgend jaar!

Met vriendelijke groeten,
E. Romain.



Gezellige Sneukelfietstocht lokt tientallen deelnemers

Op zaterdag 5 juli stond onze jaarlijkse Sneukelfietstocht opnieuw op het programma. Ondanks het minder zomerse weer waren de weergoden de deelnemers goed gezind, want tijdens de volledige tocht bleef het droog.

Maar liefst 80 enthousiaste fietsers vertrokken om 13.00 u. voor een smakelijke fietstocht langs verschillende sneukelstops. Bij de start werden de deelnemers ontvangen met een drankje, een routeplan en een stuk fruit. Onderweg volgden nog heel wat lekkernijen: een zakje snoep, een heerlijke pannenkoek en een verfrissend biertje, de Vlaamse Leeuw.

Na een gezellige namiddag fietsen kwamen de deelnemers aan op de eindlocatie, waar een heerlijke barbecue op hen wachtte. Op het menu stond een indrukwekkende worst van maar liefst 25

centimeter, geserveerd met brood en een frisse koude schotel. In totaal schreven 140 personen zich in voor de barbecue, wat zorgde voor een sfeervolle afsluiter.

Ook de muziek ontbrak niet. De hele namiddag en avond klonken de mooiste Nederlandstalige nummers, wat zorgde voor een gezellige en ontspannen sfeer tot ongeveer 21.00 uur.

De organisatie kijkt met veel tevredenheid terug op deze geslaagde editie en wil alle deelnemers, vrijwilligers en sponsors van harte bedanken voor hun bijdrage. Dankzij hun inzet en enthousiasme werd het opnieuw een dag om niet snel te vergeten.

Op naar de volgende Sneukelfietstocht! We kijken nu al uit naar een nieuwe, smakelijke en gezellige editie volgend jaar.



De leden van Sint-Niklaas die op de nationale congresdag in Puurs zorgde voor de maaltijdverzorging en de drank. Met dank aan de ploeg.



Als de Tour in Lourdes passeert gebeuren er mirakels

Overleden

Julien Heyninck, partner van Christiana Piessens
Onze oprechte deelneming aan de familie.

Nieuwe leden

Ingrid Heyninck / Maria Franssens / Jos Blanckaert
Tita van de Vyvere / Patrick Van Puymbroeck
Van De Vijver Daniël

Veilig gebruik van een elektrische fiets voor senioren

Steeds meer senioren kiezen voor een elektrische fiets. Een e-bike biedt trapondersteuning, waardoor fietsen minder zwaar wordt. Hierdoor kunnen langere afstanden worden afgelegd en blijven mensen langer actief en zelfstandig. Een elektrische fiets heeft veel voordelen, maar het is wel belangrijk om veilig met de fiets om te gaan. Omdat een e-bike sneller optrekt en een hogere snelheid kan bereiken dan een gewone fiets, is het verstandig om extra aandacht te besteden aan veiligheid.

Bij de aanschaf van een elektrische fiets is het belangrijk om een model te kiezen dat goed bij de gebruiker past. Voor veel senioren is een fiets met een lage instap de beste keuze. Hierdoor wordt het op- en afstappen gemakkelijker en is de kans kleiner dat iemand zijn of haar evenwicht verliest. Ook is het verstandig om verschillende fietsen uit te proberen, zodat de meest comfortabele en stabiele fiets gekozen kan worden.

Wanneer iemand voor het eerst op een elektrische fiets rijdt, is het verstandig om rustig te oefenen. Door de trapondersteuning trekt de fiets sneller op dan een gewone fiets. Daarom is het goed om eerst te oefenen op een rustige plek, bijvoorbeeld een leeg parkeerterrein of een fietspad waar weinig verkeer is. Oefen met wegrijden, remmen, langzaam fietsen en het maken van bochten. Zo raakt de bestuurder gewend aan de ondersteuning en voelt hij of zij zich zekerder in het verkeer.

Een van de belangrijkste veiligheidstips is dat de bestuurder bij stilstand gemakkelijk met beide voeten de grond moet kunnen raken. Het zadel moet daarom goed worden afgesteld. Wanneer iemand zonder van het zadel af te hoeven springen stevig met beide voeten op de grond kan staan, is het veel makkelijker om veilig te stoppen.



Dit is vooral belangrijk bij verkeerslichten, kruispunten of wanneer onverwacht moet worden geremd. Een goede zithouding zorgt bovendien voor meer comfort tijdens het fietsen.

Daarnaast is het dragen van een goed passende fietshelm sterk aan te raden. Een helm kan de kans op ernstig hoofdletsel bij een val aanzienlijk verkleinen. Opvallende kleding of een reflecterend hesje zorgt ervoor dat andere weggebruikers de fietser beter zien, vooral bij slecht weer of in het donker. Controleer voor iedere rit of de verlichting goed werkt en of de banden voldoende spanning hebben.



Ook regelmatig onderhoud is belangrijk. Goed werkende remmen, banden met voldoende profiel en een goed gesmeerde ketting zorgen ervoor dat de fiets veilig blijft. De accu moet volgens de voorschriften worden opgeladen en het is verstandig om de fiets regelmatig door een fietsenmaker te laten controleren.

Tijdens het fietsen is het belangrijk om rekening te houden met andere weggebruikers. Houd voldoende afstand en pas de snelheid aan de omstandigheden aan. Bij regen, gladheid of veel drukte is het verstandig om extra voorzichtig te zijn. Andere weggebruikers kunnen de snelheid van een elektrische fiets soms verkeerd inschatten. Daarom is het belangrijk om duidelijk richting aan te geven en goed om zich heen te kijken.

Tot slot is een elektrische fiets een uitstekende manier voor senioren om gezond, mobiel en zelfstandig te blijven. Door een geschikte fiets te kiezen, rustig te oefenen, het zadel goed af te stellen en altijd veilig aan het verkeer deel te nemen, kunnen senioren jarenlang met plezier en vertrouwen blijven fietsen.

When the Saints go marching in!

Een matinee vol swing, warmte en herinneringen

ZONDAG 1 NOVEMBER 2026 - 15.00 U
DECASINO CONCERTZAAL SINT-NIKLAAS

Casino Brass Ensemble

Dirigent Steven Verhaert

Te gast: Yannick Bovy

Featuring: Jan Wagemans - keyboard



Info en reserveren en betalen voor 25 oktober
Bel Denise 03 775 33 00
Mail: denise.vanmeervenne@gmail.com
Rek.nr. BE34 7310 2140 9790
Vlas Federatie Sint-Niklaas
Kuiperstraat 35, SZint-Niklaas
Toegang € 20
Enkel genummerde plaatsen
Een EQ-productie

Beste leden,

Wij stellen vast dat er bij sommige activiteiten waarvoor een deelnamebedrag wordt gevraagd, betalingen gebeuren zonder voorafgaande inschrijving. Dit zorgt voor onduidelijkheden en extra administratief werk.

Daarom willen wij graag het volgende duidelijk meedelen:

Voor alle activiteiten waarvoor een betaling vereist is, dient men zich eerst in te schrijven.

Pas na een correcte inschrijving mag de betaling worden uitgevoerd.

Betalingen die gebeuren zonder inschrijving kunnen wij **niet correct verwerken** en kunnen niet automatisch aan een deelnemer of activiteit worden gekoppeld.

Wij vragen jullie vriendelijk om rekening te houden met het volgende:

- Enkel **ingeschreven deelnemers** mogen betalen
- Een **betaling is pas geldig na correcte inschrijving**
- Inschrijvingen en betalingen moeten gebeuren **uiterlijk tegen de datum vermeld in het krantje**

Wij rekenen op jullie begrip en medewerking om onze administratie correct en overzichtelijk te laten verlopen.

Met vriendelijke groet,

Scan de QR code en kom op de website van Vlas

