

BELGIQUE - BELGIË  
P.B.- P.P.  
2870 PUURS  
BC 22304

**Verantwoordelijke uitgever:**

WSV IBIS vzw

p/a De Rechter Francine

Keulendam 67 Bus 2.3

2870 Puurs

**Erkenningsnummer:** P902044

Verschijnt om de zes weken

**Maart – April 2018**

# IBIS INFO



Wandelsport  
Vlaanderen vzw

WSV IBIS VZW - FORTBAAN 2 - 2870 LIEZELE - PUURS

REK. NR. IBAN : BE 74 7885 1805 4407

BIC : GKCCBEBB

## MAART - APRIL 2018



- ⇒ **VOORWOORD**
- ⇒ **IBIS NIEUWS**
- ⇒ **JAARVERSLAG 2017**
- ALGEMENE VERGADERING IN EEN NOTENDOP**
- ⇒ **SSST ... HIER WANDELT DEN IBIS**
- ⇒ **POËZIE IS PASSIE**
- ⇒ **GEZOCHT ... NIEUWE VRIENDEN**
- ⇒ **STRUINEN DOOR WINTERTUINEN**
- ⇒ **OEI ... GEVALLEN !**
- ⇒ **DE GEKNIPTTE AUTO**
- ⇒ **MAAKT GELD GELUKKIG ?**
- ⇒ **BESTUUR**

FOTO VOORBLAD : IWS - SPONSOR IBIS



Wil je naar foto's en reportages zien ? Wil je meer info over bepaalde wandelingen, ga dan naar :

<http://www.beneluxwandelen.eu/>

[http http://www.wandelsportvlaanderen.be](http://www.wandelsportvlaanderen.be)

[www.wsv-ibispuurs.be](http://www.wsv-ibispuurs.be)



Heb je een artikel voor de info ?

Stuur het door naar ons emailadres : [ibispuurs@gmail.com](mailto:ibispuurs@gmail.com)

# VOORWOORD



De feestdagen zijn nog maar net uit het geheugen en daar steekt reeds, met het Krokusverlof, een nieuwe vakantieperiode de kop op. Gelegenheid en tijd om nog snel wat te genieten van wat winterse omstandigheden. De thuisblijvers kunnen zich dan weer vergasten op een fikse wandeling in de buitenlucht.

Niet dat die minimale temperaturen veel nadeel berokkenen aan de wandelsport. Ons motto is en blijft er steeds zorg voor te dragen en ons uiterste best te doen om zo véél mogelijk variatie en kwaliteit af te leveren. Maar zoals altijd krijgt men op iedere organisatie zowel afbrekende dan lovende kritiek vooral dan over organisatie, parkoers, keuken of prijzen... In Sint-Amands was er toch weer een leuk iemand die het waarschijnlijk fijn vond om onze toch, degelijk verzorgde prijslijsten, te bekladden. Erger nog, hij pende het neer en maakte ons nog uit voor 'dieven' omdat volgens hem het wijntje véél te duur was. In voetbaltermen spreekt men dan van "naast de lijnen" weet men het meestal beter. Criticasters zijn gewoonlijk wel diegenen die van organisatie of een handje toesteken, geen kaas hebben gegeten.

Wat gaat 2018 ons brengen? Het is voor ons, in ieder geval, goed van start gegaan. Met ruim 1200 wandelaars in Lippelo en 1888 in Sint-Amands kunnen we niet meer dan tevreden zijn.

Ondertussen zijn we gestart met de opbouw van het nieuwe wandelseizoen. De laatste hand wordt gelegd aan de kalender met een busaanpassing en dan niet te vergeten, onze eigen organisaties! Dit laatste laat ik allemaal over aan de goede zorgen van Francine die ons tweemaandelijks, in onze IBIS INFO, op de hoogte houdt.

Wat eerst was vooropgesteld, m.n. de wijn- en kaasavond te schrappen wordt op menige aanvraag dan toch behouden. Alleen rest ons nu nog op zoek te gaan naar een gepaste datum.

Bij het verschijnen van deze Info hebben we waarschijnlijk ons praatlokaal niet meer in eigen beheer. We hebben zowat alle mogelijke pistes voor ogen genomen. Maar voor iedereen de juiste oplossing vinden is, of was, niet steeds haalbaar. We hebben hier in al die jaren héél wat kleine verbouwingen gedaan. “Heel spijtig. Dit kan niet gecompenseerd worden”. Afscheid nemen van iets of iemand is op welke manier je het ook bekijkt, steeds pijnlijk. Niet alleen voor de huidige generatie maar vooral voor diegenen die, er het eerste uur nu reeds 38 jaar geleden, bij waren. En dan denk ik in de eerste plaats vooral aan onze stichters en huidige sponsors. Afscheid is dan toch niet het juiste woord, het is niet dat we daar niet meer mogen binnen komen. Gewoon de uitbating is niet meer voor Ibis. De vissersclub neemt het roer in handen en weg de vertrouwde Ibisgezichten achter de tapkast. Prijzen zullen ook naar hun normen worden aangepast. Openings- en sluitingsuren moeten nog besproken worden. Ibis-bestuursvergaderingen moeten er blijven doorgaan. Dit alles tot de beloofde nieuwe chalet er komt.

Bij deze moet ik al diegenen bedanken die zich in de loop van al die jaren steeds mateloos ten dienste stelden om van de zondagnamiddag of die er bij één of andere gelegenheid, ervoor zorgden om er een leuk en een gezellig praatlokaal van te maken.

**Arnold**

*Het fijnste aan ouder worden is dat je zelfbeeld alleen maar beter wordt met de leeftijd... en dat is best wel grappig want je wordt objectief gezien niet mooier met de jaren !*

# IBIS NIEUWS



## BETALINGEN VIA OVERSCHRIJVING

Overschrijvingen naar Ibis voor lidgelden of voor één of ander evenement (bijdrage nieuwjaarsreceptie, BBQ, wijn-en kaasavond, ledenfeest ... ) dienen, tenzij uitdrukkelijk anders aangekondigd, te gebeuren via het rekeningnummer :

BE 74 7885 1805 4407 BIC : GKCCBEBB

Ter info : Dit rekeningnummer staat nu voortaan steeds vermeld op de tweede bladzijde (inhoudsopgave) van dit Infoblad onder de adresgegevens van onze club.



## GOUDEN BRUILOFT

Louis Casteels en Anny De Wit danken Ibis voor de attentie die ze mochten ontvangen ter gelegenheid van hun 50jarige huwelijksverjaardag op **22 december 2017**.

Wij wensen ze van harte nog vele mooie jaren tesamen vol liefde, gezondheid en geluk!



## STATUTAIRE HERVERKIEZING

Er hebben zich geen nieuwe kandidaten opgegeven voor de post van secretaris en boekhouder in het dagelijks bestuur. Huidige invulling wordt dus behouden.



## IN MEMORIAM

Onze oprechte deelneming gaat naar de families :

Meersman – Peeters, bij het overlijden van José Meersman, op **1 januari 2018**, echtgenote van Felix Peeters en moeder van Stefan Peeters.

Ceelen – Paridaens, bij het overlijden van Jeannine Cloostermans, op **6 februari 2018**, moeder van Ronny Ceelen.

# JAARVESLAG 2017

## ALGEMENE VERGADERING IN EEN NOTENDOP

Verwelkoming door de voorzitter Arnold.

### WANDELAARS 2017

Terugblik naar het aantal deelnemers op de wandelingen georganiseerd door onze club in 2017 :

WANDELTOCHTEN	AANTAL	TOTAAL
1 <sup>ste</sup> Winterserie 8/01 <sup>1</sup>	993	<b>4.652</b>
2 <sup>de</sup> Winterserie 5/02 <sup>1</sup>	1.840	
3 <sup>de</sup> Winterserie 19/02	1.819	
Aspergetochten 25/05	1.792	<b>1.792</b>
't Onzent 24/06	667	<b>667</b>
3Daagse 4/08	598	<b>3.725</b>
3Daagse 5/08	732	
3Daagse 6/08	2.395	

Dat brengt ons op een totaal van **10.836** wandelaars!

### KALENDER 2018 : WANDELINGEN & EVENEMENTEN

We hebben dit jaar **9 busuitstappen** op onze agenda staan met als afsluiter de wandeltocht "Oostende met kerstlicht" op **zondag 16 december 2018** i.p.v. de aangekondigde busreis naar Zottegem op **zondag 30 december 2018**.

De **Pluswandelingen** en **puntenkaartwandelingen** "1<sup>ste</sup> semester 2018" werden reeds via IBIS Info omgedeeld.

---

<sup>1</sup> Voor de 1ste Winterserie 2018 : **1242** wandelaars  
Voor de 2de Winterserie 2018 : **1888** wandelaars

- Op **zaterdag 24 februari** is de laatste kaartnamiddag en niet op zondag 25 februari zoals eerder aangekondigd. U wordt verwacht om 13.45u voor de inschrijving zodat om 14u. het kaarten kan beginnen. Daarna volgt de prijsuitreiking.
- Op **zondag 25 februari** baten wij voor de laatste keer zelf ons clublokaal uit in 't Fort van Liezele. Open vanaf 17u. met als afsluiter een "Happy Hour" (gratis drank) vanaf 19u.
- Op **Paasmaandag 2 april** : Eigen tocht met start aan het JOC Wijland te Puurs.
- Op **zondag 29 april** : "Vlaanderen Wandelt" zowel te Brakel als in Brasschaat.
- Op **donderdag 10 mei** : Aspergetochten op O.H. Hemelvaart in het Dorpshuis Vrededaal te Kalfort i.s.m. WVK Puurs en Wandel Mee Ruisbroek.
- Op **zaterdag 30 juni** : 't Onzentocht met start aan het JOC Wijland te Puurs en niet in de feesttent te Liezele zoals aangekondigd in "Walking in Belgium".
- Op **3-4-5 augustus** : 3Daagse met start aan het JOC Wijland te Puurs.
- Op **zondag 12 augustus** : BBQ in het Dienstencentrum Paepenheide te Puurs.

- Op algemeen verzoek zal de Kaas- en Wijnavond dan toch doorgaan : datum en locatie dienen nog bepaald te worden.
- De Sint zal mogelijks langs komen op **zaterdag 1 december** afhankelijk van de opkomst van de brave kindjes.
- De datum en locatie van het ledenfeest zijn nog niet bevestigd.
- Het uitbaten van een dagje "Winterbar Puurs" i.p.v. de "Kerstmarkt" wordt in overweging genomen.

**WIJ HOUDEN U OP DE HOOGTE !**

Onze Voorzitter eindigt zijn uiteenzetting met een dankwoord gericht tot zijn collega's bestuursleden, tot alle medewerkers voor hun inzet in het afgelopen 2017 en héél in het bijzonder tot onze sponsor Peeters-Lambrechts oftewel Albert en Diane.



# SSST... HIER WANDELT DEN IBIS

**Zondag 4/03/2018**

2560 Kessel (Antwerpen)

Lentetocht 5-7-12-14-21-31 km

08.00-15.00u

WSV CLUB 76 MERKSEM VZW

Start : Parochiezaal, Torennenstraat – Kessel.

Natuurwandeling over de Kesselse Heide, langs de Neteboorden en door het vele groen in en rondom Kessel.

**Plus WANDELING & Puntenkaart !!!**

**Zondag 11/03/2018**

1540 Herne (Vlaams-Brabant)

Kriek- en Mattentochten 4-6-10-15-22-32 km

07.00-15.00u

WANDELCLUB DE MARKTROTTERS HERNE VZW

**BUS ... BUS ... BUS ... & Puntenkaart !!!**

Start : Sporthal De Hernekouter, Hernekouter 1 - Herne.

Wandelen in het mooie Pajottenland naar Herfelingen en Kokejane. Langs Terrijst, Strihouxbos, Aerebeekvallei. Prachtige vergezichten en watermolens. Rustige wegen in een glooiend landschap.

Vertrek bus : 08.00u JOC WIJLAND te Puurs.



RESERVEER JE PLAATS

ten laatste op 4/03/2018 bij Arnold

 03 889 87 87 ■ 0472 94 19 85

**Zondag 18/03/2018**

9050 GENTBRUGGE (Oost-Vlaanderen)

Floratochten

5-6-8-11-14-17-21-24-30 km

07.00-15.00u

FLORASTAPPERS GENT VZW

Start : deVierdezaal, Driebeekstraat 2 – Gentbrugge.

Start 30km tot 12u., 24km tot 13u. Natuurwandeling door de Gentbrugse Meersen. Eerste wandeling spaarkaart voor attentie na 5 tochten. Gratis gift (zolang de voorraad strekt).

**Plus WANDELING & Puntenkaart !!!**



**Woensdag 21/03/2018** 9620 VELZEKE-RUDDERSHOVE (Oost-Vl.)  
Midweektocht 7-10-14-18-21 km 08.00-16.00u  
WSV EGMONT ZOTTEGEM VZW

Start : OC Velzeke, Provinciebaan 277 – Velzeke-Ruddershove.  
Wandelen op de Padde- en de Lippenhovestraat, bekend uit de Ronde van Vlaanderen en door de Blarenhoek. Inschrijving mogelijk in de rustpost OC Strijpen (Sint-Andriessteenweg 163) tot 14u. De rustpost sluit om 18u, de startzaal om 19u.

**Donderdag 22/03/2018** 9340 Lede (Oost-Vlaanderen.)  
3<sup>de</sup> Hovaardige Boer-wandeling 4-6-12-18 km 07.30-15.00u  
WANDELCLUB “DE SCHOOIERS” WICHELEN VZW

Start : PC Zoete Nood Gods, Reymeersstraat 13A – Lede.  
Ontdek de natuur en rust rondom Lede. Wandelingen door de natuurgebieden Zolegem, de mooie Molenbeekvallei met de Rauwelsrodemolen en de Ledezijde. Wandeling i.s.m. Zoete Nood Gods. Honden niet toegelaten in startzaal, wel tent voorzien.

**Zondag 25/03/2018** 2050 Antwerpen (Antwerpen)  
Sint-Annatochten – Walk 2Gether-tocht  
5-8-11-15-21-25-30-35-42 km 07.00-15.00u  
MERKSEMSE WANDELCLUB DE STROBOEREN VZW

Start : Sint-Annacollege, Oscar de Gruyterlaan - Antwerpen.  
Ontdek de mooie natuur op Antwerpen-Linkeroever, nieuwe wandelpaden, de jachthaven, de Scheldedijk met rede van Antwerpen, Sint-Annekestrand, Vlietbos, Galgeweel, Middenvijver. Lange afstanden via Burchtse Weel en Zwijndrecht.

**Puntenkaart !!!**

**Donderdag 29/03/2018** 9250 Waasmunster (Oost-Vl.)  
Durmetocht 5-10-14-21 km 08.00-15.00u  
DURMESTAPPERS

Start : De Ruiter Sint-Janskring, Sijpstraat 80 - Waasmunster.  
Prachtige tocht langs de groene Durmevallei en het oude vliegplein van Waasmunster en gedeeltelijk door het Lokerse natuureservaat Molsbroek.

**Zaterdag 31/03/2018**

2840 Terhagen (Antwerpen)

Klinkaerttocht–Memorial André Vanheuckelom en François Schoeters

4-7-13-18-22 km

08.00-15.00u

DE KLEITRAPPERS VZW

Start : Clublokaal De Kleitrappers, Korte Veerstraat - Terhagen.

Kom wandelen door de Rupelstreek met mooie natuur langs de rustige wandelwegen van Terhagen, Boom en Reet. Aankomst tot 18u.

**Zondag 1/04/2018**



**VROLIJK PASEN !**

Paastocht 1853 Strombeek-Bever (Vlaams-Brabant)

5-8-12-18-22 km

07.30-15.00u

SINGELWANDELAARS STROMBEEK-BEVER

Start : Sporthal E. Soens, Singel 57 - Strombeek-Bever.

Wandelen in de groene rand. Kom de Brabantse Kouters ontdekken. Deze keer trek je richting Wemmel en Hamme. Kleinste afstand is tevens een kinderzoektocht met randanimatie.

**Paasmaandag 2/04/2018 EIGEN TOCHT !**



Start : JOC WIJLAND, Fortbaan 8 – 2870 Puurs

Samenkomst : 8.15u

Deelname in de onkosten : 7€

**VOORINSCHRIJVING & BETALEN VERPLICHT !!!**

**Uiterste DATUM 25 maart 2018**

Bij Hermans Maria via tel. 03 889 30 54 of 0496 30 69 78

via een overschrijving IBAN : BE 74 7885 1805 4407 met vermelding van het aantal (namen en voornamen) + Eigen Tocht.

We vertrekken in groep. Zoals gebruikelijk is er een parkoers met een kleine en één met een grotere afstand. Eten & drinken wordt voorzien!

**Zaterdag 7/04/2018** 2460 KASTERLEE (Antwerpen)  
Marathonwandeling 4-6-10-15-20-25-30-42 km 06.00-15.00u  
DE POMPOENSTAPPERS VZW

Start : MPI de 3master, Pater Damiaanstraat – Kasterlee.

Door de bossen van Kasterlee, langs de Hoge Mouw en de Duivelskuil, één van de kleine venen binnen de Kempische Heide. Door de Koningsbossen naar Lichtaart en Rielen (Rielenkapel).

**Zondag 8/04/2018** 9240 Zele (Oost-Vlaanderen)  
34<sup>ste</sup> Reynaerttocht 5-7-11-13-17-19-24-32 km 07.30-15.00u  
REYNAERTSTAPPERS VZW

Start : Basisschool Zonnewijzer, Kouterstraat 108 – Zele.

Langs de mooiste plaatsen van Zele en omstreken. Tuimelaarskapel, Bautinkwegel, Gratiebossen, privédoemein Hof Ten Goede, Bareldonkkapel, wijk Avermaat en Scheldedijk in Zele. Veel onverhard. Rustpost op alle afstanden.

**Dinsdag 10/04/2018** 3130 Betekom (Vlaams-Brabant)  
Voorjaarstocht 4-6-8-10-12-14-16-20 km 07.00-15.00u  
DE BOLLEKENS VZW ROTSELAAR

Start : Meubelen Verhaegen, Grote Baan 115 – Betekom.

Start 20km tot 12u. Betekom, dorp in de Zuiderkempen aan de Demer met zijn veldwegjes en ook het Meetshovenbos waar het aangenaam wandelen is Aankomst vóór 17u.

**Donderdag 12/04/2018** 9190 Stekene (Oost-Vlaanderen)  
16<sup>de</sup> Linietochten 6-12-20 km 09.00-15.00u  
WANDELCLUB DE SMOKKELAARS STEKENE VZW

Start : Vrije Basisschool De 3 Beuken, Pastoor van Lierdestraat 2 – Stekene.

Wandelen in het begin van de lente, langs de Linie, door het stropersbos en in het Nederlandse waterwingebied. Hier en daar flirt je met de staatsgrens van Nederland. Op alle afstanden bos en natuur verzekerd via bosdreven, paden graslanden.

**Zaterdag 14/04/2018**

2800 Mechelen (Antwerpen)

Lentetocht 7-14-21-28 km

08.00-15.00u

DE VAARTLANDSTAPPERS

Start : Ons Huis, Battelse Bergen 28 – Mechelen.

Wandelen in de Mechelse natuurgebieden met vertrek vanuit het mooie Battel, verscholen in het groen aan de Leuvense Vaart. Je wandelt door den Battelaar, Tiegembroek, het Vrijbroekpark, langs de Vaart, de vallei van de Zenne en het Zennegat.

**Zondag 15/04/2018**

9170 De Klinge (Oost-Vl.)

Kommiezentocht 6-10-15-20-25-30 km

07.30-15.00u

WANDELCLUB GASTHOFSTAPPERS VZW

Start : Polyvalente Zaal De Klingenaar, Kieldrechtstraat 12 - De Klinge.

Je wandelt door een prachtig natuurgebied met loof- en naaldbossen afgewisseld met open vlaktes in lentetooi. Rustige boswegen en paadjes met enkele polderlandschappen. Op de kleinste afstanden tot 80% onverharde wegen. Aankomst vóór 18u.

**Puntenkaart !!!**

**Zondag 22/04/2018**

2400 Mol (Antwerpen)

Boswandeltocht

4-7-10-15-18-24-30-36-42 km

07.00-15.00u

W.S.V. MOL

**BUS ... BUS ... BUS ... & Puntenkaart !!!**

Start : Parochiecentrum Sluis, Sint-Bernardusstraat - Mol.



Wandeling over rustige en landelijke wegen, door bossen, langs velden en weiden. Het grootste gedeelte van het parcours is onverhard.

Volgens de afstand kom je langs de Miramar, de Galbergen, de oude Bleken en de geklasseerde 15 kapelletjes.

Vertrek bus : 08.00u JOC WIJLAND te Puurs.

RESERVEER JE PLAATS

ten laatste op 15/04/2018 bij Arnold

☎ 03 889 87 87

☎ 0472 94 19 85



**Woensdag 25/04/2018** 1745 Mazenzele (Vlaams-Brabant)  
17<sup>de</sup> Midweektocht 4-6-8-10-12-14-18 km 08.00-15.00u  
WSV DE HOPBELLETJES OPWIJK VZW

Start : Sint-Pieterszaal, Steenweg 131 – Mazenzele.

Wandeling langs rustige, goed begaanbare wegen en paadjes.  
Kravaal- en Kartelobos. Eindafstempeling tot 17u.

**Zaterdag 28/04/2018** 2890 Lippelo (Antwerpen)  
32<sup>ste</sup> Lippeloboswandeling 5-10-15 km 08.00-15.00u  
WVK PUURS VZW

Start : Parochiezaal Sint-Stefaan, Lippelodorp 48 – Lippelo.

Wandeling met drie verschillende lussen langs landelijke wegen door  
de uitgestrekte bossen van Lippelo.

## **Zondag 29/04/2018**



**9660 Brakel** (O-Vlaanderen)  
6.30u-15.00u  
6-10-15-22-29-35 km  
EVERBEEKSE WANDELTOCHTEN VZW

**2930 Brasschaat** (Antw.)  
7.00u-15.00u  
4-7-10-14-18-21-25-30 km  
W.K. NOORDERGOUW BRASSCHAAT VZW

### START

Basisschool  
Sint-Augustinus  
Driehoekstraat 42 - Brakel

Peerdsbos  
De Leerexpert (via Plataandreef)  
Bredabaan 89 - Brasschaat

**Plus WANDELING & Puntenkaart !!!**

# POËZIE IS PASSIE

## *ER IS NIETS AAN DE HAND !*

Gedicht van prof J. Dequeker, prof. reumatologie U.Z. Pellenberg Leuven ingestuurd door Sylvere De Pauw.

*Er is niets aan de hand en ik voel me nog fris want ik ben nog zo gezond als een vis. 't is alleen da'k wat jicht in mijn knieën krijg en het praten gaat soms met een piepend gehijg.*

*Mijn pols is wat zwak en wat dun wordt mijn bloed maar ik ben voor mijn leeftijd nog redelijk goed.*

*Die steunzolen onder mijn voeten dat gaat, anders zou ik niet kunnen lopen op straat.*

*Soms wordt de slaap me nachten lang niet gegund, maar ik merk dat je ook wel eens zonder kunt.*

*Mijn geheugen wordt minder, soms duizelt mijn hoofd, maar dat valt niet op, geen mens die 't gelooft.*

*Denk niet dat ik vaak daar in zorg over zit, want ik ben voor mijn leeftijd nog werkelijk fit.*

*Ze zeggen dat je de oude dag als de gouden leeftijd beschouwen mag. Maar af en toe twijfel ik daar toch wel aan als ik 's avonds weer moe naar bed ben gegaan met mijn oren in de la en mijn tanden in een glas, mijn ogen op de tafel als ik uitgelezen was.*

Met de jaren  
gaat het ietsje  
gemakkelijker!

Dan kun je  
lachen, hoesten,  
snuiten en...  
pissen...  
tegelijktijd!





*En voor dat ik inslaap bedenk ik me dan: "Zit er nog iets los dat ik wegleggen kan?"*

*Terwijl het mij zo slecht nog niet zit want ik ben voor mijn leeftijd nog tamelijk fit!*

*Elke morgen stof ik mijn hersens wat af en ben blij met de dag dat God me weer gaf. Dan haal ik de krant en lees na mijn bad de overlijdensberichten in het ochtendblad. Als mijn naam er niet in staat, weet ik dat ik nog leef, het was dus de bedoeling dat ik nog wat bleef. Ik geloof dat er toch iets heilzaams in zit want ik ben voor mijn leeftijd nog redelijk fit.*

*Wat is voor dit alles tot slot de moraal die te leren valt uit dit goedmoedig verhaal?*

*Voor elk die het ouder zijn glimlachend draagt als een ander je weer eens "Hoe maakt je het?" vraagt is het beter te zeggen dat het best met je gaat dan die lui te vertellen hoe het ècht met je staat!!!*

**Groetjes van een gepensioneerde.**





## *STAPPEN !*

**Gedicht ingestuurd door Thomas Triphon, ter gelegenheid van zijn 80<sup>ste</sup> verjaardag op 14 augustus 2017. Hij draagt dit gedicht op aan alle wandelaars van den Ibis.**

*Langs de vaart van Damme heb ik de koorzang van de populieren beluisterd.*

*In het land van Rhode zag ik een zware zee rondom een oude molen uitdeinen in brede golven van groen.*

*Onder de duizendjarige eik in Lummen wenste ik dat ik duizend jaar mag worden zonder beton in mijn benen.*

*In het Aalterse Limburg zijn de landwegen geflankeerd door honderdduizend pluisbolletjes op langsteeltjes met honderdduizend onuitgesproken wensen.*

*In Kessel, Grobbendonk en Nijlen besloop mij de angst van de oerkracht die uit de bossen huilde.*

*Slenterend op de Scheldedijk hoorde ik het getamp van het kerkklokje van Terhagen dat een wereld van herinneringen opriep aan mijn jeugd in Oostakker en mijn jonge jaren als knechtje in College Melle.*

*In Rijkkel-Borgloon stonden de fruitbomen vreemd getakt als soldaten, rij naast rij, de bajonet op het geweer, bataljon naast bataljon, de vrieswind trotserend.*

*In Beernem zijn de luchten vol van de taal van onze schilders.*

*In Okegem zag ik een loslopende hond in de somberste eenzaamheid. Ik gaf de hond een koekje-van-bij-de koffie. Honden hebben doorgaans meer menselijkheid in hun ogen en een vriendschap die nooit ontgoochelt.*

*Met grote vraagtekens beukte de zee grollend haar woede tegen de wandeldijk van Oostende.*

*In een onweer in Pulle zag ik de goden even op aarde verwijlen.*

*In Essen en Wildert overheerste goud het groen en de lucht was zacht, blauw met schapenwolkjes. Vogels tierelieden en kwinkelierden en een briesje liet de bladeren mee neuriën. En de zon glimlachte en maakte alles koesterend warm.*

*In Keerbergen steeg ontroostbaar een zilveren vogel boven de Dijle, die onweerstaanbaar het water stuurde met de wind als eeuwige roerganger.*

*In Zoersel tokte monotoon de regen tegen mijn regenpak :  
Poëzie is de sublieme verwoording van een ontroerend moment!*

*In Klemskerke en Vlissingen liep ik plots alleen. Er was geen ander mens in die wijde omgeving. En ik zong een lied in een taal die geen mens begrijpt.*

*Ach, het land is een groot museum met levende schilderijen. En nu ik die schoonheid overschouw denk ik met weemoed :*

*“Ik wil nooit sterven”.*

**Wie edel genot put uit zijn gevoel voor poëzie is een ware dichter, ook al heeft hij nooit één vers gemaakt. (Georges Sand).**

# GEZOCHT ... NIEUWE VRIENDEN !



Voor kinderen en jongeren is het makkelijk om vriendschappen te sluiten en te onderhouden. Voor volwassenen is het leggen van contacten allesbehalve een evidentie. De meeste mensen stoppen immers op een gegeven moment met het maken van nieuwe vrienden. Als volwassene komen daar bovendien heel wat extra uitdagingen bij. Een job, het huishouden, kinderen, een relatie, een scheiding... Het zijn

allemaal factoren die ons sociaal leven veranderen, beïnvloeden En dan zijn nieuwe vrienden welkom, maar hoe?

## **VRIENDEN BLIJVEN DOE JE ZO !**

- Blokkeer een vaste dag in je agenda waarop je tijd maakt voor vrienden: vriendschap vraagt inspanning en onderhoud. Loopt een leuk onderonsje op z'n einde? Haal dan snel de agenda's of smartphones tevoorschijn en leg meteen een nieuwe datum vast.
- Weet dat het oké is als vrienden samen geen hechte groep vormen. Deze relaties kunnen op verschillende momenten en in andere omstandigheden ook best naast elkaar bestaan.
- Een scheiding kan ook binnen een vriendengroep heel wat teweegbrengen. Het is bijna onvermijdelijk dat er ook vriendschappen sneuvelen als een koppel uit elkaar gaat. Zoek, na een scheiding zelf opnieuw je plaats binnen die bende vrienden.

## **BUDDY'S MAKEN DOE JE ZO !**

- De belangrijkste tip: kom buiten! Schrijf je in voor cursussen, danslessen, volg workshops. Neem vooral een open houding aan. Glimlach bewust naar anderen en spreek ze op een vriendelijke manier aan. Het helpt ook om op regelmatige basis dezelfde plaatsen te bezoeken. Denk dan aan de schoolpoort, het fitnesscentrum of de fotografees.

- Een verhuis uit je geboortedorp (naar de stad van je partner bv) heeft een impact op je bestaande vriendenkring. Je zal vanaf nu meer tijd en moeite moeten investeren in vriendschappen. Stel je daarom ook open voor nieuwe contacten. En hoewel vriendschappen je overkomen, hoef je daar heus niet op te wachten. Neem het heft in eigen handen en nodig bijvoorbeeld de buren uit voor een drankje of klop aan voor een kop koffie. De kracht van een goed contact met de buurman of -vrouw wordt nog altijd sterk onderschat.
- Sociale media zijn tegenwoordig dé plaats om nieuwe mensen te leren kennen en vriendschappen uit te bouwen, maar wees voorzichtig voor je anderen in vertrouwen neemt. Vriendschappen worden sowieso nooit in één dag gevormd. Klamp je dus niet te hard aan de ander vast en laat ruimte voor zijn of haar initiatief.
- Leg niet je eieren onder één mandje. In je kindertijd kon die ene beste vriend of vriendin misschien nog aan al je verwachtingen voldoen. Op volwassen leeftijd wordt dat haast onmogelijk. Ga niet op zoek naar één iemand die jouw perfect aanvult maar leg liever contacten met verschillende mensen die er heel uiteenlopende interesses opna houden.

Wat zou de wereld zijn zonder vriendschappen? Goede vrienden en een beste vriend(in) zijn niet altijd makkelijk om te vinden, maar ze maken het leven zoveel rijker. Daarom een aantal mooie quotes over vriendschap:

- ✓ Een goede vriend is als een klavertje vier, moeilijk om te vinden maar het brengt geluk om deze te hebben.
- ✓ Vriendschap is het moeilijkste om uit te leggen, je leert het niet op school. Maar als je niet de betekenis van vriendschap hebt geleerd, heb je niks geleerd (Muhammed Ali).
- ✓ Veel mensen willen met je mee rijden in de limousine, maar het gaat om de mensen die samen met jou de bus willen pakken als de limousine stuk is (Oprah Winfrey).
- ✓ De enige manier om vrienden te hebben, is om er één te zijn.
- ✓ Vrienden moeten je zien als 'boeken', weinig, maar wel met de hand uitgekozen.

# STRUINEN DOOR WINTERTUINEN

Die eindeloze winter al een beetje beu? Uitgekeken op kale bomen en troosteloze beplanting? Verdrijf de winterblues met een bezoek aan de mooiste botanische serres en wintertuinen van ons land!

## MEISE, DE WERELD IN HET KLEIN



Met 18.000 plantensoorten geniet de Plantentuin van Meise wereldfaam. Dat de winter een dood seizoen is, wordt hier krachtig tegengesproken door de prachtige schorsen en kleurrijke bessen en bloemen die je verspreid over de buitentuin aantreft. Koukleumen zullen zich vooral happy voelen in het Plantenpaleis, een uitgestrekt complex van 13 botanische winterserres met karakteristieke planten, een tropisch en subtropisch woud, over streken met een mediterraan klimaat en de savanne, tot de woestijn. Genoeg om lekker beschut naar de vier windstreken te reizen en een namiddag lang de kille regen buiten te vergeten.

Info : [www.plantentuinmeise.be](http://www.plantentuinmeise.be)

## LUIK, TWEE SITES MET EEN EIGEN SFEER



De in 1883 ingehuldigde serres van de Plantentuin van Luik zijn de enige verzamelserres in hun soort in Wallonië.

De gigantische constructies van glas en staal zijn sterk geïnspireerd door de wintertuinen die vroeger in Groot-Brittannië werden gebouwd. Vandaag hebben ze wat van hun glans verloren. Toch blijft de 1000m<sup>2</sup> met glas overdekte ruimte een bezoek waard met een mengelmoes van verschillende plantensoorten en vooral een interessante verzameling cactussen en vleesetende planten.

Info : [www.espacesbotaniques.ulg.ac.be](http://www.espacesbotaniques.ulg.ac.be)



## GENT, EEN OASE IN DE STAD

De in 1902 aangelegde Plantentuin van Gent is bijna drie hectare groot en maakt deel uit van de universiteit. Er heerst een microklimaat waardoor het er in de winter altijd een paar graadjes warmer is. De serres beslaan 4.000m<sup>2</sup> en herbergen heel wat blikvangers met cactussen, vetplanten, reuzenwaterlelies, boababs... Helaas verdwijnt de Plantentuin een beetje in het niets door de universiteitsgebouwen eromheen. De tuin ligt op wandelafstand van de binnenstad en de toegang is gratis.



Info : [www.plantentuin.ugent.be](http://www.plantentuin.ugent.be)

## LEUVEN, DE OUDSTE



De Kruidtuin van Leuven is de oudste van België. De oorsprong ervan gaat terug tot 1738. In het begin was hij uitsluitend bedoeld voor geneeskundestudenten en bevatte hij vooral geneeskrachtige kruiden. Vandaag is het plantenaanbod veel diverser en de tuin zelf ademt nog een charmante "old" schoolsfeer. De oranjerie herbergt een

wintertuin, een serre met cactussen en vetplanten en een plek voor tropische waterplanten. Leuvenaars én studenten komen hier, met recht en reden, graag rondstruinen.

Info : [Toerisme Leuven](http://Toerisme Leuven)

## O.-L.-V.-W.AVER, PARADIJSELIJK LENTEGEVOEL

Het vroegere pensionaat van de Ursulinen in O.L.V.Waver, vlakbij Mechelen, biedt een wonderbaarlijke kleurenfeeërie. Over de in 1900 aangelegde Wintertuin is een schitterende art-nouveaukoepel van veelkleurige glasramen met planten- en dierenmotieven aangebracht. Een beetje zon volstaat om een paradijselijk lentegevoel binnen te halen dat nog versterkt wordt door de vele varens en palmbomen.



Info : [www.visitwintertuin.be](http://www.visitwintertuin.be)

# OEI ... GEVALLEN !

## EEN VALPARTIJ IS SNEL GEBEURD !



Ben jij al eens gevallen? Eén op de drie 65plussers valt minstens één keer per jaar en het valrisico neemt toe met de leeftijd. Zo'n valpartij is niet enkel pijnlijk, het kan zwaardere gevolgen hebben dan je zou denken, en niet enkel fysiek. Voorkomen is dus beter dan genezen, want een valpartij is snel gebeurd.

## WELKE GEVOLGEN KAN EEN VALPARTIJ HEBBEN?

Bij 40% tot 60% van de ouderen resulteert een valincident in een 'fysiek letsel'. Er kunnen zich kleine lichamelijke verwondingen voordoen zoals verstuikingen, snijwonden, blauwe plekken of weefselbeschadiging, maar ook ernstige letsels zoals breuken, heupfracturen of hoofdtrauma's. Ouderen die gevallen zijn, hebben ook een toegenomen kans op overlijden.

Daarnaast kunnen er ook 'psychosociale gevolgen' zijn. De angst om (opnieuw) te vallen kan een zware invloed hebben op de levenskwaliteit en in sommige gevallen op het sociale leven. Als je bang bent om te vallen, beweeg je minder, waardoor je spierkracht verliest en de kans op vallen alleen maar groter wordt.

Valangst zorgt er ook voor dat je minder vaak buiten komt en daardoor minder deelneemt aan sociale gebeurtenissen. Daardoor kan je geïsoleerd raken en vereenzamen of zelfs in een depressie belanden.



Als laatste kunnen er ook 'financiële gevolgen' ontstaan. Denk maar aan het aanschaffen van hulpmiddelen zoals een rollator, een wandelstok, een bril ... Maar ook ziekenhuiskosten of kosten voor verpleging en revalidatie nemen een grote hap uit het budget.



## WAARDOOR VAL JE?

Wanneer je ouder wordt is er een natuurlijke lichamelijke achteruitgang, je wordt trager en strammer. Maar niet enkel ouder worden op zich speelt een rol, ook de mate waarin je actief bent en beweging hebt. Door te weinig te bewegen, verlies je immers je soepelheid en spierkracht.

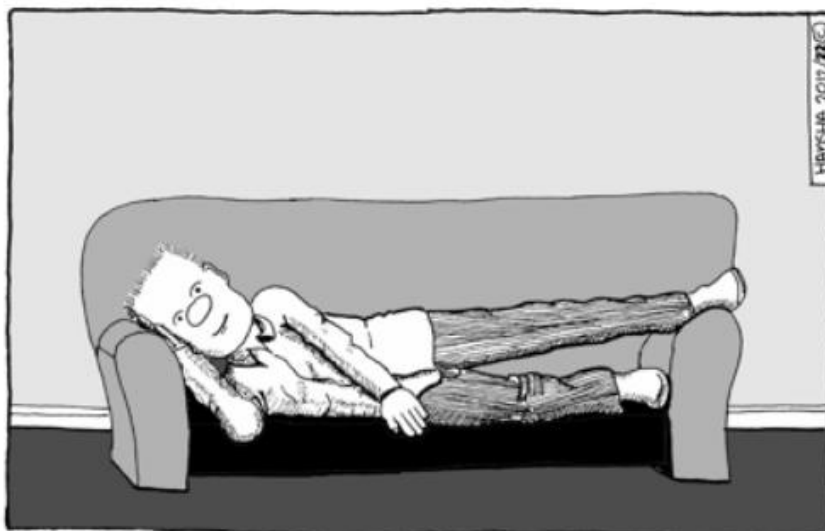


## TIPS

Gelukkig kan je de kans op vallen gemakkelijk zelf verkleinen door actief te zijn en je veiligheid te verhogen. Hieronder alvast enkele tips om een val te voorkomen :

1. Lichaamsbeweging blijft de beste remedie om valpartijen te voorkomen. Je verstevigt je spieren en verbetert je uithoudingsvermogen en evenwicht.
2. Je kan ook een beroep doen op hulpmiddelen zoals een wandelstok of een looprek als je minder goed te been bent.
3. Zorg voor veiligheid in en om het huis. Veel valpartijen vinden namelijk in de woning zelf plaats. Je kan daarom je woning eens doorlopen en controleren of er geen ongelijkmatigheden zijn op de vloer, trappen, in de badkamer ...
4. Zorg er in ieder geval voor dat je altijd een mobiele telefoon binnen handbereik hebt, zodat je iemand kan verwittigen als je toch gevallen bent.

## LICHAAMSBEWEGING



"altijd als ik het gevoel heb dat ik iets aan lichaamsbeweging moet doen, ga ik even liggen en wacht tot dat gevoel voorbij is "

## DE GEKNIPTE AUTO !

Net als de aankoop van een auto, is de zoektocht ernaar een spannend avontuur. Volgens David Leclercq, testrijder en journalist bij AutoGids, gebeurt de aankoop van een auto in 80% van de gevallen niet op een rationele basis: de meeste mensen kiezen een model dat ze mooi vinden, zonder na te gaan of dat ook past bij het gebruik dat zij van een wagen maken.



### Overschakelen op elektriciteit ?

Ook al rijden er momenteel nog maar weinig elektrische auto's rond, op middellange termijn is er voor deze wagens een mooie toekomst weggelegd. Maar welke voordelen biedt zo'n elektrische auto? Uiteraard ze zijn schoner. Misschien nog niet 100% milieuvriendelijk (hun productie vergt veel grondstoffen) maar ze veroorzaken tenminste geen luchtvervuiling. Aan een elektrische motor zijn ook nadelen verbonden: de autonomie is beperkt, herstellingen zijn peperduur - en dat geldt ook voor de aankoop van sommige modellen - en de motor presteert soms minder goed.

### Wat kiezen ?

**Voor de overbevraagde (groot)ouder :** Speel je geregeld taxi voor de (klein)kinderen, tieners? Helpen verhuizen? Kies dan voor een wagen met een grote koffer en veel beenruimte. De break is daarom aan een forse comeback bezig en hard op weg om de gezinswagen bij uitstek te worden waar tot voor kort vaak werd gekozen voor een grote monovolume.

**Voor de randstadbewoner :** Je rijdt elke dag via grote verkeersassen naar het stadscentrum, vaak tijdens het spitsuur en in de file? Dan kies je best voor de plug-inhybride. Je kan je auto elke avond opladen in je garage zodat je zeker bent dat de accu 's ochtends helemaal vol is. Voor lange trajecten wordt de auto aangedreven door de verbrandingsmotor, net als bij een klassieke auto. Een plug-inhybride is daarentegen duur en past dus wel niet in ieders budget.

**Voor de doe-het-zelver** : Zoek je een rustieke auto die je zelf wil blijven onderhouden? Tegenwoordig zitten auto's volgestouwd met elektronika en doorgaans kan je zelf niet meer bij het motorblok. Wil je absoluut toch zelf onder de motorkap duiken, dan zit er maar één ding op: een tweedehandswagen kopen die op zijn minst uit de jaren '90 stamt maar waarmee je binnenkort misschien de stad niet meer in mag wegens te vervuilend. Je zal je er dus bij moeten neerleggen dat vaklui het voortaan van je overnemen.



**Voor de kilometervreter** : Is je auto eigenlijk je tweede werkplek door het aantal kilometers? In dat geval kan je niet om de dieselwagen heen omdat een benzinemotor bij een dergelijk gebruik duurder uitvalt.

### **Proefrit maken !**

Ben je op zoek naar een andere auto? Maak dan eerst een proefrit. Je leert daardoor niet alleen een andere auto kennen, je gaat ook auto's onbewust met elkaar vergelijken. Hieronder een aantal praktische tips bij het maken van een testrit.

**Dump de verkoper** : Probeer de testrit zonder de verkoper te maken. Hoe vakkundig hij ook kan zijn, hij blijft een stoorzender. In de eerste vijf minuten krijg je namelijk het best een indruk van hoe de auto is. Dan zit je niet te wachten op een praatje.

**Maak de testrit in slecht weer** : Het fijnst rij je met een zonnetje en geen wolkje aan de lucht. Maar je leert een auto pas echt kennen tijdens een flinke hoosbui. Zijn de ruitenwissers wel op jouw wensen afgestemd en is het zicht wel goed bij een onweersbui?

**Weet wat je wil** : Wat vond je vervelend aan je vorige auto en gaat de nieuwe die problemen oplossen? Neem alleen een auto mee op testrit die ook daadwerkelijk beter is dan je huidige auto. Testritten draaien namelijk verdacht vaak uit op een aankoop.

**Speel met de opties :** Kijk eens goed naar alle knopjes en schermpjes. Werken ze nu al niet helemaal fijn, dan weet je zeker dat je je er dood aan gaat ergeren in de file ergens op de Brusselse ring.

**Trap 'm op z'n staart :** Neem een stuk snelweg waar je de auto even flink op z'n staart kunt trappen. Heb je een *turbocharger*, is er dan veel vertraging tussen het moment dat je het gaspedaal intrapt en het moment waarop de turbo zijn 'boost' geeft? Luister naar de motor. Klinkt 'ie *smooth*' of 'brult ie te veel'? Ook zonder de radio aan moet je in deze auto prettig kunnen rijden.

**Besteed aandacht aan het onderstel :** Pak een paar drempels mee om de ophanging te testen. Voelt het nu al niet lekker en maakt de auto het nodige geluid? Dan weet je zeker dat dit alleen maar erger wordt als je inmiddels op vijftigduizend kilometer zit.

**Denk aan de versnellingen :** Zelfs als je een automaat rijdt, zijn er allerlei mogelijkheden om toch te schakelen. Welke heeft jouw voorkeur? Kies die dan ook.

**Check de camera :** Als de auto voorzien is van een camera, check deze dan ook. Want soms ziet het beeld er nog slechter uit dan dat van een duikboot die het wrak van de Titanic filmt. Hoe is de resolutie en is er een blinde vlek? Hoe is het beeld bij regenachtig weer en hoe is de ontvangst? Een matige camera is slechter dan helemaal geen camera, dus onderschat dit onderdeel niet.



# MAAKT GELD GELUKKIG ?



Stijgt je geluk evenredig met je inkomen? Wanneer heb je genoeg?

Het klopt dat geluk niet evenredig toeneemt met het spekken van je rekening. Men noemt dat de *"Easterlin-paradox"*. De gemiddelde Belg is nu drie keer zo rijk als 60 jaar geleden. Onze levensstandaard ligt veel hoger dan in de jaren '50. Toch blijkt ons geluk niet te zijn toegenomen. Dat heeft voor een stuk te maken met gewenning. Je bent eventjes gelukkig wanneer je bijvoorbeeld loonsverhoging krijgt maar kort daarna, keer je naar je oorspronkelijke niveau terug, want je hogere loon wordt de nieuwe norm.



Volgens neuroloog Dirk Nuytten zit "hebzucht" in onze hersenstructuur. Wij willen almaar meer ook al zijn onze behoeften al lang vervuld. Ziedaar waarom rijken nog rijker willen zijn.

We spreken hier over het *"brain reward system"*, het beloningssysteem in onze hersenen. Dat zorgt er bijvoorbeeld voor dat wanneer we honger hebben en iets te eten, er dopamine vrij komt en we ons goed voelen. M.a.w. onze hersenen belonen ons wanneer we een behoefte vervullen. Het is een overlevingsmechanisme dat de natuur heeft ingebouwd. Ook het verwerven van geld en bezit maakt kortstondig dopamine in de hersenen vrij.



Onze hersenen bestaan ook niet alleen uit een beloningssysteem. We hebben ook spiegelneuronen, die maken dat we naar anderen kijken en in zekere zin ons geluk aan hen afmeten. Het goede effect van de spiegelneuronen is dat ze ons in staat stellen tot empathie. We worden blij wanneer we anderen gelukkiger zien of maken. Neurofysiologisch is trouwens bewezen dat je gelukkiger wordt van geven dan van krijgen.

Dus onze morele waarden zitten in zekere zin ook wel in onze hersenen. Het komt er dus eigenlijk op aan om een goed evenwicht te vinden tussen je beloningssysteem en je spiegelneuronen.



*“Onderzoekers zeggen dat geld niet gelukkig maakt, maar weet jij wat zo’n onderzoeker verdient?”*



**GELD MAAKT DE DOMME NIET INTELLIGENT,  
BEZORGT DE LAFAARD GEEN BEWONDERING EN  
DE INCOMPETENTE GEEN RESPECT !**

# NOTA BENE

## DIGIBITEN

Maar liefst één op de vijf Belgen kan geen e-mails versturen of ontvangen. Een derde van de landgenoten kan geen dienstregeling van het openbaar vervoer raadplegen en de helft van de Belgen waagt zich niet aan online bankieren. En dat terwijl de overheid en de ondernemingen almaar meer de digitale kaart trekken.

## MUZIKALE SCHOONMAAK

Velen hebben een broertje dood aan poetsen maar sommigen proberen die lastige klus vooral leuker te maken. Muziek blijkt daarbij populair. Eén op de twee Belgen schrobt op de tonen van een energieke beat. Eén op de vijf zegt extra gemotiveerd te zijn als er bezoek komt. Een andere gekke poetsgewoonte zou zijn zonder kleren schoon te maken om nadien meteen onder de douche te springen.

## REUZEN

België is een land van reuzen. Dat zou je toch mogen denken als je de nieuwe ranglijst bekijkt van de grootste mannen. Daaruit blijkt dat de Belgen, na de Nederlanders, de grootste mannen ter wereld zijn. Hun gemiddelde lengte is 182cm. De Belgische dames stranden met een gemiddelde lengte van 165cm pas op de 21<sup>ste</sup> stek.

## GELUKKIG ZIJN

In de provincie West-Vlaanderen leven de gelukkigste landgenoten. Ook in Antwerpen en Namen zit het wel snor met dat geluksgevoel. In Limburg en Henegouwen zien ze de dingen beduidend minder rooskleurig.

## WEG MET OUDJES

Oudjes is het woord dat Vlamingen en Nederlanders het liefst zouden schrappen uit onze woordenschat. Het werd gekozen uit de lijst van de tien meest gehate woorden in 2014. We vinden het woord té denigrerend.

## WEBROOMEN

68% van de Belgen deed het voorbije jaar aan webroomen: een kledingstuk online bekijken en het vervolgens in een echte winkel kopen. 45% ging eerst kleren spotten in de winkel en dan online bestellen.



# DAGELIJKS BESTUUR

## Voorzitter : PLETTINCKX Arnold

Keulendam 66, Residentie "Ter Rest" Bus 1.2 – 2870 Puurs

☎ 03 889 87 87      ☎ 0472 94 19 85      arnold.plettinckx@skynet.be



## Secretaris & Feestelijkheden : VAN RECK Hendrik

Verberdestede 54 – 2870 Liezele

☎ 03 899 00 76      ☎ 0475 31 17 62      hendrik\_11@hotmail.com



## Penningmeester : HERMANS Maria

Monnikheide 12 – 2870 Puurs

☎ 03 889 30 54      ☎ 0496 30 69 78      mar-hermans@hotmail.com



# BESTUUR

## Verantwoordelijke toog en lokaal : DE SMEDT Albert

Dorpshart 50/21 – 2870 Puurs

☎ 03 889 43 83      ☎ 0476 40 02 71      albert.de.smedt1@telenet.be



## Commissaris van de rekeningen : DE BOECK Vera

Schaapsveld 42 – 2870 Puurs

☎ 03 889 52 81      ☎ 0477 24 80 62      veradeboeck@gmail.com



## IBIS Info : DE RECHTER Francine

Keulendam 67, Residentie "Ter Rest" Bus 2.3 - 2870 Puurs

☎ 0495 48 40 11      fderechter@gmail.com



**IBIS Webmaster : ANDRIES Kris**

G. Fromontstraat 26 - 2830 Willebroek  
■ 0486 86 02 11

kris\_andries@yahoo.com



**Parcours : DOMS Paul**

G. Fromontstraat 18 – 2830 Willebroek  
☎ 03 886 24 78 ■ 0472 86 20 21

doms-vanrompa@outlook.com



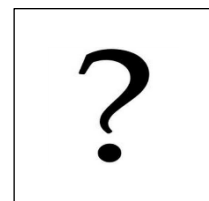
**Kledij : DE SMET Annie**

Neerheidedreef 37 – 2870 Puurs

☎ 03 889 83 01



**Logistiek :**



**Catering :**

**VAN ROMPA Magda**

G. Fromontstraat 18 – 2830 Willebroek

☎ 03 886 24 78



**DEWINTERE Marie-Hélène**

Grote Heidestraat 110 - 9120 Beveren-Waas

■ 0473 45 18 93

marie-helene@pandora.be

**Ledenadministratie & Etiketten**

**DE WILDE Frans**

Monnikheide 12 – 2870 Puurs

☎ 03 889 30 54

■ 0476 37 87 64

fransdewilde@telenet.be





een betere kijk  
op veiligheid



**PEETERS - LAMBRECHTS** bvba

[www.peeterslambrechts.be](http://www.peeterslambrechts.be)

werk- en veiligheidskleding // werkhandschoenen // EPB  
hoofd-, oog- en gehoorbescherming // veiligheidscoördinatie  
kledij voor hulpdiensten // adembescherming // signalisatie  
valbeveiliging // veiligheidsschoenen // pas- en meetservice