



Landelijke Gilde
samen beleef je meer in
Heist-op-den-Berg

België-Belgique
P.B.
2220 Heist-o/d-Berg
8/4950



Ons Boekske Februari 2023



HUYGEN N.V.

Boudewijnlaan 11
2220 Heist-op-den-Berg
tel. 015 24 98 46

De grootste
dierenspeciaalzaak
van België



MATTIJS
BOUWMATERIALEN & VLOEREN

Knotwilgenweg 31, 2220 Heist - op - den - Berg
Tel. 015/24 11 38 | www.mattijsbouw.be



bloemen en plantenserres

Schaliehoevestraat 52A
2220 Heist-op-den-Berg
Tel. 015 24 41 47



THUISVERPLEGING

LAAT UW ZORG MIJN ZORG ZIJN

Alle verpleegkundige zorgen bij U thuis

1 adres: Zelfstandige Thuisverpleging Poortmans Anita

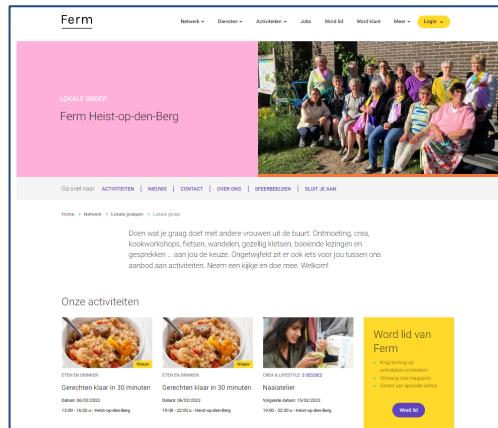
Mechelbaan 71 B 2220 Heist op den Berg

GSM: 0475/87 73 57

E-mail: anitapoortmans@gmail.com



Neem een kijkje op de website van Landelijke Gilde en Ferm voor de laatste berichten en foto's van de voorbije activiteiten. Surf naar heist-op-den-berg.landelijkegilden.be/ of www.samenferm.be/ferm-heist-op-den-berg



Landelijke Gilde Heist

Rek.nr.: BE50
7332 1400
0218

Voorzitter

Guido Van den
Bruel
Langveldstraat
54a
2220 Heist-op-
den-Berg
015 25 16 25

Ferm Heist

Rek. nr.: BE02 7332
1406 0640

Teamverantwoorde- lijken

Gerda An- thonis Boekte- straat 1a 2220 Heist- op-den- Berg 0498 39 32 10	Mariette De Coux Kasteel- straat 78 2220 Heist- op-den- Berg 0474 38 24 55
---	--

Lay-out en foto's Ons Boekske: Hugo Saelen en Mariette De Coux

Nieuwe activiteiten waarvoor LG je graag uitnodigt



Voorwoord van de voorzitter

Beste leden van Landelijke Gilde en Ferm,

Wij zijn ondertussen alweer in de kortste maand van het jaar beland; de schrikkelmaand. De maand is dan wel kort, de dagen worden toch stilaan langer. De zon laat zich steeds vaker zien en dan beginnen de groene vingers weer te jeuken.

Zo willen ook wij, als bestuursleden van beide verenigingen, ons weer volop concentreren en voorbereidingen nemen om een brede waaier van activiteiten aan te kunnen bieden in dit werkjaar. Wellicht vinden jullie in ons jaarprogramma wel activiteiten die jullie interesseren. Ikzelf kijk reeds reikhalzend uit naar de champagnereis die gepland staat in het pinksterweekend. De vorige editie ervan, in 2017, was een voltreffer en het programma van dit jaar ziet er weer veel belovend uit.

Bedankt aan de leden van LG die op de uitnodiging zijn ingegaan eind vorig jaar om het lidgeld spontaan te betalen aan de centrale.

Ook welkom aan de nieuwe leden die zich afgelopen jaar aansloten hebben bij één van beide verenigingen.

We kijken er naar uit jullie te ontmoeten op één van onze volgende activiteiten.

Tot weldra.
Guido Van den Bruel

De tweede wereldoorlog in Heist: bezetting, collaboratie en bevrijding door middel van foto's: dinsdag 7 maart

Op 7 maart kunnen we aan de hand van foto's en uitleg van Fons Steurs een idee vormen hoe Heist-op-den-Berg de Tweede Wereldoorlog beleefde.

De bezetting, collaboratie en de bevrijding komen aan bod.

Deze avond is in café 'Het Kelderke' boven op de Heistse berg en vangt aan om 19.30 u.

Het Kelderke is niet zo groot daarom zijn er maar 20 tot 24 plaatsen.

Indien er meer mensen in geïnteresseerd zijn komt er een 2^e avond.

Tijdig inschrijven bij Guido Geuens 015 24 89 19 of 0494 91 76 17 voor 5 maart a.u.b.

Darts: elke tweede vrijdag van de maand

Nu het WK darts enkele weken achter de rug is gaan we ook eens terug proberen om die pijltjes in het vak te gooien waar we zouden willen, hetgeen niet zo simpel is.

Als je die spelers op het WK bezig ziet zou je nochtans denken dat dat gemakkelijk is...



Over dat WK gesproken. De nieuwe wereldkampioen is de Engelsman Michael Smith die de Nederlander Michael Van Gerwen versloeg met 7-4. Smith presteerde het zelfs om een 9 darter te werpen, dat is het minste aantal pijlen waarmee je een spel kan uitspelen.

Wij zijn al lang blij dat de pijltjes in dat bord terecht komen.

De officiële spelregels zijn dat je vertrekt met een waarde van 501 punten en je moet zo snel mogelijk op 0 eindigen. Maar je moet wel eindigen met dubbele punten, dit is de smalle ring aan de buitenkant van het bord.

Ons systeem zit wat simpeler ineen: wij spelen 10 beurten van 3 pijlen en wij tellen gewoon de punten op.

Dus iedereen is welkom elke tweede vrijdag van de maand in de voormalige fietswinkel van Guido Geuens in de Oude Godstraat in Heist.

Je hoeft geen pijltjes mee te brengen, die zijn aanwezig. Als je er hebt, mag je die uiteraard meebrengen.

Lentefeest zaterdag 18 maart

Bij het begin van de nieuwe lente nodigen we jou en je partner graag uit op ons lentefeest op zaterdag 18 maart in Zaal Withof te Heist-Zonderschot.

Programma

19 u. Verwelkoming en maaltijd: een rijk gevulde lenteschotel.
Afgesloten met heerlijke taart en koffie



21 u.: MUZIEKBINGO. Wie kent er nog de muziek van de jaren 60 en 70, en de Nederlandstalige muziek? We gaan dit eens grondig uittesten via het systeem van bingo. tip: iets meebrengen om te schrijven is wel handig.

Nadien speelt DJ Jan ten dans.

Deelname: € 20

Inschrijven ten laatste zondag 12 maart, via uw bestuurslid of via overschrijving op rekening BE50 7332 1400 0218 van de Landelijke Gilde of via Payscale met vermelding van je naam en 'lentefeest'.



Van harte welkom.

Bedrijfsbezoek donderdag 20

april

Op donderdag 20 april 2023 kunnen wij de fabriek **Aurubis** bezoeken. Dit is een recyclage fabriek in Olen waar men koper recycleert.

Het is geen klein fabriekje d.w.z. dat je redelijk wat afstand en trappen mag doen maar waar je koper kan zien stromen zoals water(maar dan heel heet).

Je ziet er hoe koper word gesmolten en hoe dat daarna ook nog word gezuiverd tot 99% zuiver koper. Ook kan je er zien hoe en welke producten ze vervaardigen.



Omdat dit een groot bedrijf is zijn er natuurlijk ook de nodige veiligheidsvoorschriften waar we aan gebonden zijn zoals gesloten schoenen, een lange broek , lange mouwen die je niet mag opstropen.

Doe niet je beste kleren aan. Het is een fabriek waar gewerkt word, met zijn propere en minder propere kanten zoals in elke werkplaats. Mensen met een pacemaker moeten dit melden aan de gids omdat een plaats is waar deze niet binnen mogen. Dit is ook de plaats waar je oorstoppen moet indoen (deze zijn er ter plaatse).

Een helm, een veiligheidsbril en een fluo hesje mogen we lenen van de fabriek zelf.

Opgepast er kunnen maximum 40 personen de fabriek bezoeken (10 mensen per gids en er zijn er maar 4)

Het is een rondleiding van drie uren en start om 13 u. en is gedaan om 16.00 u.

Praktisch:

We vetrekken om 12 u. aan de schaatsbaan (carpoolen)

Inschrijven ten laatste op 30 maart bij Guido Geuens 015 24 89 19 of 0494 91 76 17

Omdat we een lijst met de namen en voornamen moeten doorgeven aan Aurubis is inschrijven noodzakelijk.

Aurubis

Watermolenstraat 35

2250 Olen

7e Toeristische Fietszoektocht van 1 mei tot en met 10 september 2023

Ook dit jaar organiseren we een toeristische fietszoektocht.

Nadat we de voorbije 6 jaar alle Heitse deelgemeenten en gehuchten hebben bezocht en ontdekt is het nu tijd om eens bij de burens te gaan gluren.

Via rustige, landelijke wegen begeven we ons richting Berlaar en het idyllische, historische Gestel, eens één van de kleinste gemeenten van ons land.

De afstand bedraagt ongeveer 22 km en onderweg los je 20 vragen op en zoek je naar 20 foto's.

Iedereen kan deelnemen op één of meer dagen naar keuze tussen 1 mei en 10 september 2023.

Een deelnemingsformulier is te verkrijgen op volgende adressen:

Eduard Straetmans, Oude Gendarmeriestraat 67, 2220 Heist-op-den-Berg

Dienst Toerisme Heist-op-den-Berg, Postweg 6, 2220 Heist-op-den-Berg

Dagbladhandel Raf, Pastoor Mellaerts straat 68 te Heist-Goor

Broodjeszaak Taste It, Eugeen Wouters straat 16A 2220 Heist-op-den-Berg

Ontmoetingscentrum Ballaer, Markt 27, Berlaar

We voorzien voor elke deelnemer een mooie prijs, af te halen op de prijsuitreiking op vrijdag 29 september 2023 om 19 u. in zaal Withof te Zonderschot.

Voor bijkomende info over deze zoektocht mag je steeds contact opnemen met Jos Wyns tel. 0492 65 91 67 of wyns.jos@skynet.be

Kookles woensdag 5 april

Op woensdag 5 april sluiten we de kooklessen voor de deelnemers van dit seizoen af met 'koken voor de partners'.

De deelnemers aan de voorbije kooklessen krijgen nog een mailtje hierover met verder info.

Dauwtrip zondag 16 april

Wandelen in de ochtendnevel, voor dag en dauw genieten van de ontwakende natuur. De eerste zonnestralen die over de boomtoppen schijnen, de vogels die fluitend voorbijvliegen, de neveldruppels op de bladeren en de dauw tussen de grassprietten die het land-



schap bijna sprookjesachtig aan laten voelen. Dat is onze dauwtrip



We gaan het dit jaar iets verder zoeken, namelijk in het gevarieerd landschap tussen Geel Bel en Meerhout. In de vallei van de Grote Nete, strekt zich een prachtig natuurgebied uit, de Belse Heide met aansluitend het Bels Broek en de Belse bossen. Op de droge zandruggen wandel je door uitgestrekte naaldbossen, prachtige heideterreintjes en weidse zandverstuivingen. Meer naar de vallei toe vormen zompige broekbossen, vochtige hooilanden, wuivende rietkragen en heldere beekjes het decor waarin je heerlijk kunt onthaasten. Sinds de natuurherstelwerken bloeit de heide weer rijkelijk. Het is het leefgebied van alle inheemse spechtensoorten en van zeldzame dag-en nachtroofvogels, waaronder de havik, de bosuil en de ransuil. Op de Belse heide helpen schapen bij het bewaren van het heidelandchap.

We voorzien een langere wandeling van ongeveer 11 km en een kleinere wandeling van 6 km.

Na de wandeling kunnen we genieten van een heerlijk ontbijt in brasserie 'De Kleine Volmolen', Bel 149 in 2440 Geel-Bel

Praktisch:

Vertrek zondag 16 april **om 6 u. op de parking in het centrum van Hallaar**, ofwel om 6.45 u. aan de parking van brasserie 'De Kleine Volmolen', Bel 149, 2440 Geel voor de wandeling ofwel om 9 u. in de brasserie voor het ontbijt.

Inschrijven **ten laatste voor 2 april** bij Hugo Saelen 0473 56 83 06 of hugo.saelen@gmail.com.

Omwille van het doorgeven van het ontbijt is later inschrijven niet mogelijk.

Deelnameprijs voor wandeling en ontbijt: € 20 per persoon, te storten op de rekening van Landelijke Gilde Heist BE50 7332 1400 0218 of via Payconiq met vermelding van 'dauwtrip + naam (namen)'.



Senioren

Volgende bijeenkomst :

Dinsdag 21 maart : "Gezond ouder worden" door Alfred Coninx

Familienieuws

Diamanten huwelijksjubileum :

1 december : René De Veuster en Maria Lambrechts
12 januari : Jozef Heremans – Angèle Verschoren

Van harte proficiat aan de jubilarissen.

Verslagen van voorbije activiteiten

Wandelzoektocht vrijdag 18 november 2022



Voor deze editie werden we verwacht in de voetbalkantine aan de IJsschotweg in Itegem.

De weergoden waren ons dit jaar echter niet zo goed gezind. Alhoewel het de avond van de wandeling zelf nogal mee viel, was er tijdens de dag nog behoorlijk wat uit de lucht gevallen. Dat konden we onmiddellijk na het vertrek al aan den lijve maar vooral

de voeten ondervinden. Diegenen die geen aangepast schoeisel aan hadden zakten tot hun "vessemen" in het slijk en verwensten zichzelf dat ze geen "botten" hadden aangedaan.

In de eerste weide was het daarenboven nog moeilijker om de koeienvlaaien te ontwijken dan de reflecterende pijltjes te vinden die ons de weg moesten wijzen. Ondertussen moesten er ook nog eens rebussen worden opgelost en geantwoord worden op de vragen die onderweg het pad kruisten van de moedige stappers die gewapend met zaklampen hun antwoordenpapier probeerden droog te houden. Zo kwamen we, na een tip, te weten dat het niet Samson en Gert waren die de wandeling hadden ineengestoken (een afbeelding van een hond en misschien Hulstbomen) maar wel de heren Spits en Laenen. Zij konden echter niet weten dat de droge gracht op het door hen uitgestippelde pad, op enkele uren tijd plots een beekje was geworden waar sommigen maar met moeite over konden. Met vereende krachten lukten het echter wel om iedereen aan de overkant te krijgen.

Halverwege de omzweving door de Itegoemse velden en bosjes verzorgden Gerda en René de ravitaillering en konden we genieten van een opwarmertje in de vorm van soep, een borrel of een chocomelk voor de Marcskes onder ons.

De batterijen waren weer opgeladen en we konden weer gezwind verder. Die met een platte batterij deden er waarschijnlijk wel wat langer over... Ondanks het minder goede weer was er toch weer een grote opkomst en konden ruim 170 enthousiaste wandelaars na de tocht genieten van een bord heer-





lijke vol-au-vent. Hiervoor natuurlijk ook nog eens onze dank aan alle vrijwilligers die deze avond er voor zorgden dat iedereen snel bediend werd en aan de kok natuurlijk.

Het moment suprême was echter wanneer de antwoorden op de vragen kwamen. Het mag nog eens gezegd, knap werk om dit allemaal te bedenken voor jong en oud, slim en iets slimmer zodat het voor iedereen leuk bleef. En we hebben nog eens goed kunnen lachen, zeker met de Hestse dialecten.

Ook deze keer was dus, weer of geen weer, weer eens een geslaagde editie. We kijken nu al uit naar de volgende. G.V.

Kookles woensdag 7 december 2022 Landelijke Gilde maakt er een potje van



Een kok is **iemand die in de keuken werkt en gerechten bereidt voor gasten in een horecagelegenheid.** De kok is onderdeel van het keukenpersoneel en wordt aangestuurd door de chef-kok. Een kok werkt daarom bijna nooit alleen, maar met meerdere collega's in een team.

En voilà, daar waren we weer met zestien man keukenpersoneel, aangestuurd door chef kok Leo die ons de fijnste gerechten op tafel liet toveren. De gasten in de horecagelegenheid waren wij zelf,..... honger hebben we niet moeten lijden.

Chef kok Leo dompelde ons onder in de geheimen van de huidige kookkunst, meer bepaald in de geheimen van de ovenschotels. Na een korte inleiding trokken we de keukenschorten strak en vlogen we van links naar rechts om de juiste ingrediënten bij elkaar te brengen.

De resultaten mochten weeral geproefd worden... in 1 woord: hemels. In 2 woorden: hemels en top!

Volgende hoogstaande gerechten hebben we uit de oven getoverd:

Ovenschotel met vis, courgette,
kersttomatenmix, mozzarella en Parmezaan schilfers

Ovenschotel met kip, krieltjes en groenten

Ovenschotel met worst, aardappelen en gemengde groenten

Benieuwd wat Leo ons nu nog kan bijbrengen..... na 10 jaar heeft de keuken voor ons geen geheimen meer. Ben ervan overtuigd dat heel veel vrouwen van medecursisten na al deze kooklessen de kans niet meer krijgen om in hun keukens te staan.

Het was weeral een leuke avond waarbij we met zijn allen hebben genoten van elkaar, van onze samenwerking en van ons zelf klaargemaakt lekkers.

Wanneer kom jij meekoken?



Schapenstal dinsdag 20 december 2022

Een stukje Oostenrijk in Zonderschot

De Schapenstal of Schafstall, een gezellige winterse hotspot in het centrum van Zonderschot, werd op dinsdag 20 december uitgebaat door bestuursleden van de Landelijke Gilde en enkele bereidwillige partners.

De gezellig ingeklede winterbar - the Place 2B voor de après skiliefhebber - was terug open vanaf 10 december.

Al eens geproefd van Schafstallbier (van 't vat), Duppel Trippel of Schoppeken Trippel of een gewone frisse Erdinger. Het was er allemaal. Wenste je het klein te houden, dan kon je genieten van Spirituosenski, flying Hirsh, Jägermeister, Schnaps, En voor de hongerigen had de Landelijke Gilde verse taart laten bakken. Of had je liever een kaas-/salamischotel? Of een verse soep, met veel liefde klaargemaakt door Agnes, de vrouw van de voorzitter? Ook de hongerigen kwamen niets tekort.

Omstreeks 10 u. kwamen de eerste wandelaars toe voor ene goeie koffie en een stukje taart. In de namiddag was de Schapenstal net niet te klein om alle bezoekers (drinkers) een plaatsje te bieden. En 's avonds kwamen de diehards die zich uiteindelijk helemaal in Oostenrijk waanden

Omstreeks 24 u. luidde de bel om aan te kondigen dat het feestje bijna voorbij was. Nog even alles opruimen en de lichten werden gedoofd.

En wat met de opbrengsten?

Het schafstallteam heeft er dit jaar voor gekozen om een deel van de opbrengst te schenken aan 'Runars weg naar de toekomst'. Door zuurstofgebrek bij de geboorte heeft Runar hersenverlamming opgelopen. Ondertussen is Runar een vrolijk kereltje. Hij kan ongeveer 1 km zelfstandig stappen en praten lukt ook. Deze vooruitgang was mogelijk doordat Runar de reguliere kinesitherapieën combineert met een aantal nieuwe therapieën.

Het volgende doel is om zijn handjes meer te trainen. Het trainen van de handen is moeilijker dan het leren stappen. Runar heeft al veel vooruitgang gemaakt met zijn handen, maar zelfstandig eten gaat nog moeizaam en zich aan- en uitkleden lukt ook nog niet. Dit doel willen ze bereiken met de hulp van de Amadeo-handenrobot, de ABR-massage-therapie en de Mollii-suit. Daarbij blijft hij het stappen perfectioneren met de Locomat-staprobot. Het

kostenplaatje voor een volledig jaar therapie bedraagt ongeveer € 20 000.

Het spreekt dus voor zich dat elke bijdrage zeer welkom is. Daarom heeft het schafstallteam gekozen om een deel van de opbrengst hieraan te schenken.



Teerfeest zaterdag 14 januari 2023



Winterwandeling zondag 29 januari 2023

Langdonken, lange hoge wandelschoenen wandeling



Zondag 29 januari trokken 50 sportieve leden richting Herselt voor de jaarlijkse winterwandeling onder leiding van ervaren gids Hugo.

Vertrek deden we aan 'Goede vrijdag' een bekende donkere kroeg achter de kerk.

Tactisch moesten we voorzien in hoge wandelschoenen, de zo nodige suikers en water om deze tocht tot een goed einde te brengen. Een drank of plasstop was niet voorzien zodoende dat de urinaals of pifflessen bij de lokale verdeler uitverkocht waren.

Hugo neemt ook geen risico's om de middenmoot in gevaar te brengen. Daarom werd een groep van +/- 14 rappe verkenners uitgestuurd om weerstand te bieden moest er toch nog vleesetend wild onze tocht in gevaar brengen.

De hoge wandelschoenen bleken geen overbodige luxe, al na een kwartiertje stappen werden de niet voorziene gepaste schoeisels ondergedompeld in een slijkerige smurrie. Bij de studenten-

doop in Leuven wordt dit net niet weerhouden.

Met een wandelkompas in de hand deed onze gids zijn best om ook off road te gaan; zodoende wisten we na een tijdje niet meer waar de kerk van Herselt stond en waren we allen verplicht om zijn traject te vervolledigen.

De verkenners vooraan deden hun werk, want tot dusver werden geen roofdieren gemeld en genoten de achterhoedes van de 6 km en 11 km van de uitgestippelde route.

Het viel op dat de natuur op zich, nog niet, voor op schema liep. Grassen hingen flauw van de voorbije koude periode, ijsschotsen in de beken reflecteerden de gesloten hemel. Enkel de Dotterbloem in de beken zag al fris groen. Ook de mossen op takken en bomen leken in hun nopjes en blonken met de vochtdruppels op hun best.

Deze zéér mooie natuurtocht konden we beëindigen in Kroeg 'Goede Vrijdag' waardig in zijn naam want vlees werd er niet geserveerd, streekbieren is daar de hoofdschotel. De

gilde traktee-
dereen op dit

de i e-
menu.



Toen kwam plots de berichtgeving dat de verkenners de kroeg niet gehaald hadden, zouden het wild van Herselt hen dan toch verorberd hebben? Gids Hugo was op weg naar de plaatselijke politie om de verdwijning en opsporing op gang te trekken. Maar bij het passeren van een andere plaatselijke kroeg waar er op tafels en stoelen gedanst werd, herkende hij direct de verkenners die ook een traktatie verdienden.

B.H.



Senioren dinsdag 22 november 2022

Dinsdag 22 november 2022, weer een bijeenkomst van de senioren in Schriek.

We zien er al naar uit, weer even onder de mensen komen. De ene keer is 't om te lachen en de andere keer komt er iemand spreken. Voor € 17 per persoon heb je een drank tijdens de pauze en na het luisteren of het plezier, zijn er voor ieder 2 pistolets, een sandwich en een koffiekoek, met daarbij koffie of thee zoveel je wil.

En je komt thuis en je namiddag is om.

Nu ging het ging over oma's en opa's zonder stress. We waren met 95 senioren. Echt een aanrader voor iedereen om de vereenzaming tegen te gaan en af en toe wat nieuw op te steken.

Een jonge moeder van rond de 40 (Bieke Geenen), kwam ons vertellen wat we wel of liever niet zouden doen. En ja, er zat veel waarheid in.

Iedere oma, opa, moemoe, vava, bonneke, bompa, omie, opie, is anders. Alleen moeten we proberen, als we onze kleinkinderen mogen oppassen, ze veel liefde en warmte te geven. En tijd voor hen maken. En heel veel geduld hebben!

Een kleinkind bekijkt het zo: oma en opa hebben tijd, geduld, en ik krijg daar veel aandacht. Ze spelen met mij, ze zien me graag, ze maken altijd lekker eten, gaan al eens met mij naar de speeltuin of naar een film, of we gaan picknicken en oma of opa bakt pannenkoeken.

Maar een kleinkind moet ook luisteren. Niet de boel op stelten zetten. Leren opruimen voor hij of zij naar huis gaat. Beleefd zijn. Maar wij moeten ook begrip hebben voor hun mama en papa. Het zijn uiteindelijk de ouders die hun kinderen opvoeden. Het is een voorrecht om dat allemaal te mogen meemaken, dat mag je niet vergeten. De tijden zijn veranderd, zoals zoveel. Ook de manier van opvoeden. De ouders maken keuzes over waar zij naar school gaan, en of ze naar de chiro of de scouts gaan of gaan basketten of voetballen.... De ouders zeggen ook : “Niet te veel zoet, snoep enz... Geef ze liever een stukje fruit. Niet te laat gaan slapen! Want het was de hele week school!”

Zelf heb ik 5 kleinkinderen en ik ben zo blij dat ik ze zie opgroeien. 't Is zo fijn, om ze af en toe te zien en ervoor te mogen zorgen.

Wel zei Bieke dat we ook aan onszelf moeten denken. Hebben we die dag iets anders leuks gepland, dan moet je kunnen “nee” zeggen. Ons leven gaat ook verder.

Dan denk ik ook aan mensen die niet het geluk hebben van oma of opa te zijn. Maar het leven loopt zoals het loopt, daar kan je niets aan doen.

Jacqueline

Senioren herfstontmoeting dinsdag 29 november

Op dinsdag 29 november werden alle 60 plussers, met partner, van alle afdelingen van de provincie Antwerpen, uitgenodigd op de herfstontmoeting in Zandhoven.

Evenementenhal De Populier liep vanaf negen uur stilaan vol. Bij de start om tien uur zat de zaal afgeladen vol met 500 deelnemers. Iedereen kreeg bij het binnenkomen een tas koffie of thee. Daarna kon je nog een ganse dag gratis bijtanken. Na de verwelkoming door de provinciale seniorenvoorzitter, was het tijd voor het optreden van Joris Hessels. Welbekend van tv programma's, Taxi Joris, Radio Gaga, Gentbrugge, Weekend... Hij gaf tekst en uitleg hoe zijn programma's ontstonden, hoe ze zich verder ontwikkelden. Aan de hand van beelden en anekdotes herinnerden we weer de uitzendingen op tv. Na deze uiteenzetting was het tijd voor de middaglunch.

Ieder kreeg op zijn bord 5 frikadellen met een grote lepel kriecken (hum lekker). Nu ons buikje gevuld was, werd het stilaan tijd voor het namiddagprogramma.

Matthias Lens (met zijn accordeon) en Wim Leys waren de gasten. Zij brachten bekende Vlaamse meezingers, klassiekers, accordeonsolo (circus Renz) van Matthias en eigen nummers.

Tijdens de pauze werden we nog verrast met een lekkere grote koffiekoek.

Als afsluiter van dit optreden zorgde de polonaise door de zaal voor nog meer ambiance.

Weer een geslaagde dag. Alleen spijtig dat onze groep in twee was gesplitst en we niet samen zaten.

Maar daar gaan we aan werken.

Nieuwe gezamenlijke activiteiten waarvoor Ferm en Landelijke Gilde je graag uitnodigen



Infoavond: 'De zorgvolmacht, een praktische insteek', donderdag 27 april

Op donderdag 27 april 2023 hebben wij Mr. Dominique De Bie, advocaat - counsel, uitgenodigd om ons informatie te verschaffen over de zorgvolmacht, een veelbesproken onderwerp. Heel wat leden onder ons kennen 'de zorgvolmacht' reeds, maar anderen hebben daar heel wat vragen rond. Om jezelf kennis en inzicht te geven bespreekt Mr. Dominique De Bie de praktische kant van deze materie.

Haar uiteenzetting behandelt o.a.

Kan ik mijn bankverrichtingen voor de tijd dat ik in het ziekenhuis lig toevertrouwen aan iemand anders? Wie gaat er namens mij dan stemmen op de vergadering van mijn vennootschap?

Ik wil vanaf het moment dat mijn kinderen een bepaalde leeftijd hebben schenkingen aan hen doen, maar nu nog niet. Wat als ik tegen die tijd onbekwaam ben? Kan ik op voorhand iets regelen?

Kan ik ook bepalen in welke home ik wel of niet wil terechtkomen, en welke medische zorgen ik wel of niet wil krijgen? Een levenstestament, bestaat dat wel in België?

Tijdens deze avondsessie legt Mr. Dominique De Bie uit wat de mogelijkheden zijn om via een zogenaamde zorgvolmacht een regeling voor je vermogen en voor je persoon uit te werken voor het geval je onbekwaam wordt.

Heb je vragen rond de zorgvolmacht, schrijf ze op en breng ze zeker mee naar deze avond.

Datum: donderdag 27 april 2023

Aanvang 20 u.

Plaats: zaal Withof te Zonderschot



Inschrijven verplicht:

-**niet-leden** € 5 per persoon te storten op rekening van LG Heist-op-den-Berg BE50 7332 1400 0218 met vermelding van 'zorgvolmacht'

-**leden** van Ferm en LG en inwonende gezinsleden: gratis, maar inschrijven verplicht zodat we een stoel kunnen klaarzetten.

Inschrijven/info bij Hugo en Mariette Saelen -De Coux voor 20 april 2023

mariette.de.coux@telenet.be 0474 38 24 55 of hugo.saelen@gmail.com 0473 56 83 03

Gezinsweekend 15, 16, 17 september

In 2023 gaat het gezinsweekend door in Nederland, in Made, Noord-Brabant, gelegen tussen Breda en het Nationaal Park 'De Biesbosch'. Wij verblijven in: Fletcher 'hotel Korenbeurs', Kerkstraat 13, Made, in het centrum van een klein gezellig dorpje. We fietsen tot aan de Biesbosch en door de mooie, wijdste omgeving, door kleine dorpjes, genietend van al dat moois.



Prijzen volpension: € 220 per persoon op een 2 persoonskamer
€ 260 per persoon op een 1 persoonskamer

Inschrijven tot 1 maart 2023 door een berichtje te sturen naar René en Gerda Lambrechts-Anthonis Boektestraat 1a Heist-op-den-Berg, GSM 0498/ 39 32 10 of een mailtje naar sent.lambrechts@gmail.com.

Bij inschrijving wordt een voorschot gevraagd van € 50 per persoon.

Dit kan gestort worden via de rekening van Landelijke Gilde:

BE 50 7332 1400 0218 of via de QR-code van Payconiq met vermelding 'voorschot weekend Made' en je naam.



‘In een Ferm Landelijk Kader te Heist’

Met dit nieuw project willen we onze voortuinen aankleden met een versierde kader of kaders in alle mogelijke vormen. Of het nu een gewone fotokader is, een oude spiegel, een oud raam of een houten latwerk, alle kaders zijn goed om iets te accentueren. In die kader kan je bloemen plaatsen, een foto, een schilderij, of een eigen kunstwerkje, of een eigen creatie!



Met dit initiatief van Ferm en Landelijke Gilde willen wij ons twee levendige en bewegende verenigingen, weer op een leuke manier in het straatbeeld van Heist brengen en onze leden op die manier met elkaar verbinden. De bedoeling is om de hele zomer lang, tussen 1 mei 2023 en 30 september 2023, zo veel mogelijk ‘opvallende’ kaders in de voortuin te zien staan in Heist. Met jullie energieke deelname moet dat zeker lukken!

We doen daarom een **warme oproep** aan alle leden van Ferm en Landelijke Gilde van Heist om een versierde kader te maken die 5 maanden lang te bewonderen is in je voortuin of aan je voorgevel, zichtbaar vanop de straat.

Heb je dus nog ergens een oude kader staan, groot of klein, of een aantal houten latten liggen om er een ludieke of creatieve kader mee te maken ... dan kunnen die gebruikt worden in je voortuin. Op deze bladzijden vind je een aantal voorbeelden maar iedereen is vrij om zijn eigen creativiteit los te laten, eenvoudig, kunstig, Ferm of Landelijk. Eventueel op internet even zoeken, brengt je al een heel eind op weg om zelf aan de slag te gaan.

Of je brengt kaders die je zelf niet gebruikt naar iemand van de werkgroep.

Van de deelnemende tuinen maken we weer een plan op met een wandel- en een fietsroute. Bij elke deelnemer plaatsen we een infobordje voor de voorbijgangers, met daarop een QR-code voor de wandel- en fietsroute. Mensen kunnen dus eventueel even stilstaan bij je voortuin om je versierde kader(s) te bewonderen.

Gedurende de hele zomer kan je langs de deelnemende tuinen fietsen of wandelen. Je mag ook een waardering geven aan de deelnemers via een stembriefje of een QR-code. Dit stembriefje kan je in de brievenbus steken bij één van onze werkgroepleden.

Op zaterdag 14 oktober 2023 sluiten we dit project af met een gezamenlijk **Kaderfeest** van Ferm en Landelijke Gilde en worden foto's van de deelnemende kaders getoond.

Meer info over het verloop van deze activiteit en het plan van de routes langs de deelnemende tuinen vind je in Ons Boekske van april 2023, zodra alle inschrijvingen binnen zijn.

Als je aan dit leuke initiatief wil meedoen, schrijf je dan in voor 19 maart bij Hugo en Mariette Saelen – De Coux: hugo.saelen@gmail.com of 0473 56 83 06, mariette.de.coux@telenet.be of 0474 38 24 55.

Wens je meer info of heb je nog een oude kader die je ter beschikking wilt stellen zonder zelf deel te nemen, bel dan even naar iemand van de werkgroep:



Mariette De Coux
mariette.de.coux@telenet.be
0474 38 24 55

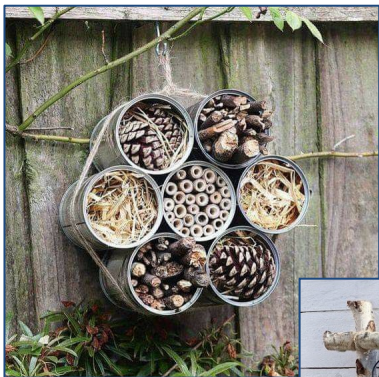
René Lambrechts
sent.lambrechts@gmail.com
0499 21 93 69

Lief Eskens
lief.eskens@telenet.be
015 25 05 73

Hugo Saelen
hugo.saelen@gmail.com
0473 56 83 06

Lutgard Kerkhofs
lutgardkerkhofs@hotmail.be
015 23 03 82

Paul Van Doninck
Paul.VanDoninck@groupopdebeeck.com
0474 95 90 09





Van harte welkom op de activiteiten van



Beste Ferm-lezers,

Maartse buien en aprilse grillen, die komen als ze willen, maar Ons Boeske is er nu al om jullie op de hoogte te brengen van onze komende activiteiten: Op de koffie met dokter Devroey is zeker een aanrader voor diegenen die houden van de warme stem van deze Radio 2 dokter. De jongeren van Ferm nodigen ons uit op hun pot-luck-party en we kijken er naar uit om velen te mogen begroeten op ons Ferm lentefeest. We vragen ook je aandacht voor de interessante infoavond over 'Zorgvolmacht' gegeven door meester Dominique De Bie, een avond die we samen organiseren met LG.

We nodigen iedereen uit zich in te schrijven voor het gezamenlijk project van Ferm en LG 'In een Ferm Landelijk Kader'. We willen in 2023 het grote succes van vorig jaar zeker evenaren door jullie creatieve en energieke deelname.

Ferm Heist-op-den-Berg heeft voor de volgende maanden weer een heel aanbod aan activiteiten klaar om jullie te laten genieten in een aangenaam gezelschap. Welkom!

Dinsdag 14 maart 2023: Plus 55-ers nodigen uit: Op de koffie met dokter Devroey.

Dinsdag 14 maart 2023 om 14 u. in zaal Withof, Withofstraat 4 Zonderschot.

➤ **“Medische mythes, waarheden en achtergronden.”**

Voor vele mensen is gezondheid een belangrijke doelstelling in hun leven. Vele boeken en websites beloven het eeuwige leven of reiken op zijn minst een aantal middeltjes aan om langer gezond te blijven of om ziektes te genezen.

Ook online worden we overstelpt met gezondheidstips, reclame voor wondermiddeltjes en goede raad. Prof. Dirk Devroey geeft een beter inzicht op al deze claims en legt uit hoe misverstanden ontstaan zijn.



Dokter Dirk Devroey is professor huisartsgeneeskunde aan de VUB, decaan van de faculteit Geneeskunde en Farmacie en gekend van zijn boeiende interventies bij 'De Madammen' op Radio 2.

➤ **Gezellig napraten.**

➤ **Lekkere broodjes, koffie en gebak staan voor je klaar.**

Een namiddag om naar uit te kijken dus!

Iedereen, ook mannen en niet-leden zijn zeer welkom!

Deelnameprijs: Ferm-leden en inwonende gezinsleden € 15 – niet-leden € 18.

Inschrijven: graag vóór 7 maart bij de wijkverantwoordelijken of

jeannine.bellekens@gmail.com

Vrijdag 24 maart 2023: Jongeren nodigen uit:

Pot-luck

Gezellig samen zijn, wat bijpraten, genieten van elkaars cocktail, soepen, gerechtjes, dessertjes, gebak,... Dat is het concept van een Pot-Luck.

Deze activiteit gaat door op vrijdag 24 maart in het zaaltje in de Moretuswijk (Moretuslaan 49). We heten jullie vanaf 19 u. welkom.

Je maakt 1 gerecht klaar voor een 6-tal personen. Je kan nog de laatste hand leggen aan je gerechtje ter plaatse. Er is een (microgolf)oven en gasvuur beschikbaar

Deelname is gratis.

Drank die je verbruikt wordt ter plaatse betaald.

Wil je er ook graag bijzijn? Schrijf dan snel in: greetvolkaerts@telenet.be. ten laatste op vrijdag 17 maart

De Pot-Luckparty wordt open gesteld voor iedereen. Dus breng gerust een vriendin, zus, buurvrouw... mee.

Zondag 26 maart 2023: Samenkomst Troostplek

Op 26 maart komen we samen aan onze Ferm-Troostplek. Tijdens een halfuur durende bijeenkomst met bezinnende teksten en gepaste muziek staan we stil bij het overlijden van onze Ferm-leden en andere dierbaren.

Iedereen is van harte welkom om 11 uur aan onze Troostplek, achteraan Ten Kerselaere recht over The Village, Kerselaarlaan 19, Hallaar. Na de bezinning bieden we jullie nog een glaasje appelsap aan en kunnen we nog wat bijpraten en herinneringen ophalen. Ook bij slecht weer zal de samenkomst door gaan, maar dan binnen.

Woensdag 19 april: Ferm lentefeest

Op 19 april om 19 u. komen we weer samen voor het "Lentefeest" in zaal Withof. Het HEIDEATELIER, het ijsatelier dat jongeren met NAH of autisme begeleidt, komt ons een woordje uitleg geven over hun missie. Als dessert krijgen we dan natuurlijk een lekker artisaanaal gemaakt ijsje. Daarvoor alleen al zou je naar deze gezellige avond komen. Wil je erbij zijn, schrijf je dan in voor 8 april 2023 bij je wijkverantwoordelijke en betaal € 15 op de rekening van Ferm Heist-op-den-Berg BE02 7332 1406 0640 Tot dan!

Save The Date: Voorjaarsuitstap

Op donderdag 8 juni 2023 maken we nog eens, sinds lang, een daguitstap. Waar en hoe kom je te weten in ons volgende Boekske.

Vierdaagse:

Naar jaarlijkse gewoonte trekken we met een bus Ferme vrouwen er op uit. Van donderdag 17 tot en met zondag 20 augustus 2023 gaan we de vallei van de Somme verkennen. Meer kunnen we nog niet verklappen, onze gids is nog druk in de weer met het programma. Maar... reserveer alvast ook deze data!

Wij kijken er alvast naar uit.

Ook hierover kom je meer te weten in het Boekske van april.

Jullie mogen je natuurlijk nu al inschrijven en dit bij Lutgarde Daans, lutdaans@hotmail.com of bij Liliane Van Baelen, guido.geuens@skynet.be.



Familienieuws:

Geboorten:

*Welkom lief klein meisje, op deze wereld vol met pracht,
weet dat liefde, geluk en plezier in jouw leventje op je wacht.*

25 april 2022: Axelle Op de beeck, dochtertje van Anke Devriendt en Stef Op de beeck

Van harte proficiat!

Diamanten jubilarissen:

Diamant door dik en dun, je moet het toch maar kunnen
Proficiat voor deze tijd die wij jullie van harte gunnen!

1 december 2022: Maria Lambrechts en René De Veuster

Welkom aan onze nieuwe leden van 2023!

Van harte welkom bij Ferm Heist-op-den-Berg aan Leona Geudens - Anne Goyvaerts – Christiane Goyvaerts – Christine Van den Broeck – Annie Nijs – Ilse Vervoort – Jenny Frans – Gerda Goris – Juliette Heremans – Katie Van den Bruel – Marleen Nijs – Magda Vercammen en Kateljien Liekens –Carine Van Meensel.- Anneke Mariën en Anke Verduyck.
We hopen jullie op veel van onze activiteiten te mogen begroeten.

Weetjes:

-Eind 2022:

- telde onze vereniging Ferm Heist-op-den-Berg 260 leden en 6 bij-leden.
- hadden we met z'n allen 500 kg plastic dopjes voor 'geleidehonden' ingezameld. Breng gerust je plastic dopjes mee naar ons volgend lentefeest om ze daar te deponeren in de gekende zakken.
- naaiden de vrijwillige naaisters van Ferm 300 hartenkussentjes voor de VZW Borstkanker Vlaanderen.

-Citaat uit Ferm magazine van Ferm nationaal:

*de energiekosten swingen de pan uit, de grondstoffen worden duurder en vooral ook schaarser. Dat voelen we ook bij Ferm nationaal. Het is krabben om elke maand voldoende papier te reserveren bij de drukker en elke stapel kost meer. Om het haalbaar te houden, hebben we beslist om vanaf nu een zomerspecial (juni-juli-augustus) en een winterspecial (december-januari-februari) uit te geven. Alle andere maanden krijg je gewoontegetrouw jouw Ferm in de bus. Je volgende Ferm valt begin maart in de bus! Veel leesplezier.
(citaat uit Ferm magazine december 2022 blz. 23)*

Verslagen van voorbije activiteiten.

Juwelen met zilverklei 17 november 2022

Bij de aankondiging van de workshop juwelen maken met zilverklei stond er 'juwelen maken met zilverklei is een unieke creatieve belevenis'. En ik kan het nu bevestigen en ik ben fier op mijn creatie 😊.

Een 10-tal personen hadden zich ingeschreven voor deze workshop. Onze lesgeefster Bie, had tafels vol materiaal bij. Vormpjes, patroontjes, mallen, mesjes, kommetjes, schaaltes, borsteltjes, vijltjes, latjes, silicone matjes, kralen, hangertjes,... en haar eigen kleine bak-oventje. Je leest het goed. Alles was klein en fijn. Ook de bakoven die tot 820 °C werd warm gestookt.

We gingen van start. Bie gaf ons uitleg over het materiaal en deed enkele technieken voor en gaf ons tips. Ze had ook heel wat voorbeelden bij, maar deze liet ze ons voorlopig niet zien. Ze stond erop dat we onze eigen creativiteit aanspraken. En dit was voor mij en nog heel wat andere deelnemers het moeilijkste van heel de avond.

Aan de slag: al snel had ik de basis voor mijn ring, dit ging in de oven. Ik werkte verder aan mijn creatie en had nog klei over voor 2 kleine oorbellen te maken. Ik ging fier met mijn nieuwe juwelen naar huis en heb ze gedragen tijdens de feestdagen.

Greet



Kookles 22 november: feestmenu



De laatste kookles van het jaar, de laatste met Kristel Delen, was een feestmenu:

- Slaatje van gerookte kip met mango en cocktailsaus
- Pastinaaksoep met prei en hazelnootolie
- Parelhoen met porto-veenbessensaus, zoetzuur witloof en truffelpuree
- Chocolademousse met crunch van speculaas

Recept: pastinaaksoep met prei en hazelnootolie:

2 el olijfolie, 1 ui, 1 teentje look, 200 g preiwit, 700 g pastinaak, 1,5 l kipbouillon, 2 dl room, peper, zout, paprikapoeder, hazelnootolie, enkele takjes waterkers.

Maak de groenten schoon en schil de pastinaak, snijd de ui en knoflook in blokjes, de prei in ringen en de pastinaak in blokjes, stoof de ui, de knoflook

en prei enkele minuten aan in olijfolie. Voeg de pastinaak toe en laat nog enkele minuten aanstoven. Voeg de bouillon toe en breng aan de kook. Laat de soep 25 minuten sudderen of tot de pastinaak gaar is. Mix de soep, voeg eventueel water bij indien nodig. Warm de soep terug op en breng op smaak. Voeg er van het vuur de room bij. Breng de soep over in een bord, strooi er paprikapoeder over, werk af met hazelnootolie en een takje waterkers. We geven jullie het recept van de soep, prei en pastinaak, echte wintergroenten, is lekker en duurt niet lang om ze klaar te maken. Het recept is voor 12 personen, een aanrader. Smakelijk!

Op vraag: in de 'Schapenstal' bij onze Ferme-koffie hebben wij een cappuccinomousse gegeven, dat was van de vorige kookles 'Heel de wereld bakt'. Wij hebben de cappuccino in glaasjes en niet tussen de koekjes (whoopies) gedaan.

Hier het recept van de mousse. Succes!

3 dl slagroom, 2 zakjes oplos-cappuccinokoffie van 14 g, 2 el instant cacaopoeder, 2 zakjes vanillesuiker, 80 g poedersuiker

Doe de room met de andere ingrediënten in een kom. Roer tot alles is opgelost en klop de room stevig. Breng over in een spuitzak. Vul de glaasjes.



Kerstfeest 11 december 2022

“I am an alien, I’m a legal alien” – zoals in het bekende liedje. Neen, geen English (wo)man in New York, maar een stadsmeisje in Heist-op-den-Berg. Na een half leven in Brussel en ruim 15 jaar in Leuven centrum, ben ik naar een stadje verhuisd dat positivisme leek uit te stralen, maar dat ik niet ken. Laat ik maar, algemeen en cliché, stellen dat ik “door omstandigheden” weg moest uit mijn vertrouwde omgeving. Ik ben heel blij met mijn nieuwbouw-appartement, maar de rest van het verhaal definieer ik als “een ontdekkingsreis.” Sommige momenten denk ik: “Waar ben ik aan begonnen?” Ik kan door de stad wandelen en ik kan niemand gedag zeggen, want ik ken geen kat - zoals een buitenaards wezen. Op andere momenten denk ik: “wow, tof, allemaal nieuwe plekjes om te ontdekken en nieuwe mensen om te leren kennen” – extra waarde op mijn aarde.

Maar ja, waar begin je zo’n verkenningstocht zonder jezelf ergens op te dringen? Als onderneemster was ik toevallig al lid van Ferm, via de Chief Officers for Happy Profit die niet gebonden zijn aan een locatie, online inspiratiesessies geven en elkaar een paar keer per jaar ontmoeten in een stad in Vlaanderen. Ik had dus al een lidmaatschap en Ferm bleek ook in Heist-op-den-Berg aanwezig te zijn. Ik nam contact op per mail en kreeg direct al een warm gevoel bij de manier waarop geantwoord werd en ik van harte welkom bleek te zijn (dank je, Mariette!).

Ik schreef mezelf in op het kerstfeest begin december en was aangenaam verrast door de hartelijkheid van de aanwezige dames die mij als “vreemdeling” probleemloos opnamen in hun gezelschap. De eindejaarperiode was nog wel een aantal dagen weg, maar ik kwam al helemaal in de sfeer door een schitterend versierde zaal, kerstliedjes van een talentrijk live trio, zalig feestelijk eten en zelfs een tombola waardoor ik een kerststukje mee naar huis mocht nemen. Zou dat te vergelijken zijn met het verhaal van de 3 wijzen die een ster volgden en een nieuw leven vonden? Wie weet vond ik de eerste stappen naar mijn nieuwe leven? Wordt vervolgd – dat is zeker.



“Een vreemde die verdwaald is zeker,” ben ik nog steeds een beetje, maar ik weet dat er nu ergens een “stal” is waar ik welkom ben. Dank je wel Ferm Heist-op-den-Berg om jullie over mij te ontfermen. Jullie verbinding onder elkaar was een prachtige bevinding.

De moraal van dit verhaal: durf als vrouw eens in het lokale verenigingsleven stappen. Een warm welkom gevoel, inspiratie en informatie zijn er 3 evidente wijsheden.

Leona Geudens



Bedanking helpers Ferm Schapenstal 2022

In 'Ons Boekske van december 2022' deden we voor Ferm een warme oproep voor helpende handen in de Schapenstal op woensdag 14 december. Het was leuk dat verschillende mensen zich spontaan aanboden. Voor de gelegenheid serveerden we een Ferm(e) verwenkoffie en lekkere soep,.... Het was een aangename dag voor de opdieners en het personeel achter de toog die aan de bezoekers van de Schapenstal drank en spijs mochten bezorgen. Dit alles dankzij alle leden, wijkverantwoordelijken en bestuursleden die, lang of kort, vroeg of laat, in de Schapenstal een handje zijn komen toesteken. Het spreekwoord zegt: "Vele handen maken licht werk ". Daarom **'een dikke dankjewel aan alle helpers!'**

Naailessen 2022

De naailessen zijn nog altijd een groot succes, met elke maand enthousiaste dames. Zij maken prachtige stukken; kleedjes, kinderkleding, broeken en zelfs broekpakken. Ritsen in broeken of in vestjes, het zijn geen geheimen meer, zakken in rok of broek, het lukt hen. Dames die al langer komen wagen zich aan een jas. Het is prachtig om te zien. We zijn in januari 2023 terug gestart met weer enkele nieuwelingen die het komen proberen, en die ervoor gaan.



Film: Ticket to paradise.

Op woensdagnamiddag 18 januari hadden 41 Ferm-leden zich ingeschreven voor de film in het Cultureel Centrum. Ze genoten van een romantische film met George Clooney en Julia Roberts in de hoofdrollen.

Daarna werden ze getraakteerd op koffie en gebak en konden ze gezellig napraten. Een mooi initiatief van Gerda om dat te organiseren en zeker voor herhaling vatbaar.

Lief

Koken in 30 minuten.



Op maandag 6 februari maakten we kennis met onze nieuwe lesgeefster Sabine die ons lekkere recepten gaf om in 30 minuten een heerlijke maaltijd op tafel te toveren. We startten de kookles met een glaasje appelsap omdat het op 6 februari Ferm appelbabbeldag was. En babbelen met elkaar was nodig om al die 4 hoofdgerechten, die Sabine voor ons klaar maakte, te bespreken.

Geniet mee van onderstaand recept!

Smakelijk!



Geroosterde bloemkool met skrei

500 g skreihaasjes, 150 g grijze garnalen, 300 g bloemkoolroosjes, 600 g voorgekookte krieltjes, 1 sjalot, 1 teentje knoflook, 1 bosje waterkers, 1 plantje dille, 30 g versgeraspte Parmezaanse kaas, 2,5 dl culinaire room, 50 g panko, peper, zout, 2 el olijfolie



Tip: de skrei kan vervangen worden door kabeljauw

Verwarm de oven voor op 180° C.

Snipper de sjalot en het knoflook fijn. Meng met de Parmezaanse kaas en de olijfolie.

Hak de dille fijn. Mix samen met de room en kruid met peper en zout.

Was en droog de waterkers.

Verdeel de skreihaasjes in 4 gelijke stukken en leg ze in een ovenschaal. Bedek de bovenkant met de panko-mengeling.

Schik de krieltjes en de bloemkoolroosjes rond de vis. Giet er de dilleroom over.

Zet ongeveer 25 min. in de voorverwarmde oven.

Meng de waterkers net voor het opdienen onder de krieltjes en de bloemkool.

Verdeel de skrei samen met de krieltjes en de bloemkool over de borden.

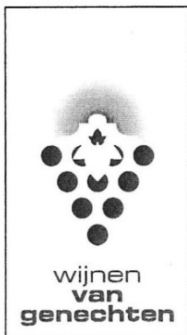
Bestrooi met de garnalen.

Regio-verslag:

Theatervoorstelling “Pas de Deux” op woensdag 1 februari 2023

De verwachtingen waren niet hoog gespannen voor deze voorstelling, zou het tegenvallen zoals de vorige keer dat we met de regio een voorstelling gepland hadden? Neen, het viel niet tegen. We kregen 3 verschillende sketches van elk een half uur te zien, alle drie uit het leven gegrepen. Het eerste ging over een man en een vrouw die via een advertentie een blind date hadden. Het tweede over een secretaresse die een oogje op haar baas had die homo bleek te zijn. Het derde over een in scheiding die nog een gezamenlijke reis geboekt hadden en bij gebrek aan een annulatieverzekering samen vertrokken zijn. Stel je de nodige misverstanden en door drank veroorzaakte toestanden voor en je weet dat we een plezierige avond gehad hebben.

Maria



ZUID-AFRIKAANSE WIJNEN VOF

WIJNEN VAN GENECHTEN

P. MELLAERTSSTRAAT 10

2220 HEIST-OP-DEN-BERG

0497 / 48 75 00

www.zuid-afrikaansewijnen.be
zuidafrikaansewijnen@icloud.com

WIJN EN MUZIEK STRELEN HET HART

WIJNEN VAN VERSCHILLENDE WIJNLANDEN :

ARGENTINIE – BELGIE – CHILI – DUITSLAND –

FRANKRIJK – ITALIE – SPANJE – ZUID-AFRIKA...

WIJNPROEF-WIJNEVENEMENTEN-WIJNREIS

AMBACHTELIJKE STREEKPRODUCTEN...

WELKOM NA AFSpraak

**GROUP
OP DE BEECK**

Hagelberg 8
2250 Olen
T: 0032 14 50 16 02
F: 0032 14 50 04 52
M: info@groupopdebeeck.com

BROODBAKKERIJ

David & Roel

ROUSSEAU

AD DELHAIZE

HEIST-OP-DEN-BERG

Cannaerts sinds 1954



www.assuri.be



Verzekeringen

ASSURI

Morkhovenseweg 112 . 2200 Noorderwijk

Grote Markt 26/1 . 2200 Herentals

Kasteelstraat 2 . 2220 Heist-op-den-Berg



TOTAL

Van den Broeck

Brandstoffen

Station

Tankkeuringen

De betere service



Heist-Goorstraat 32
B-2220 Heist-op-den-Berg



015 / 24 49 24



bertvandenbroeck@skynet.be



TECHNICS



airco | domotica | beveiliging
camerabewaking | elektriciteitswerken

Kasteelstraat 2d | 2220 Heist-op-den-Berg | 015 25 76 72

info@gvl-technics.be | www.gvl-technics.be



This is a promotional graphic for Wok Restaurant XURI. The background is a photograph of a sunset over a body of water, with the sun low on the horizon and its reflection on the water. The text 'Wok Restaurant' is at the top in a simple black font. Below it, 'XURI' is written in large, bold, orange-red capital letters. To the right of 'XURI' are the Chinese characters '旭日' (Xuri) in the same orange-red color. At the bottom, contact information is provided in white text on a dark background: 'Lierssteenweg 155', '2220 Heist-op-den-Berg', 'Tel: 015-24 61 88 / Fax: 015-25 18 60', and the website 'www.xuriwok.be'.



www.samenferm.be/ferm-heist-op-den-berg



www.heist-op-den-berg.landelijkegilden.be