



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 2025



DE COIFFEUSE

015649574



BE:0550677413
SCHELLENDIJK 1
2220 HEIST-OP-DEN-BERG

SPECIALISATIE PRIJKEN
VOOR KANKERPATIENTEN
EN HAARTOEVOEGINGEN

HUYGEN N.V.

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

De grootste
dierenspecialzaak
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



LAAT UW ZORG MIJN ZORG ZIJN

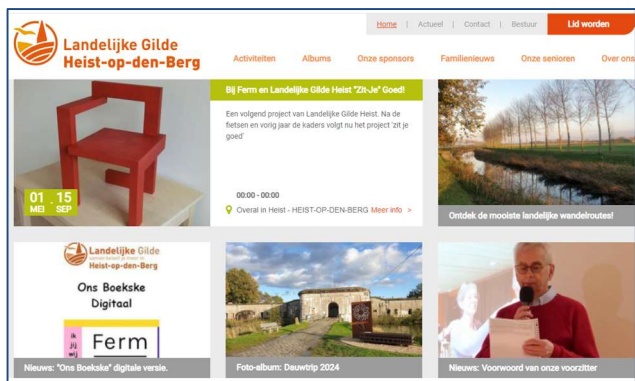
Alle verpleegkundige zorgen bij U thuis

1 adres: Zelfstandige Thuisverpleging Poortmans Anita

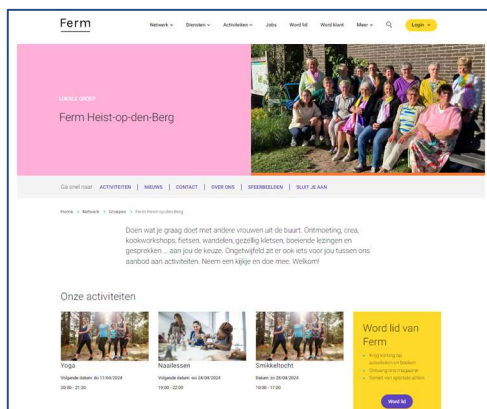
Mechelbaan 71 B 2220 Heist op den Berg

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 www.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

Teamverantwoordelijken

Gerda Anthonis
Boektestraat 1a
2220 Heist-op-den-Berg
0498 39 32 10

Mariette De Coux
Kasteelstraat 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,

Februari, de maand waarin we nog even de winterse rust koesteren, maar tegelijkertijd al de eerste tekenen van een nieuw seizoen voelen. Het is een tijd van voorbereiding en plannen maken, zowel voor het werk in onze tuin, op het land als binnen onze verenigingen.

Heb jij ideeën, wensen of dromen voor onze gilde? Aarzel niet om ze met ons te delen. Samen kunnen we groeien en de tradities van het platteland blijven koesteren én vernieuwen.

Vooreerst toch een speciale dank aan Hugo en Mariette die steeds weer zorgen voor de samenstelling van een uiterst verzorgde uitgave van "Ons Boekske". Ook bedankt aan diegenen die zorgen voor de verslagen van voorbije activiteiten en aankondigingen van de eerstkomende maanden. Zonder teksten kunnen we geen ledenblad uitgeven. Maar ook onze vele sponsors mogen we niet vergeten. Dankzij hen kunnen we kosten die we hiervoor maken enigszins compenseren.

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 onlangs of afgelopen jaar aangesloten hebben bij één van beide verenigingen.

We hopen dat deze editie je inspireert en uitnodigt om actief mee te doen aan onze activiteiten. Veel leesplezier en tot snel bij een van onze bijeenkomsten. Zo halen jullie ook het meeste uit jullie lidmaatschap.

Laten we dit voorjaar samen stralend beginnen!

Tot weldra.
Guido Van den Bruel

Kookles woensdag 26 februari en 16 april

Op woensdag 26 februari 2025 gaan we **Grieks** koken.

Griekenland is één van de oudste culturen ter wereld. En waar het oude Griekenland vooral bekend staat om hun politieke en filosofische inspiratie, vormden ook eten en drinken een cruciaal onderdeel in het leven van de oude Grieken. De oude Grieken snapten heel goed dat samen eten verbindend werkt en dit idee zit vandaag nog steeds overtuigend verankerd in het Griekse DNA.

Wij gaan ons in de kookles wagen aan Kaftedes (Griekse gehaktballetjes), Choriatiki salade, Tzatziki, Moussaka met aubergines en Griekse Yoghurtcake.

Ook op woensdag 16 april roeren we in de kookpotten. Meer info over deze les volgt later.

De lessen starten om 19 u. en gaan door in de keuken van zaal Withof te Zonderschot.

Wil je graag deelnemen, schrijf dan in bij Hugo Saelen ten laatste één week vooraf: hugo.saelen@gmail.com of via 0473 56 83 06.

Inschrijving is definitief na betaling van € 20 op de rekening van LG

BE50 7332 1400 0218 met vermelding van 'kookles 26 februari' + je naam, of via de QR-code van Payconiq.

Dartsavonden

Na de (zware) feestdagen zijn we op de tweede vrijdag van januari terug begonnen met onze maandelijkse dartsavonden.

De pijltjes zijn terug geslepen, de dartsborden terug netjes gehangen en de frigo terug aangevuld. Iedereen is uiteraard welkom om eens te komen dartsen, je hoeft geen pijltjes mee te brengen, mag uiteraard wel maar hoeft niet.

Onze puntentelling is wat verschillend van de "officiële" maar dit is eigenlijk maar bijzaak. Be-doeling is een avondje plezier (of frustratie, dat kan ook) omdat dit spelletje toch niet zo eenvoudig is als het lijkt.

Op onze eerste dartsavond van het jaar waren we met een tiental spelers. We spelen een viertal series van tien beurten. Elke beurt bestaat uit drie worpen. Na elke serie wordt een tussenstand opgemaakt en op het einde van de avond een eindstand. De winnaar krijgt.....niks, behalve dan eeuwige roem....

Onze gastheer Guy heeft wel een pot witte verf klaarstaan voor diegene die zo slecht smijt dat het pijltje in de pleistering terecht komt zodat hij/zij het stuk muur terug kan schilderen. Dit is gelukkig voor ons nog niet moeten gebeuren.

Voor het luttele bedrag van € 5 heb je een hele avond plezier.

Een darter

Meer info bij Bruno Ackx 0497 19 71 25.

Lentefeest zaterdag 15 maart

Bij het begin van de nieuwe lente nodigen wij je en jouw partner graag uit op ons lentefeest op zaterdag 15 maart in Zaal Withof te Heist-Zonderschot.

Programma

19 u. verwelcoming en maaltijd: een rijk gevulde lenteschotel
afgesloten met heerlijke taart en koffie

21 u. 'De Stokstaartversjes'
Wim en Dirk Ceulemans brengen een programma met eigenzinnige en
grappige versjes en liedjes.
achteraf is het bundel met versjes ook te koop in de zaal.

Nadien speelt DJ Jan ten dans.

Deelname: € 20

Inschrijven ten laatste zondag 9 maart, via uw bestuurslid of via overschrijving op rekening
BE50 7332 1400 0218 van de Landelijke Gild of via Payconiq.

Van harte welkom.



Dauwtrip zondag 6 april Veerle-Heide

We beginnen onze dauwwandeling weer vroeg in de ochtend en dit is perfect om de magie van de ontwakende natuur volledig te ervaren. De nevel ligt nog als een mysterieuze deken over het landschap en de eerste zonnestralen breken voorzichtig door, waardoor een adembenemend schouwspel ontstaat.

De wandeling voert ons door het prachtige natuurgebied Averbode Bos & Heide. Dit gebied, gelegen rond de abdij van Averbode, strekt zich uit over de gemeenten Tessenderlo, Laakdal en Scherpenheuvel-Zichem. Het vormt de overgang van de Kempense zandgronden naar het glooiende landschap van het Hageland. Deze afwisseling zorgt voor een rijke biodiversiteit en een gevarieerd landschap. Uitgestrekte bossen wisselen af met schilderachtige vennen en moerasen. In de vroege ochtend weerspiegelen de waterpartijen de opkomende zon, wat een sprookjesachtig effect geeft. De stilte van het bos wordt slechts doorbroken door het zachte ruisen van de bladeren en het gefluit van de vogels die de nieuwe dag begroeten. Vooral in de vroege ochtend zijn de heidevelden op hun mooist, bedekt met dauwdruppels die schitteren in het ochtendlicht. Het vroege uur en de nevel zorgen voor een serene en bijna magische sfeer. De verschillende landschappen die je onderweg tegenkomt, maken de wandeling tot een boeiende en afwisselende ervaring.



We voorzien een kleinere wandeling van ongeveer 6,5 km en een langere wandeling van ongeveer 11,5 km. Goede wandelschoenen zijn nodig. Er is geen toiletbezoek mogelijk aan het begin en tijdens de wandeling, tenzij in de vrije natuur.

Na de wandeling is het tijd om te genieten van een welverdiend ontbijt. In 't Buurthuis in Veerle-Heide wacht een luxe ontbijt op de wandelaars. Vers brood, croissants, fruit, yoghurt en andere lekkernijen zorgen voor een smakelijke en voedzame afsluiting van deze bijzondere ochtend.

Praktische informatie:

- Vertrek: 6 u. vanaf **de parking van de sporthal aan de rotonde Paul van Roosbroeck-laan-Lostrat**. We rijden samen naar de parking van 't Buurthuis, Zandstraat 13, 2431 Laakdal (Veerle-Heide).
- Inschrijven bij Hugo Saelen (hugo.saelen@gmail.com of 0473 56 83 06) ten laatste op 15 maart!
- Prijs voor wandeling en ontbijt: € 20, te betalen bij inschrijving op rekening van LG Heist BE50 7332 1400 0218 of via Payconiq.

Bedrijfsbezoek donderdag 24 april

Voor het bedrijfsbezoek gaan we het dit jaar niet te ver zoeken. In het Heists industriepark is de firma Baltimore Aircoil Company een gevestigde waarde en de eerste firma die zich in het industriepark van Heist vestigde in 1968. Baltimore Aircoil Company is een Amerikaans bedrijf en pionier in de ontwikkeling van verdampings- en adiabatische koelproducten.

Vaak onzichtbaar, maar overal aanwezig, zo zou je de koeltorens en condensoren van Baltimore Aircoil Company (BAC) kunnen beschrijven. Bezoek je het Louvre, het Wembley-stadion of het shopping center in Wijnegem? Dan vind je BAC terug als onderdeel van de airconditioning. Koop je voedingsproducten? Dan was BAC een deel van de koeltechnische oplossing tijdens de productie of bewaring.

Heel wat Heistenaars werken of werkten in dit bedrijf.

Op donderdag 24 april in de namiddag neemt Wouter Rosiers ons mee voor een rondleiding in het bedrijf. We komen samen op de parking van het bedrijf om 13.20 u., de rondgang in het bedrijf begint om 13.30 u. en duurt ongeveer 2,5 uur. Het aantal personen voor dit bedrijfsbezoek is wel beperkt tot 30. We worden opgedeeld in drie groepen. Nadien kunnen we samen eventueel nog iets gaan drinken in de buurt.

Inschrijven voor deze activiteit is noodzakelijk en doe je bij Hugo Saelen (hugo.saelen@gmail.com of 0473 56 83 06). We sturen een bevestiging via mail.



Seniorenbijeenkomst dinsdag 18 maart

Graag nodigen we je uit voor onze volgende seniorennamiddag die plaats heeft op dinsdag 18 maart. De deuren gaan open om 13.30 u. Het programma start om 14 u.

Programma

- Onthaal met koffie
- Optreden – Duo La Rosa
Het jaar sluiten we feestelijk af met een optreden van Duo la Rosa. Man en vrouw die samen optreden, een harmonieus duo dat ons zal verbazen met hun prachtige stemmen!
- We sluiten de namiddag af met een brood maaltijd.

Deelnemen aan deze namiddag kost € 17 per persoon (pauzedrank inbegrepen).
Inschrijven tot zondag 9 maart bij Eduard Straetmans of te storten op rekeningnummer van LG Heist BE50 7332 1400 0218 met vermelding “senioren 18/03”.

Weetjes

Wist je dat:

- je voor alle activiteiten van Landelijke Gilde Heist de betaling ook kan doen via de QR-code van Payconiq. Niet vergeten om in de mededeling mee te geven voor welke activiteit je de betaling doet.



Activiteiten van Ferm waaraan leden van LG ook kunnen deelnemen:

- maandag 10 maart om 14 u.: Op de koffie met Manu Adriaens.
Meer info bij ‘Ferm’ in de tweede helft van Ons Boekske.

Familienieuws

Gouden huwelijksjubileum:

29 november 2024: Bert Bellens – Hilda Van Mol

Van harte proficiat aan de jubilarissen.

ENERGIE DAG 29 MAART

cc Zwaneberg, Cultuurplein 1, Heist-op-den-Berg

ENERGIEDORP HEIST-OP-DEN-BERG

ENERGIE DORPEN

Landelijke Gilden

BOEREN BOND

HEIST-OP-DEN-BERG

Vlaanderen is open ruimte

Provincie Antwerpen

De project werd mede mogelijk gemaakt door cofinanciering uit Platteland Plus, bestaande uit middelen van Vlaanderen en provincie Antwerpen

ENERGIE DAG 29 MAART

13:00 tot 17:00

CC Zwaneberg
Cultuurplein 1,
Heist-op-den-Berg



Kom gratis naar de Energiedag voor een leuke en inspirerende namiddag vol tips en ideeën over energie. Ontdek lokale projecten, leer hoe je eenvoudig kunt besparen en laat je inspireren om actief mee te doen aan energie-initiatieven in de buurt!



Bezoek onze infostanden en krijg inspiratie en tips over energie in jouw buurt!

Energiedorpen

Energiedorpen Heist-op-den-Berg wil samen met de Heistenaars inzetten op energiebesparing, hernieuwbare energie opwekken en deze lokaal verbruiken.

Thomas More

Ontdek alles over de opleiding energie-technologie en innovatieve samenwerkingen.

Energieloket/Energiedokter IOK

Krijg antwoord op al je energie vragen.

Campina Energie

Leer meer over lokale zonne-energie-projecten op grote daken.

Klimaan

Ontdek het warmtenet in Heist-op-den-Berg en de rol van burgers.

Duurzame Heistenaars

Initiatieven voor een efficiënte gemeente.

Vzw Den Draai

Samen streven naar een eerlijke energietransitie voor iedereen.

Klimaatmakers HodB

Samen in actie voor het klimaat.



Kom luisteren naar onze energie lezingen

Studenten van Thomas More

Leggen uit hoe de digitale teller werkt en hoe je geld kunt besparen door je energieverbruik te sturen.

Peter de Vliegheer (Klimaatwerf)

Deelt tips om slim energie te besparen.

Tonnie Tekelenburg (Lochem Energie)

Laat zien hoe buurtinitiatieven energie-onafhankelijkheid bevorderen.

Jo Verhaegen (Saamo)

Samen met een ervaringsdeskundige vertellen ze hoe we kunnen zorgen voor eerlijke energie voor iedereen.



Energiedorpen is een project van Landelijke Gilden waar burgers, ondernemers, verenigingen en beleidsmakers samenwerken om energie te besparen en in te zetten op hernieuwbare energie. Of je nu nieuwsgierig bent, inspiratie zoekt of actief wil meedoen:

Iedereen is welkom om samen te bouwen aan een duurzame toekomst in jouw buurt!



Scan de QR-code
voor meer info

Verslagen van voorbij activiteiten

Leopoldsborg

Mijn ervaring als leerling-rijkswachter in Leopoldsborg

Tijdens mijn opleiding tot gradé bij de Rijkswacht, heb ik tijdens mijn eerste jaar gedurende een week en tijdens het tweede en derde jaar telkens twee weken op kamp verbleven in Leopoldsborg, éénmaal in tenten en vervolgens in 'barakken' zoals we er op 11 november hebben gezien, met gelijkaardige stapelbedden en enkel koud water om je te wassen en te scheren, net zoals de gids het ons verteld heeft. Het was hard, in geregeld erbarmelijke weersomstandigheden, dit zowel gedurende oefeningen overdag als tijdens de nacht, gaande van 'kaartlees' oefeningen, op je buik door het slijk ploeteren of een recce (verkenning) uitvoeren naar de vijandige eenheden (in mijn geval waren dat de Franstalige leerling-rijkswachters) om ze daarna aan te vallen. Het was zeker niet allemaal rozengeur en maneschijn, maar toch heb ik er een positief gevoel aan overgehouden en werd het groepsgevoel gestimuleerd, wat geleid heeft tot vriendschappen voor het leven. Een gevoel dat ook leeft bij de LG.



Johan

Herfstontmoeting voor senioren in Zandhoven

Bij aankomst aan de evenementenhal De Populier te Zandhoven merkten we al onmiddellijk dat we hier niet alleen zouden zijn. Om 9 u. stond er al een lange rij aan te schuiven om binnen te geraken en dit heeft zo geduurd tot bijna 10 u. In totaal hebben 600, 60-plussers uit alle Antwerpse afdelingen van Landelijke Gilde, waarvan er 25 uit onze afdeling kwamen, hun benen onder de tafels gestoken voor weeral een boeiende en ontspannende dag. Ook de dampende koffie met speculoos stonden al klaar.

Na een korte verwelkoming en een bezinningstekst was het om 10 u. de beurt aan onze bekendste oorlogsjournalist Rudi Vranckx. Al 35 jaar volgt hij voor de openbare omroep oorlogen en conflicten. Hij is dan ook de geschikte man om hierover met heel veel passie en empathie te vertellen. Het hoeft dan ook niet gezegd dat hij de zaal muisstil kreeg, wanneer hij vertelde over de gruwelijke en menselijke verhalen die hij recent meemaakte in Oekraïne en Gaza. Ook met beeldmateriaal liet hij de gruwel zien, waarmee deze mensen dagelijks worden geconfronteerd. Zonder dat we het wisten was het bijna 12 u. Tijd dus om Rudy met een oorverdovend applaus uit te wuiven. Het was een leerrijke maar erg confronterende uiteenzetting.



Om 12 u. kon iedereen op een heel ordentelijke manier aanschuiven voor het middagmaal bestaande uit brood met lekkere vidé. Nadat de hongerige magen gevuld waren, was het om 13.30

u. hoog tijd om de gruwel van de voormiddag, door te spoelen met een partij amusement en humor.

Hiervoor zorgden het fantastische duo, zanger en acteur Patrick Onzia en komiek en acteur Dirk Van Vooren. Met zijn gouden stem vertolkte Patrick o.a. liedjes van André Hazes, Will Tura, Tom Jones en veel meer. Tussendoor werden er hilarische sketches opgevoerd samen met Dirk, die het brede publiek mischien kent van Steven Stil uit Piet Piraat.



Tijdens de pauze van hun optreden werden we nog getrakteerd met een smakelijke koffiekoek. Om 16 u. kreeg ook dit fantastisch duo een geweldige staande ovatie.

Iedereen keerde nadien gelukkig en tevreden huiswaarts.

Landelijke Gilde is er weer in geslaagd om mensen samen te brengen want samen beleef je meer.

Tot de volgende activiteit.

JW

Senioren 22 oktober

Een zaal vol senioren voor de goochelaar ALCAZAER. Hij leek echt wel een tovenaars, met zijn lange haren en zijn grote snor!

Vermits wij allen wel zin hadden om wat te drinken, begon hij flessen Kidibul te toveren uit een ballon en uit een grote enveloppe. Met een eenvoudig touw leerde hij ons dan om iemand een strop rond de hals te doen zonder dat we die persoon dan uiteindelijk versmachten! (PS. Niet aangeraden om dit voor kinderen te vertonen!)

We leerden verscheidene trucjes met speelkaarten, en kregen de kans om te oefenen tot we het onder de knie hadden.

Enkelen waren toch bang dat ze hun ring niet meer zouden terugzien, tot hij die uiteindelijk uit een citroen of appelsien tevoorschijn toverde!

Ongelooflijk hoe hij ons door de snelheid en de afleiding in de luren legde! Maar nu weten we toch hoe je een zakdoek in stukjes scheurt en weer heel kan maken.

Afsluiten deden we zoals gewoonlijk met lekkere pistolets en een koffiekoek en niet te vergeten, een fijn bijpraatmoment met onze tafelenoten! En dat is, denk ik, de belangrijkste reden dat wij graag naar die seniorenbijeenkomst komen. Dank aan de organisatoren.

En nu ... op naar de bijeenkomst in Zandhoven.

Leo

Senioren 3 december

Voor de laatste bijeenkomst van dit jaar was zangeres Sabine uitgenodigd om deze namiddag te vullen met niet alleen kerstliedjes, maar ook met gekende hits en meezingers. Er was ook aangekondigd dat de nieuwe dansvloer van de parochiezaal mocht 'ingedanst' worden.

Enkelen hebben dit gedaan, maar de grote toeloop bleef achter. Of lag dit misschien aan te veel gegeten?

Na de verwelkoming door de kersverse papa Jelle, waarin de midweek naar Sauerland ook werd toegelicht, werd de tomatensoep met 'ballekes' opgediend. Na het eerste deel van het optreden, werd de hoofdschotel, kalkoengebraad, erwten en wortelen met kroketten geserveerd. Na het bisnummer werd het eetgedeelte afgesloten met choco mousse als dessert. Ondertussen was het bijna vijf uur geworden. Het was vandaag aan onze gilde om op te ruimen. Maar met 46 deelnemers was deze klus ook vlug geklaard. Met dank aan iedereen.

Ook nog een verrassing bij het verlaten van de zaal. De goede Sint was blijkbaar geweest, want iedereen kreeg nog een pakje speculaas mee.

Tot de volgende bijeenkomst.

Kookles woensdag 4 december

Op 4 december organiseerde de Landelijke Gilde van Heist-op-den-Berg een kookles waarin de deelnemers de veelzijdigheid van de Mediterrane keuken ontdekten. De kookles werd gegeven door ervaren kok Leo, die de aanwezigen niet alleen de basisprincipes van de Mediterrane gerechten uitlegde, maar hen ook praktische tips gaf voor het bereiden van de verschillende gerechten.

De Mediterrane keuken staat wereldwijd bekend om zijn frisse smaken, gezonde ingrediënten en eenvoudige bereidingswijzen. Deze keuken maakt intensief gebruik van olijfolie, verse groenten, kruiden zoals basilicum, oregano, en tijm, en diverse soorten vis, vlees en kaas. Het draait hierbij om de balans tussen eenvoud en complexiteit, waarbij de nadruk ligt op het gebruiken van verse en seizoensgebonden producten. Veel van de gerechten uit de Mediterrane keuken zijn licht, voedzaam en ideaal voor een gezonde levensstijl.



Tijdens de kookles werden drie verschillende gerechten bereid, elk met typische Mediterrane ingrediënten. De eerste was **Tortilla Española**, een Spaanse aardappelomelet die eenvoudig te maken is, maar die desondanks rijk is aan smaak. De tortilla werd bereid met aardappelen, uien en eieren en was een perfect voorbeeld van de eenvoud die de Mediterrane keuken kenmerkt.

Het tweede gerecht was **Minestrone alla Milanese**, een Italiaanse groentesoep die het seizoen weerspiegelt en vol zit met verse en een rijke bouillon. Dit gerecht is een ideale manier om een verscheidenheid aan groenten te gebruiken en maakt gebruik van de rijke smaken die de Mediterrane keuken zo geliefd maken.

Het derde gerecht, de **Couscoussalade met feta, kersttomaten, pompoenpitten en kip**, was een frisse, voedzame salade die ideaal is als lichte maaltijd of bijgerecht. De couscous was licht en luchtig en de feta, kersttomaten, pompoenpitten en kip brachten een heerlijke variëteit aan texturen en smaken samen. Deze salade bevatte een mooie balans tussen hartig, fris en een beetje nootachtig door de pompoenpitten en was een typisch voorbeeld van de veelzijdigheid van de Mediterrane keuken.



Na de instructies kregen de deelnemers de kans om zelf aan de slag te gaan. Dit was een belangrijk onderdeel van de les want het gaf iedereen de mogelijkheid om de gerechten in de praktijk te brengen en zelf te ervaren hoe eenvoudig en snel de Mediterrane gerechten te maken zijn.

De sfeer was gezellig en er heerste een sterke groepsdynamiek. Het samen koken leidde tot veel interactie tussen de deelnemers en het uitwisselen van tips en ervaringen zorgde ervoor dat iedereen het meeste uit de les haalde. Nadat de gerechten waren bereid was er tijd om de resultaten te proeven en van de heerlijke maaltijden te genieten.

De kookles van de Landelijke Gilde van Heist-op-den-Berg was een groot succes. Het gaf de deelnemers niet alleen de kans om nieuwe gerechten te leren, maar het benadrukte ook hoe eenvoudig en gezond de Mediterrane keuken kan zijn. De focus op verse, seizoensgebonden ingrediënten en het gebruik van olijfolie en kruiden maakte de gerechten niet alleen smaakvol, maar ook voedzaam. De les was een inspirerende ervaring die de deelnemers aanmoedigde om deze gerechten zelf thuis te maken en meer te leren over de Mediterrane eetstijl. Het was een waardevolle ervaring die de liefde voor koken en gezonde voeding verder aanwakkerde.

Ivo en Chat GPT



Schapenstal maandag 16 december 2024

Op maandag 16 december 2024 nam de Landelijke Gilde de uitbating van De Schapenstal in Zonderschot voor haar rekening. Deze pop-up winterbar, gelegen aan de Zonderschotsesteenweg opende haar deuren van 7 december 2024 tot en met 5 januari 2025.

De Schapenstal is een sfeervolle blokhut waar bezoekers kunnen genieten van een warme, winterse ambiance met diverse drankjes en activiteiten. Tijdens het weekend zorgen swingende optredens, après-ski avonden en vinylavonden voor extra sfeer. Bovendien kunnen bezoekers deelnemen aan een 'afgepijld schapenwandeling' van ongeveer 7,5 km met vertrek en aankomst aan de winterbar.

Het unieke aan De Schapenstal is dat verschillende Heistse verenigingen en talrijke vrijwilligers dagelijks instaan voor de uitbating. Op 16 december was het de beurt aan de Landelijke Gilde. Bestuursleden, enkele van hun partners en vrijwilligers zetten zich in om de bezoekers hartelijk te ontvangen en te bedienen. De gezellige sfeer werd versterkt door de inzet en het enthousiasme van deze vrijwilligers, wat resulteerde in een onvergetelijke avond voor iedereen.

Een belangrijk aspect van De Schapenstal is het steunen van goede doelen. Elk jaar wordt een groot deel van de opbrengsten geschonken aan een lokaal goed doel. In 2024 werden Nona en Ella-Marie onder de aandacht gebracht.

De namiddag en avond van 16 december werden gekenmerkt door een warme en uitnodigende sfeer. Bezoekers genoten van de knusse inrichting van de blokhut, de heerlijke drankjes en de vriendelijke bediening. Ook de taarten en de verse soep werden ten zeerste gesmaakt. De inzet van de Landelijke Gilde droeg bij aan het succes van De Schapenstal en versterkte de gemeenschapsband in Zonderschot.

Kortom, de uitbating van De Schapenstal door de Landelijke Gilde was een groot succes. Het evenement bood niet alleen gezelligheid en plezier voor de bezoekers, maar droeg ook bij aan het ondersteunen van een nobel doel in de gemeenschap.

Ivo en Chat GPT



Teerfeest zaterdag 11 januari 2025

Een teerfeest is een oude traditie die zijn oorsprong vindt in de middeleeuwen. Het was een jaarlijkse bijeenkomst van ambachtslieden en gilden, waar men samenkwam om het werkjaar te vieren met lekker eten, drinken en gezelligheid. Deze traditie leeft vandaag nog voort binnen verenigingen zoals de Landelijke Gilde, waar het teerfeest een hoogtepunt van het jaar is. Op zaterdag 11 januari 2025 kwamen maar liefst 170 leden samen om dit feestelijke moment te vieren.

Bij aankomst werden de gasten hartelijk ontvangen met een huisgemaakt aperitief, een glaasje cava of verfrissend fruitsap. Het diner begon feestelijk met een heerlijke kippencocktail, gevolgd door een romige tomatensoep met smaakvolle balletjes. Als hoofdgerecht werd een rijk assortiment geserveerd: sappig gebraad en malse rosbief, begeleid door knapperige, zelfgemaakte kroketten en een kleurrijke mix van wintergroenten. Het culinaire hoogtepunt werd afgesloten met een zalig dessert van rijstap, feestelijk afgewerkt met fruit.

Tijdens het diner brachten afgevaardigden van Ferm en de Landelijke Gilde een terugblik op het voorbije werkjaar. Aan de hand van een fotopresentatie werden de hoogtepunten van de activiteiten in beeld gebracht, wat bij velen mooie herinneringen opriep. De avond kreeg daarna een swingend vervolg met muziek van DJ Jef, die de dansvloer al snel vol kreeg.

Een van de hoogtepunten van het feest was de tombola, waarbij geen enkele deelnemer met lege handen naar huis ging. De prijzen waren gevarieerd en zorgden voor veel enthousiasme.

Het teerfeest van 2025 werd gekenmerkt door een warme sfeer, heerlijke gerechten en fijne momenten van samenhang. Het was een avond om niet snel te vergeten, vol gezelligheid en plezier die de waarden van de Landelijke Gilde op prachtige wijze weerspiegelden.

Ivo en Chat GPT



Senioren 28 januari

Tijdens de seniorenmiddag kwam de hoogleraar, kankeronderzoeker, Johan Swinnen spreken over zijn werk.

Als 11-jarige wist hij al dat hij kankerspecialist wilde worden doordat zijn tante en zijn moeder kanker kregen. Toen experimenteerde hij al met kruiden en alcohol. Hij is kankeronderzoeker en heeft artikels gepubliceerd in internationale wetenschappelijke tijdschriften en is ook een verwoed langeafstandslouper. Als zijn jongste zoon Pieter op 11-jarige leeftijd kanker kreeg, werd het een hele zware periode voor het gezin. Door de hersentumor en de vele behandelingen die Pieter moest ondergaan werd het moeilijk met zijn evenwicht. Zijn studies kon hij niet verder zetten. Zijn leven veranderde grondig. Johan beloofde iets zots te doen als Pieter over 5 jaar nog bij hen was. Hij zou namelijk lopen van Leuven naar Compostella.

Zo kregen we het verslag van die looptocht waarvoor hij juist 33 dagen kreeg, een tocht van 2 400 km. Dit betekent alle dagen twee marathons lopen. Met deze tocht wilde hij de strijd van de kankerpatiënten symbolisch overdoen.



Na veel voorbereiding en training was de grote dag van vertrek daar. Vele brieven van hoop en twijfel (van patiënten en hun familie) gaan mee in een rugzak. Zo vertrekt hij met een groepje vrienden en collega's, die zorgen voor het voedsel, verzorging en slaapgelegenheid. Een van de vrienden heeft filmopnames gemaakt van de zware tocht die we die namiddag te zien kregen. Bij zijn thuiskomst beloofde hij dat hij zo iets zots niet meer ging doen. Maar ondertussen volgden er nog: de tocht naar Rome en van het noorden van Nederland naar Leuven, naar Bretagne.. en telkens nam hij de brieven en boodschappen van zieken en hun familie mee.

Pieter werkt ondertussen enkele dagen in de week in een atelier als cartoonist, waar ook houten figuurtjes gemaakt worden en waarvan de opbrengt van de verkoop integraal gaat naar het kankeronderzoek.

Na de voordracht kon men dat aankopen en een praatje maken met Johan.

De namiddag werd afgesloten met een gezellige koffietafel en wat napraten.



Winterwandeling Werchter zondag 26 januari

Ondanks dat er de vorige dagen heel wat regen was gevallen kwamen er op zondag 26 januari om 14 u. toch een 28-tal moedigen opdagen in Werchter aan de kerk voor de Demer en Dijlewandeling.

Een groep koos voor de wandeling van ca. 11,3 km met een extra lusje werd dit ca.13 km. Een andere groep deed een kortere wandeling van ca. 8 km.

Voor de lange wandeling vertrokken we over de brug in Werchter en volgden daar voor een paar km de verhoogde Demerdijk. Verhoogd tussen 1976 en 1980 nadat Werchter in de jaren 60 twee opeenvolgende winters overstroomde. Verder passeerden we de Soldatenbrug, aangelegd door geniesoldaten in de jaren 50 om een oude veerpont te vervangen. Hierna gingen we rechts via een hoger gelegen baantje door een overstroomd gebied richting Domein Ter Heide met zijn sportcentrum en grote waterplas. Vervolgens passeerden we Toren ter Heide met zijn oude brouwerijsite (zeer pittoresk). Daarna ging het richting Rotselaar, waar we ongeveer halverwege van een welverdiende rust genoten in café De Zijbeuk.

Dan, achter de kerk door kwamen we langs de oevers van de Dijle, die we voor een stuk volgden. Vervolgens verlieten we de Dijle en maakten een doorsteek via een meer dan drassige akkers (het leek een beetje op cyclocross zonder fiets) richting Wakkerzeel. Hier lijkt het wel of de tijd heeft stil gestaan. De andere groep had hier zijn rustpost.

Via meer en minder drassige wegen gingen we dan langs de site van Rock Werchter. Hierna kwamen terug aan ons vertrekpunt in de buurt van de samenvloeiing van Dijle en Demer.

We konden natuurlijk deze prachtige, droge wandeldag niet afsluiten zonder een lekker drankje in het gezellige café onder de kerktoren.

Achiel



Nieuwe gezamenlijke activiteiten waarvoor Ferm en Landelijke Gilde je graag uitnodigen



Gezinsweekend 19-20-21-september 2025

In 2025 gaat het gezinsweekend door in Genk, in het M- Hotel. Een 4-sterren hotel gelegen, tussen het shoppingcenter en het prachtige Molenvijverpark, met vijver. Het mooiste plekje van Limburg genoemd. Gelegen in het groen gedeelte van Limburg, in de schaduw van Bokrijk, Has-selt, Nationaal Park Hoge Kempen. Een streek waar we eindeloos kunnen fietsen en wandelen.

Prijzen volpension: € 260 per persoon op een 2 persoonskamer

€ 325 per persoon op een 1 persoonskamer

Ter info: parkeren aan het hotel is niet mogelijk, een half uurtje voor in- en uitladen, blijf je staan is het betalen. Naast het hotel is een grote parking, maar tegen betaling, € 17 per dag. De parking is een stadsparking. Langs de Europalaan, op wandelafstand van het hotel, is een grote, gratis parking.

Inschrijven tot 1 april 2025 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 € 100 per persoon. Dit kan gestort worden via de rekening van Landelijke Gilde: BE50 7332 1400 0218 of via QR-code van Payconiq met vermelding 'voorschot weekend Genk' en je naam.



Van harte welkom op de activiteiten van



Lente! Sta je ook zo te popelen om eraan te beginnen?

Waarom? Kies maar uit: met je handen zitten wroeten in je lentetuin, de grote schoonmaak, een lange fietstocht, nieuwe zaadjes zaaien, andere bloempjes planten, een hartverwarmend terrasje onder vrienden, gezellige barbecue in de tuin, een ontspannende wandeling, een gezelschapsspel, gewoon niets doen en genieten van het zonnetje dat in 2025 hopelijk toch wel van de partij zal zijn,

Lente! Er nestelen zich weer nieuwe plannen in ons hoofd!

Met Ferm hebben we weer heel wat in petto voor elke leeftijd dit voorjaar! We stappen op de trein en reizen naar de opname van Blokken, onze creatieve naaisters komen weer samen, de yogi's genieten van hun 'me-time-momentje', de wandelaars tellen hun 10 000 stapjes, we ontmoeten Manu Adriaens op de koffie, de kookles van maart met een speciaal tintje, een daguitstap 'vlakbij', voor de kleinere genietters organiseren onze jonge teamleden een paascrea,... Meer hierover op de volgende bladzijden. Veel leesplezier!

We gaan ons niet vervelen en hopen jullie op één of meerdere van deze activiteiten te mogen ontmoeten! Je bent 'Welkom!'

Lente! Dat je weer met blote voeten op een naaktslak kan trappen
en de padden kan zien kruipen naar hun paarplekje

Mariette



Naailessen

Zij die nog willen komen zijn altijd welkom en dit op woensdag: 26 februari, 26 maart, dinsdag 29 april en woensdag 21 mei.

Wandelen

-vertrek om 13 u. aan het CC. op 10 maart 2025

Workshop keramiek donderdag 6 maart 2025

Jong Ferm Heist-op-den-Berg nodigt jullie uit voor een workshop keramiek in het atelier van Karine Ruelens, Hooiweg 20A, 2222 Itegem. Deze activiteit gaat door op 6 maart 2025 van 19 u. tot 22 u. en kost € 54 per persoon. Het aantal plaatsen is beperkt tot 6 personen om iedereen goed te kunnen begeleiden. Afhankelijk van je skills maak je 3 tot 5 schaalpjes.

Praktische info:

- Parkeren kan op de oprit, ook voor de garage of langs de straatkant voor nummer 18. Er mag echter niet geparkeerd worden op de oprit van Vaes interieurwerken.
- De ingang van het atelier is aan de linkerkant van het huis. De deur gaat open 10 minuten voor de les en je gaat binnen zonder bellen.
- Trek comfortabele kleding aan die vuil mag worden.
- Breng een badhanddoek mee (geen strandlaken) en eventueel een schort.
- Laat juwelen thuis en houd je vingernagels kort.

Inschrijven kan bij irisvdy@yahoo.co.uk tot zondag 23 februari 2025.

Betalen van deze activiteit via rekeningnummer van Ferm BE02 7332 1406 0640 met vermelding keramiek.

PLUS 55-ers nodigen uit:

OP DE KOFFIE MET MANU ADRIAENS

Maandag 10 maart 2025 om 14 u. in zaal Withof, Withofstraat 4 Zonderschot.

➤ **“Een geluk komt nooit alleen”**

Twee recente boeken van Manu Adriaens hebben als titel ‘*Waarom zestigers gelukkiger zijn dan veertigers*’ en ‘*Leven is het meervoud van lef*’. In deze causerie borduurt hij daarop voort. Met veel humor en zelfrelativering observeert hij het menselijke bestaan. Zo vraagt hij zich af: ‘Als de aarde rond is, waarom draait er dan zoveel vierkant?’ Ook graaft de spreker in zijn persoonlijke verleden. Zijn ervaringen tijdens de afgelopen decennia deelt hij graag op luchtige toon met zijn publiek. Onder het overkoepelende motto: “Het belangrijkste in het leven is te weten wat niet belangrijk is”. Een sprankelende anekdotische monoloog, begeleid door beelden die de lachlust opwekken...

Informatie over de spreker: Manu Adriaens schreef als freelancejournalist voor allerlei kranten en tijdschriften (onder meer *Humo* en *De Standaard*). Daarnaast werkte hij mee aan diverse radio- en televisieprogramma’s. Hij publiceerde inmiddels meer dan dertig boeken over uiteenlopende onderwerpen. Hij staat bekend als een populaire verteller.



➤ **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: € 15 voor Ferm-leden en inwonende gezinsleden— niet-leden € 20 kan gestort worden op de rekening van Ferm BE02 7332 1406 0640 met vermelding ‘Op de koffie en je naam’ of betaal via de QR-code.

Inschrijven: graag vóór 3 maart bij de wijkverantwoordelijken of via jeannine.bellekens@gmail.com

KOOKLES: dinsdag 11 maart 2025

"Aardappelen weer hip!"

De kooklessen worden gegeven alléén op dinsdag maar zowel in de namiddag als 's avonds. Een lekkere puree smaakt altijd, toch? In deze les leer je hoe veelzijdig de aardappel eigenlijk écht is. Je doet er véél meer mee dan enkel puree maken of bakken in de pan. We geven je tal van aardappelrecepten die je zeker eens moet uitproberen. Sappig in een soufflé, geplet in de puree, dampend in de schil of knapperig in schijfjes: geen techniek is jou straks nog onbekend! Wendy maakt in deze les creatieve gerechtjes die een streling zijn voor de tong én voor het oog. Aardappels zijn heerlijk veelzijdig en altijd lekker!



De les gaat door in de keuken van zaal Withof.

***Namiddag** van 13 u. tot 16 u.

***Avond** van 19 u. tot 22 u.

Vooraf inschrijven is noodzakelijk via Jeannine.bellekens@gmail.com met vermelding van de sessie dat je kan aanwezig zijn.

Deelnameprijs: Ferm-leden € 7 - niet-leden € 12

In het voorjaar met Ferm naar de film.

Woensdag 26/3 en woensdag 21/5

Op woensdag 26 maart om 15 u. gaan we naar de film, met koffie en gebak.

From books to paradise: trailer: <https://www.youtube.com/watch?v=23NADkqpBOI>

David, een boekhandelaar uit New York, krijgt een onverwachte erfenis: een prachtig landhuis in de Dominicaanse Republiek. Vastbesloten om het huis snel te verkopen en terug te keren naar zijn hectische leven in Brooklyn, vertrekt hij naar het zonnige eiland. Daar ontmoet hij de sprankelende makelaar Maria, die zijn wereld op zijn kop zet. Terwijl Maria hem helpt met de verkoop van het landhuis, ontdekt David meer over zijn vader, die hij nooit echt heeft gekend. Hij raakt bevriend met het huispersoneel en begint de rijke geschiedenis van zijn vader te ont-rafelen. Maar wanneer zijn verloofde Rachel plotseling opduikt, dreigt alles in chaos te veranderen. David staat voor een keuze: blijft hij trouw aan zijn oude leven of volgt hij zijn hart en het avontuur met Maria?

Zij die meegaan naar de film schrijven zich in bij Anthonis Gerda, sent.lambrechts@gmail.com of op GSM een berichtje 0498/39 32 10 en dit tegen 9 maart.

De film is € 6 en te storten op rekening van Ferm: BE 7332 1406 0640 met vermelding film.

Paas-knutsel kids zondag 13 april 2025

Voor kinderen tot 8 jaar hebben wij een leuke paas-knutsel voorzien op zondagvoormiddag 13 april 2025. Deze activiteit gaat door in Ten Kerselaere. We openen de deuren om 09.30 u. en gaan door tot 11.30 u. Tijdens de activiteit krijgen de kinderen een koekje en een drankje. Wat we gaan knutselen is nog een verrassing. Verdere informatie over prijs en inschrijvingen volgen nog later via sociale media, maar houd alvast deze datum vrij!

Lentefeest: woensdag 23 april 2025 om 19 u.

Lente! Zelfs de zon is in de wolken!

We verwelkomen jullie graag met een warm gevoel op ons jaarlijks lentefeest in zaal Withof te Zonderschot.

Lentefrisse tafels, aangenaam gezelschap, lekker eten en een lentetombola wachten jullie op!

Karen Schroeven, actrice-zangeres, zal tijdens het lentefeest voor ons optreden met haar warme stem en haar passie voor muziek. Karen Schroeven is musicalartieste, leadzangeres in een country – rockbluesband, actrice bij het Antwaarps Amusements Theater en speelde mee in de serie ‘De Buurtpolitie’ als Veerle. ... maar het zingen zit haar in het bloed! Zij brengt voor ons Nederlandstalige liedjes afgewisseld met grote namen zoals Edith Piaf, Petula Clark, Noordpool en vele anderen.



Ben je er graag bij?

Schrijf je dan in bij je wijkverantwoordelijke en dit ten laatste op 10 april 2025. Stort **€ 18** op de rekening van Ferm BE02 7332 1406 0640 met vermelding van ‘lentefeest’, ook bij betaling met payconiq vermelding ‘lentefeest’. Je inschrijving is definitief na betaling.

Je bent van harte welkom!

KOOKLES: dinsdag 29 april 2025

“De heerlijke smaak van groenten!”.

De kooklessen worden gegeven alléén op dinsdag maar zowel in de namiddag als 's avonds.



Gezond koken met groenten, hoe pak je dat aan? Tijdens deze kookdemo zie je hoe je gezonde maaltijden boordevol groenten (en dus ook vitamines) op tafel tovert. Je leert verrassende smaakcombinaties kennen, je ziet hoe veelzijdig groenten zijn en hoe gevarieerd je er mee kookt. Hapje, soepje, gerecht ... groenten krijgen een glansrol.

Nieuwsgierig? In deze les kom je alles te weten over de heerlijke smaak én bereiding van groenten. Lekker én gezond!!

De les gaat door in de keuken van zaal Withof.

*Namiddag van 13 u. tot 16 u.

*Avond van 19 u. tot 22 u.

Vooraf inschrijven is noodzakelijk via Jeannine.bellekens@gmail.com met vermelding van de sessie dat je kan aanwezig zijn.

Deelnameprijs: Ferm-leden € 7 - niet-leden € 12

Daguitstap zaterdag 3 mei 2025.

Met de leuze: “het moet niet altijd ver zijn om mooi te zijn” trekken we dit jaar naar Mechelen. Omstreeks 9 u. nemen we de bus van De Lijn aan het Station in Heist-op-den-Berg richting Mechelen. We starten de dag met een bezoek aan de koninklijke manufactuur De Wit gelegen in de Refuge van de Abdij van Tongerlo. De Manufactuur De Wit is wereldberoemd en gespecialiseerd in het restaureren van Vlaamse wandtapijten.

's Middags lunchen we in brasserie Carlton.

Na de lunch wandelen we met een gids door de stad met als thema: Mechelen een stad in vrouwenhanden.

Rond 17.30 u. nemen we de bus terug richting Heist-op-den-Berg.

Menu:

voorgerecht: Carpaccio van Belgisch wit-blauw
 of
 Mix van kaas- en garnaalkroket
 of
 Kaaskroketten (veggie)

Hoofdgerecht: Mechelse Koekoek met mozzarella en Parma ham, notenpuree
 of
 Veggie burger, wortel, erwt, notenpuree
 of
 Kabeljauw, Fregola Sarda, romanesco, witte wijnsaus

Omdat bij het schrijven van deze tekst de juiste uren bij de Lijn niet bekend zijn voor deze dag hebben we de uren “omstreeks” vermeld. De juiste uren worden aan de deelnemers tijdig meegedeeld.

Vermits het aantal bezoekers voor de rondleiding bij De Wit beperkt is, is het aantal deelnemers ook beperkt. Snel inschrijven is de boodschap. Eerst is eerst!

Inschrijven ten laatste tot 23 april 2025 **ENKEL** via mail bij Liliane op het mailadres van guido.geuens@skynet.be.

Vergeet niet je keuze voor het menu te vermelden, d.w.z. één voorgerecht en één hoofdgerecht.

Prijs: € 64 te betalen op rekening van Ferm BE02 7332 1406 0640 of met payconiq met vermelding van je naam, na bevestiging van Liliane op je mail.

Bus ticket is inbegrepen.

Dranken tijdens de lunch zijn **niet** inbegrepen.

Opmerking: tijdens de rondleiding in de manufactuur mogen er **geen foto's** genomen worden.

WhatsApp groep: Oproep aan onze jongste leden (-50 jarigen)

In het jaar 2025 willen we onze werking voor de jongere leden van Ferm (-50 jarigen) uitbreiden. We zijn volop bezig om deze activiteiten vorm te geven.

Om makkelijker te communiceren zouden we voor de jongeren graag een whatsapp-groep willen aanmaken waarin we activiteiten kunnen aankondigen. Zowel de activiteiten die georganiseerd worden voor en door de jongeren als de ledenfeesten, enz. zullen in de groep gepost worden.

We hopen op deze manier dat onze jongere leden elkaar meer kunnen ontmoeten tijdens onze activiteiten. Omdat we rekening willen houden met ieder zijn privacy, vragen we de toestemming aan alle -50-jarigen om te bevestigen dat je wenst toegevoegd te worden. Je mag jouw gsm-nummer doormailen aan greetvolkaerts@telenet.be

Heb je zelf ideeën voor workshops, uitstapjes, culturele activiteiten, enz., of ben je zelf een creatieve ziel die haar talenten wil delen. Dan mag je ons dit ook steeds laten weten.

Veel groetjes vanwege de jonge bestuursleden,
Iris en Greet

Activiteiten van Landelijke Gilde waaraan ook Ferm leden mogen deelnemen:

15 maart 2025: Lentefeest LG

6 april 2025: dauwtrip LG

Meer info vooraan in Ons Boekske

Familienieuws:

Overlijden: Bedroefd, maar dankbaar om wie ze was!

14 januari 2025 Maria Janssens, weduwe van Alfons Vervoort



Ferm biedt haar oprechte deelneming aan de familie en de vriendenkring aan.

Welkom aan onze nieuwe leden van 2024-2025!

Ilse Verheyen, Myriam Peeters, An Aertgeerts, Brunhilde Dillen, May Verbeek, Christel De Veuster, Annelies van Haken en Ilse Thys

Voel je welkom in onze vereniging Ferm en we ontmoeten je graag op één van onze volgende activiteiten.

Save te date:

4-daagse reis 21-24 augustus 2025.

Tijdens de terugkomst in oktober 2024 hebben jullie al eens kunnen proeven van wat mogelijk onze bestemming zou zijn voor 2025. Uit de vele suggesties zijn we bezig om samen met onze vertrouwde gids Anne een programma samen te stellen.

Wat we wel al weten is dat we richting Saarland (Duitsland) trekken.

Meer informatie in "Ons Boekske" van april.

Jullie mogen je natuurlijk nu al inschrijven bij Lut Daans (lutdaans@hotmail.com) of Liliane Van Baelen (guido.geuens@skynet.be)

-op **zondag 19 oktober 2025** willen we onze **Ferm-café** openen, een nieuwe activiteit, in zaal Withof te Zonderschot! Hou alvast deze datum vrij zodat je mee kan komen genieten!

Ferm regio Heist-op-den-Berg

-Op maandag 22 april 2025 organiseert de regio een ontspanningsnamiddag in zaal Withof met optreden van Sally. Wie er de vorige keer bij was, weet dat het goed was.

Meer info volgt later.

-Een retrofuif in zaal Withof op vrijdag 14 november 2025 brengt ons terug naar onze jeugdjaren. Noteer deze datum alvast in uw agenda want het beloofd gezellig te worden. Ook hierover later meer.

Weetjes:

-de prijs voor deelname aan onze ledenfeesten van Ferm is vanaf ons lentefeest 2025 verhoogd naar **€ 18** per persoon.

-we vermelden even dat het rekeningnummer van **Ferm Heist-op-den-Berg** en het rekeningnummer van **regio Ferm Heist** verschillend zijn!

Ons rekeningnummer van Ferm Heist-op-den-Berg is **BE02 7332 1406 0640**.

-je kan voor alle activiteiten van Ferm Heist de betaling ook doen via de QR-code van Payconiq, niet vergeten om in de mededeling mee te geven voor welke activiteit je de betaling doet.



Verslagen van voorbije activiteiten.

Verslag: WINTERHAPPENING

Het was weer zover de winterhappening op 8 december waar we als Ferm leden naar uitkeken.

We werden ontvangen met een glaasje cava of fruitsap. We hadden elkaar weer van alles te vertellen. Zo kregen we ook een kopje koffie of thee met een lekkere praline.

Dan was het tijd voor de gasten Leo Lintermans, Wim en Guido. Leo Lintermans is met pensioen gegaan maar voor ons bracht hij nog een mooie muzikale namiddag met liedjes zoals 'Laat ons eeuwig eeuwig zijn, Er zit een velletje aan de banaan, Ella di Compostella', en nog vele anderen konden we meezingen, het was heel leuk.

Op de markt staan als vrouw ging de Leo ook goed af, het was heel mooi gebracht.

Na de ontspanning kregen we een hongertje en zoals ieder jaar bracht de kok ons kalkoenfilet met warm fruit en boterhammen met daarna nog een groot stuk biscuit!

Daarna was het tijd voor de tombola, altijd prijs is het motto en zo konden we tevreden naar huis rijden! Dit jaar zonder sneeuw!

Nu kunnen we uitkijken naar de vele ontspanningen die Ferm ons nog zal brengen en tot de volgende keer.



Greta



Verslag: kookles Feestmenu's

Tiramisu met passievrucht en pistache

Benodigdheden:

450 g mascarpone, 30 ml Cointreau, 320 volle room, 65 g suiker, 1 vanillestokje, 16 langevingerkoekjes, 6 passievruchten, 50 g fijngehakte pistachenoten, 40 g geraspte witte chocolade, 1 tas passievruchtenthee



Bereiding:

Maak de passievruchtenthee en laat vervolgens lauw worden. Meng de mascarpone met 30 ml Cointreau. Klop de room lobbij met de suiker en het vanillemerg. Schep $\frac{1}{4}$ hiervan over in het mascarponemengsel en roer goed. Doe dan de rest van de roommengeling erbij. Verdeel een bodem van de mengeling over de glaasjes. Leg hierop de langevingerkoekjes die je eerst onderdompelt in de lauwe thee. Schep opnieuw een laagje van het mascarponemengsel. Leg hierop het vruchtvlees van de passievruchten. Doe dan opnieuw een laagje langevingerkoekjes, een laagje mascarponemengsel en een laagje passievruchten. Bedek de glaasjes met plasticfolie en zet ze 8 uur in de koelkast. Serveer de tiramisu met de gehakte pistachenoten en de witte chocoladeschilders. Smakelijk!

Verslag workshop aromatherapie

Op dinsdag 21 januari 2025 vond de workshop aromatherapie plaats, een inspirerende bijeenkomst waarin we kennismaakten met de werking en toepassingen van essentiële oliën. De workshop werd geleid door Bianca, oprichtster van Clouds of Happiness. Ze vertelde met veel enthousiasme over natuurlijke geuren en hun invloed op lichaam en geest. Elke geur met zijn voordelen en mogelijke effecten op emoties en welzijn werd uitvoerig besproken. Verrassend waren ook de vele toepassingsmogelijkheden. Gelukkig ontvingen we een folder met alle informatie over deze oliën en het gebruik ervan, zodat we deze later nog kunnen inkijken. Tot slot kreeg iedereen een bodyscrub met een gekozen geur mee naar huis en was er de mogelijkheid tot aankoop van de producten.



Het was een boeiende, fijne en leerrijke avond.

Kim

Enkele tips van Bianca:

- lavendelolie kalmeert
- sinaasappelolie verbetert de spijsvertering
- citroenolie verbetert de stemming
- pepermuntolie wordt gebruikt tegen hoofdpijn en migraine
- eucalyptusolie ondersteunt de luchtwegen
- rozemarijnnolie bevordert de haargroei
- tea tree olie gebruiken we voor schimmelinfecties en kalknagels
- in ons huishouden:

°doe enkele druppels essentiële olie op een wattenbolletje en zuig dit met de stofzuiger op. Je zal merken dat je hierdoor een frisse geur verspreid bij het stofzuigen.

°doe enkele druppels essentiële olie in het bakje van de wasverzachter i.p.v. wasverzachter



Culinair Avontuur bij Brasserie 'Anders'

Vier pateekes (ofwel 4 Ferme jongeren) trokken, samen met een 50-tal andere Ferme dames, richting Brasserie 'Anders' in Begijnendijk. Wat volgde, was een avond waar eten geen tijd, geen volgorde en vooral geen limiet kende.

Drankjes bestelden we in alle varianten. Of je nu houdt van een cocktail met citroentje, een frisdrank met ijsblokjes of een glas zonder poespas – bij 'Anders' kan alles.



Bij 'Anders' hoef je niet te tobben over de menukaart: je kan letterlijk van alles wat bestellen. Maar liefst 12 gangen lang genoten we van een parade aan smaken!

Bij 'Anders' draait alles om gemak, en dat begon al bij het bestellen. Geen kelners met notitieboekjes, maar een tablet die ons de controle gaf over ons eettempo. Per gang mochten we twee gerechtjes per persoon kiezen en elke vijf minuten ging het virtuele luik weer open

voor een nieuwe bestelling. Een strategisch spel van timing en planning, waarbij we onze bestellingen zo slim mogelijk uitstippelden. Want zeg nu zelf: waarom wachten als je de volgende ronde al kunt inzetten nog voor je bord leeg is?

Het concept? Drie uur lang onbepakt tafelen. Er stonden maar liefst 67 verschillende gerechtjes op het menu: soepjes, voorgerechten, hoofdgerechten, bijgerechten en dessert. En of je nu begint met een voorgerecht of toch liever met een dessertje, bij 'Anders' maakt dat niets uit.

Als echte fijnproevers beslisten we om eerst alle voorgerechtjes uit te proberen. Ook de hoofdgerechten werden gesmaakt en toen het tijd was voor dessert was er nog genoeg honger voor een dame blanche(ke) of 3.

Tussen al dat culinaire geweld kregen we nog een eervolle opdracht toebedeeld: toiletgidsen van dienst.

De weg naar het toilet liep heus niet langs de schuifdeur achter onze tafel. Al was dat niet zo duidelijk....

Gelukkig waren we alert en konden we meerdere toiletbezoekers op het juiste pad zetten.

Met een goed gevulde maag, een hoop lachbuien en een nieuw carrièreperspectief als toiletgidsen verlieten we 'Anders'. Of we terugkomen? Zeker weten! Want waar anders krijg je 12 gangen zonder keuzestress, 180 minuten pure vreugde en een dame blanche als eerste gang?

Tot de volgende, fijn gezelschap!

Groetjes,

Nele-Greet-Liesbeth-Edith





Nationaal en internationaal
personenvervoer

Tel: +32 (0)472/29 45 13
Mail: adc.travel@telenet.be

www.adctravel.eu



ONTWERP

AANLEG



raf@exclusievetuinen.be
0495 / 23 33 70
oudestraat 11A
2220 HEIST-OP-DEN-BERG

WWW.EXCLUSIEVETUINEN.BE



AXA Bank Belgium maakt deel uit
van de Crelan Groep

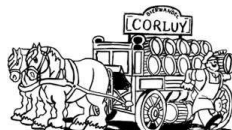


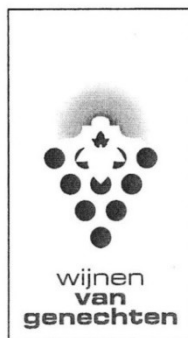
Crelan

Landbouwkredieten
Zakenkantoor GORRIS
Heist-op-den-Berg
015 24 80 44



BEERZEL - BIERHANDEL CORLUY





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



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



KBC Bank & Verzekeringen
 Bergstraat 47
 2220 Heist-op-den-Berg
 Tel: 015/25.71.20
 Fax: 015/25.71.21



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

Wok Restaurant

XURI 旭日

Liersesteenweg 155
2220 Heist-op-den-Berg

Tel: 015-24 61 88 / Fax: 015-25 18 60

www.xuriwok.be



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



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



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