

Kort en Bondig

Informatiefolder Gezinsbond Heule

Februari '23

Inhoud van deze brochure
Za 11 mrt: Tweedehandsbeurs baby- en kinderartikelen
Di 14 mrt: The Vanco Brothers (GOSA regio Kortrijk-Menen)
Di 28 mrt: Op de koffie met 'Dat heet dan gelukkig zijn'
Di 28 mrt: Film Petite Fille (CC De Steiger Menen)
Do 30 mrt: Kookles 'Eierbereidingen'
Do 30, vr 31 mrt en za 1 apr: Theatervoorstelling 'De Generatie'
Do 20 apr & di 25 apr: Busreis GOSA Oostende en Raversijde
Vr 21 apr: Waardig levenseinde door Wim Distelmans (OC Aalbeke)
Zo 23 apr: Ontbijt voor iedereen met feestelijke animatie
Do 4 mei: Kookles 'Gezonde pizza's en pasta's'
Di 23 mei: Avondwandeling start kerk Sint Katharina
Di 13 jun: Avondwandeling start kerk Gullegem
Juli & aug: Zomerzoektocht i.s.m. afdeling Bissegem



Zaterdag 11 maart '23 van 13u30-16u30

TWEEDEHANDSBEURS

baby- en kinderartikelen

OC De Vonke

Ben je op zoek naar baby- of kinderkledij, speelgoed of boeken, een kinderfiets of kinderwagen, autostoel, kinderbedje ...? Kom dan zeker eens langs op onze tweedehandsbeurs. De inschrijvingen lopen bij het verschijnen van deze folder al. Wil je checken of er nog plaats is om te verkopen? Dit kan op www.gezinsbond-heule.be



Grootouders en Senioren Gezinsbond

Afdelingen Kortrijk-Menen

Dinsdag 14 maart 2023 om 14 u.

“The Vanco Brothers”

in CC “DE STEIGER” Menen (1ste verdieping)

‘The Vanco Brothers’ zijn 2 broers die houden van muziek. Ze brengen een mix van rock-, pop- en folknummers. Tussendoor vertellen ze op een ludieke manier over de tijd dat ze nog jong waren.

Programma

- 13u30 : deuren open
- 14u : koffie
- 14u30 : optreden met korte pauze
- 16u30 : koffie met toetje

Toegang: € 8 p.p.



Graag inschrijven tegen 5 maart 2023 bij linda.tandt@gmail.com en betalen door overschrijving op rekening BE10 9730 3566 3904 (GOSA-gewest Menen)

Dinsdag 28 maart '23
om 14u30 (deuren open om 14 u.)

**Op de koffie met
'Dat heet dan gelukkig zijn'**

OC De Vonke

Mary Boduin vertelt op een boeiende manier over haar omgang en vriendschap met Ann Christy. 'Dat heet dan gelukkig zijn' is een hommage aan de overleden zangeres. Het is vertel- en muziektheater met het verhaal en de mooiste Nederlandstalige liedjes van Ann Christy.

Mary Boduin kreeg in 2018 de belangrijkste Vlaamse mediaprijs, de eregalerij van radio 2 voor haar volledige oeuvre dat ze schreef voor o.a. Liliane Saint-Pierre, Louis Neefs en Ann Christy.

Verhaal: Mary Boduin

Zang: Natalie Schoonbaert

Piano: Dirk Van der Linden

Organisatie: OC De Vonke i.s.m. Wijkcentrum De Zevenkamer, de Heulse seniorenverenigingen, Samana en Buren voor Buren

Inkom: (koffie en taart inbegrepen).

- Basistarief €10
- Kansentarief met Uitpas Zuidwest: €2

Info en tickets: OC De Vonke, 056/24 06 20 of oc.devonke@kortrijk.be

Dinsdag 28 maart om 19u30

Film Petite Fille

CC De Steiger, Waalvest 1, Menen

De 7-jarige Sasha heeft altijd geweten dat ze een meisje was, zelfs al werd ze geboren in een jongenslichaam. Deze docufilm volgt haar strijd tegen een onbegrijpende omgeving.



Programma:

- 19u30: Welkom en inleiding tot de film
- 20u15: Film met mogelijkheid tot napraten in het cafetaria

Tickets: €5 via ccdesteiger.be / Gezinsbondleden krijgen bij het binnenkomen €2 korting op hun gezinsspaarkaart

CONSUMENTENWERKING

Eierbereidingen

Door Nathalie Provoost



In deze kookles worden zowel koude als warme gerechten met eieren klaargemaakt.

Wanneer: **Donderdag 30 maart om 19 uur**

Waar: **kooklokaal Spes Nostra**, Koffiestraat 1 Heule.

Gelieve om te proeven een glas, tas, bord, bestek en handdoek mee te brengen.

Prijs: **€14** per persoon voor **leden** / **€18** voor **niet-leden**

Info, inschrijving en betaling: **tot en met 27 maart** bij de verantwoordelijke: Rita Wittouck, Kouter 14, 8501 Heule, 056/ 35 84 06, ritawittouck@hotmail.com.

Je inschrijving is definitief na betaling bij Rita of op rekeningnummer BE 67 8508 3597 4387 van consumentenwerking Gezinsbond Heule.

De Generatie: Theatervoorstelling

Budascoop, Kapucijnenstraat 10, Kortrijk



Kortrijks theatercollectief 'Het Bataljong' maakt samen met ouderen een voorstelling die in première gaat op 30 maart 2023 in Kortrijk en nadien op tournee door de regio en elders in Vlaanderen.

'Ze noemen ons de oudjes. De Stille Generatie. De Vooroorlogse Generatie. De Protestgeneratie. De Generatie X.

Eén ding is zeker: de Stille Generatie heeft lang genoeg gezwegen.

Vandaag verenigen wij ons en nemen het woord. Dit is de eerste dag van de rest van ons leven. Vandaag voor morgen. Nu voor later.

De jongste van ons is 65, de oudste 90. Wij vertellen u onze verhalen.

Verhalen over loslaten en vastklampen. Over groeien en ineenkrimpen.

Over boeien en vleugels. Over zijn en niet helemaal meer kunnen.'

Voorstellingen in 'Budascoop Kortrijk'

- Donderdag 30 maart 2023 om 20u
- Vrijdag 31 maart om 20u
- Zaterdag 01 april om 16u

Tickets zijn te koop via **www.grijsaanzet.be** vanaf 15 februari 2023.

Info voor GOSA-Heule bij Marc Vandenberghe (zelf één van de acteurs in de voorstelling) via 0479/83 40 70 of mmjvandenbergh@skynet.be

Donderdag 20 en
dinsdag 25 april 2023



LENTEREIS Oostende luchthaven en stadsbezoek, Atlantikwall Raversyde

Programma:

- 8u30 : Vertrek aan CC De Steiger, Waalvest 1 te Menen
- 10 u : Bezoek aan de Internationale Luchthaven Oostende – Brugge
- 12 u : Middagmaal
- 14u30 : Bezoek aan 'Atlantikwall' in Raversijde (Duitse verdedigingslinie met meer dan zestig bunkers, open en ondergrondse gangen, observatieposten en geschutstellingen)
- 16u30 : Vrij bezoek aan Oostende, vrij avondmaal (niet in de prijs begrepen)
- 19 u : Terugreis

Deelnemerprijs: € 55 per persoon

Inschrijven kan **vanaf 1 maart tot 20 maart** door overschrijving op rek.nr. BE10 9730 3566 3904 van GOSA geweest Menen met vermelding '**GOSA-lentereis + datum + naam + aantal personen + afdeling+ telefoonnummer**'

Belangrijk: **Vergeet je identiteitskaart niet!** Die is verplicht bij het bezoek aan de luchthaven.

Opmerking: Als de bus op jouw gekozen dag volzet is, bellen we je op. Je kan dan kiezen voor de andere datum of je geld terug laten storten. Bij annulatie tot 10 dagen vóór de reis, wordt het volledige bedrag terugbetaald. Bij een latere annulatie worden gemaakte kosten afgehouden.

Voor vragen i.v.m. de INSCHRIJVING kan je terecht bij:
Linda Tandt , 056/ 41 63 67 of linda.tandt@gmail.com
Je inschrijving annuleren kan alleen telefonisch !

Vrijdag 21 april 2023 om 19u30

Een waardig levenseinde?

OC Aalbeke

Wim Distelmans is kankerspecialist en professor palliatieve geneeskunde aan de VUB. De geknipte persoon om te verduidelijken wat kan en (nog) niet kan met betrekking tot een zelfgekozen levenseinde.

Hij neemt ons mee in een verhaal over euthanasie, palliatieve zorg en alle gerelateerde levenseindezorgtopics. In zijn lezing probeert hij een antwoord te formuleren op heel wat vragen met betrekking tot het levenseinde.

Prijs: €10

Reservatie bij Valérie Vandenbussche, valerievandenbussche@telenet.be

Schrijf je eerst in via mail, waarna je kan betalen met vermelding van 'je naam+Distelmans' op rekening van Femma Aalbeke BE46 9734 1623 6936. Na betaling ontvang je dan je kaarten via mail.





Zondag 23 april 2023

100 jaar Gezinsbond Heule

Ontbijt voor iedereen

OC De Vonke te Heule



Op zondag 23 april bestaat onze Heulse afdeling dag op dag 100 jaar. We willen dit vieren met een lekker ontbijt voor jong en oud. Tijdens het eten is er feestelijk animatie door goochelaar Tom Meert.

Iedereen is welkom, leden en niet-leden.

Start ontbijt: tussen 8u30 en 9u30

Deelnameprijs :

- Leden: **€3 p.p.** / **gratis voor kinderen tot 12 jaar**
- Niet-leden: **€5 p.p.** / **gratis voor kinderen tot 3 jaar**

Inbegrepen in de prijs: Koffie, thee, (choco)melk, fruitsap, sojadrink, verse broodjes, verschillende soorten brood, granola, peperkoek, kaas, kipfilet, ham, een eitje, confituur, honing, vers fruit, yoghurt, plattekaas, noten...

Vooraf inschrijven nodig via **www.gezinsbond-heule.be** tot en met **zaterdag 1 april**. Meer info bij miriam.deschuytter@gmail.com of 0471/124938

Dit ontbijt is een initiatief van de Gezinsbond in samenwerking met Colruyt.



CONSUMENTENWERKING

Gezonde pizza's en pasta's

Door Nathalie Provoost



In deze kookles vervangen we de koolhydraten door groenten. Wat dacht je van spaghetti'slierten van wortel of pastinaak, of lasagnevellen van courgette? Ook een klassieke pizzabodem kan met groenten als knolselder of rode biet. Een andere manier om nog meer groenten te eten!

Wanneer: **Donderdag 4 mei 2023 om 19 uur**

Waar: **kooklokaal Spes Nostra**, Koffiestraat 1 Heule.

Gelieve voor het proeven zelf een glas, tas, bord, bestek en handdoek mee te brengen.

Prijs: **€14** per persoon voor **leden** / **€18** voor **niet-leden**

Info, inschrijving en betaling: **tot en met maandag 1 mei** bij de verantwoordelijke: Rita Wittouck, Kouter 14, 8501 Heule, 056/ 35 84 06, ritawittouck@hotmail.com.

Je inschrijving is definitief na betaling bij Rita of op rekeningnummer BE 67 8508 3597 4387 van consumentenwerking Gezinsbond Heule.

Dinsdag 23 mei
Dinsdag 13 juni
Avondwandeling
om 19u30



Dit voorjaar staan er twee avondwandelingen op het programma. We verzamelen op een centraal punt en vertrekken om 19u30.

Deelname is gratis en vooraf inschrijven hoeft niet. Zowel leden als niet-leden zijn welkom. We wandelen op een rustig tempo een 6-tal kilometer.

Achteraf ben je vrij om naar huis te gaan of nog een terrasje te doen. Een fluohesje en een flesje water voor onderweg zijn handig.

Di 23 mei: Start aan de kerk van Sint Katharina

We volgen Ann en Jean-Pierre voor een mooie landelijke wandeling ten noorden van Heule.

Di 13 juni: Start aan de Kerk van Gullegem

Mooie wandeling onder leiding van Marc en Linda langs natuurgebied Bergelen. We trekken door een aantal rustige wijken en zoveel mogelijk langs kleine padjes .

Van 1 juli tot 31 augustus '23

Fotozoektocht voor jong en oud

Afdeling Heule & Bissegem

Samen met buurgemeente Bissegem werken we voor volgende zomer een toffe fotozoektocht uit voor volwassenen en kinderen. Alle info verschijnt in juni '23 op onze website www.gezinsbond-heule.be

Zin in
zomer?



Gezinssport Vlaanderen, de sportdienst van de Gezinsbond, pakt uit met een zomeraanbod om duimen en vingers van af te likken.

Ontdek snel de **actieve vakanties op maat van**

- gezinnen
- eenoudergezinnen
- grootouders met kleinkinderen
- 60-plussers

Ook het aanbod aan **jeugdkampen en -opleidingen** van **jeugddienst AFYA** staat online.

Als lid van de Gezinsbond krijg je zowel bij Gezinssport Vlaanderen als bij Afya een mooie korting.

Meer info: www.gezinssportvlaanderen.be en www.afya.be



Nieuwe spaarpartner:

VAB rijsscholen, bijstandsverzekeringen en tweedehandswagens



-> Vanaf 1 februari 2023 is er korting voor Gezinsbondleden op

- **Tweedehandswagens:** €200 /ongeacht model
- **Rijsscholen :** 3% op theorie en praktijk (enkel bij aanvragen in de kantoren, niet via het online boekingssysteem. De korting wordt toegekend op theorie en praktijk rijbewijs A en B)

-> Vanaf 1 april 2023 korting op

- **Bijstandsverzekeringen:** op volledig NIEUWE contracten is er 10% rechtstreekse korting op VAB-pechbijstand (auto en/of motor), Fietsbijstand (pechverhelping fiets), Bijstandspakket (pech + reis) en Vakantiepakket (reis + annulatie). Nadien (alvast tot en met 2025) krijgen leden bij de volgende jaarlijkse vernieuwing telkens €10 spaarkorting.

Gezinsbondleden die al klant zijn bij VAB-bijstand, krijgen vanaf 1 april 2023 **€10 spaarkorting** bij de verlenging van hun VAB-contract uit voornoemde lijst. **Deze leden dienen zich online te registreren vóór 13 maart 2023**, anders is er geen recht op de korting.

Meer info en registreren als lid:

ledenvoordelen.gezinsbond.be/kortingen/mobiliteit