

Kort en Bondig

Informatiefolder Gezinsbond Heule

Februari '25

Inhoud van deze brochure:
Ma 17 febr: Webinar 'Wat het gedrag van je kind je vertelt'
Za 1 mrt: Tweedehandsbeurs baby- en kinderartikelen
Do 20 mrt: Kookles 'Wat schaft de koelkast?'
Di 25 mrt: Op de koffie met Connie en Hannelore Neefs
Do 27 mrt: Voordracht 'Waarom doe jij nu zo?'
Wo 16 apr: Avondwandeling vanuit Heule Watermolen
Vr 25 april: Bezoek aan stoeterij Strohoeve van Willy Naessens
Vr 23 mei: Busreis GOSA regio Kortrijk-Menen
Do 5 juni: Kookles 'Vegetarisch koken'
Za 5 juli: Fietstocht
Juli & aug: Zomerzoektocht Heule / Bissegem
Ma 8 sept: Avondwandeling vanuit Heule centrum

Maandag 17 februari '25 om 20u

Webinar 'Emoties begrijpen'

Wat het gedrag van je kind je vertelt

door Klaar Hammenecker



Gedrag en emoties zijn sterk met elkaar verbonden. Waarom doet je kind wat het doet? Kinderpsycholoog Klaar Hammenecker vertelt hoe je emoties kunt herkennen, begrijpen en vertalen naar de behoeften van je kind. Je ontdekt hoe je je kind kan helpen om te gaan met gevoelens als boosheid, angst of verdriet.

Inschrijven voor dit inspirerende webinar met herkenbare voorbeelden, praktische inzichten en de nodige humor kan via de link op www.goedgezind.be/dossiers/webinars

Zaterdag 1 maart '25

van 13u30-16u30

Tweedehandsbeurs

baby- en kinderartikelen

OC De Vonke, Heule



Ben je op zoek naar baby- of kinderkledij, speelgoed, boeken, een kinderfiets of kindervan, autostoel, kinderbedje? Kom dan zeker eens langs op onze tweedehandsbeurs. Gratis toegang voor kopers.

CONSUMENTENWERKING

Donderdag 20 maart '25 om 19u.

Wat schaft de koelkast?

door Nathalie Provoost



Een Vlaams huishouden verspilt gemiddeld 1,7 kg voedsel en dranken per week of 88 kg per jaar. Heb jij ook een schuldgevoel bij het weggooien van voedsel, maar weet je niet goed wat je met restjes brood of groenten kan doen?

In deze kookles geven we tips en maken we lekkere gerechten met restjes. Gelieve om te proeven een bord, glas, bestek en handdoek mee te brengen.

Waar? Kooklokaal Spes Nostra, Koffiestraat 1, Heule

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

Info, inschrijving en betaling: **tot en met maandag 17 maart '25** bij de verantwoordelijke: Rita Wittouck, Kouter 14, 8501 Heule, 056/ 35 84 06, rita.wittouck@gmail.com.

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

Donderdag 27 maart '25 om 19u30

Waarom doe jij nu zo? door Anky Defrangh

ARhus Beveren, Izegemseardeweg 30, Roeselare

Elk kind doet wel eens lastig, voor ouders is het vaak zoeken naar de juiste aanpak. Wat kan je zeggen en doen wanneer je kind 'moeilijk doet'? Deze lezing vertrekt vanuit verbinding met je kind en laat je vertrouwen groeien om op moeilijke momenten te reageren zoals je zou willen.

Meer info en inschrijven: www.gezinsbond.be/waaromdoejijnuzo?

Dinsdag 25 maart '25 om 14u30

Op de koffie met Connie en Hannelore Neefs

OC De Vonke



Connie Neefs en dochter Hannelore staan samen op het podium en brengen nummers die het leven in al zijn facetten belichten.

Nederlandstalige liedjes worden afgewisseld met Engelse tussendoortjes. Het ontroerende nummer 'Een eeuwigheid mee' dat Hannelore als eerbetoon aan haar nonkel Louis Neefs schreef, zal gegarandeerd ieders hart raken.

Organisatie: OC De Vonke i.s.m. Wijkcentrum De Zevenkamer, Samana en de Heulse seniorenorganisaties waaronder GOSA-Heule.

Inkom: €10 (koffie en gebakje inbegrepen)

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



Woensdag 16 april '25 om 19 u.

Avondwandeling

Start aan de Sint-Godelievekerk op Heule Watermolen

Onze avondwandeling gaat deze keer richting Overleie in Kortrijk. We wandelen op een rustig tempo een afstand van 6 à 7 km. Zowel leden als niet-leden zijn welkom. Deelname is gratis en vooraf inschrijven hoeft niet.



Vrijdag 25 april '25 om 14u.

Bezoek aan de Strohoeve

bekend als de stoeterij van Willy Naessens

Op vrijdag 25 april '25 zijn we te gast in de Strohoeve in Wortegem-Petegem, de stoeterij van Willy Naessens en zijn Marie-Jeanne.

We bezoeken er de stallen, de paardenstapmolen en de historische koetsen en rijtuigen. Er is tevens een paardenshow, een bedrijfsfilm en een drankje.

We gaan met eigen vervoer naar het adres **Kouterlos 5 in Wortegem-Petegem**. Wie er moeilijk geraakt mag zeker contact opnemen met Linda.

Het bezoek kost **€15 p.p.**, dit bedrag gaat naar een goed doel van Willy Naessens.

Inschrijven kan tot 17 april '25 bij lindavanhollebeke@gmail.com of gosa@gezinsbond-heule.be. Je inschrijving is definitief na betaling op rekening BE13 0012 8861 0139 van Gezinsbond Heule.



Vrijdag 25 mei '25

Busreis GOSA regio Kortrijk-Menen



Vertrekplaats: parking station Bissegem

Op vrijdag 25 mei organiseert regio Kortrijk-Menen een busreis. Op het programma staan een bezoek aan graanstokerij Filliers, een middagmaal in restaurant Molenhuis te Eine en een bezoek aan Stoeterij De Strohoeve. Meer info verschijnt, zodra die beschikbaar is, op onze website.

CONSUMENTENWERKING

Donderdag 5 juni '25 om 19u.

Vegetarisch koken

door Nathalie Provoost



Vegetarisch koken is niet alleen vlees weglaten en nieuwe ingrediënten leren gebruiken, maar ook op een bewustere manier maaltijden opbouwen en vorm geven. Je leert in deze kookles heel wat nieuwe producten kennen en eenvoudige, kleurrijke, toegankelijke bereidingen klaarmaken. Je komt wat meer te weten over seizoensingrediënten, verschillende graansoorten, plantaardige eiwitten en oliën, de grote waaier aan verse en gedroogde kruiden en specerijen alsook de natuurlijke zoetmiddelen...

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

Waar? Kooklokaal Spes Nostra, Koffiestraat 1, Heule

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

Info, inschrijving en betaling: **tot en met maandag 2 juni '25** bij de verantwoordelijke: Rita Wittouck, Kouter 14, 8501 Heule, 056/ 35 84 06, rita.wittouck@gmail.com.

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

Zaterdag 5 juli '25 om 13u30

Fietstocht



Start aan het Kasteel van Heule

Op zaterdag 5 juli organiseren we terug een mooie fietstocht. We starten op het plein voor het kasteel om 13u30.

Je kan kiezen tussen een toer van +/- 35 km of van +/- 20 km.

Je ontvangt bij de start een drankpakketje en een wegbeschrijving.

Deelname is gratis maar vooraf inschrijven is nodig. Dit kan bij gosa@gezinsbond-heule.be of bij Linda Vanhollebeke, 0484/911 233.

Iedereen van harte welkom op deze activiteit, we reserveren alvast het mooie weer! Een fluo hesje is aanbevolen.

Van 1 juli tot 31 augustus '25

Zomerzoektocht voor jong en oud

Gezinsbond Heule & Bissegem i.s.m LDC De Zevenkamer

Samen met buurgemeente Bissegem en wijkcentrum De Zevenkamer organiseren we opnieuw een toffe zoektocht voor volwassenen en kinderen. Alle info verschijnt in juni '25 op onze website www.gezinsbond-heule.be.

Maandag 8 september '25 om 19 u.

Avondwandeling

Start aan de Sint-Eutropiuskerk in Heule

Kort na de grote vakantie plannen we terug een avondwandeling. We stappen op een rustig tempo een afstand van 6 à 7 km. Zowel leden als niet-leden zijn welkom. Deelname is gratis en vooraf inschrijven hoeft niet.



Ben je op zoek naar een nieuwe bril, verrekijker, loep of barometer? Ga dan ook eens langs bij Optiek Alex Dujardin, Heuleplaats 22 te Heule.



Je bent er verzekerd van een ruim aanbod en een uitstekende service door een professionele opticien. Bij aankoop krijg je er, met de bon uit je bonnenboekje, 10% korting in je online Gezinsbond-portemonnee.

Reeds gekende activiteiten voor het najaar van 2025:

Lessenreeks 'bridgen' i.s.m. De Zevenkamer

Za 18 okt: Tweedehandsbeurs baby- en kinderartikelen

Kookles 'Ovenschotels'

Zo 23 nov: Sintfeest

Do 4 dec: Algemene ledenvergadering

Kookles 'Kerstmenu'