

Programma maart 2025



Maandag 3 maart 2025 (I – B = € 10)

Lezing - het leven van Ludwig van Beethoven - Nottebohm

Woensdag 5 maart 2025 (I – B = € 10)

Lezing - China voor beginners – Noël Truyers - Nottebohm

Donderdag 6 maart 2025 (I – B = € 4)

Wandelconcert - Sint-Laurentiuskerk

Vrijdag 7 maart 2025 (I – B = € 12)

Bowlen - Bowling Stones – Antwerpen Luchtbal

Maandag 10 maart 2025 (I - B = € 5)

Bezoek - Federaal Parlement

Woensdag 12 maart 2025 (NI – NB)

Ledenvergadering – Spierkracht voor senioren - SAC

Donderdag 13 maart 2025 (I – B = € 12)

Seniors at the movies – Conclave - Kinopolis

Vrijdag 14 maart 2025 (I – B = € 10)

Kebene Children Home – Kenia - Nottebohm

Zondag 16 maart 2025 (I – B = € 14)

Toneelstuk - “Het Albinomonster” – vzw Sering

Dinsdag 18 maart 2025 (I – B = € 8)

Matinée Dorée – BeatleStory – Arenbergschouwburg

Woensdag 19 maart 2025 (I – B = € 4)

Leesclub - Nottebohm

Donderdag 20 maart 2025 (I – B = € 4)

Stapwandeling in samenwerking met Vf@s Zwijndrecht

Vrijdag 21 maart 2025 (I – B = € 4)

Muziekclub - Espagna por favor- Nottebohm

Zondag 23 maart 2025 (I – B = € 20)

RedHerring Baroque ensemble - Light and Dark - St. Catharinakerk

Maandag 24 maart 2025 (I – B = € 20)

Opera in de cinema - Fidelio – L. van Beethoven - Kinopolis

Dinsdag 25 maart 2025 (I – B = € 15 – A kaart = € 11-MP = € 3)

Red Star Line Museum – Familiegeluk

Woensdag 26 maart 2025 (I – B = € 8)

Anton Pieck wandeling in Antwerpen – met gids

Donderdag 27 maart 2025 (I – B = € 23 – MP = € 11)

Tentoonstelling - Albrecht Dürer – De Reede - met gids

Vrijdag 28 maart 2025 (I – B = €16)

Middagconcert - viool en piano – Amuz

Zondag 30 maart 2025 (I – B = € 4)

Stapwandeling Linkeroever – Merksemse wandelclub De Stroboeren

Belangrijke informatie bij het inschrijven

Om een goed overzicht te krijgen, wordt bij elke activiteit vermeld of je moet inschrijven (I) of niet (NI), betalen op de rekening (B), betalen ter plaatse (BTP) of gratis (NB).

Kost activiteiten is exclusief vervoer (behalve als anders vermeld).

I = Inschrijven

B = Betalen op rekening

NI= Niet inschrijven

NB = Niet betalen (gratis)

MP = Museumpas

Inschrijven en annuleren bij: *** Jos T'Syen ***

- ❖ Op de ledenvergadering
- ❖ Via mail *** vlasantwerpen@gmail.com ***
- ❖ Telefonisch: 0494 70 72 41 maandag tot vrijdag, van 17u30 tot 20u00

Betalen op rekeningnummer: BE58 7340 1261 7079 van

Vlaamse Actieve Senioren, Afd. Antwerpen Centrum

Opgelet: bij betalende activiteit is de inschrijving pas definitief na betaling!

Goed om weten:

- Vragen over het programma: zie **organisatie** (dagprogramma)
- Voor alle andere vragen: Gerda De Ryck, GSM 0496/52 40 82
of mail: vlasantwerpen@gmail.com

Conversatie Frans - Engels – Spaans

- ❖ Engels → 2de en 4de maandag van de maand
- ❖ Frans → 1ste en 3de maandag van de maand
- ❖ Spaans → 1ste en 3de woensdag van de maand

Aandacht!

- ❖ Afspraak Spaans: eerst contact opnemen met Liliane Simons.
- ❖ Let op! Elke taalgroep kan samen met Liliane de nodige afspraken maken.
- ❖ Kan u niet deelnemen aan een les, informeer u bij een collega.

Praktisch:

- ❖ Organisatie: Liliane Simons, tel. 03/235 42 12 of GSM 0495/70 39 22
- ❖ Waar: Dienstencentrum De Olijftak, Hollandstraat 21/27, 2060 Antwerpen (Frans/Engels)
- ❖ Waar: Dienstencentrum Huize Berchem, Driekoningenstraat 1, 2600 Berchem (Spaans)

Maandag 3 maart 2025 (I – B = € 10)

Lezing door Peter Vereecke met muziek en beelden over het leven van Ludwig van Beethoven

Van alle klassieke grootmeesters spreekt Ludwig van Beethoven meest tot onze verbeelding en gevoelens. Maar wie was die man? Hoe is zijn leven verlopen? Wat waren zijn dromen en zijn ambities, maar ook zijn tegenslagen en beproevingen? En zijn liefdesleven ... wie was nu eigenlijk zijn Unsterbliche Geliebte? Hoe dacht hij over God en de grote levensvragen. Laat je meevoeren op een boeiende kennismaking met deze fascinerende mens en zijn grensverleggende muziek, die ons nu nog altijd fascineert en beroert.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, GSM 0469 43 54 21 of 03 322 51 12
- Afspraak: **13u45** - woonzorgcentrum Nottebohm
- Te bereiken: tram 2,6, bus 22 halte Markgravelei, tram 15 halte Merode, bus 17 halte Desguinlei
- Waar: Woonzorgcentrum Nottebohm, Biartstraat 2, 2018 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Woensdag 5 maart 2025 (I – B = € 10)

Lezing - China voor beginners – Noël Truyers - Nottebohm

Noël Truyers neemt ons mee op een fascinerende tocht doorheen veel leuke en interessante dingen over het land van Xi Jinping. Hij vertelt u ook diverse wetenwaardigheden over de Chinese Muur, over Suzhou (het Venetië van China), het terracottaleger van Xi'an en ook over het woord 'appelsien', alles begeleid met mooie foto's.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, GSM 0469 43 54 21 of 03 322 51 12
- Afspraak: **13u45** - Woonzorgcentrum Nottebohm
- Te bereiken: tram 2, 6, bus 22 halte Markgravelei, tram 15 halte Merode, bus 17 halte Desguinlei
- Waar: Woonzorgcentrum Nottebohm, Biartstraat 2, 2018 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Donderdag 6 maart 2025 (I – B = € 4)

Wandelconcert - Sint Laurentiuskerk

Het gitaar duo bestaande uit Mattias van Custem en Leen Braeckman zal ons muziek brengen uit hun repertoire. Het programma zullen wij ter plaatse ontdekken.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, GSM 0469 43 54 21 of 03 322 51 12
- Afspraak: **12u15** in de kerk op de hoek Markgravelei en de Van Schoonbekestraat
- Te bereiken: tram 2, 6 tot halte Markgravelei of bus 30 (richting Zuid) tot halte Van Schoonbekestraat en terug met bus 34.
- Waar: Sint Laurentiuskerk, Markgravelei 93, 2018 Antwerpen
- Start: 12u30 en einde rond 13u15
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025
- Het inschrijvingsgeld is onze vrijwillige bijdrage voor de studenten

Vrijdag 7 maart 2025 (I – B = € 12)**Bowlen - Bowling Stones - Antwerpen-Luchtbal**

Een spelletje bowlen blijft een klassieker! Zin om samen een hilarische namiddag met VI@s-leden te beleven? Hiervoor hebben we 2 volautomatische wedstrijdbanen gereserveerd, en kunnen we 2 uur onze bowlingkunsten tonen. Sportschoenen zijn aangewezen.

Praktisch:

- Organisatie: Guido Van Geertsom, GSM 0473 52 42 40
- Afspraak: **13u45** - Bowling Stones
- Te bereiken: tram 1, 6 halte Antwerpen Luchtbal Kerk bus 640, 641 halte Antwerpen Groenendaallaan
- Waar: Bowling Stones, Noorderlaan 104A, 2030 Antwerpen, gelegen aan de overkant van de brandweerkazerne
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025
- Maximaantal deelnemers: **12 personen**

Maandag 10 maart 2025 (I - B = € 5)**Federaal Parlement bezoek**

In het Paleis der Natie te Brussel is het Federaal Parlement van België gevestigd, waar de vergaderingen van zowel de Kamer van volksvertegenwoordigers als van de Senaat plaatsvinden. In de plenaire vergadering waarin de bespreking van de wetteksten plaats vindt, wordt in hoofdzaak gedebatteerd en gestemd over de regeringsverklaringen, de wetsontwerpen met hun amendementen hierop en de wetsinitiatieven van de regering. We maken een wandeling door het noorden van Brussel van uit station Brussel Noord en bezoeken 'Rooftop Brucity' voor een prachtig panoramisch uitzicht van Brussel.

Praktisch:

- Organisatie: Eddy Cuyckens, GSM 0476 35 09 11
- Afspraak: **9u10** – inkomhal Centraal station Antwerpen of 9u15 Berchem station
- Te bereiken: 9u25 – trein richting Charleroi (Berchem 9u30) tot Brussel Noord, aankomst om 10u00
- Na de wandeling in Brussel maken we tijd voor een lichte lunch voor de geïnteresseerden. Lunchpakket en drank voor onderweg mag je meebrengen.
- Waar: Leuvenseweg 13, 1000 Brussel.
- Start bezoek: stipt om 14u30, na voorafgaandelijk gebruik van de vestiaire!
- **Verplicht gebruik van de vestiaire met lockers met muntstuk van 2 €!**
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025
- Maximumaantal deelnemers: **40 personen**

Woensdag 12 maart 2025 (NI - NB)

Ledenvergadering – Spierkracht voor Senioren - SAC

Alle leden zijn welkom op onze maandelijkse ledenvergadering die zal doorgaan in zaal SAC. Even een terugblik op de activiteiten van februari 2025. Bespreking van de activiteiten van maart en april 2025.

Op de ledenvergadering krijg je een voorgedrukt programma en kan je onmiddellijk inschrijven voor de activiteiten van april 2025 **en hoef je dus niet te wachten op een OK, je bent sowieso ingeschreven.**

Maar we starten deze namiddag opnieuw met **Spierkracht voor Senioren**, een laagdrempelig krachttrainingsprogramma voor Senioren

Praktisch:

- Organisatie: het bestuur, GSM 0496 52 40 82
- Afspraak: **13u15** voor Spierkracht voor Senioren!!!
- **14u15** voor de ledenvergadering!!!
- Te bereiken: tram 3, 5, 9 of 15 halte Halewijn op de Linkeroever
- Waar: "SAC" Sint Anneke Centrum, Hanegraefstraat 5, 2050 Antwerpen L.O.
- Start: **opgelet: 13u30** spierkracht voor Senioren
14u30 ledenvergadering

Voor de ledenvergadering moet je nooit inschrijven, iedereen, ook niet-leden zijn welkom.

De volgende ledenvergaderingen zijn op donderdag 10/4/2025 en vrijdag 9/5/2025.

Donderdag 13 maart 2025 (I – B = € 12)

Seniors at the movies – Conclave - Kinopolis

Na de dood van de paus brengen kardinalen van over de hele wereld hun stem uit in de meest geheimzinnige verkiezing ter wereld: die van de nieuwe spirituele wereldleider. Kardinaal Lawrence moet ervoor zorgen dat alles goed verloopt, ondanks zijn eigen geloofscrisis. Hij ontdekt hij dat de overleden paus verre van een heilige was.

Praktisch:

- Organisatie: Vienneke Verstraeten, GSM 0479 67 45 48
- Afspraak: **13u45** - Kinopolis Antwerpen
- Te bereiken: tram 1, 6, bus 770, 771, 720 halte Kinopolis
- Waar: Kinopolis, Groenendaallaan 394, 2030 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Vrijdag 14 maart 2025 (I – B = € 10)**Nieuwe ontmoeting met Kebene Children Home – Kenia**

De verantwoordelijke van een kleinschalig opvangproject voor straat- en weeskinderen in Kenia, opgericht in 2007 nabij Diani Beach, zal met uitleg en beeldmateriaal het project presenteren. Ze bieden hulp aan de meest kwetsbare kinderen, inclusief gezondheidszorg, onderwijs en opvoeding. De kinderen en kleinkinderen van Sylviane Slegers hebben vorig jaar drie weken vrijwilligerswerk gedaan en zullen hun ervaringen en beelden delen. Wij willen ook graag ons steentje bijdragen.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, GSM 0469 43 54 21 of 03 322 51 12
- Afspraak: **13u45** - woonzorgcentrum Nottebohm
- Te bereiken: tram 2,6, bus 22 halte Markgravelei, tram 15 halte Merode, bus 17 halte Desguinlei
- Waar: Woonzorgcentrum Nottebohm, Biartstraat 2, 2018 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Zondag 16 maart 2025 (I – B = € 14)**Toneelstuk - Psychologische thriller “Het Albinomonster”**

In een afgesloten ruimte worden verschillende personen opgesloten en op een subtiele manier gefolterd. Wie zijn de beulen? Wie zijn de slachtoffers? Hebben zij iets met elkaar gemeen? Waarom zijn zij opgesloten? Dit wordt verteld... misschien zelfs opgelost in een spannend verhaal met een open einde... Men hoort niets meer... tenzij de lach van het albino monster.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, GSM 0469 43 54 21 of 03 322 51 12
- Afspraak: **14u40** – vzw Sering
- Te bereiken: tram 24 tot halte Kerkstraat, dan 2^{de} straat rechts of tot halte Roma en overstappen op bus 30 tot halte Groeningervein.
- Waar: VZW SERING, Groeningervein 2, 2140 Borgerhout
- Start: 15u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025
- Maximumaantal deelnemers: **15 personen**

Dinsdag 18 maart 2025 (I – B = € 8)

Matinée Dorée - Beatle Story – Help! 60 years

Maak kennis met het ongelooflijke verhaal van vier jongens uit Liverpool, dat zestig jaar geleden begon. BeatleStory zorgt voor een ware revival van de Beatlemania en houdt het publiek een middag lang in de ban dankzij de onnavolgbare puurheid van Patrizio Angeletti, Roberto Angeletti, Teodosio Gentile en Armando Croce. Indrukwekkende visuele projecties zorgen voor de perfecte sfeer. Een onvergetelijke ervaring voor de ware Beatles fan!

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, GSM 0469 43 54 21 of 03 322 51 12
- Afspraak: **13u30** - inkom Arenbergschouwborg
- Te bereiken: tram 4,7 halte Mechelseplein of Oudaan
- Waar: Arenbergschouwborg, Arenbergstraat 28, 2000 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025
- In samenwerking met de Seniorenraad, district Antwerpen
- Maximumaantal deelnemers: **40 personen**

Woensdag 19 maart 2025 (I – B = € 4)

Leesclub – Nottebohm

We lezen samen een tekst uit een boek, een tijdschrift ... , genieten van literatuur en verhalen en uiteraard kunnen we onze emoties aan mekaar vertellen.

Praktisch:

- Organisatie: Vienneke Verstraeten, GSM 0474 67 45 48
- Afspraak: **13u45** - Woonzorgcentrum Nottebohm
- Te bereiken: tram 2, 6, bus 22 halte Markgravelei, tram 15 halte Merode, bus 17 halte Desguinlei
- Waar: Woonzorgcentrum Nottebohm, Biartstraat 2, 2018 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2024
- Maximumaantal deelnemers: **15 personen**

Donderdag 20 maart 2025 (I – B = € 4)

Stapwandeling in samenwerking met VI@s Zwijndrecht

We gaan voor onze stapwandelingen nogmaals uitwijken naar Zwijndrecht. De juiste route wordt de dag zelve bekend gemaakt, maar we blijven in de omgeving van Zwijndrecht, Burcht, Melsele. Na 1u30 wordt een rustpauze voorzien van een half uur om iets te drinken en dan wordt er verder gestapt en keren we terug naar het beginpunt. De snelheid is 3 à 4 km/uur afhankelijk van de fitheid van de deelnemers en de afstand bedraagt ongeveer 9km.

Praktisch:

- Organisatie: Gerda De Ryck, GSM 0496 52 40 82
- Afspraak: **13u15** - de Heilige Kruisverheffingskerk van Zwijndrecht dorp
- Te bereiken: tram 3, bus 85, 87 halte Zwijndrecht Dorp
- Waar: Heilige Kruisverheffingskerk, Michel Vergauwenstraat 2, 2070 Zwijndrecht
- Start: 13u30
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Vrijdag 21 maart 2025 (I – B = € 4)**Muziekclub - Espagna por favor - Nottebohm**

Spanje en Vlaanderen hebben altijd al samen iets gehad. En dat begon al in de Middeleeuwen tot op heden ten dage. In de Spaanse volksmuziek, dans en zang, maar ook de prachtige oude en moderne klassieke stromingen vervoeren ons nog steeds. Een muzikale reis in twee delen.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers & Vienneke Verstraeten,
GSM 0469 43 54 21 of 03 322 51 12 – GSM 0474 67 45 48
- Afspraak: **13u45** - Woonzorgcentrum Nottebohm
- Te bereiken: tram 2, 6, bus 22 halte Markgravelei, tram 15 halte Merode, bus 17 halte Desguinlei
- Waar: Woonzorgcentrum Nottebohm, Biartstraat 2, 2018 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Zondag 23 maart 2025 (I – B = € 20)**RedHerring Baroque Ensemble – Light & Dark– met receptie**

Tijdens dit concert hebben wij de mogelijkheid om een van de beste luitspelers te beluisteren. Nigel North speelde in gerenommeerde ensembles voor oude muziek. Samen met Patrick Denecker speelt hij in het Begijnhof het programma 'Light and Dark' met Engelse muziek uit de 17de en 18de eeuw.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, GSM 0469 43 54 21 of 03 322 51 12
- Afspraak: **14u45** - inkom St. Catharinakerk in het Begijnhof
- Te bereiken: vanaf F. Rooseveltplaats, Korte Winkelstraat en Ossenmarkt
- Waar: St. Catharinakerk, Begijnhof, Rodestraat 39, 2000 Antwerpen
- Start: 15u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Maandag 24 maart 2025 (I – B = € 20)

Opera in de cinema - Fidelio – Ludwig van Beethoven – Kinopolis

Ludwig van Beethovens enige opera, “Fidelio”, vertelt het verhaal van Leonore, die zich vermomt als man, genaamd Fidelio, om haar man, Florestan, uit onrechtmatige gevangenschap te redden. Tegen de achtergrond van tirannie en onderdrukking viert “Fidelio” de triomf van liefde en vrijheid over corruptie en onrecht.

Praktisch:

- Organisatie: Vienneke Verstraeten, GSM 0474 67 45 48
- Afspraak: **13u30** - inkom Kinopolis
- Te bereiken: tram 1, 6, bus 720, 770, 771 halte Antwerpen Kinopolis
- Waar: Kinopolis, Groenendaallaan 394, 2030 Antwerpen
- Start: 13u45
- Duur: 184 minuten
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Dinsdag 25 maart 2025 (I – B = €15 – A kaart = €11 - MP = €3)

Red Star Line Museum – Familiegeluk

Sta versteld van de rijke geschiedenis, ondernemingszin en ongeëvenaarde arbeidsethiek van de Chinese gemeenschap in Antwerpen en in de wereld, door unieke kunstwerken en intrigerende familieverhalen.

Praktisch:

- Organisatie: Guido Van Geertsom, GSM 0473 52 42 40
- Afspraak: **13u15** hal van het Red Star Line Museum
- Te bereiken: tram 24 halte Londen en dan nog 600 m
tram 1 halte Noorderplaats en dan nog 900m
tram 17 halte Felixarchief en dan nog 1km
- Waar: Red Star Line Museum, Montevideostraat 3, 2000 Antwerpen
- Start: 13u30
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Bereikbaarheid

Op [Slim naar Antwerpen](https://www.slimnaarantwerpen.be/nl/home) ontdek je alle manieren om je in en naar Antwerpen te begeven.

<https://www.slimnaarantwerpen.be/nl/home>

Woensdag 26 maart 2025 (I – B = € 8)

Anton Pieck wandeling in Antwerpen – met gids

Enkele jaren geleden heeft Arno Oomis ons een presentatie gebracht over het leven van Anton Pieck bekend als de ontwerper van de Efteling. Hij heeft er ook een wandeling over samengesteld met de periode welke Anton Pieck in Antwerpen verbleef. Hij gaat ons voor met de nodige uitleg over Anton Piecks verblijf.

Praktisch:

- Organisatie: Edgard Maes, GSM 0472 31 54 97
- Afspraak: **13u45** - het standbeeld van Brabo op de Grote Markt
- Te bereiken: alle trams en bussen die stoppen op de Groenplaats
- Waar: Standbeeld Brabo, Grote Markt, Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025
- Maximumaantal deelnemers: **25 personen**

Donderdag 27 maart 2025 (I – B = € 23 – MP = € 11)

Tentoonstelling - Albrecht Dürer - De Reede – met gids

Deze tentoonstelling biedt een breed overzicht van het grafisch werk van Dürer en van kunstenaars als Lucas van Leyden, Jan Gossart en Hendrik Goltzius die zich door zijn werk lieten inspireren. Dit is een unieke gelegenheid om kennis te maken met zeldzame en prachtige afdrukken die omwille van hun kwetsbaarheid maar zelden worden getoond.

Praktisch:

- Organisatie: Rita Van Pottelberge, GSM 0475 52 14 46
- Afspraak: **13u45** - inkom De Reede
- Te bereiken: alle trams en bussen die stoppen op de Groenplaats
- Waar: De Reede, Ernest Van Dijckkaai 7, 2000 Antwerpen
- Start: 14u00
- Inschrijven en betalen voor 20 februari 2025
- Maximumaantal deelnemers: **20 personen (2 gidsen)**

Vrijdag 28 maart 2025 (I – B = € 16)

Middagconcert – viool en piano - Amuz

De Belgische violiste Jiska Lambrecht en de Italiaanse pianist Marco Sana zullen tijdens dit concert ons muziek brengen van Maurice Ravel, Guillaume Lekeu en Lily Boulanger. De gespeelde stukken zullen wij ter plaatse ontdekken.

Praktisch:

- Organisatie: Sylviane Slegers, GSM 0469 43 54 21 of 03 322 51 12
- Afspraak: **11u40** - inkom Amuz
- Te bereiken: o.a. via Groenplaats
- Waar: Amuz, Kammenstraat 81, 2000 Antwerpen
- Start: 12u00 stipt, einde voorzien rond 13u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025

Zondag 30 maart 2025 (I – B = € 4)**Stapwandeling Linkeroever – wandelclub De Stroboeren**

Ontdek de mooie natuur op de Antwerpse Linkeroever, nieuwe wandelpaden, de jachthaven, de Scheldedijk, Sint-Annastrand, het Galgenweel en de Middenvijver.
De afstanden: 5 of 9 of 12 of 15 km, de pijltjes wijzen u de weg

Praktisch:

- Organisatie: Gerda De Ryck, GSM 0496 52 40 82
- Afspraak: **10u45** - de Zeevaartschool De Spits
- Te bereiken: tram 3, 5, 9, 15 halte Antwerpen LO Van Eeden en dan nog 600m wandelen
- Waar: Zeevaartschool De Spits, Thonetlaan 106, 2050 Antwerpen Linkeroever
- Start: 11u00
- Inschrijven en betalen vóór 20 februari 2025 met vermelding van de gewenste afstand, we kunnen dit ook nog de dag zelve aanpassen

Wij heten de nieuwe leden van januari 2025 hartelijk welkom in onze afdeling:

De Bisschop	Marc	Van Wauwe	Emmy
Eugene	Danou	De Greef	Ilse
Braem	Nadine	Romanus	Etienne
Erreygers	Nicole	Schoenmakers	Elsa
Beuckelaers	Joske	De Mey	Willy
Savelkoul	Leon		

Gelukwensen aan onze jarigen

Maart 2025

2	3	Vera	Van Winckel
3	3	Nina	Ysewyn
4	3	Jozef	Moeris
5	3	Mia	Nix
7	3	Liliane	Aerts
8	3	Chris	Mathys
8	3	Rita	Remy
10	3	Lydie	Cipedo
10	3	Anna	Ferret
12	3	Jetty	De Coster
12	3	Marijke	Gheysen
15	3	Fred	De Cock
16	3	Myriam	Franssens
16	3	Guido	Van Ende
17	3	Irene	Brunson
19	3	Diane	Bertels
20	3	Francina	Tielemans
21	3	Etienne	Romanus
21	3	Marianne	Schenkels
22	3	Liliane	Havermans
22	3	René	Van Hul
25	3	Maria	Terreur
25	3	Rita	Van Pottelberge
26	3	Gilberte	Praet
27	3	Xavier	Van Lierde
28	3	Lea	Gladinez
28	3	Marianne	Van Winkel
29	3	Paula	De Houwer
29	3	Lydia	Van Besten
29	3	Edith	Van Dooren
30	3	Jeannine	De Groot
30	3	Frieda	Streitz
31	3	Yvette	Smets



<http://blog.seniorennet.be/antwerpencentrumvlas>