



VRIENDENKRING VOOR HARTPATIËNTEN

Maatschappelijke Zetel:

Algemeen Stedelijk Ziekenhuis – Campus Aalst

Merestraat, 80 – 9300 Aalst

053/83.21.76

corda.asz.aalst@hotmail.com

www.asz.be/patiënt <http://blog.seniorennet.be/corda>

Feitelijke Vereniging, Type 3

Voorzitter – Penningmeester

Frans DE PRIL
Terwarentstraat 1
9451 HAALTERT – KERKSKEN
☎ 053/83.21.76

Nr 3 - 2016

Rekening CORDA
Fortis 293 - 0212256 – 75
BE05 2930 2122 5675

Ondervoorzitter
Remi VAN IMPE
Achtermaal 53
9320 NIEUWERKERKEN
☎ 053/78.86.94

Secretariaat
*Een samenwerking van de Redactie
met alle Bestuursleden
en met de Werkgroep.*

Bestuursleden
Herman BRUYLAND
☎ 052/21.11.49
Bernise VYVERMAN
☎ 0499/27.22.85
Luc D'HAEGER
☎ 053/80.32.59

Medewerkers ASZ

ASZ SOCIALE DIENST
Ann VAN DEN BREMPT
☎ 053/76.40.38

ASZ SECR. CARDIOCHIRURGIE
Marina VAN LUTSENBORG
☎ 053/76.67.80

Inhoud

CORDA gaat deze keer WIJS met de WIJSHEID van grote WIJSGEREN... WIJSHEDEN, die wij ook konden bedenken met eenvoudige gedachten.

Maar, het staat mooier met een GROTE NAAM er bij !

Het bestuur + inhoud.....	1
Niets is meer waar, dan de dag van vandaag....	2
Wij verkeren zo graag in de vrije natuur.....	6
Gratis samen turnen.....	11
Samen eten is olie voor de vriendschap.....	12
De Vlaamsche Tale is wonder zoet	13
Wie zijn lichaam bewaren wil.....	14
De mirakelpil.....	16
Risico bij pacemaker/defibrilator.....	17
Wij reizen om te leren.....	18
Gedicht: Opvoeden.....	22
Petanque.....	23
Overlijden.....	28

Cardiovasculaire heelkunde en cardiologie ASZ

Dr. H. VAN OVERBEKE / Dr. WELLENS P.
Dr. DE RIJBEL / Dr. ROSSEEL

Lidmaatschap CORDA

♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

€ 15,00 per persoon

Bankrekening : 1

BE 05 2930 2122 5675

Corda

"Niets is meer waard, dan de dag van vandaag!"

Goethe.

Wil je een treinkaartje kopen,
Nee, niet naar de balie lopen,
Daar is niemand meer te zien,
je kaartje komt uit een machine.
Je moet dan overal op drukken
in de hoop dat het zal lukken.
Pure zenuwsloperij,
achter jou zie je een rij
kwaad en tandenknarsend staan,
want de trein komt er al aan.



Bij de bank wordt er geen
geld
netjes voor je uitgeteld.
Want dat is tegen de
cultuur,
nee je geld komt uit de muur.
Als je maar de code kent,
anders krijg je nog geen cent.

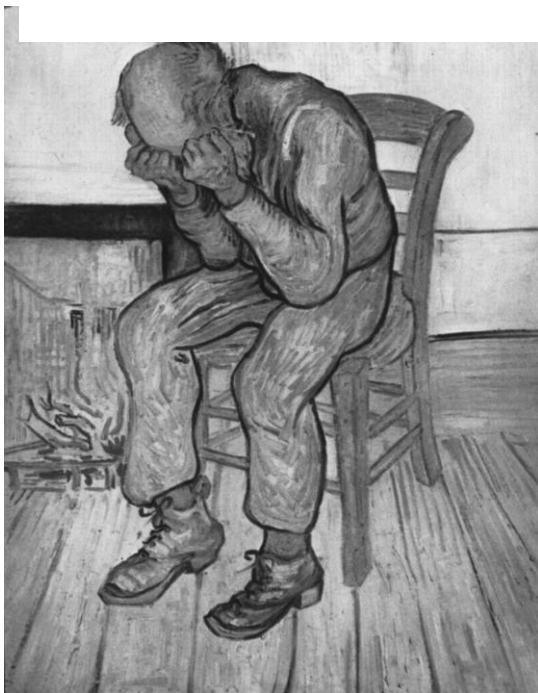
Om je nog meer te plezieren,
mag je internet bankieren

Allemaal voor jouw gemak,
alles onder eigen dak.

Niemand die er ooit om vroeg:
blijkbaar is het nooit genoeg.

Man, man, man wat een geploeter,
alles moet met een computer
Anders doe je echt niet mee.
Op www en punt be

vind je alle informatie,
wie behoedt je voor frustratie?



Als dat ding het dan niet doet,
dan word je toch niet goed.
Maar dan roept men dat je boft,
je hebt immers Microsoft.

Ach, je gaat er onderdoor,
je raakt gewoonweg buiten spoor.
Nee het is geen kleinigheid,
oud worden in deze tijd.

Opgemerkt door Luc en ingezonden aan de redactie van Tikkertje.

VAN HEE & partners

BVBA

V E R Z E K E R I N G E N M E T S E R V I C E

aalst@dvvlap.be 053 70 00 70

Leopoldlaan 102 9300 Aalst

Bij CORDA worden patiënten die in behandeling zijn voor cardiovasculaire problemen samen met hun familieleden verenigd in een Vriendenkring van mensen met nagenoeg dezelfde ervaringen. Zij betalen jaarlijks € 15 per persoon. Elk betalend lid is verzekerd en kan deelnemen aan alle activiteiten. Zij ontvangen tevens 4 x per jaar het tijdschrift "Ons Tikkertje".

Nieuwe hart -en vaatpatiënten, die het Blog-nieuws, Facebook en een exemplaar van "Ons Tikkertje" wensen te ontvangen , mogen hun (mail)adres melden aan de Voorzitter, aan de leden van het Bestuur of mailen naar de redactie:

corda.asz.aalst@hotmail.com ----- Facebook Corda ASZ

Andere contactgegevens pagina 1.

Lees regelmatig ons Blog en Facebook. Blijf zo op de hoogte.

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

Zo geraakt u spoediger ingelicht over onze komende activiteiten.

En zo krijgt u ook de (foto)verslagen vlug te zien!

U kunt dan deze berichten zeker doorvertellen aan de leden die niet beschikken over het internet...of nalaten om hun mails te raadplegen...(??)

Cafetaria ASZ

Bij ons kan u terecht voor een lekkere koffie, een fris drankje, broodjes en snacks.

Ook om mee te nemen.

ING 

Kantoor Mere

Meredorp 16
9420 Erpe-Mere

mere@ing.be

tel.053/85.83.60 – Fax 053/85.63.68

Uit sympathie !

BLOSO is nu **SPORT.**
VLAANDEREN

 Provincie
Oost-Vlaanderen
Voor ieder van ons

**"Wij verkeren zo graag in de vrije natuur,
omdat deze geen mening over ons heeft" ...**

Friedrich Nietzsche

**Woensdag, 20 april 2016 ...CORDA ASZ Aalst wandelt de
lente in...31 leden genieten van deze fantastische
wandeling in Wichelen.**

Foto's gemaakt door Anne Marie en Luc

Organisatie: Herman.



Foto: Anne Marie. Wichelen-Cordawandeling 20/04/2016
Wiske en Viviane.

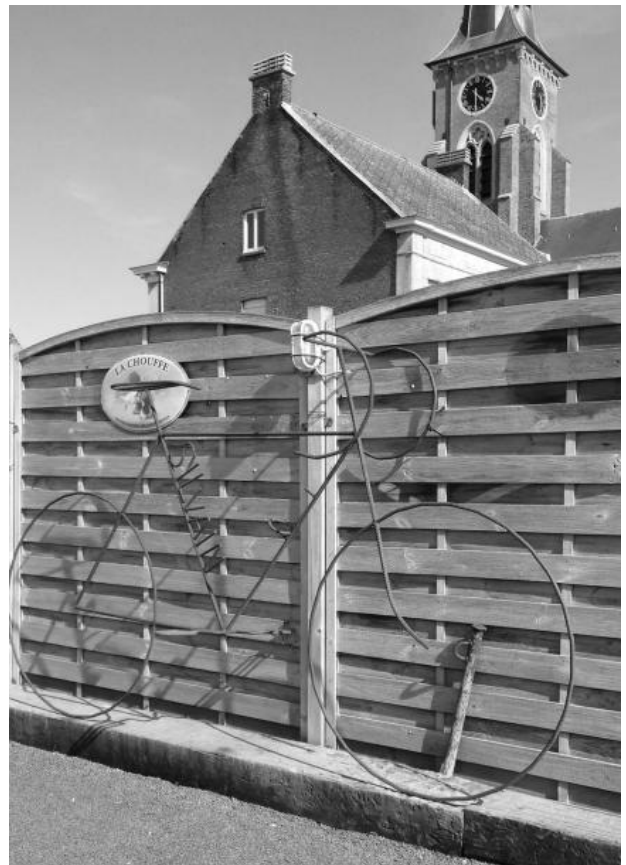
Het verzorgen van deze planeet, onze enige thuis, is niet alleen de verantwoordelijkheid van de regeringen en grote organisaties. Natuurlijk hebben ze een rol. Maar de hele mensheid, elk van ons als individu, heeft een verantwoordelijkheid. We moeten ernstig overwegen of we voor onbepaalde tijd de materialistische manier van leven van heden, zoals we al geruime tijd doen, willen bijhouden?

(Een vrije vertaling: Dalai Lama, FB - vriend van Anne Marie)

20 april 2016. De eerste sleutelbloemen
gespot!



Zou de lente toch haar
intrede gedaan hebben?



Ode aan Sylvain Grysolle ? °Wichelen, 12 december 1915 - Aalst, 19 januari 1985) was een Belgische beroepswielrenner van 1936 tot 1950.



Mooie natuur in Wichelen. Ons vrijwel onbekend, en zo dichtbij !



20 april 2016

**Lentewandeling
CORDAASZ
AALST**





Jan en Carine schreven op Facebook Corda ASZ :
“Dank zij Corda, weeral eens een mooie dag”
Een betere samenvatting kunnen we niet verzinnen om bij deze foto's bij te voegen.



**Dit bericht wordt geplaatst op aanvraag
van de Voorzitter:**

Wij turnen samen! Iedereen welkom.

Elke maandagavond in het ASZ Aalst – 1

Behalve op feestdagen.

van 18u30 tot +/-19u30. Verzamelen aan de balie van het ASZ Aalst.



We beginnen met gezamenlijke, aangepaste grondoefeningen
volgens eigen mogelijkheden;
nadien vrij gebruik van de fitness toestellen.

Om gratis deel te nemen?

Het volstaat lid te zijn (of te worden?) van CORDA
en voor een eerste afspraak
te telefoneren naar de voorzitter Frans De Pril 053/83 21 76
voor meer praktische uitleg.

Verzekering incl. enkel voor de leden.

De turnavond gaat wekelijks door maar is zonder enige verplichting op regelmaat.

Dit is een gratis occasionele 'aanbieding' van onze Vriendenkring.

Wij zijn geen erkende sportclub.

"Samen eten, is olie voor de vriendschap"

Felix Timmermans



Jaarlijkse gezellige bijeenkomst in Aaigem

Zondag, 28 augustus 2016 vanaf 11u30

Eindejaarsfeest 2016 van CORDA

in het ASZ Aalst

Vrijdag, 2 december 2016 – 18u



Jubileum 25 jaar Corda ASZ Aalst.



De Snip Moorsel
Zondag, 23 april 2017

De Vlaamsche Tale is wonder zoet, voor wie heur geen geweld en doet.

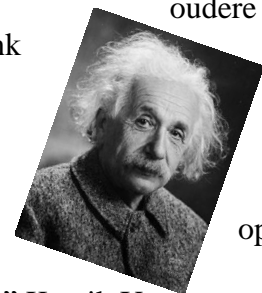
*maar rusten laat in 't herte, alwaar ze onmondig leefde en sliep te gaar,
tot dat ze, eens wakker, vrij en vrank, te monde uitgaat heur vrijen gang!
Wat verruwprachtig hoortooneel, wat zielverrukkend zingestreef,
o vlaamsche tale, uw' kunste ontplooit wanneer zij 't al vol leven strooit
en vol onzegbaar schoonzijn, dat, lijk wolken wierooks, welt
uit uw zoet wierookvat! Guido Gezelle*



Raar dat het lukt ... probeer maar en toch kan jij
dit lezen... Guido Gezelle moest het weten...

Eknel simlme mnesen knunen dit lzeen, zget men. J Julie knunen meioljik geolevn dat j Julie knunen berjigepn wat heir saatt? De utiozdelrijke karhct van het mneselijc berin, vlognes de odernzekores van de Uinvesritiet van Cmabirdge, is dat de vogolrde van de lteters in een word geen bealng hfeet. Het einge bealngrijke is dat de eretse en de lasatte lteters maar juist satan. Dit kmot odmat het mneselijc brien bij het lzeen neit lteter per letetr leset, maar een word als geehel. Verabzned neit? Zeekr wteent, en ik die atljid dahct dat sepling bealngrijc zou zijn! Zo zie je maar, muftengzigen is nenergs voor ndiog!

Een chauffeur van de busmaatschappij waar wij mee op reis gingen had wat moeite met volgend voorvalletje ; Hij vertelde aan Luc, die het ons instuurde, dit verhaal: Na een uur rijden, bereiken we de bestemming en ik laat iedereen uitstappen. Een dame komt bij mij en fluistert in mijn oor: "Mijnheer," zegt ze, "ik denk dat ik seksueel ben aangerand." "Ik denk er zo het mijne van maar belooft toch een onderzoek in te stellen. De 2e halte is 's middags aan een wegrestaurant. Iedereen moet weer uitstappen. Een andere oude dame komt bij mij en zegt weer stilletjes: "Mijnheer, ik denk dat ik seksueel ben aangerand." Nu was ik wel gealarmeerd. Ik stap terug bus en ga op inspectie. Dan ontdek ik een wijze bejaarde man die op handen en voeten tussen de zetels kruipt. "Hey," zeg ik met boze stem. "Kan ik U helpen?"



"Zeker," zegt dat ventje. "Ik ben mijn pruik kwijt. Tweemaal dacht ik dat ik ze gevonden had. Maar dit was niet juist. Twee keer was het er een met de haarspleet in het midden en van mij is ze op de linker kant."

Wie zijn lichaam bewaren wilt, bewaart geen rotte appels...

⇒ = Je moet steeds op je gezondheid letten...

We denken allemaal, dat het eten van fruit alleen inhoudt: het kopen van fruit, het in stukken snijden én het in onze mond stoppen. Het is niet zo simpel, als je denkt. Het is heel belangrijk om te weten hóe en wannéér je fruit moet eten.

Een wijsheid ingestuurd door Wiske !

Wat is de juiste manier van fruit eten? Dit is geen wet, maar kijk zelf hoe je lichaam reageert. Het proberen waard. Meestal eten we fruit nà de maaltijd. Probeer eens vruchten te eten op een lege maag. Als je zó je fruit eet, zal het een grote rol spelen bij het ontgiften van je systeem en levert het je een grote hoeveelheid energie op, gewichtsverlies en andere gezondheidsproblemen. Fruit is immers ons



belangrijkste voedsel. Voorbeeld: je eet twee sneetjes brood en dan nadien een paar stukjes fruit. Het gegeten fruit is klaar om via de maag naar de darmen te gaan, maar het wordt daartoe gehinderd door het gegeten brood, dat in de weg zit. Intussen begint de hele maaltijd te gisten, doordat alles aangepakt wordt door het maagzuur. Op het moment dat het



fruit in contact komt met het voedsel in de maag en de spijsverteringssappen, begint de hele voedselmasa te bederven. Het ligt je zwaar op de maag. Dus eet probeer je fruit eens op een lege maag te eten of vóór je maaltijden! Let hoe je lichaam nu reageert. Je hoort mensen vaak klagen: elke keer als ik watermeloen of paprika eet, risp ik op; als ik een bepaald fruit dessert eet, begint mijn maag op te zwellen;

als ik een banaan eet, heb ik een zwaar gevoel, enz... Dit wil eigenlijk zeggen dat bij jou het fruit zich vermengt met

het andere verterende voedsel en gassen produceert en dús gaat je maag opzwellen! Je krijgt een opgezwollen , maar onvoldaan gevoel. Je wordt neerslachtig. In feite zal dit alles niet gebeuren, als je het fruit op een lege maag eet. Het proberen waard.

Baat het niet, het schaadt niet. Ambetant ochtend humeur, nerveuze uitbarstingen en donkere kringen van 's morgens onder de ogen: veel kans dat dit alles niet zal gebeuren, als je fruit op een lege maag eet. Hoewel sommige soorten fruit zuur zijn, zoals bijvoorbeeld citroenen, is dit geen probleem,



omdat alle vruchten alkalisch worden in ons lichaam. Eens je het beheerst om op de juiste manier en het juiste tijdstip vruchten te eten, heb je het geheim van schoonheid, duurzaamheid, gezondheid, energie, geluk en een normaal gewicht ontdekt. Wanneer je vruchtensap drinkt, drink dan alleen koel en vers geperste fruitsappen. En overgiet het op een paar stukjes vers fruit om de vezels niet te verwaarlozen. Eet zeker geen gekookte vruchten, omdat je dan helemaal geen voedingsstoffen naar binnen krijgt; je proeft alleen maar de



smaak. Koken vernietigt alle vitaminen!!!

Vleesbrood met abrikozen of krieken kan lekker smaken door de suikers, maar is geen fruit meer! Ook dit: het eten van een hele vrucht is beter, dan het drinken van alleen het sap. Indien je toch het sap drinkt, drink het dan in kleine teugjes langzaam op, want het moet zich

met het speeksel mengen vóór het doorslikken. Volg gewoon **een “normale” gezonde en afwisselende voeding...**

Mirakelpil, ook geschikt voor hartpatiënten!

Gezien op televisie en gevonden in de wachtzaal van de dokter....

PROLONGITUDINE®



DEZE EFFICIËNTE MANIER VERMINDERT UW KANS OP KANKER
MET MEER DAN EEN DERDE.



1. Rook niet. Gebruik geen enkele vorm van tabak.



2. Maak uw woning rookvrij. Ondersteun het rookvrije beleid op uw werk.



3. Werk aan een gezond lichaamsgewicht.



4. Zorg voor lichaamsbeweging in uw alledaagse leven. Beperk de tijd die u zittend doorbrengt.



5. Eet gezond: geef de voorkeur aan volkorenproducten, peulvruchten, fruit en groenten. Beperk uw consumptie van voedingsmiddelen met veel calorieën, rood vlees en sterk gezouten etenswaren. Vermijd gesuikerde frisdranken en bewerkt vlees.



6. Indien u alcohol drinkt, beperk de hoeveelheid. Geen alcohol drinken is beter om uw risico op kanker te verlagen.



7. Vermijd te veel blootstelling aan de zon, vooral voor kinderen. Bescherm u tegen de zon. Ga niet naar de zonnebank.



8. Bescherm u tegen kankerverwekkende stoffen op het werk door de gezondheids- en veiligheidsvoorschriften te volgen.



9. Ga na of u in uw woning bent blootgesteld aan straling door natuurlijk hoge radonconcentraties. Onderneem actie om hoge radonconcentraties te verlagen.



10. Voor vrouwen: borstvoeding geven verlaagt uw risico op kanker. Beperk het gebruik van hormoonvervangende therapie tijdens de menopauze. Deze therapie verhoogt uw risico op bepaalde soorten kanker.



11. Zorg ervoor dat uw kinderen deelnemen aan vaccinatieprogramma's voor hepatitis B voor pasgeborenen en het humaan papillomavirus voor jonge meisjes.



12. Neem deel aan georganiseerde screeningprogramma's voor darmkanker (m/v), borstkanker (v), baarmoederhalskanker (v).

MEER INFO OP WWW.PROLONGITUDINE.BE OF 0800 15 802.

DE MIRAKELPIL BESTAAT NATUURLIJK NIET. MAAR
DOOR DEZE 12 TIPS ZO GOED MOGELIJK TE VOLGEN,
VERMINDERT U WEL UW KANS OP KANKER MET
MEER DAN EEN DERDE.



Stichting
tegen Kanker



Het Europees Wetboek tegen Kanker stelt simpele en wetenschappelijk bewezen maatregelen voor om kanker te voorkomen. Deze aanbevelingen komen voort uit een project gecoördineerd door het internationaal Centrum voor Kankeronderzoek van de Wereldgezondheidsorganisatie en gefinancierd door de Europese Unie. De campagne is opgericht door Stichting tegen Kanker dankzij de steun van zijn donateurs om ieders aandacht te vestigen op wat hij kan doen om zijn risico op kanker te verkleinen. Neem een kijkje op www.kanker.be om meer te weten over de missies van Stichting tegen Kanker.



Een jaar geleden is bij mij een hartdefibrillator - pacemaker ingeplant. Onlangs waarschuwde een vriend mij voor het gebruik van een smartphone in mijn geval. Zijn daar inderdaad risico's aan verbonden?

Net als hartstimulatoren (ook bekend als pacemakers) implanteerbare

Een smartphone?
Een inductiekookplaat?
Een magneetverklapper in een winkel?

automatische elektrische signalen die het hart uitzendt en reageren ze daarop bij ernstige ritmestoornissen (langdurige onderbrekingen, boezemfibrilleren). Maar ze kunnen ook verkeerdelijk reageren op parasiet signalen (storingen of interferenties) door bijvoorbeeld een onnodige elektrische schok af te leveren die dan als onaangenaam wordt ervaren en/of als gevolg van ontregeling de hartstimulatie stop te zetten, met bewustzijnsverlies. Die parasiet signalen zijn elektromagnetische storingen die worden geproduceerd door een aantal elektrische toestellen, bijvoorbeeld de apparatuur die wordt gebruikt voor NMR-onderzoeken (nucleaire magnetische resonantie) maar ook ovens en inductiekookplaten (wanneer men zich heel dicht erbij bevindt), hoogspanningslijnen en toestellen die radiofrequenties uitzenden. Daarom wordt sterk aanbevolen een gsm of smartphone bij het oor te houden dat het verst van de stimulator of defibrillator zit en een mobiele telefoon niet op te bergen in een hemd- of jaszak ter hoogte van de stimulator. Ook al blijkt na een recent onderzoek, in 2015 voorgesteld op het congres van EHRA EUROPACE-CARDIOSTIM, dat stimulatoren/defibrillatoren van de jongste generatie minder gevoelig zouden zijn voor die storingen en het storingsrisico nog maar 0,3% zou bedragen. Maar rekening houdend met de potentiële omvang van dat risico blijft het evenwel aangewezen altijd een minimale afstand van 20 cm te bewaren tussen uw smartphone en uw stimulator of defibrillator.

Prof.Em.P.Block

**"Wij reizen om te leeren
door heel ons Vlaamsche Land
en hebben als we keeren
ook meer verstand!"**

26 mei 2016: Eendagsreis naar en in het Pajottenland en
de omstreken van Geraardsbergen.
Idee en organisatie: Jaak en Herman
Met dank aan onze fotografen van dienst: AnneMarie,
Luc, Wiske



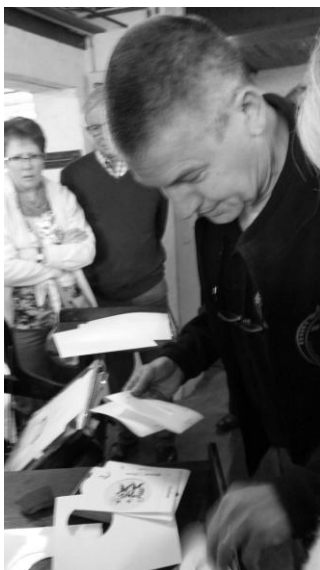
AUTOCAR - VERHUUR WAGENS - EXCURSIE VERHUUR WAGENS - WINDENWIELVERHUUR - UITVAARTEN
DE RAS GROEP
Lede - 053/800808 - www.deras.be

Peter Benoit



Een en al aandacht! Ze zijn niet kwaad, hoor! "Véél aandacht, want 't was echt goed en met veel geestdrift door gemotiveerde mensen gebracht."

Doei, AnneMarie.









Donderdag, 26 mei 2016, hebben we een mooie dag gehad zowel qua reis-items als wat het weer betrof.



In de voormiddag was het nostalgie ten top. Eén ding was spijtig : velen konden niet meer plaatsnemen in de oude schoolbanken.

Waren de banken kleiner geworden of waren de dames of de heren groter geworden , zowel in lengte als in volume ???

In de namiddag was er wat onze groep betrof een gebrek aan tijd zowel voor de uitleg van de weerman

als voor de paardenkenner.

Een andere opmerking was dat er te lang moest worden rechtgestaan, zowel in het museum van het Belgische trekpaard als in de bakkerij.

Ondanks die kleine minpunten meen ik dat iedereen er volop van genoten heeft : de ene al meer dan de andere.

" Ook **dichtbij** is er veel moois te zien, het moet niet altijd ver weg te zijn" was een algemene opmerking.

(Zelfde opmerking als bij de wandeling in Wichelen)

Zeer mooie brochure met als blikvanger de twee mooie foto's op de eerste pagina, die de reis samenvatten (verleden en natuur).

Zijn die mattentaarten van Corda nu Geraardsbergse of niet ? Voer voor discussie bij een volgende bijeenkomst?

Herman en het bestuur verdienen een welgemeende proficiat.

Jaak en Mady.

Wistjedatje!!!

Ik heb deze morgen het eerste deel van het boek van Marijn Devalck "Mijn gedacht" gelezen over zijn verblijf (tot zijn zesde jaar) in Vollezele. (Mady is het boek gisteren gaan halen in de bib.)

Zijn grootvader langs moeders kant was een paardenfokker uit Vollezelle. Zijn grootmoeder was Marie-Thérèse Devalck. Marijn's vader was een bastaardskind .

“De Ronde van Vlaanderen” is inderdaad vrij waarheidsgetrouw geschreven door Dorine Aneca, mijn schoondochter, en geïnspireerd door de kleinkinderen Arnaud en Dimitri.
Hilde en Laurent. 2016

De enige manier van opvoeden bestaat er in een duidelijk voorbeeld te zijn.

Albert Einstein

De Ronde van Vlaanderen

Of de week van oma en opa

Of beter de wekelijkse road-trip van oma en opa

Elke week doorkruisen ze Vlaanderen

De dagen zijn heel gevarieerd, van west naar oost en van oost naar west

Ze leren intussen ook “Vlaamsche” landstalen

Op maandag richting Ranst, bij een klein cafeeke

Op dinsdag richting Aalter, mo vint toch

En woensdag naar Destelberrgen, worr

Op donderdag opa Aalter, oma Ranst...of een andere variant

Vrijdag is kapper-dag, zaterdag is opera-dag...

Als oma komt kookt ze heel lekker: Rijstpap, njam, njam..

De lekkerste soep...En die worteltjes, subliem

Opa doet klusjes die mijn vader niet kan, hij zorgt dat oma niets vergeet en rijdt vrolijk de wagen rond in het Vlaamse land.

Oma en opa voeren ook pittige discussies op hun road-trip

“Laurent, ventje, we zijn naar huis” “Waarom, is’t hier nie goe misschien?” “Laurentje, allez toe...” “Nee, nee, ’t is voor na sint jutte mis”



Petanque maakt onze vriendschapsbanden (h)echter.

La douce France... van weleer...

Petanque is een typisch balspel dat in zijn vroegste vorm reeds bij de oude Grieken gespeeld werd. Daar werd het echter nog beoefend als een krachtspel. De Romeinen hebben er later



meer een behendigheids spel van gemaakt ongeveer in de vorm zoals we het nu nog kennen. Ook in de middeleeuwen bleven petanque en andere bolspelen erg populair, maar daarna verslapte de interesse ervoor met uitzondering van bepaalde streken zoals de Franse Provence.

Na de Tweede Wereldoorlog is het petanque begonnen aan een indrukwekkende opmars die eerst geheel Frankrijk overspoelde maar al spoedig ook andere

Europese landen en zelfs daarbuiten. Een van de oorzaken van deze vernieuwde populariteit van het petanquespel moet ongetwijfeld gezocht worden in de promotie die het gehad heeft via het toerisme. De vele toeristen die met het petanque kennismaken in Frankrijk, de bakermat van dit spel, worden er blijkbaar zo door gegrepen dat ze het in hun eigen streken gaan importeren. Petanque wordt gespeeld in teams van 3 (Triplette), teams van 2 (Doublet) en individueel (Tête à Tête). Momenteel wordt petanque gespeeld in Zuid- en West-Europa, Noord-Afrika, de VS, Canada en zelfs tot in Thailand en Japan toe...en in Vlaanderen, met name Aalst, door de enthousiaste leden van *CORDA ASZ Aalst*.



Bewijs dat Petanque spelen de geesten verruimt. Telkens opnieuw schrijven meer om meer leden in, die zich een ganse namiddag amuseren. Ze komen toch niet enkel voor de lekkere mattentaarten van Frans en Mariette?



Petanque is de jongste tak aan de enorme boom van Jeu de Boules. Waarschijnlijk ontstaan in 1907 of 1910 in La Ciotat door Jules Le Noir (er zijn verschillende versies over de geboorte van de Petanque, maar de versie van Jules le Noir lijkt de

meest voor de hand liggende). De voorvader van petanque was de Jeu Provençal. Ernest Pitiot organiseerde enkele weken na de geboorte van dit nieuw spel het eerste toernooi en richtte in 1945 de **Fédération Française de Petanque et Jeu Provençal** (FFPJP) op.

Vanaf dan maakten Petanque en Jeu Provençal (samen met de spelen Boule de Berges en Boule de bois) deel uit van de FFB, Fédération Française de Boules. The FFB werd toen gedomineerd door La Lyonnaise met bijna 130.000 spelers in 1945. In die tijd waren er veel onenigheden tussen beide secties.

Op het eind van 1945 telde de FFPJP ongeveer 10.000 leden. Dezer dagen telt de FFPJP meer dan 450.000 leden en wereldwijd zijn er meer dan 600.000 gelicenseerde petanque spelers. Petanque is veruit de meest beoefende bolsport op de aarde, ontgensprekelijk door de eenvoudige regels.



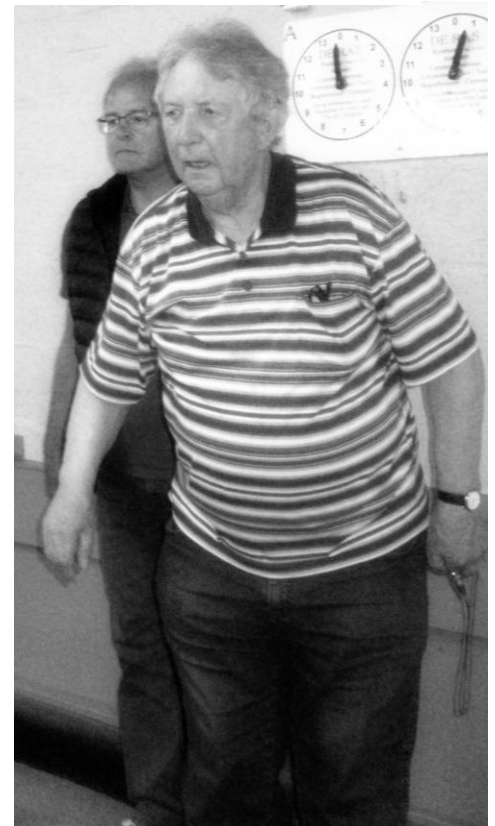
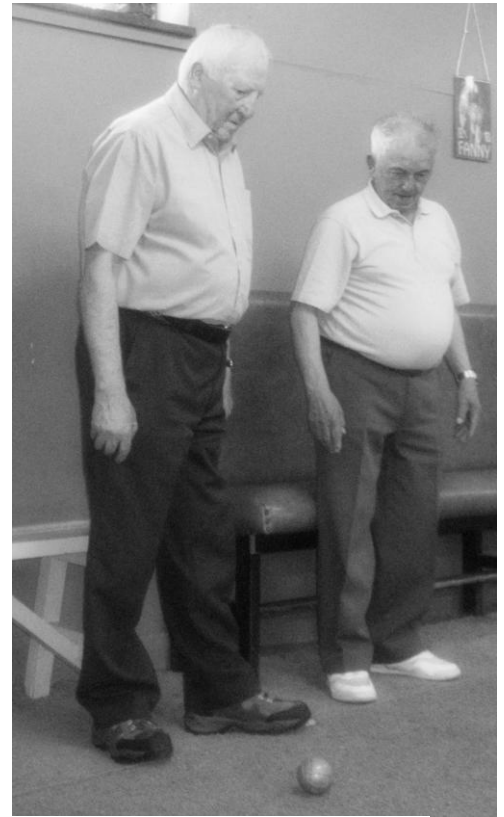
De naam Petanque is een afleiding van het woord ped tanco en het betekent 'voeten bijeen op de grond'.

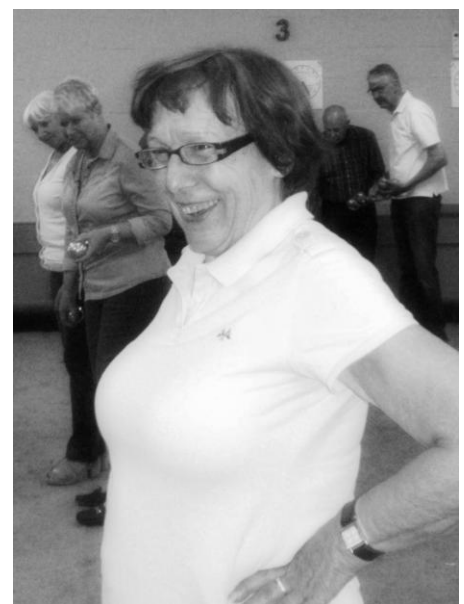
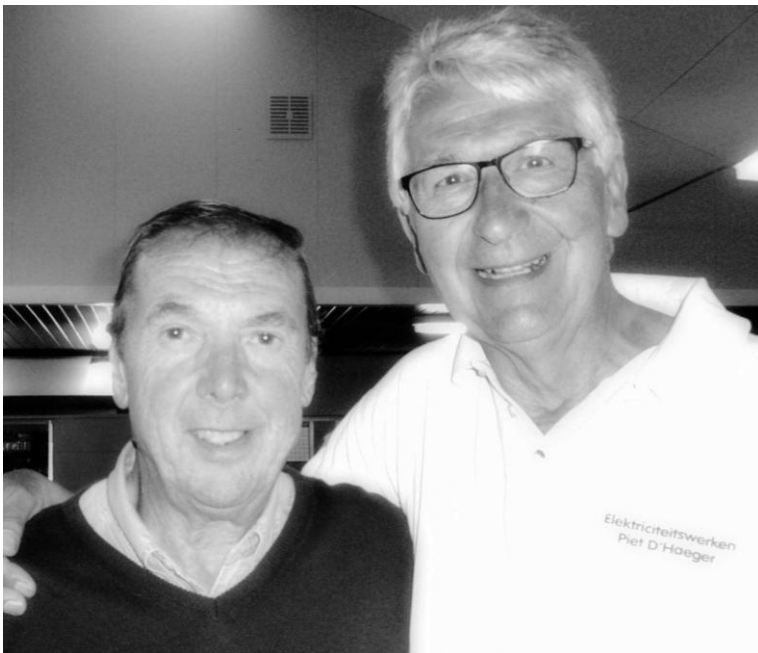
In tegenstelling met het spel Jeu Provençal moet de speler, bij het werpen, beide voeten bij elkaar en op de grond houden. De ballen kunnen vanuit een staande, gebogen of gehurkte houding geworpen worden. Tussen haakjes, petanque is het enige bolspel waar men gehurkt kan spelen! De speelafstand tussen de cirkel en het doel ligt tussen 6 en 10m. De diameter van de metalen bollen moet tussen 7,05 en 8cm zijn; het gewicht tussen 650 en 800 grammen. Het houten doel ('but' in het Frans) heeft een diameter tussen 25 en 35 mm. Bij Petanque en Jeu





Provençal worden er competities individueel, in doubletten of tripletten gespeeld. Afhankelijk van de samenstelling wordt er gespeeld met twee of drie ballen per speler. Het is typisch voor alle Franse bolsporten dat de speler slechts zijn bal werpt wanneer de bal van de tegenstrever dichterbij het doel ligt. Alle ballen van eenzelfde team die dichterbij het doel liggen dan de ballen van de tegenstrever tellen elk voor één punt. Elk spel wordt naar 13 punten gespeeld









Emilius Cannoot is niet meer onder ons.

Hij overleed eerder dit jaar. Emiel was steeds een opmerkelijk figuur tijdens onze uitstappen. Het Bestuur van Corda en alle leden betuigen hierbij hun medeleven aan de familie.

