

Er zijn gewone mensen die je horen praten,  
maar niet begrijpen....  
En er zijn bijzondere mensen die je begrijpen,  
zonder dat je een woord hoeft te zeggen....

## LAST MINUTE!!!

### THEATERAVOND "PAS DE DEUX" OP WOENSDAG 11/10 OM 19.30 UUR

Er zijn nog enkele tickets voor onze theateravond.

"Pas de deux": Vier duo's, vier cruciale levensmomenten!

Stof genoeg voor een schitterende voorstelling door twee ras-acteurs.

Na de voorstelling zetten we de avond gezellig verder in de foyer met een lekker dessertenpallet.

Drankjes worden aangeboden aan een democratisch prijsje.

**Prijs (voorstelling + dessertenpallet): € 19**

**Waar en wanneer: woensdag 11 oktober in het OC - Binnenpad 2 - Kasterlee  
(aanvang 19.30 deur open om 18.45 uur)**

**Tickets bestellen bij Hilda Lenaerts: liefst via sms of mail met vermelding van 'naam' + "Pas de deux", 0478 54 92 19 of [eddy.hilda.vanaelten@telenet.be](mailto:eddy.hilda.vanaelten@telenet.be)**

De reservering is pas definitief na betaling op rekeningnummer van Femma Kasterlee BE29 0882 9466 3864, ook weer met vermelding van 'naam' + 'Pas de deux'+ Femma-lid of geen Femma-lid

Genummerde tickets zullen klaar liggen bij de inkom. (Gelieve je meisjesnaam door te geven bij je inschrijving zodat we jouw ticket snel terugvinden). Indien je graag met enkelen samen wil zitten, graag tickets samen bestellen en betalen onder één naam zodat we de tickets kunnen bundelen in 1 omslag.



## De start van de sportlessen, bloemschiklessen of naaillessen gemist?

Geen probleem je kan er nog steeds bij!

Je vindt alle info op [www.femmakasterlee.be](http://www.femmakasterlee.be) of je kan voor de sporten contact opnemen met **Renild Van Laer, 014 85 16 19, [renildvanlaer@hotmail.com](mailto:renildvanlaer@hotmail.com)**.

Meer info i.v.m. de naaillessen **Wieza Vanlommel, Heesakkers 27, 014 85 17 33**.

Voor alle info en ideetjes ter inspiratie van de bloemschiklessen van 18 oktober met als thema 'bekleed' kan je contact opnemen met **Kris Van Ballaer, [boonen-vanballaer@telenet.be](mailto:boonen-vanballaer@telenet.be), 014 85 17 78**

## WANDELDONDERDAGEN

Kom de 1<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> donderdag gezellig meewandelen met onze Femma wandelgroep!  
Vertrek om 13 uur.

- In oktober (5 en 19/10) starten de wandelingen aan de PIT
  - In november (9 en 23/11) starten we aan knooppunt 30 Stenenstraat 35
  - In december (7/12 en 21/12) vetrekken we aan poort oost Hoge Rielen
- De deelname is volledig gratis en je hoeft je vooraf niet in te schrijven.

**Meer info: Ghislaine Vleugels, 0494 82 43 88, [ghislainevleugels@hotmail.com](mailto:ghislainevleugels@hotmail.com)**

## CREATIEVE WORKSHOPS

Er staan dit najaar weer heel wat creatieve workshops op ons programma.

- **Klaprozen maken:** vrij 20/10 om 13 uur of woe 25/10 om 19 uur  
In oktober maken we klaprozen uit klei die we in een tweede les (af te spreken met de lesgeefster) schilderen. Ze worden op een ijzeren pin geplaatst en zullen nog jaren een mooie blikvanger zijn in je tuin.  
*Prijs voor 3 klaprozen: € 50 (alle materiaal - thee en koffie inbegrepen) - extra klaproos: € 15*
- **Kerstdecoratie:** woe 22/11 om 19 uur en vrij 24/11 om 13 uur  
In december kan je kiezen uit allerlei leuke kerstdecoraties.

**Info en inschrijven: Renild Van Laer, 014 85 16 19, [renildvanlaer@hotmail.com](mailto:renildvanlaer@hotmail.com)**

## ONTMOETINGSFEEST 55+. I.S.M. AVANSA KEMPEN OP MAANDAG 23/10

We starten ons ontmoetingsfeest weer met een bijzonder boeiende lezing. Ouder worden houdt voor iedereen kansen en beperkingen in. Tal van senioren genieten van het leven. Maar verouderen zonder verlies bestaat niet. Bevredigend ouder worden is dan ook enkel mogelijk als men verlies kan verwerken. In sommige situaties is dit erg moeilijk, bijvoorbeeld in geval van een depressie, een bemoeilijkte rouw of dementie bij de partner. Dan heeft men troost nodig. Luc Van de Ven, bekend van het Canvas-programma 'Therapie', is ouderpsycholoog en begeleidt ouderen met psychische problemen en hun families. Hij belicht in deze lezing het wel en wee van de ouderdom en brengt dit onderwerp met de nodige humor. Na de lezing kan je genieten van frikadellen met krieken en rijstpap.

**Waar en wanneer: OC Kasterlee op 23/10 om 13.30 uur**

**Prijs lezing: € 5**

**Prijs lezing + etentje: € 11 voor Femma-leden en huisgenoten - € 16 voor niet-leden**  
**Inschrijven kan via je kernlid of via Ghislaine Vleugels, 0494 82 43 88,**



*ghislainevleugels@hotmail.com*

*De reservatie is pas definitief na betaling op rekeningnummer van Femma Kasterlee BE29 0882 9466 3864 (of betaling bij je kernlid)*

*Vermeld bij je betaling 'OF 23 oktober' en 'je meisjesnaam'.*

### **EHBO BIJ JONGE KINDEREN I.S.M. CM OP MAANDAG 30/10**

Een ongeluk zit in een klein hoekje, zeker als het om kinderen gaat. Een pleister kleven kan iedereen, maar wat doe je als je (klein) kind zijn arm breekt of zijn vingers verbrandt? Tijdens deze infosessie leer je op de juiste manier omgaan met kleine pijntjes en grotere incidenten. Op twee uur tijd leer je de basisvaardigheden van EHBO, waaronder: wondzorg, brandwonden, verstuikingen, breuken, kneuzingen en medicatie. Kortom je leert hoe je moet reageren in noodsituaties en hoe je huis, tuin en keukenongevallen moet behandelen. Een must voor elke ouder. Koen Maes van de organisatie healtium care is een zeer ervaren docent en zal trachten een antwoord te bieden op al je vragen i.v.m. EHBO bij jonge kinderen.

*Waar en wanneer: OC Kasterlee om 19.30 uur - Prijs: € 5*

*Info en inschrijven: Kris Van Ballaer, boonen-vanballaer@telenet.be, 014 85 17 78*

### **BEZOEK AAN OPZ GEEL OP DINSDAG 7/11**

Eén persoon op 4 krijgt te maken met psychische problemen.

We willen ons steentje bijdragen om dit taboe te helpen doorbreken en geestelijk gezondheid meer bespreekbaar te maken. We gingen dan ook zeer graag in op de uitnodiging van het OPZ om een bezoek te brengen aan het OPZ om zo onze blik op mensen met een psychische kwetsbaarheid te verruimen.

In de voormiddag worden we ondergedompeld in het verhaal van de Geelse gezinsverpleging en wordt de werking van het OPZ kort voorgesteld.

Na een pauze met een broodje in de cafetaria horen we het beklijvende herstelverhaal van twee ervaringsdeskundigen.

*Vertrek: 9.30 uur achter gemeentehuis in Kasterlee*

*Prijs: 5 € - enkel Femma-leden en huisgenoten kunnen zich inschrijven*

*Info en inschrijven: Renild Van Laer, 014 85 16 19, renildvanlaer@hotmail.com, max aantal deelnemers 20*

### **KOOKLES: 'LEKKER KOKEN OP DRUKKE WERKDAGEN' OP DONDERDAG 9/11**

Wat eten we vandaag? Het vraagt soms het nodige kunst- en vliegwerk om na een drukke werkdag weer een lekker avondmaal op tafel te toveren. Hilde heeft alvast weer heel wat leuke receptjes bedacht om in een mum van tijd een heerlijk origineel vers en gezond gerechtje klaar te maken.

*Waar en wanneer: keuken OC om 19.30 uur*

*Prijs: € 7 voor Femma-leden en huisgenoten - € 12 voor niet-leden (ingrediënten niet inbegrepen)*

*Meer info en inschrijven: Ria Campforts, 014 85 24 34*

*Graag inschrijven vóór 1/11- max aantal deelnemers 20*

## **DAUWTRIP**

Geniet van de prachtige herfstkleuren bij opgaande zon tijdens onze dauwtrip die we afsluiten met een knapperig vers ontbijtbuffet.

**Waar en wanneer: 14/11 om 8 uur aan de kantine van de Kattenberg (adres Hulst in Kasterlee)**

**Prijs: € 9 voor Femma-leden en huisgenoten - € 14 voor niet-leden**

**Inschrijven en info: Renild Van Laer, 014 85 16 19, renildvanlaer@hotmail.com**

## **VEILIG BANKIEREN MET DE BANKAPP MAANDAG 20/11**

De digitale trein staat niet stil.

Wat zijn de vele voordelen en mogelijkheden van internetbankieren en betalen via bank apps? Wat met de valkuilen? 'Hoe kan ik mobiel betalen, ontvangen...., en zoveel meer. En vooral hoe houd ik het veilig? Ook betalen via payconic is aan een opmars bezig. Nicole en Njusja van Belfius maken ons wegwijs in die materie. Aangesloten bij een andere bank? Geen probleem, de basissystemen zijn allemaal dezelfde.

Wij zouden het op prijs stellen als je bankapp al op je smartphone geïnstalleerd is (vraag het eventueel even aan... of bij je bank) om op die manier geen tijd te verliezen. Ook graag je kaartlezer (zonder kabel) en je pincode meebrengen, voor het geval er zich toch problemen zouden voordoen.

**Waar en wanneer: maandag 20/11 om 13u30 in het OC van Kasterlee - Prijs: € 5**

**Info en inschrijven: Kris Van Ballaer, boonen-vanballaer@telenet.be, 014 85 17 78**

## **ETENTJE IN DE HOTELSCHOOL VAN SINT JOZEF GEEL op dinsdag 21/11**

De laatstejaarsstudenten van de hotelschool van Sint Jozef Geel zetten weer hun beste beentje voor om ons culinair te verwennen met een heerlijk 4-gangen menu.

**Afspraak 21/11 om 12 uur in restaurant Framboos van het SJG (Technische Schoolstraat 52 Geel) - Prijs (excl drank): € 35**

**Het aantal plaatsen is beperkt. Snel inschrijven is dus de boodschap.**

**Enkel Femma-leden en huisgenoten kunnen zich inschrijven voor het etentje.**

**Inschrijven: Lydie Versmissen, Geelsebaan 93, 014 85 24 04,**

**georges.jansen@telenet.be**

Nadat Lydie bevestigd heeft dat er nog vrije plaatsen zijn mag je € 35/per persoon overschrijven naar de rekening van Femma Kasterlee BE29 0882 9466 3864 met vermelding van je naam + etentje

## **REIS NAAR KERSTMARKT VAN KEULEN OP DINSDAG 12/12**

Laat je onderdompelen in de gezellige kerstsfeer in de winkelstraten of op de kerstmarkten in Keulen. Keuze te over in de vele boetieks, sfeervolle kraampjes of grootwarenhuizen. Ook voor een lekker hapje of drankje hoeft je er nooit ver te zoeken.

**Wanneer: dinsdag 12/12 - vertrek om 7u30 achter het gemeentehuis in Kasterlee**

**Prijs busreis: Femma-leden en huisgenoten € 24 - niet-leden € 30**

**Meer info en inschrijven: Wieza Vanlommel, Heesakkers 27, 014 85 17 33**

## **NOTEER ALVAST IN JE AGENDA:**

- 6/12 ontmoetingsfeest i.s.m. AVANSA Kempen met als gastsprekerster Celien Rombouts met de lezing "F\*ck it, maandag start ik echt".