

Ik wens je

oooh's en aaah's  
gaan zonder maar  
kriebels in je buik  
de wind door je haar  
pyjamadagen  
plannen om te smeden  
twinkelende ogen  
uit eten zonder reden  
koffie in de lentezon  
vuurtjes die branden  
verse lakens

dagen met gouden randen  
even van de wijs  
wat flierefluiten  
veel lief en zacht  
de bloemetjes buiten  
iets nieuws om te leren  
een schaterlach  
de sterren en de maandag ie-  
mand die vraagt hoe was je dag

Ik wens je  
dagen vol geluk  
een ongelofelijk mooi 2025

## Wandeldonderdagdagen

Trek er gezellig op uit met een toffe groep en ontdek de mooiste wandelpaadjes in gans Kasterlee. De wandelingen gaan door op de eerste en derde donderdag van de maand. Elke maand kiezen we een andere startplaats. We vertrekken om **13 uur** voor een wandeling van +/- 5 km. Afsluiten doen we met een gezellig terrasje (vrijblijvend).

- Startplaats 2 en 16 januari: Keeses Molen Kasterlee
- Startplaats 6 en 20 februari: Kantine Kattenberg Kasterlee
- Startplaats 6 en 20 maart: Jachthoorn Lichtaart

*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)*

## Nieuw: spelletjesnamiddag

Op vraag van enkele enthousiaste wandelaars starten we met maandelijkse spelletjesnamiddagen elke **tweede donderdag van de maand**. De spelletjesnamiddag gaat door in "Keesesmolen" (Doornboom 1). We starten om **13u30**. Er zijn leuke gezelschapspellen aanwezig maar je mag uiteraard ook jouw favoriete gezelschapsspel meebrengen.

*De deelname is gratis en iedereen is hartelijk welkom zonder vooraf in te schrijven.*

## **Naailessen voorjaar 2025**

Onze naailessen zijn al jaren een schot in de roos. Bij ons hoef je niet te werken aan saaie opgelegde opdrachten. Je kiest zelf wat je wil maken en dankzij de tips van Marleen en twee zeer ervaren naaisters uit onze bestuursploeg krijg je al doende alle technieken onder de knie. Hulp nodig om de juiste maten op te nemen, een patroon over te nemen, een nieuwe naaitechniek te leren? Geen nood. Ze staan je bij met raad en d(r)aad. Zowel startende naaisters als naaisters die hun techniek willen verfijnen of ervaren naaisters die het fijner vinden om in een toffe groep te naaien zijn welkom!

**Waar en wanneer: OC Kasterlee, op 15/1 - 22/1 – 29/1 – 12/2 – 26/2 – 5/3 – 12/3 en 2/4 telkens vanaf 19u30.**

**Prijs: € 72 voor de ganse lessenreeks (voor Femma-leden)**

**Je kan lid worden voor € 30 / jaar. Wens je deel te nemen aan een losse naailes dan betaal je als Femma lid € 12 - niet-lid € 18.**

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

## **Etentje in de technische school van Geel**

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

**Afspraak vrijdag 17 januari of dinsdag 11 februari om 12 uur in zaal Framboos van het SJG (Technische Schoolstraat 52 Geel).**

**Prijs (excl. drank): € 37**

**Er zijn nog enkele vrije plaatsen voor het etentje op 11 februari. Enkel Femma-leden en huisgenoten kunnen zich inschrijven voor het etentje.**

**Inschrijven: Lydie Versmissen, Geelsebaan 93, 014 85 24 04, georges.jansen@tele-net.be**

**Nadat Lydie bevestigd heeft dat er nog vrije plaatsen zijn mag je € 37 per persoon overschrijven naar rekeningnummer van Femma Kasterlee BE29 0882 9466 3864 met vermelding van 'je naam' + 'etentje 11/2'.**

## **Koken met Peter “La vie en rosé”**

Valentijn en zoveel meer om te vieren!!! Velen gaan steeds op zoek naar originele gerechtjes om er een “culinair” feest van te maken ( en dan liefst zonder uren in de keuken te staan). Peter zoekt voor ons steeds lekkere recepten met een feestelijke toets uit. Klinkt toch heerlijk!

**Waar en wanneer: donderdag 13/2, keuken OC om 19u30**

**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 3/2 - Max aantal deelnemers 20**

## **Creanamiddagen**

Niets zo gezellig als een namiddag samen knutselen aan een leuk werkstukje dat je zelf mag uitkiezen en ongetwijfeld weer een leuke blikvanger wordt in je huis of tuin.

**De creanamiddagen gaan door op 29 januari en 21 februari en starten om 13 uur.**

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

## Sportkalender voorjaar 2025

Nooit eerder namen er zoveel dames deel aan onze sportlessen. Het bewijs dat het super fijn sporten is bij Femma Kasterlee en dat er in ons aanbod voor elk wat wils zit. Je vindt uitgebreide info i.v.m. al onze sporten in de nieuwsbrief van december, op [www.femmakasterlee.be](http://www.femmakasterlee.be) **of je kan steeds contact opnemen met Renild Van Laer, 014 85 16 19, [renildvanlaer@hotmail.com](mailto:renildvanlaer@hotmail.com)**

**Alle lessenreeksen starten de week van 6 januari.**

### Nieuw:

- Extra lessenreeks aquafitness op **maandag en donderdagavond van 20u30 tot 21u30**. Onze lessen aquafitness bieden een verfrissende draai aan traditionele oefenroutines. Door oefeningen uit te voeren in het water profiteren deelnemers van verminderde impact op gewrichten, verhoogde weerstand en meer spieropbouw. Trek dat badpak aan en spring in het water!
- Extra lessenreeks Yoga op **dinsdag vanaf 13u30** in de sporthal op het Duineneind. De meesten onder ons kennen alleen het fysieke aspect ervan met name de verschillende houdingen. Yoga is echter veel meer, het is eigenlijk een levenshouding. Naast het flexibeler maken van je lichaam, helpt het ook om meer rust in jezelf te vinden. Alles wat je tijdens een yogales leert, is ook van grote waarde in het dagelijks leven. De lessenreeks is geschikt voor beginners die in een fijne groep kennis willen maken met yoga.
- 2e lessenreeks verdedigingstechnieken (ideale lessenreeks om samen met je dochter in te schrijven). We kregen zeer positieve reacties tijdens de lessenreeks verdedigingstechnieken dit najaar. Tijdens de 5 lessen leerden we allerhande technieken om veel weerbaarder te zijn in onveilige situaties. Technieken die een wereld van verschil kunnen maken als je in de problemen komt. Daarom komt er in het voorjaar een nieuwe lessenreeks om de technieken onder de knie te krijgen. Ook de deelneemsters van de eerste lessenreeks zullen er nog heel wat tips krijgen om hun technieken verder te verfijnen. Zowel starters als deelneemsters van de eerste lessenreeks zijn hartelijk welkom op de tweede lessenreeks.

**Waar en wanneer: 27/1 – 10/2 – 24/2 – 10/3 – 24/3 in de sporthal van het SMIK.**  
**Interesse voor deze nieuwe lessenreeksen? Neem dan zo snel mogelijk contact op met Renild Van Laer, 014 85 16 19, [of renildvanlaer@hotmail.com](mailto:renildvanlaer@hotmail.com)**

## Ontmoetingsfeest 55+ i.s.m. AVANSA Kempen



In augustus 2024 was het precies veertig jaar geleden dat Ann Christy overleed. Een hele tijd geleden dat ze onze harten beroerde, maar toch is ze altijd in ons collectief geheugen blijven hangen. Ann was amper 38 jaar jong toen ze ons verliet, maar als mens en zangeres leeft ze nog altijd verder in onze hoofden en harten. Ook hits als 'De Roos', 'Dag vreemde man', 'Gelukkig zijn' en 'Ik leef voor jou' blijken onsterfelijk en zijn al ontelbare keren gecoverd.

Op ons ontmoetingsfeest wordt verteld over het leven en carrière van Ann Christy en worden de mooiste liedjes van haar gebracht door Martine Dams. Ze zal je ongetwijfeld kippenvelmomenten bezorgen. We hebben het in deze muzikale lezing over het onstuimige leven van Ann, over haar groot talent, over haar 'ongelukkig zijn' en we stellen ons de vraag hoe het komt dat deze zangeres zo'n icoon is gebleven.

Na de lezing trakteren we jullie op een lentefrisse koude schotel en een heerlijk zoet afsluiterkje.

Het belooft dus weer een boeiend, beklijvend, gezellig ontmoetingsfeest te worden.

**Waar en wanneer: maandag 17 februari om 13u30 in het OC van Kasterlee**

**Prijs lezing + etentje: € 11 voor Femma-leden en huisgenoten - € 16 voor niet-leden**

**Prijs alleen lezing: € 5**

**Inschrijven (uiterste inschrijfdatum 10/2) 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.**

## **Dauwtrip**

Op 18 maart staat onze volgende dauwtrip gepland. Hopelijk zijn de weergoden ons ditmaal wel gunstig gezind en kunnen we genieten van de opgaande zon. Waar we zeker en vast van kunnen genieten is het kraak verse ontbijt dat weer tot in de puntjes verzorgd zal worden door Renild.

**Vertrek 7 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**

## **Voordelig naar theater met je Femma lidkaart**

Op zaterdag 22 maart kan je naar de theatervoorstelling “een zwaar klotefeestje” in regie van Jan Van Looveren met o.a. Els Beatse, Tina Marevoet, Ann Kennes....

**De voorstelling gaat door in het OC van Kasterlee en start om 20:00 uur.**

**Meer info: <https://foedetejatre.be/een-zwaar-klote-feestje/>**

Als Femma-lid kan je tot 18 januari voor jezelf en je huisgenoten tickets bestellen voor de voorstelling van 22 maart aan € 17 i.p.v. € 20.

Wens je tickets te bestellen? Dit kan door € 17 per ticket over te schrijven naar het rekeningnummer van Femma Kasterlee BE29 0882 9466 3864 met vermelding van je meisjesnaam + “theater 22 maart”. Wens je samen te zitten met enkele personen? Schrijf het bedrag dan bij voorkeur in 1 keer over en stuur een mail naar boonen-vanballaer@telenet.be Vermeld hierin duidelijk met wie je samen wenst te zitten.

L&J Theater brengt na 10 jaar de succeskomedie ‘ALLO ‘ALLO terug op de planken

**Meer info via: <https://www.lenjtheater.be/productie/allo-allo/>**

**Tickets voor Femma-leden zijn voordelig te verkrijgen aan € 15 (i.p.v. € 19,50)!**

Leden kunnen zélf hun tickets boeken door de kortingscode: femma2025 te gebruiken in het bestelmenu op de website: [www.lenjtheater.be](http://www.lenjtheater.be)

**In het veld “Kortingscode” dient de code (femma2025) ingevuld te worden. Het systeem zal dan de korting verrekenen nadat je op de knop “TOEPASSEN” klikt.**

## **Noteer alvast in je agenda:**

- 26/3 ontmoetingsfeest
- 20/5 daguitstap naar Maastricht