FEMMA KASTERLEE

# ‘T KRONIEKSKE
# APRIL 2026

www.femmakasterlee.be

**wanneer horen**
**luisteren wordt**
**wordt weten**
**voelen**

## Wandeldonderdagen

Geen betere manier om van de ontluikende natuur te genieten dan met een leuke wandeling. 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 - 16 april: taverne Netherust - Houtum
- 7 en 21 mei: Knooppunt 30, Stenenstraat 35,Lichtaart

***De deelname is volledig gratis en je hoeft je vooraf niet in te schrijven.***
***Meer info: Ghislaine Vleugels, ghislainevleugels@hotmail.com, 0494 82 43 88***

## Spelletjesnamiddagen:
## Femma Kasterlee i.s.m. de dienst welzijn van de gemeente en de BIB

Voor ieder die houdt van gezelschapsspellen is er elke **tweede** donderdag van de maand een super gezellige bijeenkomst. De spelletjesnamiddag gaat door in de BIB van Kasterlee (Pastorijstraat - tijdens de wegenwerken bereikbaar via de Kapelstraat). Er zijn leuke gezelschapsspellen aanwezig maar je mag uiteraard ook jouw favoriete gezelschapsspel meebrengen.
***We starten om 13:30 uur. De deelname is gratis en iedereen is hartelijk welkom zonder vooraf in te schrijven.***

## Start lessenreeks spinning

We breiden ons sportaanbod nog verder uit.
***Op dinsdag 21 april om 9.00 uur starten we met de lessen 'spinning'.***
Dit in de 'Technofit' op de Geelsebaan in Kasterlee.
***De lessen zullen telkens doorgaan op dinsdag van 9.00 tot 10.00 uur.***
***Na de les kan je een 'tien-beurtenkaart' aanschaffen indien je wenst in te schrijven voor de lessenreeks. Normaal is dit voor de prijs van € 95***
***Femma gaat als introductie aan zijn leden een korting geven van € 20 zodat je de 10-beurtenkaart kan aankopen voor slechts € 75***
***Graag vooraf inschrijven bij Renild Van Laer renildvanlaer@hotmail.com of 014 85 16 19.***
Wens je niet in te schrijven na de kennismakingsles dan betaal je € 9,5 voor deze les.

## Creatieve workshops

Goed nieuws voor alle creatievelingen. We kunnen onze creatieve workshops opnieuw opstarten. Onze lesgeefster heeft weer 101 leuke ideeën voor toffe projectjes om je huis of tuin mee te decoreren.
***Wanneer: 10, 17 en 24 april telkens om 13 uur.***
***Inschrijven en info: Renild Van Laer, 014 85 16 19, renildvanlaer@hotmail.com***

## Kookles met Peter

Onze kookles met Peter is verplaatst naar een latere datum. 13 April geeft Peter ons weer heel wat inspirerende ideetjes voor een heerlijk "lentefestijn".
***Prijs kookles: € 7 voor Femmaleden en huisgenoten - € 12 voor niet-leden (ingrediënten niet inbegrepen)***

***Waar en wanneer: 13 april om 19u30 in de keuken van het OC***
***Meer info en inschrijven: Ria Campforts, 014 85 24 34***

## Ontmoetingsfeest 22 april

We starten onze avond met een lekkere koude schotel en een ijsje.
Daarna geven we graag het woord aan Dr. Ariëns.
Tijdens een inspirerende lezing vertelt Bruno Ariëns, (huisarts, slaapdeskundige en auteur van boeken over slaapproblemen), over de groeiende impact van slaapproblemen in onze moderne samenleving. Hoe kan je slapeloosheid op een gezonde manier aanpakken? Hij heeft voor jong en oud een heleboel tips om "uitgeslapen wakker te worden".
Hasse en Dolores, twee getalenteerde zangeressen uit Kasterlee, zullen er met hun mooie luisterliedjes voor zorgen dat we ons helemaal kunnen ontstressen. Alvast een ideale start om daarna te genieten van een zalige nachtrust.
***Waar en wanneer: woensdag 22 april om 19 uur in het OC van Kasterlee***
***Prijs etentje + lezing + muziekoptreden: € 15 Femma-leden en huisgenoten***
***€ 25 niet-leden***
***Prijs nagerechtje + lezing + muziekoptreden: € 7 voor Femma-leden en huisgenoten***
***€ 13 voor niet-leden***
***Start lezing: 19u45.***
***Inschrijven kan tot 17 april bij je kernlid of bij Ghislaine Vleugels, 0494 82 43 88, ghislainevleugels@hotmail.com. Betalen kan je bij je kernlid of op rekeningnummer van Femma Kasterlee BE29 0882 9466 3864***
***Vermeld bij je betaling "ontmoetingsfeest"en "je meisjesnaam".***

## Computerles: kennismaking met itsme, Izimi en mijn gezondheid

Izimi, itsme en MijnGezondheid zijn handige Belgische apps .
Met Izimi bewaar en deel je veilig belangrijke documenten zoals attesten en contracten. Itsme laat je veilig inloggen en documenten digitaal ondertekenen zonder kaartlezer. MijnGezondheid geeft je online toegang tot medische gegevens, voorschriften en vaccinaties.
Luc laat je graag kennis maken met de mogelijkheden van deze apps.
Breng je tablet of smartphone mee en ontdek ze allemaal! (je kan ook werken op een laptop voor izimi en MijnGezondheid)
***Waar en wanneer: maandag 27 april om 19u30 in het OC***
***Prijs: € 5- enkel Femmaleden en huisgenoten kunnen inschrijven voor deze activiteit***
***Inschrijven en info: Kris Van Ballaer, boonen-vanballaer@telenet.be of 014 85 17 78***

## Wandeling in Westerlo

Op de grens van Herselt en Westerlo loopt de Grote Nete langs het prinselijk domein van de familie de Merode. De glinstering van de kasteelvijver speelt er met de stroming van de rivier, en het Kasteel de Merode staat er fier te pronken. Het is een ideale startplaats voor een prachtige wandeling doorheen de schitterende natuur langs de Grote Nete in Westerlo.

We kozen een wandeling van +/- 7 km. Een verkorting is mogelijk indien je dit wenst.

***Waar en wanneer: 8/5 vertrek om 13 uur achter het gemeentehuis***
***Prijs: Femma-leden en huisgenoten € 6 (vergoeding chauffeur en drankje na de wandeling inbegrepen)***
***Meer info en inschrijven:***
***Ghislaine Vleugels, ghislainevleugels@hotmail.com, 0494 82 43 88***

## Daguitstap naar Diest en Nike

We starten onze dag in het begijnhof van Diest.
Tijdens de rondleiding maak je een verkennende tocht door het Diestse begijnhof met weetjes over de geschiedenis van het hof en een lezing waarin het frivole en feestelijke begijnenleven centraal staat. 'Frivole begijnen' bekijkt het begijnenwezen door een nieuwe, lichtjes ondeugende en behoorlijk relativerende bril.
Daarna kan je op eigen houtje de mooie stad Diest ontdekken. We voorzien voor iedereen een folder waarin je alle interessante plekjes in Diest terug kan vinden. Wedden dat je tijd tekort zal komen om al dit moois te ontdekken?
Om 16 uur worden we bij Nike verwacht voor een boeiende rondleiding op hun immense bedrijventerrein. De Campus coördineert alle logistieke activiteiten tussen 200 fabrieken en 200.000 leveradressen. Alle Nike-schoenen of -kleding die in Europa, het Midden-Oosten of Afrika verkocht worden, passeren door de logistieke campus van Laakdal. Ontdek alle uitdagingen die dit meebrengen tijdens de 2 uur durende rondleiding.
***Waar en wanneer: 15/6 vertrek om 8u30 achter gemeentehuis van Kasterlee (thuiskomst is omstreeks 19 uur voorzien)***
***Prijs: € 22 voor Femma-leden en huisgenoten - € 30 voor niet-leden***
***Inschrijven en betalen kan bij Wieza Vanlommel, Heesakkers 27, 014 85 17 33***

## Noteer alvast in je agenda:

- 10/6 avondwandeling met natuurgids in de Liereman
- 26/6 Luxe picknick in het Prinsenpark
- 30/9 ontmoetingsfeest met Dr. Thierry De Baets "Hoe voorkomen we problemen met onze gewrichten?"
- 26/10 ontmoetingsfeest 55+ met Manu Adriaens "Het beste middel tegen hoofdpijn is tandpijn".
- 2/12 theateravond: Nele Bauwens en de 7 schlagers