



Nieuwsbrief 14

Januari - juli 2018

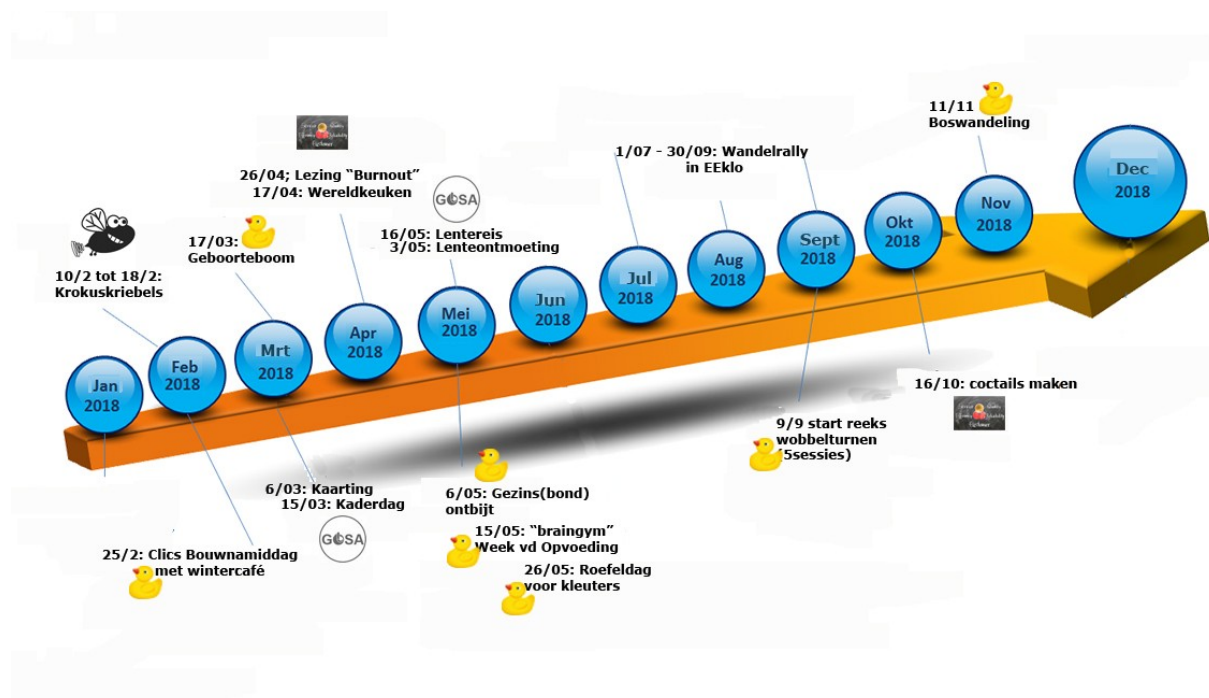
Heb je goesting om, samen met ons, leuke, toffe, grappige activiteiten te organiseren die vooral op gezinnen met kinderen gericht zijn? Om onze werking te laten groeien en bloeien? Of een handje toe te steken op één of meerdere van onze activiteiten? En dit op een gezellige en ontspannen manier... Wel, dan zoeken wij jou!

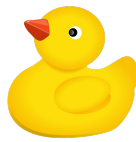
Wil je graag meer informatie, laat gerust iets weten!
Trefwoorden die voor ons enorm belangrijk zijn
VRIJ-WILLIG & ONT-MOETEN.



En beste mama's en/of papa's,
Wij begrijpen heel goed dat jullie allemaal een gezin hebben, net als wij...

Ook voor dit voorjaar hebben weer een tal van interessante, leuke, ontspannende activiteiten voor jullie uitgewerkt. We hopen jullie dan ook massaal te ontmoeten op een van deze evenementen.





KROKUSKRIEBELS

10 t/m 18 FEBRUARI

Met het hele gezin erop uit tijdens de krokusvakantie?

Voor de 9^{de} editie van Krokuskriebels, een initiatief van de Gezinsbond, rollen 101 musea de rode loper uit voor jouw gezin!



Wat mag je verwachten?

Ruim **180 activiteiten** en een aanbod op maat van [baby's en peuters](#), [kleuters](#), [6- tot 9-jarigen](#) en [tieners tot 12](#). En dat zowel in [West-Vlaanderen](#), [Oost-Vlaanderen](#), [Antwerpen](#), [Limburg](#), [Vlaams-Brabant](#) en [Brussel](#).

Overall in Vlaanderen zit je dus goed voor een leuke gezinsportie cultuur.

Ben je bovendien **lid van de Gezinsbond**? Dan geniet je van een **fikse korting** op je deelnameprijs.

Heel wat musea organiseren ook workshops voor een beperkt aantal deelnemers.

Wees er dus snel bij!

Meer info vind je terug op [www. Krokuskriebels.be](http://www.Krokuskriebels.be)



Bouwnamiddag 25 februari 2018 met Wintercafé

Kom gerust eens langs tussen 13u30 tot 17u00



Er wachten 7.000 blokjes in verschillende kleuren op de kinderen die hiermee zelf aan de slag gaan. Ze kunnen hun fantasie de vrije loop laten om iets mooi te maken met CLICS. Géén fantasie ? Géén probleem, want wij zorgen voor ook bouwplannen.

Ook (groot)ouders zijn weer welkom, wanneer de kinderen zich amuseren, kunnen zij gezellig in ons wintercafé vertoeven, waar eten en drank voorzien is.

Inkom : 2 euro voor bouwende leden - 4 euro voor bouwende niet-leden

Plaats : OC De Statie, Spoorwegwegel 1, Stekene

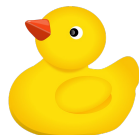
Inschrijven mag maar het is niet noodzakelijk.

Het is geen activiteit van-tot... Iedereen mag komen en gaan wanneer ze zelf willen...

Willen de kinderen een halfuur spelen terwijl mama en papa iets drinken...fijn...

Willen ze langer spelen ... tof... Sommige kids kunnen zich met de clics een hele dag bezighouden anderen maar kort... en daar willen we en hopelijk jullie - ouders - rekening mee houden





17 maart 2018

Een geboorteboom symboliseert de wens dat elk kind moet kunnen opgroeien in een gezonde wereld.

Dit jaar planten we onze boom – i.s.m.de gemeente en Gezinsbond Kemzeke op 17 maart 2018 op de geboorteboomweide in het Park van Stekene. Na de planting wordt een dessertenbuffet aangeboden door de Gezinsbonden.

De ouders die een geboorte hadden in de loop van het jaar 2017 krijgen van het gemeentebestuur een uitnodiging. Ouders, broers en zussen, grootouders, meters en peters, iedereen is van harte welkom om 14h (inschrijven is wel noodzakelijk zodat we iedereen kunnen voorzien van lekkere desserten)

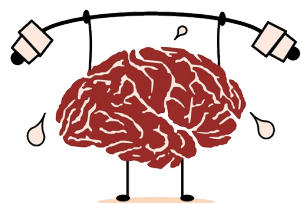


Info bij Els D'Eer, 03/789.18.83 of jongegezinnen.stekene@gmail.com
Inschrijven bij het team Gezin, Welzijn en Gezondheid T 03 790 03 61 E gezin@stekene.be.



Dinsdag 15 mei 2018

Hoe kan Brain Gym ons helpen om makkelijker te ontspannen en te leren.



Erika Van Hooste - In Beweging Stekene - leert ons bepaalde bewegingen en oefeningen aan die we aan onze kinderen kunnen doorgeven.

Na een klein beetje theorie gaan we zelf voelen en ervaren wat stress doet met ons brein en ons lichaam en hoe Brain Gym helpt deze stress te verminderen. De Brain Gym-oefeningen brengen ons in beweging zodat we vlotter leren, ons makkelijker kunnen organiseren, aandachtiger zijn en opnieuw ontspannen kunnen focussen ...

kortom: iedereen voelt zich beter in zijn vel en leren wordt opnieuw leuk.

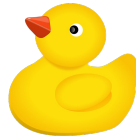
Waar ? OC De Statie, Spoorwegwegel 1, Stekene om 19u30

Inkom? Leden 3 Euro Niet leden 6 Euro

Graag inschrijven bij Els : T 03 789 18 83 of E jongegezinnen.stekene@gmail.com

Betaling op BE59 4188 0443 8126 met vermelding braingym - aant personen

Attest deelname op aanvraag.



Zaterdag 26 mei 2018

Roefeldag voor kleuters "De Magie van Muziek" ism Harmonie "De Ware Vrienden"



Een harmonie... veel muziekinstrumenten... en... mogen we er op spelen.... JAAAA dat mag
We maken samen instrumentjes... we bekijken de notenbalken, we repeteren zoals een echte harmonie
en nadien spelen we een echt concert met ontvangst en receptie ...
Doe jij ook mee ?

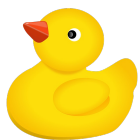
Voor wie: kleuters (vergezeld van 1 ouder) **max 15 kindjes !**
Organisatie: Gezinsbond Stekene ism Harmonie "De Ware Vrienden "

Datum: **Zaterdag 26 mei 2018** van 14u00 tot 16u30

Trefpunt: Polenlaan 35 , Stekene (parkeren in de Polenlaan met parkeerkaart, of gratis op parking Tack en de markt)

Inschrijven verplicht: Leden vanaf 26 april – prijs 10 € (per kind)
Niet Leden vanaf 10 mei – prijs 10 € (per kind)

via E jongegezinnen.stekene@gmail.com
of T 03 789 18 83. Graag bedrag overschrijven op rekening BE59 4188 0443 8126
met vermelding "Roefeldag – aant pers"



We bekijken of we in dit voorjaar of najaar nog kunnen programmeren...

- een workshop 'voetreflexologie voor babys'
- een workshop 'ballon plooiën' leuk voor verjaardagsfeestjes en ook voor onze babysitters interessant

Voor het najaar staat er zeker op het programma

- een reeks van 5 lessen 'wobbeltturnen voor 2 tot 4 jarigen'
- een boswandeling zonder halloweengedoe
- Een workshop 'cocktails maken'



Grootoudersvakantie in de Bosberg van 11 tot 26 juni 2018. Meer info bij
Ludwine, Teerling 14 Stekene T 03 779 91 02

Zondag 6 mei 2018:

Ons Gezins(bond) Ontbijt...

Een ontbijt om niet te missen!!



Een ontbijt sterkt je voor de rest van de dag. Een gezellig ontbijt met heel gezin, met vrienden vinden wij - als Gezinsbond - een belangrijk dagelijks gebeuren, het wapent je tegen de komende stress van de dag.

Gezinsbond Stekene nodigt je uit om samen met ons te genieten van een gezellig uitgebreid ontbijtbuffet (verschillende broodsoorten, beleg, eitjes, koffie, thee, yoghurt, fruit...).

Voor alle kinderen is er ook animatie voorzien door onze babysitters (kleurplaten, clics, glittertattoos...) zodat de kinderen zich kunnen amuseren terwijl de ouders genieten van een leuk gesprek, een heerlijke tas koffie zonder stress....



Waar: Grote zaal Toermalijn, Kerkstraat 12, 9190 Stekene

Wanneer: 6 mei 2018 met ontbijtbuffet tussen 8u00 en 10u00

Prijs: Volwassenen : Leden 6 €/pp – Niet Leden 10 €/pp
Kinderen van 3 t.e.m. 11 jaar : 3€/pp
Kinderen <3 jaar : gratis

Inschrijven voor 29 april 2017 bij een bestuurslid uit je buurt of via jongegezinnen.stekene@gmail.com.

Het bedrag kan overgeschreven worden op rekening BE59 4188 0443 8126 met vermelding "Ontbijt - naam - # volwassenen - # kinderen en het uur van ontbijt 8u00 – 9u00 of 10u00."



17 april 2018

De Weelde van een Wereldkeuken : INDIA

De Indiase keuken is een explosie van geuren, kleuren en smaken. Kruiden, specerijen en groenten voeren de boventoon in de gerechten. Maak kennis met deze smaakvolle gerechten uit India en proef de kruidige soepen, spiesen en curry's,

Meesterkok en antropologe Rie Vermeren heeft de halve wereld rondgereisd. Ze werkt regelmatig in landen in ontwikkeling met plattelandsvrouwen. Van haar vele reizen bracht ze heerlijke recepten en typisch kookgerei mee.

Een kookles van Rie Vermeren betekent automatisch een inleefreis ...

Waar: Leskeuken Broedersschool , Nieuwstraat – Stekene om 19:30

Prijs: 20€ voor leden, 30€ voor niet-leden

Inschrijven tot 10 april bij Anny

T 03 779 63 79 of E jongegezinnen.stekene@gmail.com

Betaling op BE59 4188 0443 8126 met vermelding "Wereldkeuken - aant pers"

Donderdag 26 april Lezing "Burn-out" door Luc Swinnen

Een burn-out komt niet plots. Het is een proces van jaren. Een éénduidige oorzaak is er vaak niet. Het komt voort uit een samenloop van omstandigheden waarbij zowel de werkomgeving, de maatschappij en het temperament en karakter van het individu een rol spelen.

Stress- en burn-out-specialist dr. Luc Swinnen is een gewaardeerd internationaal expert. Hij legde mee de basis voor de eerste wetgeving rond stress. Hij reikt praktische tips en technieken aan om de symptomen van stress en burn-out tijdig te herkennen. Vanuit een positieve invalshoek leert hij ons wat we kunnen doen op donderdag 26 april 2017 om 20:00 uur

Waar? Conferentiezaal BIB Sint-Niklaas, Heymanplein 3

Inkom? 7 Euro inclusief drankje

Leden ontvangen 2 Euro korting op hun gezinsspaarkaart

Graag inschrijven bij Georgette T 0485/79 67 69 of E georgette.dhondt@ugent.be

Betaling op rekening van Gewest Sint-Niklaas

BE41 0017 8941 8210 met vermelding Burnout - aant personen





6 maart 2018

**Intergewestelijke prijskaarting
(bieden en whisten)**

in Parochiehuis Hof van Belsele

Inschrijven: van 13.00 uur tot 13.30 uur.

Loten voor maat.Kampen te 14.00 uur

Einde voorzien rond 17.30 uur

Inleg 1,50 € en ... iedereen prijs

Prijzen: 100 euro + inleggelden.

Voor 2 kampioenen een kunstsotel geschonken door stadsbestuur van Sint-Niklaas.

Info:

Ludwine Rutsaert Teerling 14 Stekene T 03 779 91 02

15 maart 2018

Gewestelijke kaderdag in De Oude Zwaan te Belsele

Programma:

14u00 Onthaal met koffie

14u30 Welkom door de voorzitter.

15u00 "Tricot Lily" gebracht door Marcella Piessens,

Marcella brengt ons het averechts verhaal van "Den Brei" Het gaat over het levenswerk van duizenden mannen en vrouwen, hun stielkennis en hun fierheid. Zij brengt het verhaal in geuren en kleuren met pittige anekdotes ,familieverhalen, liefdesperikelen en volkse liedjes. Zij vertelt met veel overgave en de nodige humor.

Gevolgd door gezellig babbel en broodmaaltijd

Deelnameprijs 10 euro

Inschrijven (en betalen) voor 5 maart 2018

Ludwine Rutsaert, Teerling 14, Stekene T 03 779.91.02





Donderdag 3 mei 2018

Provinciale lenteontmoeting CC De Stroming, Weststraat 31 in Evergem



Programma:

13u55 Welkom door de voorzitter.

14u00 Voordracht "Leven is het meervoud van lef" gebracht door Manu Adriaens.

Manu vertelt wat zijn ontmoetingen met bekende figuren hem hebben geleerd over het streven naar geluk. Hij geeft luchtige tips van zowel beroemde mannen als vrouwen uit binnen- en buitenland. Een sprankelende anekdotische causerie...



15u00 Optreden van Jacobond met het thema "Jacobond zingt Marva"

Gevolgd door gezellig babbel en broodmaaltijd (2 belegde broodjes)

Deelnameprijs 21 euro

Inschrijven (en betalen) voor 5 maart 2018

Ludwine Rutsaert, Teerling 14, Stekene T 03 779.91.02

Woensdag 16 mei 2018

GOSA lentereis met bezoek aan Lessen en Doornik.



Programma:

In de voormiddag (na een koffie en 2 boterkoeken) krijgen we een rondleiding door het Hospital Notre Dame à la Rose)

Na een heerlijk middagmaal worden we verwacht in Doornik waar een film en een geleid bezoek kathedraal en schatkamer ons te wachten staat.

Na dit bezoek is iedereen vrij om een terrasje te doen, iets klein te eten of een wandeling in het gezellige stadscentrum te doen voor we rond 19:00 naar huis terugkeren

Prijs leden: 57 € Niet-leden 62 €

Info en Inschrijven (en betalen)

Ludwine Rutsaert, Teerling 14, Stekene T 03 779.91.02

