



Ons Vincentje

Huiskrant november - december 2025



BEN woonzorgnetwerk Ardooie
Kortrijksestraat 58
8850 Ardooie



Als...

Als ik de dingen niet meer weet
Als ik de namen niet meer ken

En wat ik weet meteen vergeet
Zodat ik onherkenbaar ben

Denk dan aan de weg door mij gegaan
Zo heb ik het niet voor niets gedaan

Ciska Lentze

Voorwoordje

Beste lezer,

Bij de start in het najaar van de werkzaamheden van het Vlaamse Parlement, presenteerde de Vlaamse regering zijn begroting voor 2026 in hun Septemberverslaging.

Het was een donderslag bij heldere hemel voor de ouderenzorg: een jaarlijkse besparing voor de woonzorgcentra van 30 miljoen euro vanaf 2026! De onvrede over deze besparingsmaatregelen van de minister in de ouderenzorg -en dit op de kap van onze kwetsbare ouderen- zwelt dag na dag aan, wetende dat er een grote vergrijzingsgolf op ons afkomt en we net meer steun en middelen nodig hebben om de toekomst van de ouderenzorg te verzekeren. En trouwens: zorg is meer dan kille cijfers, regeltjes en beleid. Het gaat om mensen, om samen wonen, leven en werken met respect voor ieders stem, eigenwaarde en kracht. Blindelings besparen op ouderenzorg zonder vertrouwen en ruimte voor menselijkheid is onhoudbaar.

Ook voor BEN is deze blindelings besparing ook een kaakslag en daarom ben ik als tubbe-ambassadeur, samen met 9 andere tubbehuizen in onze pen gekropen en schreven we een vurig opiniestuk dat op 26 september in de krant de Standaard werd gepubliceerd.

Ik wil jullie daarom graag kennis laten maken met ons opiniestuk. Lees het en geef gerust jouw reactie aan mij of onze medewerkers.

We blijven zeker niet bij de pakken zitten, integendeel: het opiniestuk resulteerde alvast in een uitnodiging voor een gesprek op 5 november op het kabinet van Minister Genez. Ik hou jullie zeker op de hoogte!

Van harte,

Renaat Lemey
Algemeen directeur

Opiniestuk

Minder middelen voor ouderenzorg? Dan ook minder regels?

De besparingen die de Vlaamse regering deze week aankondigde, treffen ook de ouderenzorg. Dat dit pijnlijk is en dat we dit sterk betreuren, is een open deur intrappen. Maar als we dan toch deuren aan het intrappen zijn, waarom dan niet ineens alle deuren en ramen van de ouderenzorg eens openzetten? Want als het met minder middelen moet, kunnen we het dan eindelijk ook doen met minder regels? De ouderenzorg gaat namelijk gebukt onder de regulitis van de overheid. Onder het motto 'never waste a good crisis', is het wat ons betreft nu het ideale moment om hier komaf mee te maken.

Waarom moeten bewoners verplicht voor 9 uur ontbijten?

Journalist Peter Vanthygem van De Standaard bracht dit weekend een warm verhaal over de ervaring van zijn moeder met dementie in woonzorgcentrum De Zilverberg. Hij schetste een inspirerend beeld van betrokkenheid, inspraak en levenskwaliteit. Jammer genoeg zijn zulke verhalen nog te vaak de uitzondering.

Op de werkvloer voelen wij vooral frustratie en machteloosheid. Het huidige beleid, met zijn rigide personeelskaders en overregulering, bindt onze handen. We willen bewoners écht centraal stellen, maar botsen telkens opnieuw op regels, normeringen en een inspectie die vooral controleert in plaats van ondersteunt en die in verslagen enkel het negatieve benadrukt en geen oog heeft voor wat goed loopt. Daardoor worden in de praktijk bewoners nog te vaak behandeld als passieve ontvangers van zorg, gevangen in een systeem dat hen hun autonomie ontnemt.

Bewoners zelf keuzes laten maken over hun leven: wanneer ze opstaan, wat ze eten, hoe ze hun dag invullen,... Dat is de filosofie van de Tubbe-huizen, woonzorgcentra die inzetten op relatiegerichte zorg, ondersteund door de Koning Boudewijnstichting. Er zijn er ondertussen bijna honderd in Vlaanderen, één ervan is trouwens het woonzorgcentrum De Zilverberg waar De Standaard over schreef.

In de Tubbe-huizen zien we hoe krachtig het is als bewoners, familie en medewerkers samen het dagelijks leven vormgeven. Maar zelfs daar worden we teruggefloten door een beleid dat vasthoudt aan vinkjes en procedures. Een bewoner die kiest voor een stoppelbaard? Dat wordt in het

inspectieverslag genoteerd als 'verwaarlozing'. Bewoners die liever na 9u 's ontbijten? Onmogelijk, want dit valt niet 'binnen de richtlijnen'.

In plaats van te luisteren naar wat mensen zelf willen, vinken we af wat het beleid voorschrijft. Inspectie kijkt met argusogen, niet met een open blik. Regels primeren op relaties. En dat terwijl we weten dat echte levenskwaliteit ontstaat in verbinding, in keuzevrijheid, in het samen vormgeven van het dagelijks leven.

In Tubbe-huizen zien we hoe het anders kan. Maar zelfs daar botsen we op een beleid dat vasthoudt aan structuren, diploma's en normeringen. Passie en betrokkenheid worden ondergeschikt aan papieren en protocollen. Gemotiveerde medewerkers haken af, omdat ze niet de ruimte krijgen om écht het verschil te maken.

Oproep aan het beleid

We lezen dat de minister van Welzijn een hervorming wil doorvoeren in de ouderenzorg.

Wel, wij vragen het beleid om moed te tonen en komaf te maken met de regulitis. Geef woonzorgcentra de ruimte om samen met bewoners en hun netwerk het leven vorm te geven. Laat inspectie een partner zijn die ondersteunt en versterkt, niet bestraft. Investeer in een breder personeelskader, waarin ook mensen zonder klassiek zorgdiploma hun talenten kunnen inzetten. Ondersteun sociaal ondernemerschap en investeer in opleiding van leidinggevenden in woonzorgcentra. En maak van de jaarlijkse tevredenheidsbevraging van bewoners een vaste waarde, zodat hun stem écht telt.

Geef ons het vertrouwen en de ruimte om te doen wat nodig is. Want later moet beter. En beter begint vandaag.

Namens de Tubbe-ambassadeurs, directeurs van tien Vlaamse woonzorgcentra die werken volgens de Tubbe-aanpak.

Renaat Lemey (BEN Woonzorgnetwerk), Caroline Giraud (WZC Onze-Lieve-Vrouw Antwerpen), Githa Praet (Zorgband Leie en Schelde), Kirsten Fernandez Suarez (WZC Sint-Rafaël), Leen Vergaert (Home Sint-Franciscus), Maddy Van Den Bergh (WZC Bosbeekhof), Dirk Poppe (Zorgnetwerk Trento), Tanja Everaert (WZC Aymonshof), Katrien Nelissen (WZC Heilig Hart), en Ellen Goethals (WZC Deken Darras)

Pastoraal



Je bent er niet meer
maar zal er zijn
voor altijd.

Uit alles wat je zei
durven we verstaan
dat jij onzichtbaar
door zal gaan.

Jan Coghe

Kerstwensen

Dat wat zal zijn,
wanneer het zijn zal,
zal zijn dat wat het is.

Fernando Pessoa



Nieuwjaarswensen

Een goed gevoel
bij wat je denkt en plant
vanuit een inspirerend doel
dat je leven overspant.

Een stille kracht
als sleutel van je eigen poort
waarachter 't leven
op je wacht
met de reis die bij je hoort.

Roger Pauly



Pastorale agenda:

2 november: Woorddienst Allerzielen om 10u

15 november: Herdenkingsviering voor overleden bewoners om 14u30 in de kerk van Ardooie

21 november: Ziekenzalving om 14u30 door priester Dave

26 december: Kerstviering om 14u30 door priester Dave

Vrijwilliger en medewerkerin de kijker

Wie ben je?

Ik ben Christa Vandemaele, 74 jaar. Ik ben gehuwd met José Verhaeghe en wij wonen in Ardooie. Samen hebben wij 7 kinderen grootgebracht en dat vermenigvuldigd zich met een geschenk van 12 kleinkinderen van 1 tot 16 jaar.



Welk vrijwilligerswerk neem jij op binnen onze organisatie? Wat houdt dit in?

Voor uitstappen sta ik altijd paraat, ook kom ik één keer maand op bezoekdag met Okra. Dan gaan wij langs alle kamers om een praatje te maken met de bewoners. Voor een daguitstap met de bus ben ik ook altijd te vinden. Naast mijn vrijwilligerswerk in Ben, doe ik ook nog vrijwilligerswerk in een ander woonzorgcentrum. Mijn agenda is dus altijd volgeboekt.

Wat is je favoriete vakantiebestemming? Waarom?

Reizen doen wij niet, maar ik geniet er wel van om eens naar de zee te gaan.

Wie is jouw grootste voorbeeld?

Mijn ouders, door hen leerde ik wat hulpvaardigheid betekent en wat je er voor terugkrijgt.

Wat heb je als kind altijd graag willen hebben maar kreeg je nooit?

Een step (trotinette), in plaats kreeg ik een fiets met een zitje langs achter zodat ik mijn broertje naar school kon voeren.

Op welke karaktereigenschap van jezelf ben je het meest trots?

Rustig zijn, geduldig en een luisterend oor

Wie ben je?

Ik ben Michelle Decock, 25 jaar. Ik woon samen met mijn vriend, mijn hondje en katje samen in het gezellige Lichtervelde.

Wat is jouw functie binnen onze organisatie? Wat houdt dit in?

Ik ben zorgkundige op de Rots. Ik zorg ervoor dat de mensen fris gewassen zijn om de dag tegemoet te gaan. Ik begeleid en help hen waar nodig met de dagdagelijkse dingen zoals; eten, wandelen, toiletpauze, een babbeltje, en dit samen met mijn leuke collega's. Ik ben ondertussen ook in opleiding voor verpleegkundige, ik wil graag mijn kennis verbreden en meer verantwoordelijkheid krijgen.

Waar kunnen we je vinden als je niet aan het werk bent?

Normaal zou ik zeggen nooit thuis, op stap met vrienden of mijn vriend, gaan sporten, gaan shoppen, op een van mijn flexi jobs. Maar tegenwoordig is dit thuis, achter mijn bureau...

Wat is jouw favoriete vakantiebestemming? Waarom?

Overal buiten België waar het warm is. Het mag van mij heel het jaar door zomer zijn!



Wie is jouw grootste voorbeeld? Waarom?

Mijn vriend, ik verschiet elke dag opnieuw hoeveel geduld hij heeft met mij, ik zou het niet kunnen!

Op welke karaktereigenschap van jezelf ben je het meest trots? Waarom?

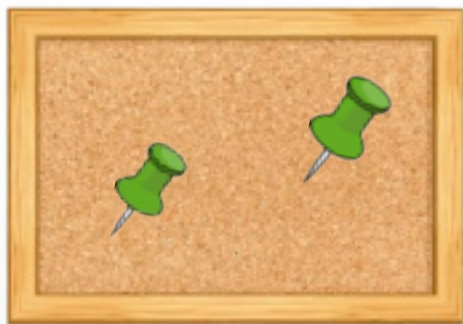
Positief ingesteld, meestal toch. Ik probeer uit alles wel het positieve te halen en de sfeer levendig te houden op dienst, dit lukt niet altijd even goed maar ik probeer!

Wat heb je al altijd eens willen doen op het werk?

Goh, veel wi, komen werken in pyjama voor de laatsdienst, een sleepover op dienst met de collega's en de bewoners, nog een personeelsfeest...?

En dan nog een klein dilemma (je moet één van de twee kiezen): vroeg opstaan of laat gaan slapen?

Laat gaan slapen als ik niet vroeg moet opstaan!



Prikbord...



Wist je dat de prijzen in de Marktplaats gewijzigd zijn? Door gestegen kosten zijn we genoodzaakt om de prijzen aan te passen. Daarnaast is er ook een uitbreiding van het gamma met lekkere Oxfam vruchtensappen en chocolade.

Wist je dat het verjaardagsfeest van december zal doorgaan op 17 december? Dit komt doordat de laatste woensdag van de maand 31 december is en dan is er al groot feest natuurlijk.



Wist je dat Jingle Bells eigenlijk helemaal geen kerstliedje is? Het werd ooit geschreven als een vrolijk deuntje voor Thanksgiving, om samen plezier te maken tijdens een ritje in de slee. Pas later is het liedje "geadopteerd" door Kerstmis, en nu kunnen we ons december zonder die belletjes bijna niet meer voorstellen!

Wij verwelkomen

Dhr. Loyson Frans

op kamer 219 van de Vlinder

Mevr. Warnez Betsy

op kamer 131 van het Zonlicht

Dhr. Ruysschaert Eddy

op kamer 222 van de Vlinder

Mevr. Viaene Erna

op kamer 129 van het Zonlicht

Welcome
Bienvenue
WELKOM
Wilkommen

Verjaardagen

Bewoners WZC

NOVEMBER

Andre Bruyneel	08/11
Marie Louise Francois	08/11
Frans Goethals	09/11
Gery Breyne	12/11
Marcel Vandewiele	16/11
Mariette Brouckaert	17/11
Maurits Spillebeen	17/11
Gilbert Kindt	19/11
Juliette Vandenheere	22/11
Godelieve Depypere	25/11
Willy Desodt	26/11

DECEMBER

Irma Blomme	01/12
Jean Lemey	01/12
Rosette Maes	01/12
Cecil Moenaert	05/12
Erik Desmet	08/12
Georges	11/12
Verscheure	

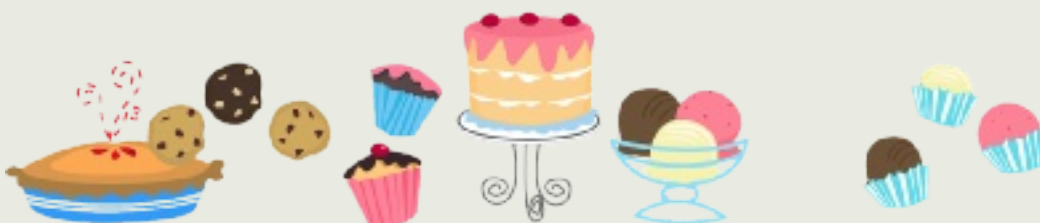
Assistentiewoningen

NOVEMBER

Sylvère Tanghe	06/11
Luitgarde Vanhaverbeke	30/11

DECEMBER

Marcella	03/12
Vandenbussche	
Yvonne Tack	12/12
Christiane Peters	22/12
Mia Vanhecke	22/12





Medewerkers

NOVEMBER

Lut Degroote	20/11
Malgorzata Trzpis	24/11
Sachine De Deygere	24/11
Eline Ver Eecke	25/11
Alina Trandafir	25/11

DECEMBER

Jolien Bentein	02/12
Kateryna Bieliaieva	05/12
Marijke Marijsse	09/12
Michèle Gies	10/12
Janaika Brouckaert	15/12
Marlies Vanneste	18/12
Bart Proot	20/12
Michelle Vettenburg	22/12
Christine De Sutter	22/12
Rebecca Gayse	23/12
Claudine Honoré	27/12
Joke Vermeulen	28/12
Isabel Victor	31/12

Vrijwilligers

NOVEMBER

Marleen Plovie	01/11
Freddy Lavens	13/11
Hilde Stevens	14/11
Greta Meerschaert	17/11
Christel Bourgeois	22/11
Annick Deruyck	22/11
Eveline Verbrugge	25/11

DECEMBER

Jonas Vanoplinus	01/12
Annemie Delmotte	02/12
Sofie Blontrock	08/12
Sylviane Esprit	14/12
Lena Defour	20/12
Anja Verhaeghe	26/12
Jozef Demeulenaere	28/12
Wilfried Declercq	30/12
Annie Vermeersch	30/12

Palliatief Supportteam

In ons woonzorgcentrum is palliatieve zorg een belangrijk deel van onze dagelijkse zorg. In tegenstelling tot wat veel mensen denken, is dit niet de zorg die we geven de laatste dagen van het leven. Dit is terminale zorg. We starten palliatieve zorg aan de hand van een schaal (PICT), die gebaseerd is op de vraag die we stellen aan de huisarts: "Zou u verrast zijn mocht uw patiënt binnen de 6 à 12 maanden overlijden?". Als de arts "neen" antwoordt, worden er nog een aantal andere criteria bevraagd en krijgt men al dan niet als resultaat "heeft recht op een volledig palliatief dossier". Dan wordt het zorgplan nog eens opnieuw bekeken en gezocht naar wat het leven voor die bewoner nog kwaliteitsvol maakt, wat hij/zij belangrijke waarden vindt om rekening mee te houden, of er nog wensen zijn die we méé kunnen helpen vervullen...

Hiervoor zijn er in elk team mensen die de palliatieve rol opnemen. Je kan hen herkennen aan hun badge met het onderstaande symbool:



De handen : symboliseren steun, nabijheid en begeleiding.

Het hart: staat voor liefdevolle zorg en medemenselijkheid.

De Vlinder: wordt vaak geassocieerd met transitie, loslaten en de laatste levensfase.

Deze mensen kunnen steeds aangesproken worden indien u vragen heeft rond dit thema. We komen een 4-tal keer per jaar samen en zorgen ook voor vormingsmomenten voor collega's.

Er zijn tevens folders beschikbaar rond een aantal thema's, altijd te verkrijgen op de leefgroepen:

- Vroegtijdige zorgplanning: wat zijn de wensen in de laatste levensfase? We proberen indien de bewoner dit wenst, om dit thema bespreekbaar te maken
- Wat is palliatieve zorg: een folder met antwoorden op de meest frequente vragen
- Morfine: fabels en feiten: om misverstanden uit de wereld te helpen
- Als onze reis ten einde loopt: praktische vragen op het einde van het leven

Indien u nog vragen, tips of bemerkingen hebt, dan mag u deze altijd mailen aan greet.driessens@benwzn.be

BEN in de krant

Groep Zorg H. Familie vzw en BEN
Woonzorgnetwerk vzw bundelen de krachten.



BEN Woonzorgnetwerk vzw staat garant voor kwaliteitsvolle en betekenisvolle zorg voor bewoners en zorgontvangers in Ardooie en Roeselare. Groep Zorg H. Familie vzw is een zorggroep die actief is in zowel ouderenzorg als andere zorgsectoren, met diverse initiatieven in de ruime regio rond Kortrijk, Ledegem en Oostkamp.

Om nog beter in te spelen op de vele uitdagingen waarmee de zorgsector geconfronteerd wordt, bundelen BEN Woonzorgnetwerk vzw en Groep Zorg H. Familie vzw hun krachten. Vandaag zetten de organisaties samen de eerste stap in een traject dat zal leiden tot een fusie waarbij ze samen binnen Groep Zorg H. Familie vzw de zorg- en dienstverlening voor bewoners, hun families en de buurt verder zullen vormgeven.

"Onze medewerkers zetten zich elke dag met hart en ziel in voor bewoners en de buurt. In Groep Zorg H. Familie vinden we een partner met dezelfde waarden en spiritualiteit als BEN, en hetzelfde engagement voor de meest kwetsbare mensen. Samen willen we die warme zorg versterken en verder laten groeien," zegt Renaat Lemey, algemeen directeur BEN Woonzorgnetwerk.

"We delen met BEN Woonzorgnetwerk dezelfde overtuiging: zorg is betekenisvol wanneer ze warm, nabij en mensgericht is. Deze samenwerking geeft ons de kracht om samen verder te bouwen aan een toekomst waarin onze bewoners en medewerkers centraal staan," vult Kristof Vankeirsbilck, gedelegeerd bestuurder van Groep Zorg aan.



Voor meer informatie kunt u contact opnemen met: Renaat Lemey, algemeen directeur BEN Woonzorgnetwerk vzw (renaat.lemey@benwzn.be) of Kristof Vankeirsbilck, gedelegeerd bestuurder Groep Zorg H. Familie vzw (kristof.vankeirsbilck@zorghf.be)

BENde van Ben

Kick-off van de Straffe BENde van BEN

Op 23 oktober vond het ontmoetingsmoment plaats van de Straffe BENde van BEN – een fijne namiddag waarop medewerkers, bewoners, familieleden, vrijwilligers, artsen en verschillende externe partners samenkwamen.

Tijdens deze bijeenkomst gingen we met elkaar in gesprek over drie belangrijke thema's:

- Bewonerszorg: Hoe kunnen we onze bewoners nog beter ondersteunen in het dagelijks leven? Hoe willen we wonen en leven in de toekomst vormgeven? Waar kunnen bewoners meer regie krijgen, en welke rol kunnen familie, mantelzorgers en vrijwilligers daarbij spelen?
- Medewerkersbeleid: Wat hebben we als team nodig om met goesting en energie te blijven werken? Hoe organiseren we ons werk samen, en hoe kunnen we familie, mantelzorgers en vrijwilligers meer betrekken?
- Samenwerken en netwerken: Hoe kunnen we sterker samenwerken met scholen, de buurt en thuiszorg? En hoe kunnen onze partners bijdragen aan meer betekenis en verbinding?

Het werd een interactieve en creatieve namiddag vol plezier en inspiratie. We stemden over stellingen, bouwden, gooiden, tekenden... en ja, we hebben zelfs gezongen! Want we hebben nu ons eigen BEN-lied én een BEN-buddy.

De namiddag leverde heel wat mooie ideeën en voorstellen op. Daarmee gaan we samen met de teams én met jullie verder aan de slag.

We konden de verbinding en warmte echt voelen – en vooral de goesting om verder te bouwen aan BEN.

Wordt zeker vervolgd





Verslag familieraad

Verslag familieraad 22 september 2025

Verontschuldigd: Jan, Rita, Marleen, Johan, Renaat

Aanwezig: Geert, Silke, Ingrid, Rudi, Peter, Carine, Marc, Petra, Wouter, Greet

Agenda:

1. Bezinning: tevredenheid en vrede

2. Opvolging en goedkeuring vorig verslag:

- Taart: poffertjes en progrèstaart beschikbaar in de marktplaats
- Telefoonproblemen? Zijn blijkbaar minder aanwezig, mag nog altijd doorgegeven worden.

3. Tevredenheidsmeting:

- Is gebeurd in het najaar 2024 en voorjaar 2025. Er waren 2 soorten: voor zowel bewoners, familie, naasten. 1ste onderzoek: BING, ook dagcentrum en bewoners WZC en GAW; daarnaast ook via Vlaams Instituut voor Kwaliteit van Zorg (VIKZ). Beiden waren gratis (normaal is BING betalend). De interviews werden gedaan door een professioneel bureau: er zitten soms tegenstrijdige antwoorden in: kan de manier van vraagstelling een rol gespeeld hebben? Wouter stelt de resultaten voor.
- Besluit:
 - Onze sterktes:
 - Algemene positiviteit van de bewoners en door de naasten op verschillende thema's.
 - Aanbevelingsgraad ligt hoog
 - Veiligheid en privacy
 - Omgeving (tuin)
 - Snel hulp bieden
 - Onze groeipunten:
 - Ingaan op suggesties/wensen – snelheid reageren beloproepen (er wordt nagezien of dit effectief zo is, kan ook subjectief gevoel zijn)
 - Maaltijden: temperatuur opvolgen – voorstel om volgend jaar een proefproject te starten op 1 leefgroep met een au-bain-marie-kar om dit op te volgen. De meeste mensen eten in de living.
 - Onthaal eerste dag
 - Medische begeleiding: uitleg over medische klachten door huisarts.
 - Daginvulling: daginvulling sluit aan bij de wensen, men wenst mee te denken over activiteiten aanbod
 - Sfeer

- Opvallend:
 - Verschillen tussen beide metingen
 - Waarden BEN: respect, eigenheid en huiselijkheid scoren minder hoog dan verwacht. Respect, reageren door medewerkers op vragen, een band voelen met wie hier werkt: kan beter ... niettegenstaande het één van onze waarden is. Dit heeft zeker ook te maken met de wisselende personeelsgroep, het werken met interim's,..
 - Communicatie (familie): aandachtspunt. Vrije bezoeken worden als positief ervaren.

Onze groeipunten willen we meenemen op onze denkdag 'BENde van BEN' op 23 okt. 2025.

4. Varia:

- Familiefeest: feedback: zeer goed gedaan, vlot, goed georganiseerd, goede akoestiek. Foto's worden op de website geplaatst, voorlopig geen weet van mensen die er niet willen op staan.
- MRSA-opvolging: alle kwetsbare bewoners die voldoen aan een aantal voorwaarden, moeten een MRSA-screening krijgen: dit is de ziekenhuisbacterie die resistent is aan antibiotica. Chronisch dragerschap moet in het dossier staan, zodat ze bij ziekenhuisopnames niet moeten opnieuw gescreend worden.
- Hoe inbreng van de familie stimuleren: vraag van Peter: voorstellen? Via sociale media? Hij wil de familieraad nog bekender maken. Misschien op de familie-avonden nog eens ter sprake brengen. Komt ook nog aan bod in de BENde van BEN.
- Voorstel vormingsavond najaar of 2026? Lieve Flour, schrijfster van boek 'Ik werd kamer 235'?
- Kampjes in de vakantie? Silke: buurtwerking in Koolskamp, in Hardoye is de opvang in het woonzorgcentrum – begeleiding is nodig: Silke gaat in overleg rond de mogelijkheden met Petra.
- Mooi artikel van de Zilverberg in krant Standaard weekend: wordt meegestuurd met het verslag
- Bende van Ben is gestart op 9 september als voorbereiding voor 23 oktober: vanuit de uitdagingen van de ouderenzorg – namiddag of avond – uitnodiging volgt.
- Bobijn: voorstelling rond dementie: abstract, beklijvend
- 7 december: een ontroerende voorstelling in de Spil rond dementie: "Lortcher" gespeeld door Dimitri Leue en Warre Borgmans: zeker de moeite!

Volgende vergadering: 24 november 2025 om 19u30

V I V A

VRIJWILLIGERS

#1VD2025



🎉 Viva Vrijwilligers! 🎉

Op 05/12 is het
Internationale dag van de Vrijwilliger
en dat vieren we met volle overtuiging!

Dankzij jullie inzet maken we samen de wereld
een beetje warmer, menselijker en mooier.

Jullie zijn de motor achter zoveel mooie
momenten — altijd paraat met een glimlach,
een helpende hand en een warm hart.

Dus vandaag roepen we het van de daken:
Viva Vrijwilligers!

Bedankt voor alles wat jullie doen, groot of
klein.

Dankzij jullie is samen écht zoveel mooier.



Kalender

NOVEMBER (alle data en activiteiten zijn onder voorbehoud)

Zaterdag	1	<i>Allerheiligen</i>
Maandag	3	14u30 Zangnamiddag Zonlicht
Dinsdag	4	8u00 Brood op de plank 2de verdie 14u30 Kamerbezoeken Okra Koolskamp
Woensdag	5	14u00 Rijdende winkel
Donderdag	6	8u00 Ontbijtbuffet Souvenir 14u45 Bingo
Zaterdag	8	13u30 Wafelbak Sint-Maarten
Maandag	10	14u45 Zangnamiddag Souvenir
Dinsdag	11	<i>Wapenstilstand</i>
Woensdag	12	10u00 Smaakraad 10u15 Woorddienst 14u00 Rijdende winkel
Donderdag	13	8u00 Ontbijtbuffet Zonlicht 14u45 Bingo
Zaterdag	15	14u30 Herdenkingsviering overleden bewoners
Dinsdag	18	8u00 Brood op de plank Zonlicht 8u00 Brood op de plank Souvenir

Woensdag	19	14u00 Rijdende winkel 14u00 Kamerbezoeken Okra Ardooie
Donderdag	20	8u00 Ontbijtbuffet 2de verdiep 14u30 Optreden Seniorenfeestdag
Vrijdag	21	13u30 Contactclowns op bezoek 14u15 Ziekenzalving
Maandag	24	14u45 Zangnamiddag Souvenir
Dinsdag	25	9u00 Hond op bezoek
Woensdag	26	10u15 Woorddienst 14u00 Rijdende winkel 14u30 Verjaardagsfeest jarigen november 14u30 Repetitie Casa Musica
Donderdag	27	14u45 Bingo



Kalender

DECEMBER (alle data en activiteiten zijn onder voorbehoud)

Maandag	1	14u30 Zangnamiddag Zonlicht
Dinsdag	2	8u00 Brood op de plank 2de verdiep 14u00 Kamerbezoeken Okra Koolskamp
Woensdag	3	14u00 Rijdende winkel
Donderdag	4	8u00 Ontbijtbuffet Souvenir 14u45 Bingo
Maandag	8	14u45 Zangnamiddag Souvenir
Dinsdag	9	8u00 Brood op de plank Souvenir 9u00 Hond op bezoek
Woensdag	10	10u15 Woorddienst 14u00 Rijdende winkel
Donderdag	11	8u00 Ontbijtbuffet Zonlicht 14u45 Bingo
Woensdag	17	14u00 Rijdende winkel 14u00 Kamerbezoeken Okra Ardooie 14u30 Verjaardagsfeest jarigen november

Donderdag	18	8u00 Ontbijtbuffet 2de verdiep 14u45 Bingo
Vrijdag	19	13u00 Langste Kersttafel
Maandag	22	14u45 Zangnamiddag Souvenir
Dinsdag	23	9u00 Hond op bezoek
Woensdag	24	10u15 Woorddienst 14u00 Rijdende winkel 14u30 Casa Musica
Donderdag	25	<i>Kerstmis</i>
Vrijdag	26	14u15 Kerstviering
Woensdag	31	14u30 Eindejaarsfeest



Een muzikale namiddag ter
gelegenheid van het
seniorenfeest

JOHNNY CLARYSSE

20 november
2025

Vanaf 14u30 in
Marktplaats





MERRY CHRISTMAS



BEN PRODUCTIONS
'S LAAANGSTE
KERSTTAFEL

*Allen
welkom!*



Kom samen, geniet en beleef de
kerstsfeer

Vanaf 14u

In de Marktplaats met muzikaal
optreden van Jenine

BEN
ARDOOIE

JE MAG ER ZIJN

EINDEJAARSFEEST

SAMEN KLINKEN
WE OP HET
NIEUWE JAAR!

MET PLAYBACKSHOW
OLV RITA, KATHLEEN
EN FREDDY

31 DECEMBER 2024

14U30 - MARKTPLAATS

NIEUWSFLITS

Lokaal Dienstencentrum



WEKELIJKS

- | | | |
|----------------|---|---|
| Elke dag | Buurtrestaurant & -bar | |
| Elke weekdag | Ontmoetings namiddag in zaal 2 - vrije inloop: gezellige babbel, kaartje leggen, ontspannen, koffietje,... (2€/nm, koffie incl.) |  |
| Elke dinsdag | <ul style="list-style-type: none">- Create in de marktplaats vanaf 14u: iedereen welkom om samen gezellig creatief te zijn, ook met eigen werk!- Digipunt-zitdag Koolskamp: een oplossing voor jouw digitale vragen* | |
| Elke woensdag | <ul style="list-style-type: none">- Rummik(l)ub: in de marktplaats vanaf 14u: iedereen welkom- Rijdend Winkeltje in BEN- Digipunt-zitdag Ardooie: een oplossing voor al jouw digitale vragen* | |
| Elke donderdag | Bingo! voor iedereen |  |

MAANDELIJKS

* = minimum één week op voorhand inschrijven !



BEREIKBAAR
TELEFONISCH OF
PERSOONLIJK

MAANDAG TOT EN MET VRIJDAG
10U - 17U
UITGEZONDERD FEESTDAGEN

051 74 02 89

buurtwerking.ardooie@benwzn.be
<https://ben-woonzorgnetwerk.be/>



Milieu & gezondheid
Redactioneel artikel

Gezonde binnenlucht? Drie vuistregels!

Wist je dat we gemiddeld 85% van onze tijd binnendoorbrengen? Daarom is een gezonde binnenlucht zo belangrijk. Gelukkig kan je hier zelf voor zorgen.

3 vuistregels helpen je hierbij:

1. Beperk vervuilende stoffen

De eerste stap naar een gezonde binnenlucht is het beperken van stoffen die de binnenlucht vervuilen. Gebruik geen luchtverfrissers, (geur)kaarsen en wierook in je woning en rook zeker niet in huis. Gebruik niet meer poetsproduct dan nodig en meng zeker geen verschillende producten.

2. Vermijd CO-vergiftiging

Elk jaar sterven er mensen aan een CO-vergiftiging. Om dit te voorkomen, is het belangrijk om je verwarmingstoestel regelmatig te laten onderhouden door een erkend vakman. Gebruik geen verbrandingstoestellen zonder rechtstreekse afvoer naar buiten en zorg altijd voor voldoende verse lucht.

Zorg voor verse lucht

3. Het is belangrijk om elke dag voor verse lucht in je huis te zorgen. Verse lucht in huis is gezond: het verkleint de kans op verspreiding van virussen, hoofdpijn, irritaties en verkoudheden. Verse lucht zorgt ook dat vocht en vervuilde stoffen verdwijnen. Zorgen voor verse lucht kan via een ventilatiesysteem, ventilatieroosters of door het raam open te zetten.



Meer informatie over gezond binnen? Kijk dan op www.gezondbinnen.be.



NIEUWSFLITS

Lokaal Dienstencentrum



Als lokaal dienstencentrum vinden we preventie heel belangrijk. Daarom delen we graag een artikel van 'Gezondheidsmakers vzw'. Zo willen we het bewustzijn over preventieve gezondheid en het belang hiervan in de kijker zetten!

NOVEMBER

1 nov	Allerheiligen reserveer uw plaatsje in het buurtrestaurant	Marktplaats		•
3 nov	Femina: Voordracht Bangladesh	Zaal 2	20u - 22u	€ •
4 nov	Praatgroep 'Hart in rouw' Hoe omgaan met afscheid?	Zaal 2	14u - 16u	•
7 nov	Praten & Taarten	Zaal 2	13u - 17u	beurt kaart
8 nov	Sint-Maartensstoet: Wafelenbak	Marktplaats	13u30 - 17u00	
11 nov	Wapenstilstand reserveer uw plaatsje in het buurtrestaurant	Marktplaats		•
15 nov	Keramiek (Groot)ouder-kind workshop	Zaal 2	18u - 21u	99€ /2p •

NIEUWSFLITS

Lokaal Dienstencentrum



NOVEMBER

Week van de Senioren

17 nov	Samen Tafelen Namiddag: laat je verbazen door 'Goochelaar Simon'	Marktplaats	11u - 17u	10€ •
18 nov	Digi-voordracht: De digitale wereld	Zaal 1	9u - 12u	•
	Infoavond: Cybercriminaliteit	Zaal 1	19u - 20u30	•
	Femma: Koken met Yalou	Zaal 2	19u - 22u	€ •
20 nov	Seniorenfeest: Optreden	Marktplaats	13u30 - 17u	
	Familiegroep Dementie: Omgaan met veranderend gedrag	Hardoya	14u - 16u30	•
	Femma CREA-avond	Zaal 2		€ •
21 nov	Digi-voordracht: AI en Chatbots	Zaal 1	13u30 - 16u30	•

NIEUWSFLITS

Lokaal Dienstencentrum



NOVEMBER



**Bestel lekkere koekjes
in de Marktplaats!**



Voorleesweek 22-30 november

Voorlezen, dat is leesplezier doorgeven aan jong en oud.

Tijdens Voorleesweek zet 'Iedereen Leest' jaarlijks het belang én het plezier van voorlezen in de kijker.

In 2025 is de slogan 'Blijf voorlezen!'

Interesse in onze luisterboeken of in onze leesloep, neem zeker even contact op met ons!

24 nov	Samen Eten Koolskamp	Wallestraat	11u - 16u	6,5€
26 nov	Speel-o-theek	Zaal 1	16u - 18u	
27 nov	Workshop Wilgentakken Kerststukjes maken	Zaal 2 - 3	14u - 16u	15€



NIEUWSFLITS

Lokaal Dienstencentrum



DECEMBER

2 dec	Praatgroep 'Hart in rouw' Hoe omgaan met afscheid?	Zaal 2	14u - 16u	*
	Digiles: Wenskaarten maken met Kaartje2go	Zaal 1	9u - 12u	*
	Digiles: Android smartphonefotografie	Zaal 1	13u30 - 16u30	*
5 dec	 Internationale Dag van de Vrijwilliger Bedanken jullie eens extra onze kanjers? 			
	Praten & Taarten	Zaal 2	13u - 17u	beurt kaart
6 dec	Sinterklaas 			
9 dec	Digi-voordracht: IZIMI, mijn notariële kluis	Zaal 1	9u - 12u	*
	Digi-voordracht: Spotify	Zaal 1	13u30 - 16u30	*
	Workshop Chocolate	Zaal 2	14u00 - 16u30	7€ *



NIEUWSFLITS

Lokaal Dienstencentrum



DECEMBER

11 dec	'Licht in je buurt' Dessertbuffet samen met de buren (huurders van Thuiswest)	Zaal 2	14u - 17u	beurt kaart
12 dec	Mantelzorgcafé	Zaal 1	14u - 16u	5€ •
13 dec	Breng je ons een bezoekje? Kerstmarkt Ardooie Pasar	De Ark Ardooie	13u - 18u	
15 dec	Samen Tafelen Kerst-editie	Marktplaats	11u - 17u	10€ •
17 dec	Kinderopvang 't Filoetje op bezoek Gezelschapspelen	Zaal 2	13u30 - 17u00	
	Speel-o-theek Kom langs in de Speel-O-theek en ontleen leuke spelletjes en puzzels voor jezelf, voor jouw kinderen en kleinkinderen!	Zaal 1	16u - 18u	
18 dec	Start de Warmste Week			
	Femina: CREA-avond	Zaal 2		€ •



NIEUWSFLITS

Lokaal Dienstencentrum



DECEMBER

19 dec	De langste Kersttafel - BEN Schuif mee aan een uitgebreide koffietafel en geniet van enkele kerstandjes	Marktplaats	14u - 17u	
--------	---	-------------	-----------	--



Welkom
aan onze
Kersttafel!



22 dec	Samen Eten Koolskamp Kersteditie	Wallestraat	11u - 16u	6,5€ •
25 dec	Kerstdag - reserveer uw plaatsje in het buurtrestaurant	Marktplaats		•
31 dec	Eindejaarsfeest	Marktplaats	13u30 - 17u	



NIEUWSFLITS

Lokaal Dienstencentrum

WIST-JE-DATJES

We in onze bar een nieuw gamma OXFAM-producten hebben? We steunen een eerlijke wereldhandel. Ontdek de chocoladerepen, nougat, lekkere vruchtensapjes en het thee-assortiment.

Cadeautip van de Sint: met een beurtenkaart voor de Speel-O-Theek kan je het hele jaar genieten van spelletjes en puzzels naar keuze!



We terug zijn in 2026 met een vernieuwde Nieuwsflits! Omdat ons aanbod ook voor externen is, zal deze om de 3 maanden gepubliceerd worden zoals het infoblad van Ardoorie, en dus niet meer gelijktijdig met het huiskrantje.

In de bar een prijsverhoging is sinds 17 oktober. Door de stijgende kosten van de brouwer hebben we noodgedwongen ook de prijzen in de bar moeten optrekken.

Dank aan iedereen die van 2025 iets moois maakte – samen maken we **2026** nog beter.
De beste wensen voor het nieuwe jaar!



Praten & Taarten: de smaak van verbinding



'Omdat samen praten net zo fijn is als samen proeven'
Sluit gezellig aan!



Iedere eerste vrijdag van de maand
IN ZAAL 2

RUMMEKUB



**SPEEL MEE EN
GENIET VAN HET
SAMENZIJN**

**IEDERE
WOENSDAG**

14U TOT 16U

BEN
ARDOOIE

LOKAAL
DIENSTENCENTRUM

**MARKTPLAATS BEN ARDOOIE
KORTRIJKSESTRAAT 54**

 **051 74 02 89**

8 november 2025

Sint Maartensstoet

Wafelenbak

PROEF ONZE HEERLIJKE, VERSE, ARTISANALE WAFELS
IN ONZE MARKTPLAATS
KORTRIJKSESTRAAT 54



5 EURO

DUBBELE
WAFEL MET
TOPPINGS

OPEN VAN 13U30 TOT 17U

BEN

TVV ACTIVITEITEN VOOR ONZE BEWONERS

17 november 2025

Samen Tafelen

Week van de senioren

vanaf 11u

10€



Menu

(soep, maaltijd, koffie)

+ aansluitend GRATIS

optreden van

GOOCHELAAR SIMON.

***Val van de ene verbazing in
de andere en geniet samen
van deze verrassende show!***

Inschrijven bij Rebecca of Marieke

051/74 02 89

buurtwerking.ardooie@benwzn.be



LOKAAL
DIENSTENCENTRUM

Ardoole
investeert in mensen

KERAMIEK WORKSHOP

(groot)ouder kind workshop

Maak samen met je (klein)kind elk
een eigen pennenhouder.

Kom samen met ons vertragen en
geniet van een creatieve avond!

Kostprijs

99€/per 2 personen

Inbegrepen: klei, materiaal, biscuitbak,
hapje en een drankje.

Voor het glazuren kan je kiezen uit
basiskleuren die ik dan aanbreng en
glazuur bak.

Cursus gaat pas door bij min. 4
inschrijvingen. Max. 10 pers. per workshop.
Inschrijven = overschrijven, dan pas is de
inschrijving definitief. Geen terugbetaling
mogelijk, er kan wel iemand in jouw plaats
komen, indien je zelf niet kan.



in samenwerking met *Le Petit Ceramics*
By Emmeline

BEN
ARDOOIE

LOKAAL
DIENSTENCENTRUM



15 november

Van 18u tot 21u

BEN lokaal dienstencentrum
Kortrijksestraat 54/001 Ardooie

Wat breng ik zeker mee?
een short,
handdoek, vaatdoek.
uw creatieve ideeën
Tip kort geknipte nagels
goed humeur!

**VOOR MEER
INFO/INSCHRIJVEN**

Le petitceramics by emmeline
0479285329
emmeline_rigolle@icloud.com



PZ Regio Tielt

Infoavond Cybercriminaliteit

18 november

19u - 20u30

BEN Lokaal Dienstencentrum
Kortrijksestraat 54, Ardooie



Hoe verbeter ik mijn privacy?



Wat is cybercriminaliteit?



Hoe bescherm ik me tegen
misleiding?

GRATIS INSCHRIJVEN



051 74 02 89



buurtwerking.ardooie@benwzn.be



Ardooie
investeert in mensen

BEN
ARDOOIE

Familiegroep Dementie
Ardoorie

THEMA

Omgaan met veranderend gedrag

20 november 2025

14u30 - 16u30

Residentie Hardoy, Restaurant De Tassche (1e v),
Eekhoutstraat 11, 8850 Ardoorie

Schrijf je in via:

Website: <https://www.alzheimerliga.be/ondersteuning/familiegroep/familiegroep-dementie-ardoorie> **Mail:** ardoorie@alzheimerligavlaanderen.be
Tel.: 051/591.800 (Residentie Hardoy)



Ontmoetingsmoment **HART IN ROUW** 2026

Eerstvolgend
ontmoetingsmoment:
2 december 2025

6 januari
3 februari
3 maart
7 april
5 mei
2 juni
1 september
6 oktober
3 november
1 december

Ontmoeting, ondersteuning, educatie voor personen
die hun partner verloren. Gezellige bijeenkomst
onder begeleiding van vzw Contempo en ELP.

Kom langs of bel ons op voor meer info 051/74.02.89

14u tot 16u

Kostprijs: 2.5€
(koffie incl.)

BEN Lokaal
Dienstencentrum
Kortrijksestraat 54

BEN
ARDOOTE

LOKAAL
DIENSTENCENTRUM

15 december 2025

Samen Tafelen

Kersteditie

vanaf 11u
10€



Menu
(soep, maaltijd, koffie)
& **GRATIS** fotoshoot
met onze kerstman.

Aansluitend:
Via leuke
WIST-JE-DATJES
komen jullie
heel wat te weten
over het afgelopen
jaar in
BEN Ardooie.

Inschrijven bij Rebecca of Marieke
051/74 02 89
buurtwerking.ardooie@benwzn.be

BEN
ARDOOIE

LOKAAL
DIENSTENCENTRUM

Ardooie
investeert in mensen

MANTELZORRCAFÉ

12 december '25

14u tot 16u

BEN Lokaal Dienstencentrum



5€

Inschrijven

☎ 051/74.02.89

Kom langs,
wees welkom,
ontmoet andere
mantelzorgers.

Dit alles vergezeld van een



-verwarmend

kopje koffie



en een heerlijk stuk



een warme samenwerking tussen

BEN
ARDOOIE

LOKAAL
DIENSTENCENTRUM

Kortrijksestraat 54
Ardoorie

Ardoorie
investeert in mensen

NIEUWSFLITS

Lokaal Dienstencentrum

**VOLG JE AL ONZE NIEUWE
FACEBOOKPAGINA ?**



Scan de QR-code
en volg & like ons
op facebook!



VRIJWILLIGERS

==> VORMING <==

INTERNE WERKING BEN ARDOOIE

14/11
14U - 16U

BENIEUWD WAT ER
ACHTER DE SCHERMEN
GEBEURT IN BEN
ARDOOIE?

ONTDEK HET NU EN
MAAK KENNIS MET AL
ONZE DIENSTEN!

OUDE CAFETARIA

BEN

Tussendoortje...

Mijmeren over vroeger...

Weet je nog dat:

De bakker aan de deur kwam.

Je een liter melk los kon kopen.

Je salaris nog in een loonzakje werd uitbetaald.

Je op vrijdag in de teil gewassen werd.

Je moeder in het voorjaar alles overhoop haalde voor de grote
schoonmaak.

Je oude kleren meegaf aan de voddeman die langs kwam.

Je nog op de poef mocht winkelen.

Je jaarlijks hondentaks moest betalen.

Er een draaischijf op je telefoon zat.

Jouw kinderen nog katoenen luiers droegen.

Je nog op rolschaatsen met vier wielen hebt gereden.

De kolenboer eens per jaar kwam met antracieten of briketten.

Je een postzegel van 50 cent op brieven moest plakken.

Je zilverpapier spaarde voor de negertjes in de missies.

Je nog een taksplaat op je fiets had.

Je Nonkel Bob en Tante Terry hebt gekend.

Je Artis-punten verzamelde.

Je speelde met glazen knikkers op de speelkoer.

Je nog hebt gekeken naar een zwart-wit televisie.



(Bron: Edith, WZC De Linde, mei 2018)



Souvenir Swingt





Terugblik Woonzorgcentrum

Kapel van Bijstand





Terugblik Woonzorgcentrum

Koffietafel Rots





Terugblik Woonzorgcentrum

Sint-Vincentiusfeest





Terugblik Woonzorgcentrum





Terugblik Woonzorgcentrum

Brasserie Misverstand





Terugblik Woonzorgcentrum

Pannenkoekenbak Rots en Vlinder





Terugblik Woonzorgcentrum

Kleuters op bezoek





Terugblik Woonzorgcentrum





Terugblik Woonzorgcentrum

Marktbezoek Oostnieuwkerke



Wij gedenken

Mevr. De Keyser Paulette, overleden op 7 september, zij verbleef op de Vlinder

Dhr. Brouckaert Aloïs, overleden op 21 september, hij verbleef op de Vlinder

Mevr. Van Den Hole Marie-Hélène, overleden op 24 september, zij verbleef op het Zonlicht

Mevr. Demuynck Marguerite, overleden op 26 september, zij verbleef op het Zonlicht

Mevr. Vansteenkiste Noëlla, overleden op 16 oktober, zij verbleef op het Zonlicht

Mevr. Tack Marcella, overleden op 25 oktober, zij verbleef op de Souvenir

Dhr. Colpaert Palmer, overleden op 26 oktober, hij verbleef op het Zonlicht



Prijsvraag...

Winnaar van de vorige prijsvraag:

Proficiat **Marie-Thérèse Winckels** van de Souvenir. Jouw antwoord werd als winnaar getrokken! Je wint een waardebon voor de cafetaria.

Nieuwe prijsvraag:

Vind jij alle woorden in deze woordzoeker?

- Allerheiligen
- Dineren
- Kerstboom
- Sneeuw
- Bladeren
- Eekhoorn
- Kerstmis
- Sneeuwman
- Boswandeling
- Eindejaar
- Noten
- Theelichtjes
- Cadeaus
- Haardvuur
- Regen
- Warmte
- Chocomelk
- Herfst
- Sinterklaas
- Winter

S	N	E	E	U	W	M	A	N	W	I	Y	H	Q	R	K
S	M	K	E	R	S	T	M	I	S	A	R	D	J	B	X
L	H	I	F	W	M	A	X	V	F	P	R	C	C	V	V
Y	E	X	K	H	T	L	F	D	L	B	H	M	Q	F	B
M	R	O	F	I	Y	L	G	L	M	A	M	Z	T	R	O
V	F	B	P	T	H	E	E	L	I	C	H	T	J	E	S
Z	S	I	N	T	E	R	K	L	A	A	S	C	L	I	W
X	T	N	L	Y	K	H	F	V	J	E	B	A	D	N	A
C	H	O	C	O	M	E	L	K	H	H	M	D	I	D	N
W	K	T	G	U	U	I	R	E	G	E	N	E	N	E	D
O	I	E	I	E	S	L	I	S	K	V	H	A	E	J	E
M	R	N	V	E	W	I	T	P	T	J	B	U	R	A	L
H	W	D	T	D	X	G	N	T	L	B	G	S	E	A	I
B	L	A	D	E	R	E	N	V	K	S	O	S	N	R	N
W	P	B	N	J	R	N	E	E	K	H	O	O	R	N	G
H	A	A	R	D	V	U	U	R	S	G	S	R	M	P	K

Naam: Afdeling:

Registratieformulier

Aanbrengen klacht

Datum:

Naam aanbrenger:

Afdeling:

Omschrijving klacht:

Beantwoorden klacht

Ondernomen actie:

Een pluim!

Indien je een pluim wil geven aan iemand, kan je dit doen aan de hand van dit formulier.

Naam aanbrenger:

Geeft een pluim aan:

Omschrijving 'pluim':

Indien je een klacht hebt, kan je dit formulier in een gesloten omslag in de brievenbus aan de receptie deponeren.



BEN woonzorgnetwerk Ardooie
Kortrijksestraat 58
8850 Ardooie
051 74 02 60

<https://ben-woonzorgnetwerk.be/>
[https://www.facebook.com/
openkring](https://www.facebook.com/openkring)

Wilt u ook graag een Vincentje ontvangen?

U kunt kiezen voor:

- Een los nummer: €2.50
- Een jaarabonnement: €15.00
- Een jaarabonnement met verzending: €25.00

Vul uw gegevens hieronder in, duid uw keuze aan en geef dit strookje, samen met het gepaste bedrag, af aan het onthaal.

Naam:

Adres:

.....