

# Nieuws van Ferm Berlaar

## Nieuwe leden

De afgelopen weken mochten wij weer enkele nieuwe leden verwelkomen:

Ingrid Budts	
Cindy Goovaerts	Ebroek
Monique Van Hoof	Tulpenstraat
Kristin Moyson	Mussenhof

Eind vorig jaar is de afdeling Ferm Itegem gestopt. Enkele van hun leden hebben zich ook bij ons aangesloten:

Paula Van den Broeck	WZC Sint-Augustinus, Legrellestraat
Paula Ceulemans	Hertstraat, Itegem
Godelieve Van Roosbroek	Molenlei, Itegem

Wij heten hen van harte welkom en wensen hen veel plezier toe.

## Geboorte

Op 21 januari is Finn geboren, zoontje van ons Ferm-lid **Valerie Michiels** en haar partner Yannick Lambrechts (Aarschotsebaan). Finn is tevens het eerste kleinkind van ons bestuurslid **Ann Wouters** en het eerste achterkleinkind van ons lid **Christiane De Cuyper**. Wij wensen de trotse ouders van harte proficiat!

## Vooruitblik

Woensdag 12 april	19.00 u.	Paasfeest
Woensdag 19 april	19.30 u.	Gezonde voeding voor kinderen in een hip jasje
Donderdag 4 mei	14.00 u.	Lentefeest voor 60-plussers
Zaterdag 13 mei	's avonds	Pallierterwandeling (i.s.m. LG)

Ferm Berlaar

info@fermberlaar.be  
www.fermberlaar.be  
www.samenferm.be/ferm-berlaar  
Facebook: @fermberlaar  
Rekening: BE38 7332 0211 3472

# Nieuwsbrief Ferm Berlaar Maart 2023

Aan .....

Vanwege ..... Tel.: .....

## Kalender

Donderdag 2 maart	13.00 u.	<b>Demokookles: Ovenschotels</b>
Maandag 6 maart	13.00 u.	Fietsen
Dinsdag 7 maart	19.30 u.	Pilates
Donderdag 9 maart	13.30 u.	Wandelen
Vrijdag 10 maart	19.00 u.	<b>Kwis-spelavond</b>
Maandag 13 maart	13.00 u.	Fietsen
Dinsdag 14 maart	19.00 u.	Naaiatelier (4)
	19.30 u.	Pilates
Woensdag 15 maart	19.00 u.	<b>Kookworkshop: Snel klaar gerechten</b>
Maandag 20 maart	13.00 u.	Fietsen
Dinsdag 21 maart	19.30 u.	Pilates
Woensdag 22 maart	20.00 u.	<b>Luisteren, het mooiste geschenk</b>
Donderdag 23 maart	19.00 u.	<b>Bloemschikken</b>
Maandag 27 maart	10.00 u.	Dagfietstocht
Dinsdag 28 maart	19.00 u.	Naaiatelier (5)
	19.30 u.	Pilates
Woensdag 29 maart	20.00 u.	<b>Escape Room</b>

## Komende activiteiten

### Demokookles:

#### Ovenschotels en stoofpotjes

Donderdag 2 maart

Onze nieuwe lesgever maakt enkele lekkere ovenschotels en stoofpotjes klaar en geeft uitleg over de recepten en ingrediënten. Achteraf mag je proeven en krijg je de recepten mee naar huis zodat je thuis zelf aan de slag kan gaan.

<u>Datum:</u>	<b>Donderdag 2 maart om 13.00 u.</b>
<u>Plaats:</u>	Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruskeuken)
<u>Begeleiding:</u>	Jean De Leeuw
<u>Deelnameprijs:</u>	Ferm-leden: 12,00 € – Niet-leden: 16,00 € Vooraf te betalen. Proevertjes inbegrepen.
<u>Inschrijven:</u>	<b>Bij Hilda Van Tomme</b> (Doelstraat 2 – tel.: 03/482.44.45 – hildavantomme@telenet.be), <b>ten laatste tegen donderdag 23 februari.</b>
<u>Betalen:</u>	<b>Cash of via de rekening:</b> BE38 7332 0211 3472 met vermelding van je naam en “Demokookles”.

### Wandelen

Donderdag 9 maart

We vertrekken **om 13.30 u. aan de Plas aan de Liersesteenweg** (bushalte met fietsenstalling tegenover de Kapellebaan). We maken een wandeling van ongeveer 6 km. Onderweg houden we een tussenstop in Café Station. Zorg voor aangepaste kledij, een fluo hesje en stevige wandelschoenen.  
**Info:** Agnes Lammens (tel.: 03/482.13.18 – GSM: 0485/53.44.72).

## Escape Room

Woensdag 29 maart

Een escape room is een bijzonder leuk en uitdagend spel waarbij je met je team wordt opgesloten in een kamer met een bepaald thema. Slaag jij erin om samen met je groep binnen de 60 minuten uit de kamer te ontsnappen? Om buiten te raken zal je verschillende raadsels moeten oplossen, sloten moeten openen en leuke opdrachten moeten uitvoeren. Een grote dosis logisch verstand, intelligentie, maar vooral een goede samenwerking zijn de sleutel tot succes.

<u>Datum:</u>	<b>Woensdag 29 maart om 20.00 u.</b>
<u>Plaats:</u>	The Start – Liersesteenweg 172 – Ranst
<u>Deelnameprijs:</u>	Ferm-leden: 35,00 € – Niet-leden: 40,00 €
<u>Inschrijven:</u>	<b>Bij Martine Van Tomme</b> (tel.: 03/422.57.22 – martine.vantomme3@telenet.be), <b>ten laatste tegen woensdag 22 maart.</b>
<u>Betalen:</u>	<b>Via de rekening:</b> BE38 7332 0211 3472 met vermelding van je naam en “Escape room”.

## Jong Ferm Berlaar

Begin dit jaar hebben we onze **jongerenwerking in een nieuw kleedje** gestoken en hebben we ze een nieuwe naam gegeven: **Jong Ferm Berlaar**. Ben je jong of iets minder jong? Ben je actief, sportief of creatief? Wil je graag toffe activiteiten doen samen met je vriendinnen of wil je nieuwe mensen leren kennen? Bij Jong Ferm Berlaar valt er heel wat te beleven! Enerzijds bieden wij tal van **leuke workshops** aan die openstaan voor iedereen, maar zeker ook voor jonge vrouwen (kookworkshops, creaworkshops, pilates,...). Anderzijds organiseren we enkele **activiteiten speciaal voor een jonger publiek** (escape room, cheerleaden,...). Ons **Jong Ferm Berlaar team** bestaat uit Karolien Goris (0473/69.02.36), Marijke Van Hove, Christel Janssens, Christel Gielis en Martine Van Tomme (0494/33.74.08).  
Heb je ook zin om mee na te denken over nieuwe activiteiten voor Jong Ferm Berlaar? Geef ons dan gerust een seintje.

## Bloemschikken

Donderdag 23 maart

Tijdens deze workshop gaan we aan de slag met **voorjaarsbloemen**. Je kan kiezen tussen een “spring pie” (lentetaart) of een bloemencirkel.

Je zorgt zelf voor bloemschikmateriaal en bloemen. Foto’s van de ontwerpen vind je op onze website [www.fermberlaar.be](http://www.fermberlaar.be).

### Benodigdheden voor de “spring pie” of lentetaart

- Piepschuim cirkels van verschillende diameter bv. 25 en 30 cm
- Vulling voor binnenste: gedroogd maïsblad, of gekleurde of naturel wol, karton (wat je soms als bodem kan terugvinden in bananendozen), of mooie koord/touw, bandpitriet of houtstrips, berkenschors
- Oasis steekschuim
- Bloemen naar keuze (je kan ook gebruik maken van kleine lentebolletjes, paaseitjes, mos, klimop)

### Benodigdheden voor de bloemencirkel

- Metalen cirkel (30 of 40 cm) op voet (Voet kan ook houten schijf met nagels erdoor)
- Pipetten en stevige takken (cornus of wilg) en spanbandjes
- Bloemen naar keuze (tulpen, narcissen, limonium, gerbera, rozen,...)

### Benodigdheden voor beide stukken

- Tafelbeschermer, scherp mesje, houten prikkers, spelden, krammen, lijmpistool en patronen, koudlijm

Datum: **Donderdag 23 maart om 19.00 u.**

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Pauluszaal)

Begeleiding: Veerle Peeters

Deelnameprijs: Ferm-leden: 8,00 € – Niet-leden: 11,00 €  
Vooraf te betalen. Drankje inbegrepen.

Inschrijven: **Bij Hilda Van Tomme**  
(tel.: 03/482.44.45 – [hildavantomme@telenet.be](mailto:hildavantomme@telenet.be)),  
**ten laatste tegen donderdag 16 maart.**

Betalen: **Cash of via de rekening:** BE38 7332 0211 3472  
met vermelding van je naam en “Bloemschikken”.

Extra info: Bij Agnes Lammens (GSM: 0485/53.44.72)

## Kwis-spelavond

Vrijdag 10 maart

**Zin in een gezellige avond met vrouwen onder elkaar? Dan is onze kwis-spel-avond zeker iets voor jou!**

We beginnen met een lekker etentje: **belegde broodjes en een glaasje wijn**, gevolgd door een huisbereid dessertje. Zo zitten we meteen in de juiste sfeer.

Daarna is het tijd voor een stevige portie “kwis en spel”: **een mix van plezierige quizvragen en toffe spelletjes**. Je hoeft echt geen quizfanaat of bolleboos te zijn om mee te doen. Snelheid, handigheid en creativiteit zijn minstens even belangrijk. We spelen in verschillende teams tegen elkaar en na een aantal rondes weten we wie het beste / handigste / slimste team is geworden.

Hou je van een avondje pure ontspanning, trommel dan je Ferm-vriendinnen op en schrijf je in! Plezier gegarandeerd!

Datum: **Vrijdag 10 maart om 19.00 u.**

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Pauluszaal)

Deelnameprijs: Ferm-leden: 12,00 € – Niet-leden: 14,00 €  
Vooraf te betalen.

Inschrijven: **Bij Hilda Van Tomme** (Doelstraat 2 –  
tel.: 03/482.44.45 – [hildavantomme@telenet.be](mailto:hildavantomme@telenet.be)),  
**ten laatste tegen vrijdag 3 maart.**

Betalen: **Cash of via de rekening:** BE38 7332 0211 3472  
met vermelding van je naam en “Kwis-spelavond”.

**Om onze activiteiten zo goed mogelijk te kunnen organiseren vragen wij je om steeds tijdig in te schrijven en te betalen. Alvast bedankt voor je medewerking.**

## Kookworkshop: Snel klaar gerechten

Woensdag 15 maart

Weinig tijd maar toch zin in een originele en heerlijke maaltijd? Onze recepten helpen je op weg!

**Tijdens onze kookworkshop gaan we zelf aan de slag.** Eerst geeft onze lesgever uitleg over de recepten. Daarna maken we in kleine groepjes zelf enkele lekkere “snel klaar gerechten” klaar. **Achteraf kan je alles proeven.**

- Datum: **Woensdag 15 maart om 19.00 u.**  
Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruskeuken)  
Begeleiding: Leo Boeckstaens  
Deelnameprijs: Ferm-leden: 16,00 € – Niet-leden: 21,00 €  
Verschillende gerechten inbegrepen. Vooraf te betalen.  
Inschrijven: **Bij Martine Van Tomme** (tel.: 03/422.57.22 – martine.vantomme3@telenet.be),  
**ten laatste tegen woensdag 8 maart.**  
Betalen: **Via de rekening:** BE38 7332 0211 3472  
met vermelding van je naam en “Kookworkshop”.  
Meebrengen: Aardappelmessje, snijplank, keukenschort,  
2 keukenhanddoeken, potje voor eventuele overschotjes

## Fietsen

Maandag 6, 13 en 20 maart

Op **maandag 6, 13 en 20 maart** gaan we weer fietsen in de **namiddag**. We vertrekken dan om **13.00 u.** bij Hilda Van Tomme en zijn ten laatste terug in Berlaar om 16.30 u. De afstand bedraagt ongeveer 30 à 40 km, afhankelijk van het weer.

**Info en vertrek:** bij Hilda Van Tomme (Doelstraat 2 – tel.: 03/482.44.45 – GSM: 0477/91.49.95).

Zorg voor aangepaste (regen)kledij en een fluo hesje.

## Luisteren, het mooiste geschenk

Woensdag 22 maart

Al gemerkt dat wat je zegt, niet aankomt? Of heb je soms moeite om je hoofd erbij te houden als iemand iets vertelt? Logisch, écht luisteren is niet simpel. Het goede nieuws is: je kunt het leren.

Gewoon empathisch luisteren, het klinkt eenvoudig, maar dat is het niet. Veel mensen denken dat ze tijdens een gesprek, een oplossing of een antwoord moeten geven. Maar luisteren is geen resultaatsverbintenis, eerder een inspanningsverbintenis. En ga je echt, empathisch luisteren, dan geef je het mooiste cadeau dat je iemand kunt geven.

- Datum: **Woensdag 22 maart om 20.00 u.**  
Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Pauluszaal)  
Begeleiding: Ann Illegems  
Deelnameprijs: Ferm-leden: 8,00 € – Niet-leden: 11,00 €  
Vooraf te betalen. Traktatie inbegrepen.  
Inschrijven: **Bij Hilda Van Tomme** (Doelstraat 2 – tel.: 03/482.44.45 – hildavantomme@telenet.be),  
**ten laatste tegen woensdag 15 maart.**  
Betalen: **Cash of via de rekening:** BE38 7332 0211 3472  
met vermelding van je naam en “Luisteren”.

## Dagfietstocht

Maandag 27 maart

Op **maandag 27 maart** maken we onze eerste dagfietstocht van dit jaar. We vertrekken om **10.00 u.** bij Hilda Van Tomme en maken een mooie fietstocht van ongeveer 60 km, gedeeltelijk zelf uitgestippeld en gedeeltelijk via de fietsknooppunten. We voorzien 2 tussenstops onderweg.

Neem een lunchpakketje mee voor onderweg. Er wordt ook soep voorzien voor 's middags.

**Info en vertrek:** bij Hilda Van Tomme (Doelstraat 2 – tel.: 03/482.44.45 – GSM: 0477/91.49.95).

Zorg voor aangepaste (regen)kledij en een fluo hesje.