

## KVLV-Nieuws

### 60 jaar lid

**Simonne De Meyer** werd in de bloemetjes gezet omdat ze al 60 jaar lid is van onze KVLV-afdeling. Proficiat en nog vele mooie jaren bij KVLV!

### Ken je ook iemand die lid wil worden van KVLV?

Neem dan contact op met één van onze bestuursleden of met onze ledensecretaresse Ann Wouters (0474/53.46.89).

**Het lidgeld bedraagt 30,00 € per jaar. Als je voor het eerst lid wordt van KVLV (onthaallid), betaal je maar 15,00 €.**

### Wat krijg je hiervoor in de plaats?

1. Je maakt deel uit van **de grootste vrouwenvereniging** van Vlaanderen.
2. Je kan samen met andere vrouwen deelnemen aan **tientallen boeiende KVLV-activiteiten** vlak bij huis.
3. Je krijgt elke maand onze **nieuwsbrief** thuisbezorgd, met uitnodigingen voor alle activiteiten en interessante nieuwtjes.
4. Je krijgt 10 x per jaar het trendy **magazine "Vrouwen met vaart"** in de bus, vol boeiende lectuur en allerlei voordelen.
5. Jij en je gezinsleden kunnen genieten van de **KVLV-verzekering** tijdens al onze activiteiten.

**Wij wensen al onze leden en hun familie  
een zalig kerstfeest  
en een gelukkig en gezond 2019!**



info@kvlvberlaar.be  
www.kvlvberlaar.be  
www.facebook.com/berlaarkvlv  
Rekening: BE38 7332 0211 3472

## Nieuwsbrief KVLV Berlaar Januari 2019

Aan .....

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

### Kalender

Maandag 7 januari	11.00 u.	Fietsen
Dinsdag 8 januari	19.30 u.	Pilates (1)
Woensdag 9 januari	15.00 u.	Filmmiddag: Beautiful Boy
Maandag 14 januari	11.00 u.	Fietsen
Dinsdag 15 januari	19.00 u.	Naaiatelier (1)
	19.30 u.	Pilates (2)
Donderdag 17 januari	13.00 u.	Demokookles: Soep is hot
	19.30 u.	Wandelen
Zondag 20 januari	11.00 u.	KVLV-eucharistieviering
Maandag 21 januari	11.00 u.	Fietsen
Dinsdag 22 januari	19.30 u.	Pilates (3)
Zaterdag 26 januari	19.00 u.	Teerfeest (i.s.m. Landelijke Gilde)
Maandag 28 januari	11.00 u.	Fietsen
Dinsdag 29 januari	19.00 u.	Naaiatelier (2)
	19.30 u.	Pilates (4)

## KVLV-Activiteiten

### Pilates

**Vanaf dinsdag 8 januari**

Ook na Nieuwjaar gaan we verder met onze lessenreeks Pilates met een nieuwe reeks van 17 lessen. Ook nieuwe deelnemers zijn welkom!

Pilates is een "low impact" training waarbij je de spieren versterkt en de flexibiliteit bevordert door middel van gecontroleerde en vloeiende bewegingen, ondersteund door een correcte ademhaling. De oefeningen zijn haalbaar voor iedereen. Je hoeft dus geen (top)sporter of fitness queen te zijn om mee te doen! De meeste oefeningen worden uitgevoerd op een fitnessmatje.

De deelnemers voorzien zelf een fitnessmatje en zorgen uiteraard voor sportieve kledij.

Je kan een 10-beurtenkaart kopen of je kan per les betalen.

Datums: **Dinsdag 8, 15, 22 en 29 januari, 5, 12 en 26 februari, 5, 12, 19 en 26 maart, 2, 9, 16 en 23 april, 7 en 14 mei van 19.30 u. tot 20.30 u.**

Plaats: Gemeentelijke Basisschool De Stap, Pastorijstraat

Lesgeefster: Stefanie Peeters

10-beurtenkaart: KVLV-leden: 40,00 € Niet-leden: 60,00 €

Prijs per les: KVLV-leden: 5,00 € Niet-leden: 7,00 €

Inschrijven: **Bij Hilda Van Tomme** (Doelstraat 2 – tel.: 03/482.44.45 – hildavantomme@telenet.be).

### Fietsen

**Maandag 7, 14, 21 en 28 januari**

Op **maandag 7, 14, 21 en 28 januari** gaan we weer fietsen. We vertrekken om **11.00 u.** en zijn ten laatste om 15.30 u. terug in Berlaar. We nemen onze boterhammen mee voor onderweg. De afstand bedraagt 30 à 40 km, afhankelijk van het weer. Zorg voor aangepaste kledij en een fluo hesje.

Bij heel slecht weer (sneeuw, ijsel,...) wordt er niet gefietst.

Info: bij Hilda Van Tomme (Doelstraat 2 – tel.: 03/482.44.45).

## Filmnamiddag

**Woensdag 9 januari**

### Beautiful Boy

**Beautiful Boy** is de eerste Engelstalige film van de Vlaamse regisseur Felix Van Groeningen met in de hoofdrollen Steve Carell, Timothée Chalamet en Maura Tierney. De film vertelt het waargebeurde verhaal van een onvoorwaardelijke liefde tussen een vader en zijn zoon.

Journalist David Sheff en zijn getalenteerde tienerzoon Nic zijn twee handen op één buik. Wanneer David ontdekt dat Nic worstelt met een drugsverslaving, stort zijn wereld plots in. David besluit om alles in het werk te stellen om zijn zoon te begrijpen en te redden. Maar hoe red je iemand die (misschien) niet gered wil worden? Is loslaten soms de enige mogelijkheid?

Datum: **Woensdag 9 januari om 15.00 u.**

Plaats: C.C. Zwaneberg, Heist-op-den-Berg

Ticketprijs: 5,00 € – met vriendenpas: 4,50 €

Inschrijven: **Bij Agnes Lammens** (tel.: 03/482.13.18 – janssens\_lammens@telenet.be).

Vervoer: We rijden samen met auto's. We spreken af **om 14.15 u. aan de bibliotheek** in de Dorpsstraat.

## KVLV-eucharistieviering

**Zondag 20 januari**

Wij nodigen al onze leden en hun gezin uit op onze **KVLV-viering op zondag 20 januari om 11.00 u. in de Sint-Pieterskerk.**

Deze misviering wordt verzorgd door onze KVLV-afdeling, met **mooie teksten** gelezen door onze bestuursleden en met **eigentijdse liedjes** gebracht door ons vaste muzikale trio Nele Van Asch (dwarsfluit), Ann Van Loock (zang en gitaar) en Jef Verdonck (piano).

Wij gedenken heel speciaal onze overleden KVLV-leden en in het bijzonder onze gewezen voorzitter Lea Douwen en onze proost Eric Thielemans die het afgelopen jaar van ons zijn heengegaan.

Om het groepsgevoel te vergroten nemen we plaats in de middenbeuk.

Iedereen is van harte welkom om mee te komen vieren.

**Lange broek**

Deze winter starten we weer met een nieuw naaiatelier. Deze keer kan er gekozen worden voor een lange broek.

We tekenen zelf het patroon, m.a.w. je kan zelf het model kiezen. We tekenen samen het patroon, je kiest zelf de breedte van de pijp, de zak, de sluiting,.... De broek kan voor jezelf zijn, maar kan ook voor een kindje. Als je liever een patroon uit een boekje overneemt, kan dit ook, maar dan breng je zelf het boekje mee.

De eerste les tekenen we het patroon en wordt er besproken hoeveel stoffen en andere benodigdheden je nodig hebt. We maken deze keer extra tijd vrij om de mogelijke stof te bespreken.

In de volgende lessen maak je onder begeleiding de broek. Bij het afwerken wordt er aandacht geschonken aan de zak, aan de bies aan de zijnaad, eventueel de rits, en het afwerken van de taille met een elastiek of met een tailleband. En we passen de broek tot deze correct past.

Aan deze cursus kunnen **zowel beginners als gevorderden** deelnemen. Er wordt wel verwacht dat je zelfstandig je naaimachine kan opstellen.

**Wat breng je de eerste les mee?**

- Schrijfgerief: potlood, gom, slijper, lijmstift (Pritt), tekendriehoek, lat van 60 cm
- Patroonpapier waar je met potlood op kan tekenen en gommen
- Eventueel rekenmachine
- Maten van de mogelijke klantjes: tailleomtrek, heupomtrek en lengte van de broek. Je kan ook een broek meebrengen voor de juiste maat.

Datums: **Dinsdag 15 en 29 januari, 12 en 26 februari, 19 maart en 2 april om 19.00 u.**

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Pauluszaal)

Lesgeefster: Mariëtte Schenk

Deelnameprijs: KVLV-leden: 42,00 € – Niet-leden: 60,00 €  
Vooraf te betalen. 1 consumptie per les inbegrepen.

Inschrijven: **Bij Hilda Van Tomme** (Doelstraat 2 –  
tel.: 03/482.44.45 – hildavantomme@telenet.be),  
**ten laatste tegen dinsdag 8 januari.**

**Lange broek**

Deze winter starten we weer met een nieuw naaiatelier. Deze keer kan er gekozen worden voor een lange broek.

We tekenen zelf het patroon, m.a.w. je kan zelf het model kiezen. We tekenen samen het patroon, je kiest zelf de breedte van de pijp, de zak, de sluiting,.... De broek kan voor jezelf zijn, maar kan ook voor een kindje. Als je liever een patroon uit een boekje overneemt, kan dit ook, maar dan breng je zelf het boekje mee.

De eerste les tekenen we het patroon en wordt er besproken hoeveel stoffen en andere benodigdheden je nodig hebt. We maken deze keer extra tijd vrij om de mogelijke stof te bespreken.

In de volgende lessen maak je onder begeleiding de broek. Bij het afwerken wordt er aandacht geschonken aan de zak, aan de bies aan de zijnaad, eventueel de rits, en het afwerken van de taille met een elastiek of met een tailleband. En we passen de broek tot deze correct past.

Aan deze cursus kunnen **zowel beginners als gevorderden** deelnemen. Er wordt wel verwacht dat je zelfstandig je naaimachine kan opstellen.

**Wat breng je de eerste les mee?**

- Schrijfgerief: potlood, gom, slijper, lijmstift (Pritt), tekendriehoek, lat van 60 cm
- Patroonpapier waar je met potlood op kan tekenen en gommen
- Eventueel rekenmachine
- Maten van de mogelijke klantjes: tailleomtrek, heupomtrek en lengte van de broek. Je kan ook een broek meebrengen voor de juiste maat.

Datums: **Dinsdag 15 en 29 januari, 12 en 26 februari, 19 maart en 2 april om 19.00 u.**

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Pauluszaal)

Lesgeefster: Mariëtte Schenk

Deelnameprijs: KVLV-leden: 42,00 € – Niet-leden: 60,00 €  
Vooraf te betalen. 1 consumptie per les inbegrepen.

Inschrijven: **Bij Hilda Van Tomme** (Doelstraat 2 –  
tel.: 03/482.44.45 – hildavantomme@telenet.be),  
**ten laatste tegen dinsdag 8 januari.**

## Demonstratiekookles

Donderdag 17 januari

Tijdens de wintermaanden hebben we twee demonstratiekooklessen:

Donderdag 17 januari om 13.00 u. Soep is hot

Donderdag 21 februari om 13.00 u. Asperges anders

Tijdens een demonstratiekookles maakt de lesgeefster een aantal gerechten klaar en mag je achteraf van alles proeven.

We verwelkomen trouwens een nieuwe lesgeefster: Jacqueline Van Loon uit Bevel. Zij volgt Christel Delen op die het wat rustiger aan gaat doen.

### Soep is hot

Soep is terug van nooit weggeweest. Het is een ideale caloriearme hongerstiller en helpt jezelf en je gezin om voldoende groenten te eten. Het is ook de ideale restjesverwerker. Soep maken is bovendien niet moeilijk. Maar vergeet even de klassieke tomatensoep met balletjes en beleef in de deze kookles een echt soepavontuur. Met verrassende ingrediënten en combinaties en extra toppings voor meer “byte” en “crunch”.

Datum: Donderdag 17 januari om 13.00 u.

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruskeuken)

Lesgeefster: Jacqueline Van Loon

Deelnameprijs: KVLV-leden: 10,00 € – Niet-leden: 14,00 €  
Vooraf te betalen. Proevertjes inbegrepen.

Inschrijven: Bij Hilda Van Tomme (Doelstraat 2 –  
tel.: 03/482.44.45 – hildavantomme@telenet.be),  
ten laatste tegen donderdag 10 januari.

## Wandelen

Donderdag 17 januari

Op **donderdag 17 januari** maken we weer een mooie wandeling. We vertrekken om **19.30 u.** aan **Sporthal 't Stapveld** aan de Pastorijstraat. Je zorgt best voor aangepaste kledij, een fluo hesje en stevige wandelschoenen. Tijdens of na de wandeling gaan we samen gezellig iets drinken.

Info: bij Rita Van Winkel (tel.: 015/24.01.60).

## Demonstratiekookles

Donderdag 17 januari

Tijdens de wintermaanden hebben we twee demonstratiekooklessen:

Donderdag 17 januari om 13.00 u. Soep is hot

Donderdag 21 februari om 13.00 u. Asperges anders

Tijdens een demonstratiekookles maakt de lesgeefster een aantal gerechten klaar en mag je achteraf van alles proeven.

We verwelkomen trouwens een nieuwe lesgeefster: Jacqueline Van Loon uit Bevel. Zij volgt Christel Delen op die het wat rustiger aan gaat doen.

### Soep is hot

Soep is terug van nooit weggeweest. Het is een ideale caloriearme hongerstiller en helpt jezelf en je gezin om voldoende groenten te eten. Het is ook de ideale restjesverwerker. Soep maken is bovendien niet moeilijk. Maar vergeet even de klassieke tomatensoep met balletjes en beleef in de deze kookles een echt soepavontuur. Met verrassende ingrediënten en combinaties en extra toppings voor meer “byte” en “crunch”.

Datum: Donderdag 17 januari om 13.00 u.

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruskeuken)

Lesgeefster: Jacqueline Van Loon

Deelnameprijs: KVLV-leden: 10,00 € – Niet-leden: 14,00 €  
Vooraf te betalen. Proevertjes inbegrepen.

Inschrijven: Bij Hilda Van Tomme (Doelstraat 2 –  
tel.: 03/482.44.45 – hildavantomme@telenet.be),  
ten laatste tegen donderdag 10 januari.

## Wandelen

Donderdag 17 januari

Op **donderdag 17 januari** maken we weer een mooie wandeling. We vertrekken om **19.30 u.** aan **Sporthal 't Stapveld** aan de Pastorijstraat. Je zorgt best voor aangepaste kledij, een fluo hesje en stevige wandelschoenen. Tijdens of na de wandeling gaan we samen gezellig iets drinken.

Info: bij Rita Van Winkel (tel.: 015/24.01.60).