Maandkalender november 2018 KVLV Melsele

Iedere dinsdagavond sporten: In de sporthal van 19u tot 20u. Sporten is gezond! Onder professionele begeleiding van Bart Claessens is alles mogelijk! Kom een uur bewegen met een toffe groep vrouwen, iedereen op zijn eigen tempo. Opwarming, buikspier oefeningen op de mat, opbouwen van kracht, diverse balsporten, badminton… Info Nicole Van Moer gsm 0476 369 034.

Griezelkoken voor kinderen vrijdag 2/11: Zin om te koken in de herfstvakantie? Kom om 13.30u naar de Boerenpoort: dag schatjes van patatjes, we gaan vandaag griezelkoken en maken: pompoensoep met griezelige spinnen, lekkere mummies, angstaanjagende koekjes en we brouwen ook nog een lekker toverdrankje. Wie zin heeft mag zijn leukste Halloween outfit aantrekken en breng ook je monster goed humeur mee. Mama Tina heeft er al zin in, woehaha… Groentjes, ik bedoel groetjes: Bij mama Tina. Inschrijven bij Veerle Vercauteren 03 755 56 58 - 0496 08 58 66 Prijs € 10. Ter plaatse te betalen.

Verwendag maandag 5/11: Op maandag 5 november verwennen we alle dames met een aperitiefje en een lekker etentje vanaf 11u30 in zaal Olympia, Kruibekesteenweg 8 in Beveren. In de namiddag gaan we een magische tijd beleven met het optreden van
Magiër "ALCAZAER". Om 16u sluiten we af met koffie of thee en een verwendessertje. Inschrijven bij Agnes: beck.agnes@yahoo.com of 0478 374 131. Storten op rekening
KVLV Gewest Beveren BE18 7376 0354 5965 **voor 27 oktober** met vermelding Verwendag en uw meisjesnaam. Prijs leden € 36 en niet leden € 40.

Crea woensdag 7/11: We gaan werken met gesso. Zelf meenemen: oude vaas, flessen, theelichtjes, mag glas – steen – hout zijn, lege wijnflessen enz., plastic handschoenen, tafelbescherming, verfborstel, oude spons, evt. haardroger. Lesgeefster brengt mee structuurpasta, verf, versiering zoals lint, kant enz. Prijs € 18. Inschrijven voor **28/10** bij
Hilde 0474 33 63 85 of hilde_van_den_bosch@hotmail.com

Linedans: 8/11 – 15/11 – 29/11 – 6/12 – 13/12 – 20/12. info: Nicole De Clercq: gsm 0474 79 01 59 Frieda Van Osselaer: gsm 0474 62 84 06

Tai Chi: op zondagochtend van 9u30 – 12 uur in KVLV lokaal: 11/11 – 18/11 – 25/11 – 02/12 – 09/12 – 16/12 – 23/12. Info bij Fanny: gsm 0473 59 31 54.

Hammam dinsdag 13/11 wellnessdag met 1 behandeling in Souks & Sauna te Meerbeke. Inbegrepen: gebruik van saunacomplex met zwembad – ontvangst 11u met thee - lichte lunch - avondmaal kipsate en verplaatsing. Keuze uit behandeling: massage of kleibehandeling. Prijs: formule met kleibehandeling € 63,50 en formule met massage € 78,50. Stort het juiste bedrag op rekeningnr. BE 20 7376 1614 5356 van KVLV Melsele. Inschrijven bij Frieda voor **5/11:** frida.osselaer@telenet.be of gsm: 0474 62 84 06. Afspraak 10 uur op het Kerkplein. Meenemen: badpak, 2 badhanddoeken, badslippers en badjas.

Naaicafé woensdag 21/11: In het KVLV lokaal van 19u30 tot 22u30. Onder begeleiding van Elke. Voorbeelden en patronen zijn ter beschikking in het naaicafé. Mogelijkheid om een hartenkussen te maken. Een klein kussen in de vorm van een hart. Het biedt comfort aan vrouwen die na borstamputatie, borstreconstructie of bestraling pijn ervaren in het oksel-, arm- en borstgebied. De speciale hartvorm blijft het goed onder de oksel zitten. Stof is beschikbaar in ons naaicafé, naaigaren, spelden, krijt, stof schaar, 100 gr. lichte zachte kussenvulling. Info hilde_van_den_bosch@hotmail.com of 0474 33 63 85 Graag een seintje als je komt - Prijs € 5 leden – € 8 niet-leden. Iedereen welkom!

Havenhuis donderdag 22/11: We bezoeken het Havenhuis in Antwerpen, een ontwerp van Zaha Hadid. Het is het hoofdkantoor van het Havenbedrijf en zonder twijfel een van de blikvangers van de Antwerpse skyline. Ook binnenin is het gebouw adembenemend, dankzij een fascinerend lijnenspel dat er zich op elke verdieping voltrekt. We hebben 2 gidsen van 18-19.30u. Er kunnen max. 40 personen inschrijven. Prijs € 5. We gaan met de tram (lijnkaart zelf voorzien). Om 16u40 aan tramterminus. Inschrijven voor **12/11** bij Wies: paul.hennissen@gmail.com of 03 775 79 97

Kookworkshop donderdag 29/11: Boerenpoort om 13u30 en 19u30. Op het menu staat een miniquiche met peer en geitenkaas – aardpeersoep met venkel en gerookte zalm – parelhoen met cider en druiven in Cognacsaus – pommes galette en Engeltjes gebak. Prijs € 12. Info bij emmyverbraeken@gmail.com 0476 20 05 03 georgettehens@telenet.be 0475 29 55 47

Leden van de gemeente Beveren die beschikken over een vrijetijdspas kunnen vermindering krijgen voor onze activiteiten. Gelieve U hiervoor te wenden tot Nicole Steels tel. 03 775 06 94 of nicolesteels@hotmail.com