



Graag brengen we onze volgende activiteiten even onder de aandacht. Hopelijk zitten er één of meer bij die jullie graag mee willen doen !

Wandelen

Elke dinsdagmiddag gaan we wandelen, als het weer het toelaat. We trekken onze wandelschoenen aan en gaan op pad ! Deze wandeling duurt een uurtje.
Dit is een gratis activiteit, inschrijven hoeft niet.



Waar en wanneer: vertrek aan de parking van de Voetbalvelden van SK Nieuw Stabroek, Hasenpad, om 13.30 uur

Info: bij Monik, 0485 808 906, monikleys@telenet.be

Bloemschikken

Donderdag 2 mei

Dit keer gaan we voor een voorjaarsstuk, wat natuurlijk het best op zijn plaats is in de lente! Maar met de zomer al stilaan in ons hoofd, kiezen we voor warme kleuren...

Veel succes aan alle ingeschrevenen...



Waar en wanneer: donderdag 02/05 om 19.30 uur in 'De Rosmolen'

Info: bij Monik, 0485 808 906, monikleys@telenet.be

Sport : Linedance (2/2)

Maandag 6 mei

Dit is onze tweede avond van het Linedancen. Nu gaan we zeker al een heel eind op weg zijn om de dansen onder de knie te hebben.



Waar en wanneer: maandag 06/05 om 19.30 uur in 'De Rosmolen'

Info: bij Monik, 0485 808 906, monikleys@telenet.be

Leesgroep : Wijziging datum

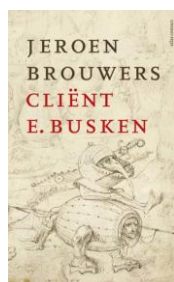
Maandag 13 mei

Alweer een nieuw boek om te bespreken! Deze keer met een nieuwe lesgever!

De "boekbespreking" zal gaan over het boek 'Cliënt E. Busken' van Jeroen Brouwers.

Een kleine samenvatting:

In dit boek zit de hoofdpersoon vastgegend in zijn rolstoel op de gesloten afdeling van een instelling waar hij tegen zijn zin verblijft en denkt, piekert, maalt en bedoelt. Hij zegt niets en misschien is er iets mis met zijn gehoor, maar van wat om hem heen gebeurt blijft hij een scherp waarnemer en inwendig voorziet hij zijn medebewoners en het personeel van snerpnd commentaar. Ongericht wentelen zijn gedachten door elkaar en bewegen zich van verontwaardiging en machteloos verzet tegen zijn situatie via troebele herinneringen aan megalomanie. 'Cliënt E. Busken' beschrijft een dag van zijn verblijf in de psychiatrische instelling. Navrant en hilarisch openbaart zich een warrig geestesuniversum.



Waar en wanneer: maandag 13/05 om 19.30 uur in de Bibliotheek

Info: bij Inge, 0473 590 741, ingeaernouts@telenet.be

Crea-avond: Beton gieten (1/2)

Donderdag 16 mei

We gaan deze keer voor twee halve bollen in beton. Zij kunnen achteraf naar keuze gebruikt worden. Voor het beton en de vormen wordt gezorgd, wat er verder nog nodig is zal jullie via mail bezorgd worden na inschrijving.

Let wel, er kunnen slechts 12 personen deelnemen, snel inschrijven is dus de boodschap!



Waar en wanneer: donderdag 16/05 om 19.30 uur in 'De Rosmolen'

Prijs: 15,00 € voor leden en 20,00 € voor niet-leden en dit voor beide avonden

Femma Stabroek BE31 7785 9042 9355

Inschrijven: bij Monik, 0485 808 906, monikleys@telenet.be, tot 13 mei

Handwerkcafé

Dinsdag 21 mei

Opnieuw proberen we het gezellig te maken op deze avond. Iedereen kiest zelf wat ze maakt, of het nu breien, haken, borduren, naaien of knutselen is, alles kan!



Waar en wanneer: dinsdag 21/05 om 19.30 uur in 'De Rosmolen'

Prijs: 5,00 €

Femma Stabroek BE31 7785 9042 9355

Inschrijven: hoeft niet, iedereen is welkom

Info: bij Monik, 0485 808 906, monikleys@telenet.be

Crea-avond: Beton gieten (2/2)

Donderdag 23 mei

Voor de tweede keer werken we aan onze betoncreaties. Nu hebben we al een idee waarvoor we ze gaan gebruiken.

Waar en wanneer: donderdag 16/05 om 19.30 uur in 'De Rosmolen'

Info: bij Monik, 0485 808 906, monikleys@telenet.be

Dagfietstocht : Happen en trappen

Vrijdag 24 mei

Velen onder jullie kennen de initiatieven van "Happen en Trappen" wel. We wisselen het fietsen af met hier en daar een tussenstop met iets lekkers. Een lunchpakket is dus zeker niet nodig!

Femma Stabroek legt hier zelf een route vast en ook de leuke adresjes om deze "hapjes" te kunnen proeven. De tocht is zo'n 50 km lang.



Waar en wanneer: vrijdag 24/05 starten we om 10.00 uur aan 'De Rosmolen'

Prijs: 25,00 € voor onze leden, 35,00 € voor niet-leden

Femma Stabroek BE31 7785 9042 9355

Inschrijven: bij Kunta, 0478 987 743, kuntakoch@telenet.be, tot 17 mei

Wijziging activiteit : De geplande uitstap wordt even uitgesteld en gewijzigd in

Gespreksavond: Beslissingen nemen naar het levenseinde toe

Woensdag 29 mei

Op deze avond gaat het onder meer over een duidelijke uitleg over voorafgaande zorgplanning, over de 5 mogelijke wilsverklaringen, welke verzoeken tot euthanasie mogelijk zijn, een toelichting over palliatieve sedatie, praktische tips kijkend naar het levenseinde, toelichtingen over grondvoorwaarden en te volgen procedures.

Het is geen pleidooi voor euthanasie maar een oproep om zich te bezinnen over de wenselijkheid om ja dan nee de tijd te nemen om het levenseinde onder ogen te zien en beslissingen te nemen over hoe men dat einde ziet.

De aanwezigen op eerdere voordrachten ervaarden dit als een wake-up-call, een uitnodiging om na te denken nu ze weten wat kan / niet kan, een oproep om het levenseinde bespreekbaar te maken met hun partner of naaste(n).

De voordracht wordt gegeven door Eric De Corte, Erkend Familiaal Bemiddelaar, en is zeker geen saaie opsomming maar een doorleefde vertelling, ook met eigen ervaringen als LEIF-consulent (LevensEindeInfoForum).



Waar en wanneer: woensdag 29/05 om 19.30 uur in 'De Rosmolen'

Prijs: 5,00 € voor onze leden, 7,00 € voor niet-leden

Femina Stabroek BE31 7785 9042 9355

Inschrijven: bij Raymonda, 0473 590 741, raymonda.meeusen@gmail.com, tot 27 mei

Zo komen we al aan de laatste maand voor de zomerpauze. Enkele activiteiten kunnen we al volledig toelichten, voor de andere volgt de informatie in ons volgend contactblad.

Filmavond

Maandag 3 juni

Het is intussen weer bijna een half jaar geleden dat we nog eens naar de film geweest zijn. Misschien tijd voor nog eens een avondje naar de cinema? Welke film het wordt, zal de avond zelf bepaald worden.



Waar en wanneer: maandag 03/06 om 19.00 uur vertrek aan de Brouwershoeve

Inschrijven: graag seintje aan Raymonda, 0474 811 219, raymonda.meeusen@gmail.com, zodat ze weet wie graag meegaat en hoe het vervoer geregeld kan worden

Crea-avond: Het maken van "Terrazzo-elementen"

Donderdag 6 juni

Het wordt een boeiende, fijne avond, onder de leiding van een lesgeefster.

Jesmonite is een ecologisch alternatief voor gips, beton of kunsthars. Hiermee kun je allerlei vormen en kleuren creëren, van schalen en kandelaars tot sieraden. In deze workshop leer je hoe je met jesmonite kunt werken, welke technieken je kunt gebruiken en hoe je je eigen Terrazzo kan gebruiken. Terrazzo is een prachtige techniek die het uiterlijk van een echte Italiaanse granito/terrazzo-look van tegels nabootst. Terrazzo is letterlijk ook Italiaans voor Terras. En je kent het wel, een tegel met van die kleine gekleurde stukjes. Zowel in binnen- als buitenarchitectuur wordt het enorm veel gebruikt tegenwoordig. Ook leuke design-items worden hiervan gemaakt.

Je hoeft alleen maar een keukenschort en een slechte keukenhanddoek, je enthousiasme en creativiteit mee te brengen! Een klein doosje (schoendoos) is altijd handig om je spullen mee naar huis te nemen. Je neemt op het einde van de avond sowieso 2 items mee naar huis die je direct een plekje in je interieur kan geven.



Waar en wanneer: donderdag 06/06 om 19.30 uur in 'De Rosmolen'
Prijs: 30,00 € voor onze leden en 35,00 € voor niet-leden
Femna Stabroek BE31 7785 9042 9355
Inschrijven: bij Inge, 0473 590 741, ingaernouts@telenet.be tot 1 juni

Daguitstap: een dagje Mechelen

Zaterdag 8 juni

Anke, met Stabroekse roots, zal ons deze dag een rondleiding geven in Mechelen. Ze is geen echte gids, maar wel ambassadeur van de stad Mechelen. Dat betekent dat ze een jaar lang Mechelen en alles wat er leeft heeft leren kennen. Zij kan ons langs enkele heel leuke plaatsen brengen. Een echte historische of culturele rondleiding wordt het dus dit keer niet.

We rijden zelf met de auto, kunnen parkeren buiten het centrum, op Parking Indigo Mechelen Keerdok, Antonia Wolversstraat 1, 2800 Mechelen. Vandaar gaat het met de boot naar het centrum.

's Middags kunnen we lunchen in De Vleeshalle, hartje Mechelen. Je kan alvast een kijkje nemen op "<https://www.devleeshalle.be/>". We kiezen daar zelf bij welke foodstand we graag iets zouden willen eten, dit is wel voor eigen rekening.



Graag vernemen we bij inschrijving of jullie zelf vervoer hebben, en/of jullie eventueel nog iemand willen meenemen. Zo kunnen we de deelnemers verdelen over de verschillende auto's.

Waar en wanneer: zaterdag 08/06, vertrek om 09.30 uur aan de Brouwershoeve
Prijs: 15,00 € voor leden, 20,00 € voor niet-leden (parking en 2 consumpties inbegrepen)
Femna Stabroek BE31 7785 9042 9355
Inschrijven: bij Raymonda, 0474 811 219, raymonda.meeusen@gmail.com, tot 1 juni

Handwerkcafé

Dinsdag 18 juni

Intussen is dit onze maandelijks weerkerende gezellige avond geworden. Iedereen kiest zelf wat ze maakt, of het nu breien, haken, borduren, naaien of knutselen is, alles kan!

Dagfietstocht: een boerderijtripje in Stabroek

Maandag 24 juni

In ons volgend contactblad gaan we hier graag verder op in. We houden jullie nog even in spanning!

Sport: onze jaarlijkse avondfietstocht

Woensdag 26 juni

Om de eerste helft van 2024 af te sluiten, gaan we naar jaarlijkse gewoonte nog eens een avondje fietsen. We starten aan de Rosmolen om 19.30 uur en fietsen ongeveer 15 km. Eindigen doen we dan nog met een drankje waarbij we al even vooruitkijken naar een hopelijk heel fijne, zonnige zomer.



Waar en wanneer: maandag 26/06 om 19.30 uur aan 'De Rosmolen'

Prijs: gratis

Inschrijven: hoeft niet, iedereen welkom

Info: bij Raymonda, 0474 811 219, raymonda.meeusen@gmail.com

Onze website : www.femmastabroek.be. **Neem zeker eens een kijkje!**

Voor meer info : schrijf een mail naar femmastabroek@hotmail.com