

Clubblad *de 7mijl-stappers* Moorsele

tweemaandelijks (verschijnt niet in juli & augustus)

jaargang **2017**

Wandelclub WSVL 5411, Lokaal De Kroone MOORSELE

november - december

Wandelclub
WSVL 5411

de 7mijl-stappers
MOORSELE


nr.

93

naam clublid

Neem regelmatig een kijkje op onze WEBSITE

http://www.bloggen.be/7mijl_stappers/

of op Facebook



we hebben ook een "besloten groep" (enkel voor clubleden!)

 de 7mijl-stappers MOORSELE	HOEVETOCHT zaterdag 25.11.2017
start	OC DE CERF Kerkstraat 1, 8560 GULLEGEM
afstanden	4* - 8* - 12* - 16 - 22 km
inschrijven	vanaf 7u30 tot 15u00, aankomst vóór 17u00 !
prijs	€ 1,50 federatieleden € 0,40 korting op vertoon lidkaart !
info 	Herfst in het land, wandelen is plezant ! <i>Wie niet komt, weet niet wat ie mist!</i> 3* parcours toegankelijk voor rolstoel & kinderwagens, vanaf 8km richting Heule, enkel 12km stukje Provinciaal Domein Bergelen, vanaf 16km totaal nieuw parcours via SENTE! Gratis warme Italiaanse kruidenwijn onderweg.

KERSTHAPPENING

ten voordele van

thinkpink
DE NATIONALE
BORSTKANKERCAMPAGNE

vrijdag 8 december 2017

in de tuin van Anne Vereeche & Marc Masselis

Bgm. Lesaffreststraat 3 - 8560 Moorsele



HERNIEUW TIJDIG
UW LIDGELD
en ontvang uw
lidkaart 2018 &
WALKING in BELGIUM
op onze
HOEVETOCHT

Gelieve 2 aparte overschrijvingen uit te voeren met duidelijke vermelding aub:

> **lidgeld = 12,50€ individueel of 25,00€ gezin**
(vermeld: lidgeld + namen aub)> **nieuwjaarsfeest 15,00€ per persoon** (vóór 31/12!)
IBAN : BE08 8335 1432 7713
op naam van **7mijl-stappers - Moorsele**

Bestuur



VOORZITTER

ETIENNE COTTYN
Dr. Hemerijckxlaan 34
8560 Moorsele
Tel 056 41 35 63
Gsm 0494 58 27 05



SECRETARIS

MARC MASSELIS
Bgm. Lesaffrestraat 3
8560 Moorsele
marcmasselis@hotmail.com
Gsm 0476 30 28 17



PENNINGMEESTER

MARIJKE GHEYSEN
Kraaimeers 65
8560 Moorsele
luc.dumortier3@telenet.be
Gsm 0473 71 20 31
Tel 056 41 70 07

Bankrelatie GKCCBEBB
BE08 8335 1432 7713

website

http://www.bloggen.be/7mijl_stappers/

Neem regelmatig eens een kijkje op onze site. Je verneemt er als eerste de laatste nieuwtjes en je kan er ALLE foto's & uitslagen bekijken van onze organisaties !!!

Lokaal



BVBA DE WULFDAM
CAFE IN DE KROONE MOORSELE

BESTUURSLEDEN



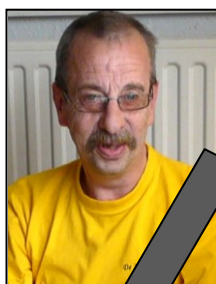
GEERT VANHAUWAERT
S. Vanmarckelaan 20/0201
8560 Moorsele
zeffel.rsca@skynet.be
Gsm 0473 99 09 35
Parcoursbouwer

ANDRE WITDOUCK
De Linde 24
8560 Moorsele
Tel 056 40 03 60



JAN PEIRS
De Voetweg 9
8560 Gullegem
peirs.jan@gmail.com
Gsm 0470 57 87 63
Tel 056 41 86 80
Parcoursbouwer

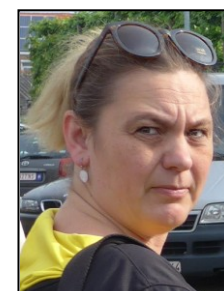
ANNE VEREECKE
Bgm. Lesaffrestraat3
8560 Moorsele
vereeckeanne@hotmail.com
Gsm 0499 63 68 75



DANNY BULTYNCK

† 22/06/2017
rust zacht

SOPHIE DELANNOY
Noordkouter 37
8560 Moorsele
sophie.delannoy@skynet.be
Gsm 0479 08 13 32
verantwoordelijke KLEDIJ



Inhoud

BESTUUR	2
INHOUD	3
WOORD van de voorzitter	4
SPONSORS een beetje overal !	o.a. 2, 3, 4, 5, 7
WAAR WANDELDEN de 7mijl-stappers ? AUG + SEPT + deels OKT	5 - 6 - 7
Verslag HALFOOGSTTOCHT	8 - 11
Uitslag HALFOOGSTTOCHT	12
SPONSORS een beetje overal !	12
Verslag BUSREIS 18 ^{de} Deliriumtocht MELLE	13 - 15
SPONSORS een beetje overal !	16
FAMILIEBERICHTEN	17 - 19
> verjaren in november - december - januari	17
> beterschap	17
> droevig nieuws	18
> blij nieuws	18
> sponsoring !	18
> bijzondere prestaties	19
SECRETARIAATSBERICHTEN	20 - 22
> algemene berichten	20
> hernieuwing lidgelden & info	20 - 21
> welkom in de club	22
SPONSORS een beetje overal !	22 - 23
GEZONDHEIDSARTIKEL : WINTER	24 - 28
SPONSORS een beetje overal !	28
THINK PINK - actie clublid Anne Vereecke : alle info !	29 - 30
CLUBKLEDIJ	31
NIEUWJAARSFEEST 12.01.2018	32
WANDELKALENDER	33 - 37
> 25/11 : 18 ^{de} HOEVETOCHT	34 - 35
> 9/12 : Gent bij Nacht	36
> 16-17/12 : WALK FOR LYME (benefiettocht door clublid)	36 - 37
RUG : belangrijke data !	38

=====

Werkten mee aan dit clubblad : Etienne Cottyn, Anne Vereecke, Jan Peirs, Eddy Amerlinck, Guido Deleu, Geert Vanhauwaert, Sophie Delannoy en

eindredactie en lay-out : Marc Masselis

=====

SPORT
LAUWERS

Belfius

Mannavita

Woord van de voorzitter

Beste 7mijl-stappers,

Het nieuwe wandeljaar komt er aan, tijd voor hernieuwing lidgelden. Ons nieuw wandeljaar start op zaterdag 25 november met onze 18^{de} HOEVETOCHT. We starten gewoonte getrouw vanuit OC DE CERF te Gullegem (Kerkstraat 1).



Wie in orde is met zijn lidgeld 2018, kan er zijn nieuw boek "WALKING IN BELGIUM 2018", lidkaart 2018 en een reeks nieuwe klevers in ontvangst nemen. Onze secretaris doet zijn best om alles klaar te hebben.

Overal horen we dat de prijzen opslaan, dit jaar blijven de hernieuwers genieten van een flinke korting (12,50 / 25,00 euro tegenover nieuwe leden betalen 15,00 / 30,00 euro) ! Uw bijdrage kan u terugvragen bij uw ziekenfonds. Wat er allemaal in dit lidgeld steekt, kan je nalezen verder in dit clubblad.

Het is ook wederom het laatste clubblad van 2017.

Ik wens jullie allen een goed eindejaar. Ik bedank de leden voor hun vertrouwen in onze club, maar ook een speciale dank aan de sponsors die hun publiciteit vernieuwen. Hun financiële steun maakt het mogelijk dat dit clubblad nog steeds op papier beschikbaar is voor onze leden.

Dat brengt ons naar 2018 . . . en ons nieuwjaarsfeest op vrijdag 12 januari 2018. Jullie worden er verwacht vanaf 19u00 in OC DE STEKKE te Moorseele. Tegen een kleine vergoeding van 15 euro per persoon (niet leden, echter beperkt tot echtg. of vriend(in) betalen 30 euro) bieden we u een aperitief met hapjes, maaltijd, enkele drankbonnen, tombola (van de behaalde prijzen & van sponsors), gezellige dans en muziek met DJ van Party-Vibes, aan. Iedere Sponsor is eveneens welkom (15 euro p.p.).

Dan rest mij alleen nog iedereen veel wandelplezier toe te wensen, een bruisend en sprankelend, stralend en schitterend, gezond en gelukkig, zorgeloos en prachtig 2018!

Veel wandelplezier

& TOT STAPS !

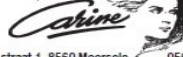
jullie voorzitter

Etienne Cottyn



Waar wandelden de 7mijl-stappers?

datum	Tochtnaam	Naam organisator	nr Club	Totaal	7mijl
3/08/2017	Bladelintocht	Wandelclub Roal Benti vzw	3.278	694	3
4/08/2017	Rondom Bellem	Wsv De Lachende Wandelaars Aalter vzw	3.003	820	3
5/08/2017	Zomertocht - Adriaanstocht - Priortrofee	Padstappers Geraardsbergen vzw	3.135	1.713	1
5/08/2017	3e Bethoosterse Broekentocht	De Tervaete Stappers Keiem	5.439	910	3
5/08/2017	21e Vlastocht	vzw Wandelclub Natuurvrienden Deinze	3.140	1.660	4
5/08/2017	3e Krinkeltocht	WSV De Brigantrotters vzw	5.245	928	28
6/08/2017	Langs het oog van Puurs-tocht	Wsv Ibis Puurs vzw	1.093	2.395	1
6/08/2017	40e Kastelentochten	Kon. Harmonie St. Amelberga Zandhoven vzw	1.372	1.390	2
6/08/2017	Meetjesland... maak het mee - 39e Kastelentocht - Herdenking	Wandelclub Reigerstappers Vinderhoute vzw	3.084	2.382	3
6/08/2017	Dwars door het Houtland	De Motestappers Koekelare	5.142	1.772	18
7/08/2017	Vakantietocht	Sportkring Oostnieuwkerke	5.496	1.081	16
8/08/2017	Aviflorawandeltocht	Aviflorastappers Ingelmunster	5.493	1.124	14
12/08/2017	20e Dwars door de Trompe	De Trompe Deerlijk	5.364	1.084	8
12/08/2017	21e Velodroomtocht	Velodroomvrienden Moorslede	5.347	800	17
13/08/2017	Omloop van de Druivenstreek	IJsetrappers vzw	4.025	1.678	1
13/08/2017	Ronde van Vlaanderen voor wandelaars	Hanske de Krijger Oudenaarde vzw	3.233	2.448	3
13/08/2017	Harmoniewandeling	Wandelclub 'Nooit Moe Boezinge' vzw	5.207	1.786	28
15/08/2017	46e Internationale 15-augustustochten	Wandelclub Beernem vzw	5.009	1.343	1
15/08/2017	1e Oogsttocht	WSV Land van Rhode vzw	3.196	1.248	4
15/08/2017	Half oogsttocht	De 7mijl-stappers Moorsele	5.411	883	123
16/08/2017	Midweektocht	WSV Egmont Zottegem vzw	3.163	1.491	4
19/08/2017	Abdijtocht	De Pajotten Hekelgem vzw	4.038	1.344	1
19/08/2017	6e Omertocht	Guldenbergstappers Wevelgem 5499 vzw	5.499	1.897	42
20/08/2017	47e Voettochtenklassieker	KWB Laarne	3.331	1.146	2
20/08/2017	31e Marollentocht	Feestcomité De Marollen Sijsele	5.202	608	2
20/08/2017	Hoogzomermuseumtocht	WSV Chatons Ronse vzw	3.376	1.284	3
20/08/2017	Oogsttocht	De Buskanters Houthulst	5.507	890	10
20/08/2017	22e Kermistocht - Brugse Ommeland Wandeltoefee	WSV De Molenstappers Ruiselede vzw	5.330	2.671	16
22/08/2017	Vierdaagse van de IJzer	Vierdaagse van de IJzer vzw	5.390	5.752	4
23/08/2017	Vierdaagse van de IJzer	Vierdaagse van de IJzer vzw	5.390	5.024	7
24/08/2017	Vierdaagse van de IJzer	Vierdaagse van de IJzer vzw	5.390	5.864	6
25/08/2017	Vierdaagse van de IJzer	Vierdaagse van de IJzer vzw	5.390	5.359	9
26/08/2017	Rotselaar-Heikant in beweging	De Bollekens vzw Rotselaar	4.018	747	1
26/08/2017	Zomertocht	Watwystappers Tielt	5.423	966	2
26/08/2017	OI Fosse d'Outh Wandelclassics	Wandelsport Vlaanderen vzw	9.999	470	2
26/08/2017	19e Spermalietochten	Wandelclub 'Vier op een Rij' Groot-Zedelgem vzw	5.137	1.021	8
26/08/2017	13e Mote-Molentocht	Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	5.061	462	17
27/08/2017	OI Fosse d'Outh Wandelclassics	Wandelsport Vlaanderen vzw	9.999	417	2
27/08/2017	Einde vakantie-tocht	De 12 uren van Lauwe	5.217	1.326	27

 Overheulestraat 5, Moorsele - 056/40 22 22	OVERHEULEGROEP MOORSELE Landmeetkantoor Koen Roelandt <i>uit sympathie</i> Overheulestraat 206, 8560 Moorsele	 Thuisoverlegging GRIET GRIET VERRIEST 0497 / 99 85 10	FRITUUR MAGALI & DIEGO SABBE-DECROUBELE Overheulestraat 75, 8560 Moorsele Tel. (056) 42 24 84
 www.morentitsolutions.be maarten@morentitsolutions.be	bvba ALAIN LIBBRECHT ijs- en roomijspecialiteiten • diepvriesproducten Overheulestraat 268 8560 Moorsele tel. (056) 50 18 83 YSCO	MAXIMILANO ALLE LICHAAMS- EN GELAATSVERZORGING PEDICURE • ZONNEBANK Cantelaeistraat 3, 8560 Moorsele Tel. 056 40 39 02	 HP • OKI • ACER • SAMSUNG Overheulestraat 100 8560 Moorsele Tel. (056) 42 22 84 Fax 056 42 24 94 info@computerhouse.be
 Clerck's straat 1, 8560 Moorsele 056/40 16 82	bvba ALAIN LIBBRECHT ijs- en roomijspecialiteiten • diepvriesproducten Overheulestraat 268 8560 Moorsele tel. (056) 50 18 83 YSCO	 Overheulestraat 51-53, 8560 Moorsele • 056 41 68 62	 't Mandeke GROENTEN EN FRUIT Wagenbrugstraat 98, Moorsele (0494) 42 46 74

Waar wandelden de 7mjl-stappers?

datum	Tochtnaam	Naam organisator	nr Club	Totaal	7mjl
1/09/2017	Sint-Joris Kermistocht	Wandelclub Beernem vzw	5.009	732	2
2/09/2017	Wandelen door Kruishoutem	Wandelclub Scheldestappers Zingem vzw	3.105	1.539	6
2/09/2017	Elfbergentocht	De Heuvellandstappers vzw	5.089	1.250	11
3/09/2017	40e Wandeling door de Rupelstreek	Wsv Schelle vzw	1.012	1.385	1
3/09/2017	Tempelierstocht - Herinneringstocht Jan De Lee	Spoetnikstappers vzw	5.363	323	1
3/09/2017	Moaneblusserstocht	W.V. Voor de Wind	3.440	549	2
3/09/2017	Oudlandpolderstocht	Sportraad Zuienkerke vzw	5.449	450	2
3/09/2017	Merelbeekse Wandeltocht - Herdenkingstocht Maurice De Bruy	Postiljon Wandelclub Merelbeke vzw	3.091	1.801	4
3/09/2017	Internationale Kwaktocht	WSV De Vossen vzw	3.139	3.420	5
3/09/2017	30e Stoomtuigwandeling	Gitse wandelclub 'Voetje voor Voetje' vzw	5.216	1.169	19
3/09/2017	Kortrijk in 't groen	WSV Natuurtuin Gilbert Desloovere	5.527	1.015	35
4/09/2017	Langededetocht	De Kwartels vzw	3.143	435	2
4/09/2017	Dorpstocht	Sportkring Oostnieuwkerke	5.496	852	14
5/09/2017	Ardooise weekendagtocht	De Spartastappers Ardoois vzw	5.391	688	9
7/09/2017	Broukentocht	Michiel Mispelonvrienden	5.295	433	1
7/09/2017	Vennetocht - 3e tocht Donkmeertrofee 2017	Boerenkrijgstappers vzw	3.450	1.125	2
9/09/2017	27e Boterronde	De Tervaete Stappers Keiem	5.439	621	4
9/09/2017	Septembertocht door Wingene	De Curieusneuzen Pittem	5.500	354	6
10/09/2017	3e Ajuintocht	WSV De Kadees vzw	3.063	1.253	2
10/09/2017	West-Vlaanderen Wandelt	Wandelclub Nieuwpoort v.z.w.	5.303	2.127	6
10/09/2017	23e Prutsketochten	De Textieltrekkers vzw Vichte	5.361	1.795	41
12/09/2017	Wandeltocht voor het goede doel	KKRO Gent vzw Mars Leger-Natie	3.065	770	1
13/09/2017	15e Nazomertocht	WSV De Brigandrotters vzw	5.245	631	5
15/09/2017	Gardeboetocht	De Winkelse Stappers	5.323	423	7
16/09/2017	Bindkrachttocht	Bindkracht vzw	4.104	347	1
16/09/2017	23e Steepletocht	Het Wandelend Paard vzw	5.477	657	6
16/09/2017	Brandweerwandeling	De Warden Oom Stappers vzw	5.256	707	13
17/09/2017	16e Kasseidorptocht	De Randstappers	3.432	652	2
17/09/2017	48e Internationale Duin- en Polderstocht	vzw Wandelclub De Duintrappers Westende	5.008	1.039	7
17/09/2017	22e Kroenkel door autoloze zondag	Brugsche Globetrotters vzw	5.177	1.424	8
17/09/2017	21e Walhoevetocht voor het goede doel	Walhoevestappers Westvleteren	5.353	928	14
17/09/2017	36e Canteclaermarsen - De Gordel der Leiestreek	vzw Wandelclub Natuurvrienden Deinze	3.140	2.278	16
20/09/2017	Herdenkingstocht overleden leden	WSV Egmont Zottegem vzw	3.163	1.429	1
23/09/2017	45e Driedaagse Wuitensmarsen	Wandelclub 't Hoeksken vzw	3.040	1.967	1
23/09/2017	Kermistocht	Levenslijnteam Damme vzw	5.463	1.274	2
24/09/2017	15e Natuurreservatentocht - Priortrofee	Padstappers Geraardsbergen vzw	3.135	2.774	2
24/09/2017	25e Torenhoftocht	Pasar Oostkamp	5.318	1.156	4
24/09/2017	41e Tabakstocht	Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	5.061	1.754	51
26/09/2017	Aviflorawandeltocht	Aviflorastappers Ingelmunster	5.493	1.227	14
30/09/2017	IJsewandeltocht	IJsetrappers vzw	4.025	734	1
30/09/2017	Zevenbundertocht	vzw 'Op Stap Door Nukerke'	3.441	613	4
30/09/2017	Buen Camino Tweedaagse van de Westhoek	Buen Camino vzw Step Forward	5.533	545	4
30/09/2017	Rhodesgoedtocht	Gitse wandelclub 'Voetje voor Voetje' vzw	5.216	1.310	16
30/09/2017	18e Deliriumtocht - 16e 50 km door het Land van Rode	WSV Land van Rhode vzw	3.196	1.962	74

Waar wandelden de *7mijl-stappers*?

datum	Tochtnaam	Naam organisator	Club nr	Totaal	7mijl
1/10/2017	10e Nonnenbostocht	Wandelclub 'De Schooiers' Wichelen vzw	3.494	1.261	2
1/10/2017	Herfsttocht	Wandelclub Beernem vzw	5.009	982	2
1/10/2017	Warden Oom Wandeling	De Warden Oom Stappers vzw	5.256	858	3
1/10/2017	Plus Wandeldag - Buencamino Tweedaagse van de Westhoek	Buencamino vzw Step Forward	5.533	1.113	4
1/10/2017	15e Waterhoektocht	De Waterhoekstappers Heestert	5.345	779	7
2/10/2017	Herfsttocht	Sportkring Oostnieuwkerke	5.496	879	19
4/10/2017	Rode Neuzentocht	't Wandel Voetje vzw	5.526	837	26
7/10/2017	Klaverbladtocht	Levenslijnteam Damme vzw	5.463	385	5
7/10/2017	Veldtocht	De Margriete Stappers vzw	5.276	1.290	18
8/10/2017	Feniks Classic WalkOn Herfsttocht	WSV De Lustige Wandelaars Merchtem	4.061	1.617	2
8/10/2017	34e Zilleghemtocht	Wandelclub 'Vier op een Rij' Groot-Zedelgem vzw	5.137	1.887	10
8/10/2017	Van Sas tot Sastocht	Wandelclub 'Nooit Moe Boezinge' vzw	5.207	1.099	13
8/10/2017	27e Wandeltocht Herdenking Marcel Verstraete	WSK Marke vzw	5.012	1.474	24
10/10/2017	Tweede-Dag-van-de-week-tocht	vzw Wandelclub Natuurvrienden Deinze	3.140	1.527	1
11/10/2017	14e Herfsttocht	De Staense Stappers	5.421	724	9
14/10/2017	4e Natuurtocht	Everbeekse Wandeltochten vzw	3.282	849	3
14/10/2017	Natuurwandeling	Wandelclub Koekelare vzw	5.127	1.165	3
14/10/2017	3e Rondom Ooike-wandeling	WSC Klavertje Vier Wortegem-Petegem	3.447	1.178	11
14/10/2017	Grimmingtontocht	Velodroomvrienden Moorslede	5.347	919	28
15/10/2017	Rondom Aaigem	WSV De Kadees vzw	3.063	1.724	4
15/10/2017	Zwalmpareltocht	Wandelclub Scheldestappers Zingem vzw	3.105	3.011	16
15/10/2017	Brothers in Arms tocht	Drevestappers Zonnebeke	5.542	2.006	50
REST VOLGT IN CLUBBLAD 94 januari-februari 2018					



Timmer- en interieurwerk
 Ramen en deuren
 Hout - PVC - Alu
 Kasten op maat
 Plafonds & wanden
 Binnendeuren
 Parket



VANOOST FILIP BVBA

Pijplap 71 - 8560 GULLEGEM
 tel. 0498 50 19 50
 e-mail filip.vanoost@telenet.be
 btw BE 0808.816.583
 www.filipvanoost.be

HALFOOGSTTOCHT

dinsdag 15 aug. 2017

vanuit zaal LEYEDAELE te Wevelgem (verslag tocht 27,6 km).

Bij het ontwaken schijnt de opkomende zon nog op de grijs geschakeerde wolken boven Menen, maar dat is maar van korte duur. Gevolgd door enkele bliksemflitsen met bijhorend gerommel, donkere wolkenflarden, en uiteindelijk een ferme plens water! Er is dus geen haast bij om te vertrekken en zo is het half negen als ik me naar de "platse" begeef. Ik maak nog een ommetje langs het vroegere gemeentehuis op de hoek van de Lauwestraat en de Grote Markt.

In 1905 besliste de gemeenteraad tot de bouw van een eigen gemeentehuis dat omstreeks 1910 in gebruik werd genomen. Het werd een prachtig gebouw ontworpen door de Kortrijkse architect Julien Debosserie. Het gebouw omvatte naast de raadszaal en de ceremoniezaal ook nog het politiekantoor (met politiecellen), gevestigd in de kelderverdieping kant Grote Markt, waar nu het Rode kruis zich bevindt en kant Lauwestraat het brandweer-arsenaal. Hier recht tegenover bevindt zich de St.-Hilariuskerk gebouwd in de jaren 1880-'82 ter vervanging van een vroegere Gotische kerk. De St.-Hilariusparochie, met een 1ste vermelding omstreeks 1222 is vooral gekend (vroeger meer dan nu) voor zijn verering van de H. Doorn ooit mee



gebracht uit het H. Land door een ridder tijdens de kruistochten (11de -12de eeuw). De verering vindt plaats tussen O.L.Vrouw-Hemelvaart en Pinksteren en wordt aanroepen bij hoofdpijnen, kopzorgen en stress; heel toepasselijk in deze hectische tijd! Tot 1967 ging er jaarlijks een mooie, tot 800 figuranten tellende processie uit. Het leven van Jezus werd uitgebeeld en trok massa's volk! Ikzelf heb als jeugdige schooljongen nog deelgenomen als schaapherder, ergens eind de jaren '50! Waar is de tijd!

Alzo terug naar **15 augustus HALFOOGSTOCHT**! Augustus zelf betekent in het Latijn: "verheven" en in het Grieks "verhevene" en was een van de eretitels van de keizers uit Romeinse Rijk! De 1ste keizer die deze titel voerde was Gaius Lilius Octavianus Caesar Augustus, een hele mond vol! Oogst en oogstmaand zijn afgeleiden van augustus, terwijl "oelf oest" behalve O.L.Vrouw-Hemelvaart ook nog Moederdag is in Antwerpen!

Onder dreigende wolkenluchten kom ik aan in de startzaal waar men berustend uitkijkt wat de dag nog zal brengen, terwijl enkele vroege wandelaars die de zware buien hebben meegemaakt er de brui aan geven! Ik laat me elektronisch registreren door Therèse onder het toeziend oog van Marc, maar beslis nog niet welk parcours ik afstap daar de meeste afstanden dezelfde 1ste lus volgen. Buiten regent het nog lichtjes, maar Marc komt met het heugelijke nieuws dat de buienradar vanaf 9:30h droog weer voorspelt, en dat zeker al voor een groot stuk van de dag! Droog ingepakt onder de KW gaat het naar de



Leieboorden voor een 1ste stukje groen tot aan de beschermde restanten van de Guldenbergabdij zoals de kloosterhoeve, met op de binnenkoer de duiventoren (ca.1699) en de mooi gerenoveerde Westelijke Poort (ca.1743). Er is een voorgeschiedenis met de oprichting van een Cisterciensenabdij te Moorseele omstreeks 1214, gevolgd door de bouw van de Guldenbergabdij te Wevelgem vanaf 1241. In een tijdspanne van 20 jaar werd gebouwd aan een kerk, de huidige kloosterhoeve met imposante dwarsschuur, een infirmerie, een slaapplaats voor religieuzen, een abdijsmolen langs de weg naar Kortrijk enz...! De bewogen geschiedenis van de abdij eindigt met de komst van de Franse Revolutie in 1796!





Veel tijd om te mijmeren is er niet, want amper voorbij wordt ons de weg versperd! Een zware wilgentak, getroffen door de bliksem of een rukwind verplicht ons een weg te zoeken tussen de takken, waarna het waterrijke groen van de Katerhoek aansluit op de Wezelhoek, en met de Normandiestraat komt de wijk "Treezeke" in zicht. In zaal Theresia rechtover de gelijknamige kerk, vinden we de rustpost. De kerk werd opgetrokken tussen 1960-'62, met zijn kopergroene klokvormige "torenhelm" die opvalt in het landschap! Het is nu kop 12.15h op de toren en 5,2km op de teller en tijd voor een 1ste "stutje" en koffie. Naast de vaste bemanning van de

rustpost met Lucrèce, Marleen, Alain, Roos, Christine, Rik en Frieda bemerk ik ook nog Geert, Filip en Marc. Een klappeke leert mij dat men deze morgen al is moeten uitrukken om het onder water staande karrenspoor ter hoogte van hofstede Paul Bekaert terug begaanbaar te maken! Stilaan tijd om terug op te stappen en gelukkig is het al een hele tijd gestopt met regenen zodat ik besluit om toch de 27 te doen! Er wacht mij een lus van 8,8km zodat we een tijdje van huis zijn! Op de heldere wandelverkeersborden worden we vanaf de 14km de 1ste x rechts verwezen richting de hierboven al aangehaalde hoeve Bekaert-Vanhoenackere met een vrijgeleide tot de Leieboorden. Ter hoogte van de hofstede staat een In Memoriam voor een oorlogsdrama dat zich hier in de omgeving afspeelde! In de nacht van 8 op 9 mei 1944 werd de Britse bommenwerper HALIFAX LW 583 op de terugvlucht van een missie rond La Louvière aangevallen door een patrouille Duitse nachtjagers; MESSERSMITT's 110 en verongelukte tussen de boerderij en de Leie. Vier van de zeven bemanningsleden konden zich redden, maar werden later toch opgepakt, waarvan 2 bevrijd werden uit de trein die hen naar Duitsland voerde!



Hierna komen we in de landweg waarvan hogerop sprake, en jawel door de hevige regenval staan er delen onder water, zodat op de kritieke plaatsen paletten geplaatst werden. Maar we komen met droge voeten uit op het jaagpad langs de Leie en hop rechtsop!

Terwijl de diepliggende ZAGOR het stroomafwaarts zoekt komt molen De Goede Hoop (de laatste van ooit 13 molens te Menen) in zicht en wij naar het Groengebied Noordkaai Menen. Een nieuw natuurgebied, dat ik voor de 1ste x bewandel. We treffen er naast vlier- en blauwbes ook bloeiende vlinderstruik aan tussen het algemene groen, en aan de ingang bevindt zich een insectenhotel waar vooral de solitaire bij gebruik van maakt.



Na de rondgang keren alle afstanden deels op hun stappen terug, uitgezonderd de 27km die kort rechtsop stapt.

Menen centrum wenkt en daarbij komen we langs het OUD HOLLANDS MILITAIR HOSPITAAL uit 1823 gebouwd tijdens de Hollandse periode die liep van 1815 tot 1830. Het gebouw is (was) 85m lang, 12m breed en had 11 bomvrije gewelven. Trouwens de huidige nog resterende boven-grondse versterkingen, zoals rond het Brouwerspark, dateren uit die periode en zijn opgetrokken op de funderingen van de vroegere VAUBAN versterkingen! Ter hoogte van het huidige zwembad zijn nog 11 prachtig gerestaureerde ondergrondse bomvrije ruimten (kazematten) te bezichtigen, de moeite waard!



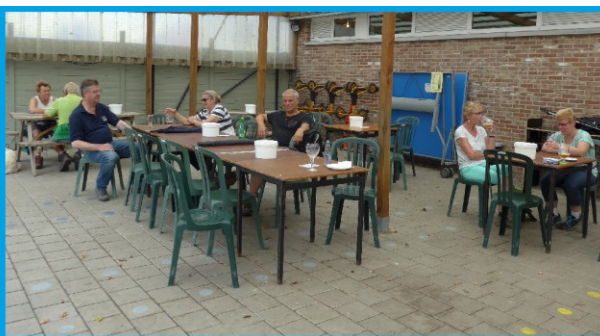
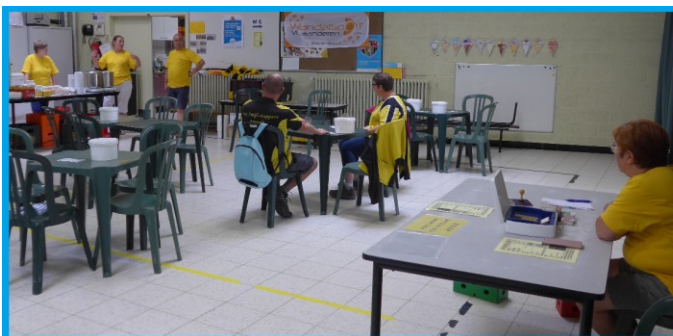
Nog wat geschiedenis: Menen: een eerste nederzetting omstreeks 867 genaamd MAININIUM. Vanaf 1351 krijgt het stadsrechten. Door de opstand tegen de Spanjaarden (1566-1604) werd Menen vanaf 1578 versterkt met stadsgrachten en aarden wallen. Tussen 1669-1689 werden de versterkingen gemoderniseerd door VAUBAN en hadden een lengte van 3000m met 4 stadspoorten en 11 bolwerken! Nog een weetje: in de 16de eeuw telde de stad, bekend om zijn bier, 104 meesterbrouwers! Santè !

Na deze passage doorwandelen we het mooie Brouwerspark dat aansluit bij het Ter Wallepark dat zich meer leent tot sport en spel. Op naar de Wahisstraat die we dwarsen richting Moorselestraat en de



Processiestraat, bezijden de spoorweg. Terug in open veld, en met de koepel van de Theresiakerk in het vizier houden we er de pas in! Een kerkwegel hier, een bosje daar en nog een buurtpad verder komen we terug bij de stopplaats in de Theresiazaal. Het is er nu heel wat drukker en we botsen er figuurlijk op Frieda die rond zeult met sanitaire producten! Wij verkiezen toch onze boterhammetjes, en met een drankje zoeken we een plaatsje om die rustend te verorberen, want straks wacht ons weer een lus van 8km.

Eénmaal terug buiten wacht ons een stralend zonnetje in een lichtbewolkte hemel, en alle afstanden duiken voor de terugkeer de groen omsloten buurtpaden van de Posthoorn in naar de nieuwbouwwijk en de Normandiestraat waar de 7 en de 7Rolstoel en de 14km koers houden, terwijl de "rest" afbuigt en achtereenvolgens de Perremeers-, Konings- en de Kruisstraat bewandelen naar de splitsing met de Wijnberstraat. Naast het bedankingskapelletje voor het goed doorkomen van de 2de W.O. merken we er ook een grote betonnen bunker uit de 1ste W.O., een restant van een Duits "schijnvliegveld" met houten vliegtuigen hier in de omgeving aangelegd werd ter misleiding van de vijand! De 27km krijgt hier nog een lus voorgeschoteld richting Menen het open veld in, waar een karrenspoor aansluit op de Boerendreef, maar dan één zonder bomen! De eentonigheid wordt doorbroken door een grote te restaureren hoeve en een pompoenveld waarna we terug aansluiten op de Wijnbergstraat. We komen er voorbij de onopvallende historische hoeve Wallecan met een vermelding in het landboek van 1677. We doorkruisen het Wallaeyplein waar de woonblokken volledig worden gerenoveerd en buitenom geïsoleerd! Nog enkele straatjes en paadjes, en we kunnen weer onze benen strekken bij een drankje in de volgende rustpost, de Vrije basisschool in de Kleine Wijnbergstraat.



Ik heb er ooit nog het kleuter gevolgd bij de "nonnekes", was toen een man van 5-6jaar! Nog een weetje; volgens de overlevering zou hier ooit de wijngaard van de Guldenbergabdij gelegen zijn; vandaar de naam!

Ondertussen krijg ik het gezelschap van Ronny, een wandelgenoot en samen vatten we de laatste lus aan van 5,6km, ook het sluitstuk van de 21km. Een eendenplas voorbij en de Vinkenstraat gekruist, stappen we een veldwegel in, lijnrecht naar de mooi gerestaureerde vierkantshoeve "Heerlijkheid van Marrem" met een voorgeschiedenis tot 1402! Huidige gebouwen, waaronder het poortgebouw werden opgericht



omstreeks 1767 in opdracht van de abdis van de Guldenbergabdij (die naam zegt me iets!). Ondertussen is de zon verdwenen en onder een dreigend wolkendek stappen we rond de plas van het Vijverhof.

We modderen wat aan in een half verzopen veldweg tot de Gaverstraat die eindigt met een verwijzing naar het Kloefhoekpad (keuze 9-of-11km, startend op het Maurice Lauwersplein,

Wijnbergkerk) alsook de Guldenbergwandeling met het zopas bewandelde stuk als deel van hun parcours. Aan de overzijde wacht de Kleine Molenstraat, die zijn naam ontleent aan de stenen Vanbutselesmolen, met bouwjaar 1850-'51 (in de voorgeschiedenis al een houten staakmolen gebouwd omstreeks 1556).

Al keuvelend nemen we ter hoogte van de brug over de A17 de afslag naar broeierij Gekiere die we inruilen voor een kerkeweg die op het laatst overgaat in een modderpoel! Na wat stampvoeten komt het station en het kasteelpark eraan, waar we vriendelijk bedankt worden voor onze deelname. De eindmeet is in zicht, eerst nog het kunstwerk "VIA VANACKERE" passeren. Het is een verwijzing naar de klassieker Milaan-San Remo, die jarenlang aankwam op de VIA ROMA en samen met Gent-Wevelgem vluchtkoersen waren met een "berg" in de finale! Het kunstwerk bestaat uit 1800 keramische tegeltjes, en stelt een groepje renners voor gevormd door honderden kopjes van renners, waaronder veel winnaars van Gent-Wevelgem, die digitaal geselecteerd werden op tinten van helder tot donker. Bovenop kreeg iedere Wevelgemnaar de kans zich voor 10 euro vereeuwigd te zien op het kunstwerk!



Hier eindigt dan onze klassieker, die spijtig voor de vroegste vogels, deels letterlijk onder water kwam te staan, maar voor de rest van de dag droog verliep onder wolken, met zelfs wat zon! Parcoursmeester Geert zorgde samen met Filip weer voor bekende, én enkele onbekende groene hoekjes, en daar konden we in de startzaal nog wat over bijpraten bij een zoetzure krieb! Een sterke groep medewerkers zorgde dat de toch nog 883 opgedaagde wandelaars niets te kort kwamen, en die werden bij het afstempelen nog beloond met een appel voor gezond onderweg!

Voor de lezers weer heel wat weetjes en tot een volgende!

Amerlinck Eddy



EVOLUTIE AANTAL DEELNEMERS	
UUR	AANTAL
7u00	65
8u00	141
9u00	200
10u00	301
11u00	435
12u00	569
13u00	644
14u00	808
15u00	883

UITSLAG ↓

HALFOOGSTTOCHT dinsdag 15.08.2017

SAMENVATTING	883
Wandelsport Vlaanderen vzw	735
FFBMP	10
VGDS	0
VWO	0
Niet-aangesloten wandelaars	136
Buitenlandse clubs / Andere clubs	2
TOTAAL	883
NIET-AANGESLOTEN WANDELAARS	
8560 Moorsele	8
8560 Gullegem	13
8560 Wevelgem	28
Andere	87
TOTAAL Niet-aangesloten wandelaars	136
WANDELSPORT VLAANDEREN vzw	
5411 De 7mijl-stappers Moorsele	123
5061 Wervikse Wandelsport Vereniging vzw	52
5217 De 12 uren van Lauwe	42
5216 Gitse wandelclub 'Voetje voor Voetje' vzw	38
5078 Drevetrotters Zonnebeke vzw	36
5089 De Heuvellandstappers vzw	32
5499 Guldenbergstappers Wevelgem 5499 vzw	32
5361 De Textieltrekkers vzw Vichte	31
5012 Wsk Marke vzw	29
5245 WSV De Brigantrotters vzw	28
5328 Wsv De Colliemolen Oostnieuwkerke-Staden	27
5207 Wandelclub 'Nooit Moe Boezinge' vzw	17
3233 Hanske de Krijger Oudenaarde vzw	14
5180 De Witsoone Stappers Krombeke	14
5345 De Waterhoekstappers Heestert	12
5542 Drevestappers Zonnebeke	12
5323 De Winkelse Stappers	11
5100 W.S.J.V. Nacht van Vlaanderen Torhout vzw	10
5347 Velodroomvrienden Moorslede	10
5423 Watewystappers Tielt	10
5256 De Warden Oom Stappers vzw	9
5391 De Spartastappers Ardoioe vzw	9
5493 Aviflorastappers Ingelmunster	9
3034 Omloop Kluisbergen vzw	8
3163 Wsv Egmont Zottegem vzw	8
5127 Wandelclub Koekelare vzw	8

3140 vzw Wandelclub Natuurvrienden Deinze	6
5205 Wandelclub 'De Westhoekstappers'	6
5526 't Wandel Voetje vzw	6
5059 Godelievestappers Ruddervoorde vzw	5
5137 Wandelclub 'Vier op een Rijn' Groot-Zedelgem vzw	5
5412 Kreettrekkers Kortemark	5
3304 Wandelclub Al Kontent Groot Evergem vzw	4
5011 Wsv De Keignaerttrippers Oostende vzw	4
5271 Road Runners Torhout vzw	4
5303 Wandelclub Nieuwpoort v.z.w.	4
5496 Sportkring Oostnieuwkerke	4
3001 Belgisch-Nederlandse Wandelverbodering	3
5177 Brugsche Globetrotters vzw	3
1050 De Pompoenstappers vzw	2
3003 Wsv De Lachende Wandelaars Aalter vzw	2
3063 WSV De Kadees vzw	2
3103 Florastappers Gent vzw	2
3105 Wandelclub Scheldestappers Zingem vzw	2
3135 Padstappers Geraardsbergen vzw	2
3159 Koninklijk Feestcomité Oostende	2
3447 Wsc Klavertje Vier Wortegem-Petegem	2
5072 WNZB Knokke-Heist vzw	2
5194 Organisatiecomité '100km van Ieper'	2
5276 De Margriete Stappers vzw	2
5295 Michiel Mispelonvrienden	2
5330 Wsv De Molenstappers Ruiselede vzw	2
5421 De Staense Stappers	2
5448 Stap Vooruit	2
5507 De Buskanters Houthulst	2
5535 Waregemse Gordel vzw	2
1037 Wsv Neteland Duffel vzw	1
1287 Wandelclub De Sint-Jansstappers	1
3010 Wsv Wetteren	1
3091 Postiljon Wandelclub Merelbeke vzw	1
3149 Wandelclub De Smokkelaars Stekene vzw	1
3150 Reynaertstappers vzw	1
3486 Wandelclub I.P.A. België	1
4044 WC De Grashoppers vzw	1
4046 Wrc Manke Fiel vzw	1
5102 W.C. Izebervrienden	1
5439 De Tervaete Stappers Keiem	1
TOTAAL Wandelsport Vlaanderen vzw	735
FFBMP	
HT 067 Les Hurlus en Balade	7
HT 075 Mont-Marche Tournai	3
TOTAAL FFBMP	10
Buitenlandse + Andere clubs	
FBCH Neuville-en-Ferrain	2
TOTAAL BUITENLANDSE + ANDERE CLUBS	2

overname handelszaken

Henk Ketels
0477 30 66 31

maribrik
verkoop - verhuur - beheer

Gratis schatting

Immo Maribrik bvba
T. 056 25 39 80 - F. 056 25 39 82
info@maribrik.be
www.maribrik.be

**sarah
recour**
PODOLOGIEPRAKTIJK

Podologische zolen op maat
Algemene en gespecialiseerde voetzorg
Sportblessures onderste ledematen

Lauwbergstraat 179 - 8930 LAUWE
0472/52 04 67
sarah.recour@telenet.be
www.podologierecour.be

Naar de 18^{de} DELIRIUMtocht te MELLE:

2^{de} busuitstap 30.09.2017

verslag 21km, met ONTBIJT VOORAF !!



Eind september en onze 2^{de} busuitstap komt eraan. Vanaf het clubblad mei-juni konden we reeds inschrijven, kwestie van tijdig een aangepaste bus te voorzien. En ja, ook deze maal een dubbeldekkbus! Telkenmale is er één uitstap voorzien met ontbijt en werden we vanaf 7.15h verwacht in de basisschool op de hoek van de Rozestraat. Bij aankomst stonden de boterkoeken en de broodjes met allerlei toespis ons al op te wachten, terwijl Arlette gekookte eitjes uit het water aan het vissen was! Verser kan niet! Een dikke pluim voor iedereen die al vroeg uit de veren waren om alles klaar gezet te krijgen!

In geen tijd is het er een gezellige drukte, en een uurtje is vlug voorbij. Vele handen helpen nog wat op te ruimen, waarna we ons naar de bus kunnen begeven die ons opwacht op de parking ter hoogte van bakkerij REGI in de Sec. Vanmarckelaan. Onverwacht waren er op het laatst nog een tiental afzeggingen zodat we met 74 ruim ruim plaats hadden op de bus. We vertrekken onder een grijze lucht, en het weerbericht geeft kans op lichte regen (we zijn erop voorzien) en later opklaringen.

Melle vormt met Gontrode één gemeente, telt een 11.000 inwoners, en is gelegen in de provincie Oost-Vlaanderen ten Z.O. van Gent, op een 60km van bij ons. Melle kende reeds heel vroeg paalwoningen, nog voor West-Vlaanderen werd onttrokken aan de zee. Deze werden ontdekt bij het graven van waterbassins aan de spoorlijn Gent-Brussel ten behoeve van de stoomtreinen.

Bij aankomst worden we opgewacht door Anne en Marc met de inschrijvingskaarten en een drankbon, waarna we doorstappen naar het college en uitkijken naar een gepast parcours en wandelgenoten.



Het College van Paters Josefieten is gesticht door Kanunnik Constant Van Crombrughe in 1837 en is de 1^{ste} school in België die een handels en industrieel wetenschappelijke richting aanbood! Het was ook een van de 1^{ste} scholen met een openluchtzwembad! En voor de voetballiefhebbers: hier was het dat in 1863 de 1^{ste} voetbal rolde op het Europese vasteland, meegebracht door een Ierse student! Hier bevindt zich ook het instituut ORSI (OLV ROBOTIC SURGERY INSTITUTE), het 1^{ste} Europees trainingsinstituut waar chirurgen een opleiding kunnen volgen in robotchirurgie in samenwerking met het O.L.V.-ziekenhuis in Aalst en de Gentse universiteit! Waarin een kleine gemeente groot kan zijn!

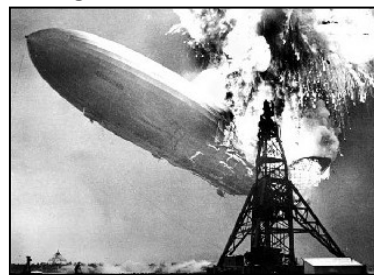


Het is nu 9.30h en een groepje staat klaar voor de 18-21km en ik sluit me er bij aan. Amper op weg en we botsen, figuurlijk, op Urbain, naar hier afgezaakt met de trein. We raken aan de klap en laten al gauw de groep achter ons. Van de Kouterree (alle fiets, wandelwegen en paadjes zijn benoemd) naar de Kwatrechtwegel, met een mooi stukje bos. Verder naar Rechte Ree, ook bunkerroute genoemd, en weer goed voor een verhaal!

Tijdens de 1^{ste} W.O. bouwden de Duitsers vanaf het najaar van '14 een luchtschipbasis op de open velden tussen Gontrode en Lemberge met een enorme hal voor 2 Zeppelins; de LZ27 en de LZ35. In het voorjaar van '15 is de basis klaar mits de inzet van Russische krijgsgevangenen en opgeëiste burgers. De Zeppelins worden ingezet voor bombardementen op Franse en Britse steden waarbij brandbommen manueel vanuit de gondels worden gegooid met de hoop van doel te treffen! De 2 bunkers zijn nog de getuigen van een publiek geheim!

Zeppelins zijn sigaarvormig, en ongeveer 198m lang. Ze bestaan uit een aluminium frame waaraan een 20-tal zakken bevestigd zijn, gevuld met het erg brandbaar waterstofgas. Dat gas is lichter dan lucht, waardoor

de ballon kan opstijgen! De zakken voor het gas zijn gemaakt van koeiendarmen en voor één Zeppelin zijn de darmen van 250.000 koeien nodig. Je verstaat nu waarom tijdens de 1^{ste} W.O. worstendraaien verboden was. Er werden 130 Zeppelins gemaakt in de fabriek van Ferdinand von Zeppelin (overleden in 1917) waarvan 110 dienst deden tijdens de oorlog! Na de oorlog werden ze ingezet voor lange afstandsvluchten vooral naar Amerika. Sommige met bekende namen zoals de LZ127 Zeppelin: langst in dienst, en de LZ129 Hindenburg: de grootste, die was 245m lang, 41m diameter en was eigenlijk bedoeld om te vliegen met helium. Helium was weliswaar 8% zwaarder dan waterstofgas maar wel onbrandbaar! Helaas kon men het nodige geld niet bijeen krijgen om het gas in Amerika aan te kopen dat toen het enige land was dat grote hoeveelheden kon aanmaken! Men had 200.000 m³ gas nodig voor de Hindenburg! De ramp met de Hindenburg op 6mei 1937 te Lakehurst nabij New-York, die bij het landingsmaneuver in brand vloog (35 van de 97 passagiers kwamen om het leven), samen met de opkomst van het vliegtuig, was de doodsteek voor de luchtschepen!



Vanaf 1917 werden de Zeppelins te Gontrode vervangen door 2-motorige GÖTTA IV bommenwerpers die 300kg bommen gericht konden droppen op hun doel! Deze toestellen vlogen op 4.000m hoogte, hadden een actieradius van 6uur, en waren moeilijk te raken door het afweergeschut! Vanaf mei vlogen ze onafgebroken op Britse doelwitten. Tot zover deze historische uitleg!



We dwalen verder door velden en woonkernen, spotten enkele groepjes 7mijlers en komen na 8,8km onder licht gedruppel aan in de rustpost te Lemberge. Druk, druk, druk, maar we vinden toch een plaatsje en spreken onze knapzak aan bij een drankje. Het is 11.30h als we terug opstappen onder een grijze natte lucht voor een 1^{ste} lus. Op de hoek van de Vatestraat bemerken we

de toren van het kasteel "t Goed ter Jacht" met al een vermelding midden 16^{de} eeuw als een "huys van plaisanse" en ooit nog het jachtpaviljoen van de Markies van Rode, Heer van Beerlegem! Ter hoogte van de kerk van Lemberge stappen we de Aldegondiswegel in, genaamd naar de gelijknamige kerk. Deze was toegewijd aan H. Aldegonde, aanroepen tegen kanker en nog steeds een druk bezocht bedevaartsoord vnl. op 30januari! In de Heiwegel kruisen we enkele "schalkse ruiters" en moet ik onwillekeurig terug denken aan het gelijknamige programma (dec'96-feb'98) met Bart De Pauw & Tom Leenaerts. Vooral de sketch met het typetje "de man van Melle" gespeeld door Bart, waarin hij dames smeekte hem te verlossen uit zijn eenzaamheid, en daarna zijn adres "Koekoekstraat 70 in Melle" doorgaf, was hilarisch! Als eerbetoon is er nu in Melle een Koekoekstraat!



Een graspad verder komen we bij Jan Peirs en zijn dames waarna de Driebunderwegel aanstuurt naar de rustpost met in ons zog opnieuw een groepje 7mijlers! We tellen er 6.5km bij en landen op 2 vrijgekomen plaatsen. Net op het ogenblik dat we terug willen opstappen begint het te stortregenen zodat we ons nog wat schuilhouden! Het ergste voorbij beginnen we aan de laatste lus van 6.2km. We stappen terug Gontrode binnen langs goudgele bomen. We kunnen weinig genieten van de herfstkleuren want het blijft blaasjes regenen. De Peperwegel leidt ons langs sompige paden door de velden. Uiteindelijk klaart het op en kunnen we nog genieten van een jonge wijngaard! Met de 53m hoge, geklasseerde watertoren wandelen we Melle weer binnen en verwijst een prachtige koperen gistketel ons naar een stop bij brouwerij

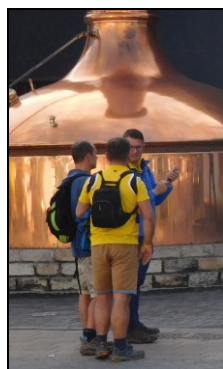
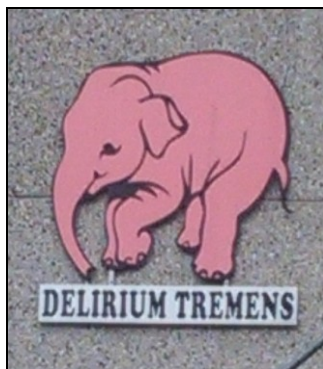
HUYGHE. Daar wachten de liefhebbers op hun beloofde gratis DELERIUM, maar het bier is lauw wegens problemen met de koeling & tapinstallatie, dan maar liever een fris waterke voor mij! Nog enkele stappen en we zijn terug in de startzaal.

Het is nu half drie en nog ruim de tijd voor terugkeer, maar voor Urbain wacht de trein niet zodat hij kort daarna opstapt! Ondertussen probeert de zon er door te komen, beter laat dan nooit, en een have dag

vroeger was nog beter geweest. En kijk, bij mijn fotoronde tref ik een groepje clubleden aan, genietend op de binnenkoer, en alhoewel het frisjes blijft, zonder jas genieten van de laatste zonnestralen!

Half vijf komt in zicht en we kijken uit naar de bus waar Arlette en Etienne zorgen voor een toemaatje met het overgebleven ontbijtbuffet van deze morgen. Er wordt gretig toegetast, maar er is genoeg voor iedereen! Wat later stappen we voldaan op de bus en keren, begeleid door een stralend zonnetje in een licht bewolkte hemel huiswaarts. Op de bus krijgen we van Etienne nog een clubsticker voor in ons boekje, en komen behouden thuis. Bedankt Noël Tours! Afgezien van het weer hebben we genoten van het groen en het gezelschap en kijken al uit naar de Hoevetocht! Tot dan!

Amerlinck Eddy.



'T Bakkerietje



Caesar Gezellestraat 19 - 8560 MOORSELE
 Tel. 056 42 25 61 www.bakkerietje-moorsele.be
Gesloten op donderdag en zondag

Meerlandhoeve

GROENTEN & FRUIT

bij Antoon Frits

Meerlaanstraat 10 - 8560 MOORSELE

056/50 95 19 - 0472/61 66 31



UITVAARTZORG
GHILLEMYN-RADÉ

Bankstraat 31 | 8560 Gullegem
 St. Maartensplein 7 | 8560 Moorsele
056 41 11 48 | www.ghillemyn-uitvaartzorg.be

Vanwynsberghe Bart Fietsen & Bromfietsen  Karrestraat 72, 8560 Moorsele Tel. 056 41 26 55 - Fax 056 41 66 31 b.vanwynsberghe@telenet.be	 Warandestraat 65 8560 Moorsele t.lindeke@telenet.be Tel. 056 49 48 78	DAMES HEREN ZONNEBANK Sabine Demuyne Warandestraat 156 8560 Moorsele Tel. 056 42 08 85
Brood- en Banketbakkerij 't Vrije Warandestraat 68, 8560 Moorsele Tel. 056 40 18 31	MICHELINE DECLERCQ medische voetverzorging nagelstyliste-kunstnagels Warandestraat 31 8560 Moorsele op afspraak: 0472 99 00 48	BLOEMEN FLORAMA  Warandestraat 55, 8560 Moorsele Tel. 056 40 41 50
Commeyne BAKE-OFF & HORECA Karrestraat 21 8560 Moorsele Tel. 056 41 32 37 Fax 056 42 03 21 commeyne@commeyne.com	Autocardienservice VLAMINCK Karrestraat 55, 8560 Moorsele Tel. 056 41 15 55 - Fax 056 42 33 31	 Martijn Christophe interieur • maatmeubelen 0497 37 02 54 Atelier: Heerweg 92 • 8560 Moorsele Factuuradres: Warandestraat 82 • 8560 Moorsele Tel. 056 42 25 91 christophe.martijn@euphony.net.be

Defraye Luc
Zakenkantoor BVBA

Sint-Maartensplein 6/0001
 8560 MOORSELE
 056 41 30 77
www.defrayeluc.be

Wie bieden u
 graag een
 persoonlijke
 service

DVV
 verzekeringen



AVEVE GHEYSENS bvba
Dirk & Zohra

WARANDESTRAAT 196
 8560 MOORSELE
 Tel. 056 41 11 57 fax 056 42 27 11
gheysens.dirk@aveve.be www.aveve.be

Familieberichten

Familienieuws, geboortes, huwelijken, jubileums, gewoon iemand eens in de bloemetjes zetten . . .

het kan allemaal in dit CLUBBLAD van en voor onze clubleden.



Laat het ons gewoon weten !

Fijne verjaardag aan :

in NOVEMBER : 2 NICO LOBBENS & DIRK LEENAERT & MARTHA PARMENTIER, 6 MARCEL BULTYNCK, 8 JAN TAVERNIER, 9 NELE VASTMANS & HEIDI DECOENE & ANN D'HAENE, 10 HEIDI DECLERCQ, 12 PHILIPPE FAVERE, 13 JAN VERMEIRE, 16 ERIC CAPON & JACQUES STAELENS, 17 MARTINA MINNAERT, 18 MARLEEN VANHOLLEBEKE & LUCRECE DECROUBELE, 19 DIDIER DOS SANTOS GOMES & BERT VANHEE, 21 RIA DEMIERBE & ANITA LEDOUX, 22 CHRISTINE ACCOU & FREDDY REYNAERT, 23 KATLEEN MESSELY, 24 CHRISTA BALLOY, 26 ROLAND PEERS, 29 GEERT PATYN.



in DECEMBER : 2 CARINE FIEVE & GEORGES PORTE, 4 EDDIE REYNAERT & WILLY DERE & BERNICE SOETE, 5 ARNOLD BLOMME & ANITA VANWYNSBERGHE, 7 LIEVE PEIRS, 9 KARINE DESMET, 13 JOHAN DELEU, 14 NATALINO CAPUZZIMATI & CECILE VANHEULE, 16 JAN PARMENTIER, 19 MARTIN LEZY & EDDY WITDOUCK, 21 MARC ROOBROUCK, 22 NOËL HERMAN, 25 NOELLA DEGROOTE & NOËL DENECKERE, 26 STEFAAN DELEFORTRIE & EDDY RUELENS & MARNIX DELEPLANQUE & NOËL DELEU, 27 BERNARD PATTYN, 28 CARLO LESAGE & ANTOON DENECKERE, 30 FRANCINE PATTYN & MONIKA VANMEERHAECHTE.



in JANUARI : 1 CHRISTELLE DUFLOU, 2 MARC MASSELIS, 3 RITA BAELEN, 4 JACQUELINE GELDER, 5 FILIEP CARLU, 6 NATASCHA TYTGAT & JEAN-PIERRE CUYLITS & ANTOINE LEFEBVRE, 9 FRANS VANDORPE, 12 INGRID EXPEEL & LEEN VANDEZANDE, 13 MONIKA WITDOUCK, 15 GINA BLANCKE, 17 LILIANNE COTTYN, 19 TOM Vlieghe & MARTINE GELDHOF & PHILIPPE VANWYNSBERGHE, 22 RITA BRUNEEL & FILIP FLAMEZ, 23 FREDDY VERMEULEN & NICOLE LIETAER, 24 CRISTELLE DECLERCQ, 25 LIDWINE DEBOOSERE, 27 GEERT VANDAELE, 28 NANCY CHOMBAERT & MARLEEN WILLE, 30 MARTINA MOLLIE, 31 YORBEN DELPUTTE & RUDY GELDHOF & CHRISTINE VANLERBERGHE.



PROFICIAT JARIGEN, geniet van je verjaardag !



Van Harte Beterschap

We wensen veel beterschap en/of spoedig herstel toe aan alle leden die ziek zijn, onlangs een operatie ondergingen en/of opgenomen werden in een ziekenhuis.

We hopen dat ze weldra "met volle moed" terug de wandelschoenen kunnen aantrekken om zo de nodige zuurstof op te nemen en zich te ontdoen van de geslotenheid van de ziekenkamer.

Droevig Nieuws

Bedroefd, maar dankbaar voor de vele mooie momenten, melden wij het overlijden van **Roger Accou** (°5 januari 1953 - †4 september 2017), schoonbroer van ons clublid **Marcel Kindt**.



Sterven is verhuizen naar het hart van zij die jou liefhebben.



Langzaam ben je van ons weggeleden, elke dag een beetje meer... de heer **Roger Vermeulen** (°17 juni 1936 - †4 oktober 2017), (schoon)vader van **Freddy en Ria Vermeulen-Dessein**, opa van **Rhune & Milan**.

*Jouw boek ligt dichtgeslagen.
Maar voor ons zijn alle bladzijden
uit dat boek de liefste en mooiste herinnering
aan een man zo bijzonder die wij nooit zullen vergeten.*

Blij Nieuws

PROFICIAT

Arlette Pattyn & Etienne Cottyn
met jullie gouden bruiloft.



50 jaar geleden gaven zij elkaar hun JA-woord op 17 november 1967 !



We zijn weer poepoe en moemoe geworden, ons vierde kleinzontje !

Een flink kereltje NOAM, geboren op 4 oktober 2017, hij weegt 4kg340 en meet 54cm.

NOAM is tweede zontje van Nicolas Delecourt & Lien Dumortier en broertje van Caleb.

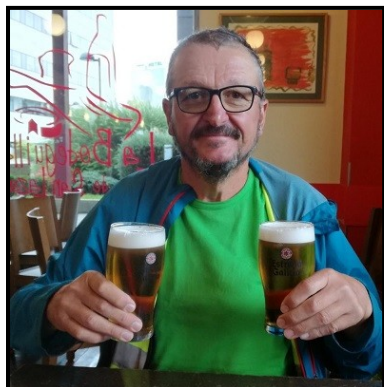
Groetjes Marijke Gheysen & Luc Dumortier



Sint-Janslaan 12 - MOORSELE

alle dagen open, ook op zondag

We melden ook enkele héél bijzondere prestaties van enkele 7mijl-stappers !!!



Guido Deleu terug thuis na zijn voettocht *Bissegem-Compostella*.

Meer dan 2.500 km,
heel veel leuke reacties
op zijn BLOG,
mooie dagelijkse
verslagen en foto's !

PROFICIAT !



Het ganse verhaal staat nog op zijn blog :

<http://caminopolkeguido.blogspot.be/2017/>

Geert Vanhauwaert is ondertussen al meer dan een maand bezig met zijn camino. Zijn dagelijkse belevenissen staan op zijn Facebook en op de 'besloten groep'. Halfweg oktober vatte ik de eerste 19 etappes samen en plaatste dat op de clubblog. Heel mooie lectuur & zijn inmiddels verrassende dagelijkse spreuken / gezegden / wijsheden / ... geven de verhalen EXTRA KLEUR !

Ziehier enkele voorbeelden :

- > Geef je voeten rust maar ook je hart (gezegde uit Afrika).
- > Schilpadden kunnen meer over de weg vertellen dan hazen (Kabila Gibran).
- > Of je je nu haast of langzaam gaat de weg voor je blijft altijd dezelfde (gezegde uit China).
- > Onderweg zijn is.... voordurend dankbaar zijn aan alles wat de weg je zomaar biedt (Jan Hendricks).
- > Alleen ga je sneller, samen kom je verder (Afrikaans spreekwoord).
- > Het einde kan nooit zo interessant zijn als de weg er naar toe.
- > Wandelen is denken met je voeten (Rommert Boonstra).
- > Tegen de stroom ingaan is de enige manier om bij de bron te komen.



Alleen als wij weet hebben, kunnen we een melding maken in het clubblad. Gewoon een foto en een kort woordje uitleg (**wat-waar-wanneer**) en misschien kom jij dan wel in ons clubblad 'van & voor' clubleden !! Ook een leuke vakantie-foto kan hier (postkaartjes worden 'bijna' niet meer verstuurd).

Secretariaatsberichten

Hallo,

Misschien ben ik wel te vroeg . . . vorig clubblad was "september-november". Sorry foutje, moest natuurlijk "september-oktober" zijn. Dus toch maar NR 93 november - december . . . hernieuwing van de lidgelden ! Ik weet dat het weer wat druk wordt, maar dank jullie allen NU al voor het vertrouwen en rappe betaling.



Jawel, jammer dat sommigen wachten tot het laatste moment (soms na een rappel!). Niets is plezanter dan op 25 november de nieuwe lidkaart, het boek 'Walking in Belgium 2018' en een nieuwe reeks klevers in ontvangst te mogen nemen.

Dit jaar nog een nieuwigheid : bij uw nieuwe lidkaart steekt nu ook onmiddellijk een attest voor **teruggave van het lidgeld bij uw ziekenfonds**. WSVL heeft een overeenkomst gesloten met de meeste ziekenfondsen : alleen nog uw ziekenfondsklefer erop en deponeren in de brievenbus !

LET ECHTER OP : teruggave lidgeld 2017 kan onmiddellijk, voor 2018 dien je te wachten tot de eerste week van januari 2018 !! Hou hier rekening mee.

Let op: indien als verzekeringsjaar '2018' wordt ingevuld dient als datum invullen attest (onderaan) een datum in 2018 ingevuld (bv. 02/01/2018). Zo niet zal het attest geweigerd worden door de mutualiteit. *Dus heel belangrijk om te melden aan het lid dat het attest voor 2018 pas in 2018 ingediend kan worden.* Anderzijds is het wel zo dat voor leden die in 2017 nog geen attest ontvingen, deze ook nog voor 2017 een attest mogen indienen bij hun mutualiteit. *Let hierbij wel telkens op de datum van invullen attest (onderaan het formulier)!*

Waarom vraagt mijn federatie/club het rijksregisternummer van alle leden op?

De federatie vraagt aan de clubs rijksregisternummers bij clubleden te verzamelen. Waardoor je soms kritische vragen krijgt van leden, want niet iedereen deelt die gegevens even graag en stelt zich misschien de vraag of dit wel mag volgens de privacywetgeving. In dit geval is er echter geen privacyprobleem. De Privacycommissie bracht naar aanleiding van het nieuwe decreet voor sportfederaties een advies (https://www.privacycommission.be/sites/privacycommission/files/documents/advies_06_2016.pdf) uit waarin federaties en clubs duidelijk de toestemming krijgen rijksregisternummers op te vragen. De reden dat aan sportfederaties gevraagd wordt rijksregisternummers te verzamelen bij sportclubs is **om dubbeltellingen te vermijden** in de ledenaantallen van de federatie. Mag ik nog even jullie aandacht a.u.b. : er zijn nog enkele leden die hun RIJKSREGISTERNUMMER **NIET** doorgegeven hebben. Dit is noodzakelijk voor het ontvangen van de nodige subsidies, zowel voor WSVL (zie tekst hierboven) als voor onze club. Volgende personen zijn nog niet in orde, (zij vermelden best hun nummer(s) in de mededeling bij de betaling van het lidgeld): ACCOU JUDITH, BLANCKE GINA, CLARYSSE MARLEEN, DECLERCQ HEIDI, DELEU JOHAN, DELRUE INGRID, DESIMPELAERE WILLY, DETAVERNIER JELLE, DETAVERNIER NICO, D'HAENE ANN, FAES HUBERT, GELDHOF RUDY, GUILBERT STEPHAN, GYKIERE STEFAAN, HIMPE PATRICK, KINDT MARCEL, MAES FREDDY, MYLLE TOM, PORTE CARINE, SNAUWAERT LYDIE, VAN DAELE LAURETTE, VANCOILLIE CARINE, VASTMANS NELE, WITDOUCK MARIA.

Ik wil er ook nog even op wijzen dat leden die met geld betalen op de Hoevetocht, jammer genoeg hun klevers & ziekenfondsattest NIET onmiddellijk zullen ontvangen (ik kan deze onmogelijk aanmaken op die drukke dag en zorgt dus voor EXTRA kosten om deze op te sturen met de post!).

Betaal tijdig uw lidgeld op de rekening, zeker indien u de betaling niet zelf doet via computer of smartphone of aan de automaat van de bank. Er steekt geen overschrijvingsformulier bij (te omslachtig - en terug EXTRA kosten - bij drukken clubblad, en deze betalingen nemen meerdere dagen in beslag vooraleer op ze op onze rekening staan!) Neem onderstaande gegevens mee naar de bank om de betaling DIRECT te laten uitvoeren.

- > bedrag : 12,50 euro individueel, 25,00 euro gezinsprijs.
(hernieuwing = korting tegenover eerste inschrijving!)
- > IBANrekeningnummer : BE08 8335 1432 7713 BIC : GKCCBEBB
- > op naam van : de 7mijl-stappers Moorsele
- > mededeling : lidgeld 2018 + aantal personen (eventueel rijksregisternummer indien uw naam hiervoor vermeld staat !)

Ik heb te laat betaald. Wanneer krijg ik mijn lidkaart ??

Beste leden, het is onbegonnen werk om meer dan 350 leden te gaan bezoeken, meer dan 200 boeken thuis te leveren, . . . vandaar zorg in eerste instantie dat je op tijd betaalt. Wie niet op de Hoevetocht kan langskomen, kan wachten tot op het nieuwjaarsfeest 12 januari 2018. Passen deze data niet, spreek best VOORAF af om langs te komen ! (dan ben je zeker dat iemand thuis is).

LIDGELD . . . krijg je waar voor je geld ???

- **BOEK "Walking in Belgium"** (winkelwaarde 17 euro) (één per gezin).

- **Verzekering** (waarde ong. 10,00 euro per persoon!).

Bij een gezinsaansluiting vragen wij dan ook de kinderen die NOOIT mee-wandelen eventueel niet in te schrijven. Dit leidt tot onnodige en overbodige kosten voor de club.

Wij willen natuurlijk niemand uitsluiten en sporadische wandelaars zorgen dan ook best verzekerd te zijn!

LET WEL : BIJ WIJZIGINGEN CONTACTEER HET SECRETARIAAT :

- > gezinsuitbreiding, adreswijziging, . . .
- > contactgegevens zoals telefoon, gsm of E-mail.

- informatietijdschrift van de LIGA **"Walking Magazine"** (abon. 5 boekjes kost 15 euro/jaar).

- **lidkaart en eerste wandelboekje** waardoor vermindering op de inschrijvingsgelden (in 2017 min. 0,40 euro per wandeling, kostprijs nieuw wandelboekje 1,00 euro).

- **VOLLE wandelboekjes zijn geld waard !** Op het nieuwjaarsfeest (telkens 2^{de} vrijdag januari) en onze Stekseltocht (tweede zondag in april) kunnen deze uitbetaald worden.

We rekenen op de eerlijkheid van de leden ; enkel boekjes als 7mijl-stapper tellen hiervoor !

(bij misbruik worden passende maatregelen getroffen)

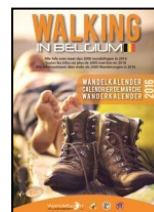
- **Ons CLUBBLAD** (5x per jaar) op papier !

- verzorgd 'bijna gratis (15 euro)' **NIEUWJAARSFEEST** (vrijdag 12/01/2018) : aperitief met hapjes, warme maaltijd, enkele drankbonnen, democratische drankprijzen, professionele DJ, gratis tombola, ...

- **2 goedkope busreizen** (bus, inschrijving wandeltocht, sticker, 1 gewone drank = 12,50 euro, 1x met ontbijt inbegrepen = 15,00 euro)

- **persoonlijke stickers.**

- heel wat ziekenfondsen betalen uw bijdrage geheel of gedeeltelijk terug. Info bij uw ziekenfonds of op hun website !



WAAROM NOG UITSTELLEN ?

Op 25 oktober 2017 telt onze Club : **364[★]** leden.

WELKOM in onze club :

Hieronder vindt u niet alleen de laatste NIEUWE aangesloten leden, maar een lijst van alle leden die al in orde zijn met hun lidgeld 2018. Zij dienen niet meer te storten, hun lidkaart 2018, boek en klevers zullen klaar liggen op de Hoevetocht ! (dienen niet meer te betalen gezien aangesloten sinds 15/08/2017). **MERK OP = aangroei van 27 leden sinds halfogst !!!**

CLAES	ANNE	PACIFICATIESTRAAT	2000	ANTWERPEN	03/237 93 32	0474/83 70 92
BUYCK	JACQUES	IEPERSTRAAT 58	8560	MOORSELE	056/40 09 31	0474/58 00 34
PARMENTIER	MARTHA					0498/53 42 18
GELDER	JACQUELINE	VRIJSTRAAT 51	8560	MOORSELE		0494/48 04 30
GHELDOLF	RIK	HOGHE VOETWEG 16	8560	GULLEGEM	056/41 32 25	0486/56 95 71
COURTENS	RIKA					
BLOMME	ARNOLD	PEPERSTRAAT 47	8501	HEULE		0486/12 50 15
PATTYN	FRANCINE					0484/21 96 92
DEROO	RIK	MEIWEWEG 13	8560	GULLEGEM	056/40 21 38	
VANLAETHEM	CHRISTELLE					
DERYCKERE	FREDDY	SCHOONWATER 17	8560	GULLEGEM		0485/42 37 29
BULTYNCK	RITA					0498/67 11 05
MACCO	MICHEL	LOMMERGOED 57	8560	GULLEGEM	056/40 37 29	
DECROUBELE	LUCRECE					
PATTYN	RUDDY	ROZENSTRAAT 16	8560	MOORSELE	056/41 98 03	0468/12 01 59
EXPEEL	INGRID					
nieuw sinds vorig clubblad						
DEPAUW	MARLEEN	NOORDKAAI 36	8930	MENEN	056/51 10 21	0494/16 49 68
VANDEWYNCKELE	FONS	WEZELSTRAAT 6	8930	MENEN	056/51 48 57	0473/54 83 99
BAELEN	RITA					
VANDEN BROUCKE	DANNY	GHELLINCKDREEF 4	8501	BISSEGEM		0476/40 11 90
FAVERE	PHILIPPE	HEULEKOUTER 6	8560	GULLEGEM	056/35 32 57	0478/55 51 22
LEDOUX	ANITA	OVERHEULESTRAAT 149	8560	MOORSELE	056/41 63 23	
VERSPPELT	WERNER					0473/28 57 61
VERMEIRE	JAN	MOUTSTRAAT 8	8531	BAVIKHOVE		0496 95 17 72
CLAEYS	CARINE					
CRUYCKE	GEERT	IEPERSTRAAT 92	8560	MOORSELE	056/42 23 64	0476/35 86 11
VEREECKE	GERDA					0497/85 22 92

Veel wandelplezier als 7mijl-stapper !!

 Crelan	GELDBELEGGINGEN
	LENINGEN
	VERZEKERINGEN
	Kantoor : DEMUYZERE PAUL FSMA: 49477 A-B info@kantoordemuzere.be
Kerkstraat 24 - 8560 GULLEGEM tel. 056 / 40 03 13	

VOETPRAKTIJK LIEN



medische voetverzorging

***Huid - en nagelaandoeningen**eeltvorming - kloven - likdoorn - eeltpit - schimmelinfecties
ingegroeide nagel - verdikte nagel - ...***Voetzorg bij risicopatiënten**

diabetische, - reumatische - en oncologische voet

***Specialisaties**

Orthoplastie - Onychoplastie - Orthonyxie

***Wondzorg en vilttherapie**

Ledegemstraat 101 ' 8560 Moorsele

Op afspraak: 0497 40 25 04 ' 056 29 46 26

Meer info: www.voetpraktijklien.be

ALUMES^{bvba}

ALU-PROFIELEN

Millesteenstraat 91 - 8890 Dadizele Tel. 056/50.64.75

info@alumes.be - www.alumes.beBruggestraat 220
8930 Menen

T +32 (0)56 51 53 58

F +32 (0)56 53 31 57

Speiestraat 21

8940 Wervik

T +32 (0)56 31 25 85

Elke dag op afspraak,
huisbezoeken ook mogelijk

 [dierenartsenpraktijksamyn](https://www.facebook.com/dierenartsenpraktijksamyn)
info@dierenartssamyn.be
www.dierenartssamyn.be
 BTW BE 0892 869 063




OPTIEK GRISON 

Optometrie - Contactlenzen

Sint-Janstraat 28
8560 Moorsele
Tel. 056 42 06 35
optiek.grison@skynet.be
Maandag gesloten


We make it visible.

BIERHANDEL

POELVOORDE Dirk

Wezelstraat 14, 8560 WEVELGEM

tel. 056 41 31 90
 fax 056 41 85 47
 gsm 0476 89 74 94

dirk.poelvoorde@skynet.be

Verhuur van volledig uitgeruste trekkingsfietsen

meer info op www.duvelo.be

Wahisstraat 3 - 8930 MENEN +32 473 804 707

**Des winters als het regent dan zijn de paadjes diep, ja diep . . .
 Dan komt dat loze vissertje, vissen al in dat riet . . .
 Met zijne rijfstok, met zijne strijkstok
 Met zijne lapzak, met zijne knapzak
 Met zijne lere van dere domdere
 Met zijne lere laarsjes aan . . .**



Dit 'Kinderlied' (hebben we toch allemaal geleerd op school, ouders of grootouders) sluit onze 4 seizoenen af !

Op zoek naar inspiratie voor een vast item voor volgend jaar . . . alle hulp is WELKOM ! (via gekende kanalen, liefst Email naar het secretariaat).

Niet iedereen houdt van de winter. De dagen zijn kort, de wegen kunnen verraderlijk glad zijn en het weer durft al eens tegen te vallen. Toch heeft elk seizoen naast zijn nadelen, ook voordelen ! Een normaal en op de eerste plaats constant winterseizoen is noodzakelijk voor de rust en dus ook de gezondheid van onze tuinen en alles wat erin leeft.



De winter is het koudste seizoen van de vier. Oudere mensen zeggen het vaak: "de winters zijn niet meer zoals ze vroeger geweest zijn". De winters zijn inderdaad zachter dan tientallen jaren geleden. Historisch gezien zijn er echter periodes van minder koud winterweer en periodes waarin de winter harder toeslaat. Sommige

experts wijten het fenomeen aan de klimaatopwarming, maar dat is ook helemaal niet zeker of bewezen. Warme zuidenwinden kunnen ook de oorzaak zijn van zachte winters. Temperatuurverschillen kunnen immers groot zijn indien er een zuidenwind of een noordenwind waait. Het is niet correct om te zeggen dat warme winters een gevolg zijn van de opwarming van de aarde. Waarschijnlijk kan het er mee te maken hebben, maar andere factoren zullen eveneens een rol spelen.

Ieder seizoen heeft zijn voor en nadelen, ook de herfst. Laten we eens beginnen met de nadelen :

1. Zachte winter : Fauna en flora in de knoop ! Vooral fauna en flora ondervinden problemen. De diertjes die in het wild vertoeven en van planten leven krijgen te maken met voedselschaarste. Immers door de zachte temperaturen beginnen ze nog niet aan hun winterslaap en moeten ze bijgevolg langer kunnen eten. Hebben ze een wintervoorraad dan zal deze vlug geslonken zijn. Bessen en fruit zijn momenteel niet meer te vinden, gras uiteraard wel. Muizen kunnen zich de hele winter blijven voortplanten en kunnen dan in de lente een ware plaag worden. Trekvogels weten ook niet goed wat doen, gaan ze op weg of blijven ze. Struiken, bomen en bloemen kunnen weer vroeger in gang schieten en dat is er voor de hooikoortspatiënten geen goed nieuws, vooral de hazelaars en de elzen kunnen al erg vroeg zijn. Planten en bomen kunnen door het zachte weer heel snel beginnen bloeien. Indien er toch nog een late wintergolf zou opdruken, dan kunnen planten en bomen - die al in bloei staan - toch nog stuk vriezen. Dit kan heel wat (economische) schade veroorzaken voor fruittelers.

Gevolgen voor consumptie- en bestedingspatroon. Er zijn ook de financiële gevolgen voor de kledingwinkels, die met overschotten aan winterkleding blijven zitten. Niemand heeft immers wintertruien of andere winterse attributen nodig wanneer de temperatuur veel hoger ligt dan normaal in een echte winterperiode.

2. Bezorgd voor winterkwaaltjes. Maar is het echt zo erg?

Wat doet de winter met uw gezondheid?

Het is een hardnekkige mythe dat we ziek worden van de koude. Hoewel het een **verkoudheid** heet, zijn het niet de koude temperaturen alleen die u ziek maken. Het probleem is net dat we tijdens de winter al te vaak binnen blijven en de gezelligheid opzoeken in het gezelschap van anderen. Op familiefeestjes, op restaurant en in onze warme kantoren is het voor virussen een koud kunstje om zich te verspreiden.

Het klopt dat de koude de weerstand doet afnemen. Door de koude vernauwen de bloedvaten zich, waardoor er minder bloedtoevoer is naar de uiteinden van het lichaam en dus minder witte bloedcellen om ziektes af te weren. Maar studies doen vermoeden dat een regelmatige blootstelling aan koude de immuniteit net verhoogt, en dat u uw immuunsysteem als het ware dus kan trainen.

3. Sneeuw en ijs!

U stelt de winter wellicht niet erg op prijs wanneer u 's ochtends, voor u naar het werk vertrekt, aan de slag moet met sneeuwschop en ijskrabber. Door de wintergladheid bestaat er een groter valrisico. Daarnaast verliest u tijdens het sporten warmte. Je kan je daarvoor kleden, maar op een bepaald moment ga je toch onderkoelen. De tijd dat je blootgesteld bent aan de koude moet daarom beperkt worden. Het is maar de vraag of het nodig is om bij -4°C ermee te beginnen.



Wie te lang in extreme koud vertoeft, riskeert vrieswonden. Door de felle kou gaan de oppervlakkige bloedvaten, net onder de huid, eerst dichtklappen en later verkrampen. De bloedtoevoer in de externe lichaamsdelen komt in het gedrang en er ontstaat een vrieswonde. De oren, neus, vingers en tenen zijn hiervoor het gevoeligst. Vrieswonden kan men naargelang de ernst indelen in drie graden. Bij eerstegraads wonden is de huid gevoelloos en wit. Komt men terug in de warmte, dan worden de bevroren delen fel rood en gaan ze pijn doen. Het kan enkele dagen duren alvorens de pijn helemaal verdwijnt en de huid zich volledig hersteld heeft. Tweedegraads vrieswonden zijn te vergelijken met eerstegraads, met dit verschil dat de aangetaste huid bij opwarming blaren gaat vertonen. Ten slotte bij derdegraads vrieswonden sterft de huid gewoon af.

Tip: zo vermijd je bevroren tenen. Zorg steeds voor droge sokken! Wie met natte sokken rondloopt in de kou, loopt meer risico op vrieswonden. Dagelijks een paar propere, bij voorkeur katoenen sokken, kunnen heel wat ellende besparen.

4. Koolstofmonoxide!

Een gevaar wanneer het buiten koud is, is CO-intoxicatie. Koolstofmonoxide is een kleurloos, geurloos en smaakloos gas dat vrijkomt bij de verbranding van hout, kolen, gas en mazout. Elk verwarmingstoestel is dus een potentiële bron. Symptomen van CO-vergiftiging zijn hoofdpijn, duizeligheid, vermoeidheid, concentratieverlies en neiging tot braken. Gezien de banaliteit van de symptomen worden die te vaak genegeerd, waarschuwt het KMI.

Tot zover een aantal nadelen aan de winter. Het seizoen biedt ook enkele prachtige voordelen !

1. Zachte winter :

verwarmingskosten zullen een beduidend stuk lager uitvallen. Steden en gemeenten kunnen ook flink besparen op strooizout en manuren . Bouwbedrijven kunnen verder blijven doorwerken. Het is bovendien ook beter voor het milieu dat er minder gestookt wordt en minder zout wordt gestrooid. Laten we ook de daklozen niet vergeten, die hierdoor niet dadelijk een onderkomen moeten zoeken, maar vaak buiten kunnen blijven.

2. Sneeuw, ijs & winterprik!

Een stevige winterprik is een ideaal bestrijdingsmiddel tegen 'plaagdieren'. Ideaal omdat het niets kost en absoluut ecologisch is. Langdurige vriestemperaturen zorgen ervoor dat tal van plaagdieren, hun larven of de eitjes het koude seizoen niet overleven. Neem nu slakken bijvoorbeeld, ze zetten gedurende hun actieve seizoen duizenden eitjes af waarvan een groot deel slechts in het volgende voorjaar tot ontwikkeling komt. Bij enkele strenge vriesdagen gaan deze eitjes stuk, dit resulteert in een aanzienlijke terugval van slakken in het voorjaar! Ook heel wat andere plaagdieren worden teruggedrongen na een langdurige koude periode, denk maar aan de vervelende wespen !

Ook de moestuinier is gebaat bij een stevige winterprik. Het onkruid vriest nu goed kapot! Ook de planten, het gazon en de bomen hebben nood aan rust. Een langdurige periode van temperaturen rond het vriespunt zorgt ervoor dat bomen heesters en kruidachtigen hun groei tijdelijk stopzetten of tot een minimum beperken. Ook hier zorgen constante lage temperaturen voor een zeer trage en geleidelijke ontwikkeling van de nieuwe botten voor de lente. Indien de temperaturen plots te zacht zouden worden, begint de sapstroom opnieuw te pompen en dreigt het nieuwe leven te vroeg te komen met als gevaar dat een daarop volgende winterprik voor heel wat schade kan zorgen. En *wist je dat...* vele soorten bloembollen en knollen het enkele goed doen in het voorjaar als ze tijdens de winter voldoende vorst hebben gehad!

Eén van de belangrijkste winterslapers in onze tuinen is de egel en wij hebben er alle baat bij dat deze stekelige tuinvriend in het voorjaar goed is uitgeslapen. Hij is namelijk een uitstekende hulp in de tuin bij het bestrijden van slakken en bovendien een aangename tuingast. Bij een constante winter met normale (=koude) temperaturen gaan de dieren vroeg en dus op tijd in winterslaap en blijven ze in rust tot de omgevingstemperatuur in het voorjaar langzaam terug opwarmt. Indien de temperaturen teveel schommelen of het blijft te lang zacht dreigt er voor hen een voedselschaarste tijdens of voor de winterslaap waardoor ze de winter mogelijks niet overleven.



3. Genieten: Alles en iedereen heeft baat bij de winter. Al was het maar om gewoon te genieten van de witte tuintaferelen en van de aan- en afvliegende tuinvogels die van al het lekkers op de voedertafel komen smullen. Meestal vind ik het verschrikkelijk als het buiten donkerder wordt. Ik kan er echt een humeur van krijgen en het heeft ook invloed op mijn lichaam. Weinig daglicht is niets voor mij! En nu het elke dag weer een stukje langer licht is, ben ik ook gewoon vrolijker. Daarnaast geeft het mij het gevoel dat het weer zomer wordt, en daar houd ik van! Ik ben geen

winterfan, ik hoop dat er niet te veel sneeuw gaat vallen. Maaar, die toffe **7mijl-stappersmuts** moet toch minstens een keertje op !



4. Gezondheid: Buiten sporten in de winter heeft ook zijn voordelen ! Als je last hebt van depressies door de donkere dagen die er weer aankomen, dan is het sowieso een prima idee om te gaan sporten. Veel mensen gaan gebukt onder een winterdepressie. Door buiten te sporten vangt je lichaam toch nog (zon)licht op, wat fantastisch is voor de aanmaak van vitamine D. Maar het belangrijkste is de aanmaak van het zogenaamde endorfine. Deze worden aangemaakt door je lichaam naar aanleiding van inspanning. Deze stof geeft je een goed gevoel en zal uiteindelijk de depressies en de slechte humeuren volledig verdrijven.



Het is natuurlijk heel erg verleidelijk om in de winter heel dicht bij de verwarming te blijven, comfortabel op de bank met een lekker wijntje. Heerlijk natuurlijk, maar hierdoor zak je letterlijk als een plumpudding in elkaar. Je voelt dat je steeds minder energie hebt . . . Als je altijd voor de kachel blijft zitten, en niet aan sport doet, ben je veel vatbaarder voor bijvoorbeeld een griepje. De enkele keer dat je buiten komt om de vrieskou te trotseren, zal direct een aanslag op je lichaam zijn, waarna je onvermijdelijk kou zal vatten of een griepje zal krijgen. Buiten sporten zal je weerstand een enorme boost geven, waardoor je beter bestand bent tegen deze lastige virussen. Natuurlijk krijg je nog steeds te maken met deze virussen, maar je goede weerstand zal daar dan snel korte metten mee maken!

Moet je minder drinken als het koud is?

Neen, ons lichaam blijft elke dag 2,5 liter vocht nodig hebben. Ongeveer 1 liter wordt aangebracht via de voeding. De resterende anderhalve liter moeten we bijdrinken. Water krijgt de voorkeur, hoewel warme dranken in de winter niet te versmaden zijn. Kies dan bijvoorbeeld voor kruidenthees, onvette bouillon en lichte koffie. Alcohol is geen goede opwarmer! Van een borreltje krijg je het niet warm. Integendeel, alcohol verhoogt het warmteverlies van het lichaam. Je zal het dus eerder koud krijgen. Een tas warme melk, chocolademelk, koffie, thee of soep zijn de beste opwarmers in de winter.

5. Meer calorieën verbranden in de kou: Bij dezelfde inspanningen als in de zomerperiode, verbrand je in de winterperiode meer calorieën. Klinkt misschien een beetje vreemd, maar toch is het waar. Je lichaam moet harder werken om op temperatuur te blijven waardoor de calorieën veel sneller weg gaan. Een kanttekening daarbij: als u wilt dat de koude u effectief doet vermageren, moet u uiteraard wel de verwarming enkele graden lager draaien én mag u niet grijpen naar comfort food. Vermageren doet u enkel als uw lichaam meer energie verbrandt dan het binnenkrijgt. In de winter eet je anders dan in de zomer! In de zomerperiode eet je veel lichte en frisse dingen zoals fruit en salades. Maar als de dagen donkerder en korter worden, staat er steeds vaker boerenkool, stoofpotjes, stampot, rijke maaltijdsoups en ovenschotels op tafel. Heerlijk allemaal, maar deze bevatten stuk voor stuk ook veel meer calorieën. Als je dan in de winter ook nog eens binnen blijft zitten zonder noemenswaardig te bewegen, telt het allemaal twee keer zo hard aan. Des te meer reden om dus te gaan sporten. Sporten is dus eigenlijk een must in de winterperiode, en zeker met de feestdagen halverwege, kun je er zelf voor zorgen dat je niet onnodig veel aankomt.

Laat GRIEP deze winter in de kou staan ! 10 vragen over griepvaccinatie



Jaarlijkse griepvaccinatie biedt de beste kans om zonder griep de winter door te komen.

1. Waarom vaccinatie tegen griep? Vaccinatie is de enige manier om je tegen griep en vooral de gevolgen ervan te beschermen. Griep is een zeer besmettelijke ziekte die elke winter opnieuw opduikt. Gemiddeld krijgt ongeveer één op de tien mensen griep. Meestal genezen ze vanzelf na enkele dagen, maar bij sommige mensen kan de griep ernstige gevolgen hebben. Elk jaar sterven er ook honderden aan de gevolgen van griep. Als je gevaccineerd bent, dan is de kans dat je griep krijgt veel kleiner. Als je toch griep krijgt, dan word je met een vaccinatie minder ziek en is de kans op complicaties zoals longontsteking ook veel kleiner.

2. Voor wie is vaccinatie tegen griep belangrijk?

- Zwangere vrouwen die in het tweede of derde trimester van hun zwangerschap zijn op het ogenblik van het griepseizoen.
- Iedereen die ouder is dan 65 jaar.
- Alle mensen vanaf de leeftijd van 6 maanden met diabetes of een andere chronische ziekte van bijvoorbeeld hart, longen (ernstig astma of COPD), lever, nieren of spieren. Of mensen die een verminderde weerstand hebben door een andere ziekte of door een behandeling.
- Alle personen die in een woonzorgcentrum of ziekenhuis opgenomen zijn.
- Alle mensen die samenwonen met de bovengenoemde risicopersonen of die zorgen voor kinderen jonger dan 6 maanden.
- Alle personen werkzaam in de gezondheidssector. Ook voor gezonde mensen vanaf 50 jaar kan vaccinatie zinvol zijn. Bespreek dit met je huisarts.

3. Wanneer moet ik me laten vaccineren? Je laat je best tussen midden oktober en midden november vaccineren. Zolang de griep niet is doorgebroken, blijft vaccinatie nuttig. Het vaccin beschermt pas na 2 weken en is maar goed voor één winterperiode. Elk jaar moet je dus opnieuw een griepvaccin krijgen.



4. Hoe kan ik me laten vaccineren?

- Vraag een voorschrift aan je arts.
- Haal daarmee het vaccin bij de apotheker.
- Ga zo snel mogelijk naar je arts om het vaccin te laten plaatsen. Bewaar het vaccin in de koelkast, anders wordt het waardeloos. Het is nog beter om het vaccin pas af te halen vlak voor je een afspraak hebt bij je huisarts.

5. Moet ik me elk jaar laten vaccineren? Ja, de griepvaccinatie moet elk jaar gegeven worden. Elk jaar zijn er andere griepvirussen en krijgt het griepvaccin een andere samenstelling, afgestemd op de virussen die naar verwachting de komende winter veel zullen voorkomen. Bovendien is de bescherming die het vaccin biedt slechts tijdelijk. Na een half jaar tot een jaar is het vaccin meestal uitgewerkt.

6. Moet ik me laten vaccineren als ik vorig jaar de griep heb gehad? Ja. Omdat griepvirussen steeds veranderen kan je elk jaar besmet worden met een ander type virus waartegen je geen weerstand hebt opgebouwd. Daarom heeft het griepvaccin ook elk jaar een andere samenstelling.

7. Moet ik me laten vaccineren als ik nog nooit griep hebt gehad? Sommige mensen krijgen inderdaad zelden griep, maar zeg nooit "nooit"! Als je tot een van de risicogroepen behoort, maak je bij een griep evenveel kans op ernstige complicaties als alle anderen uit die groep. Daarom is het raadzaam om ieder jaar de griepvaccinatie te halen.

8. Heeft het griepvaccin bijwerkingen? Soms treedt op de plaats van de prik (de bovenarm) wat pijn, roodheid of een kleine zwelling op. Dit gaat na enkele dagen vanzelf over. Klachten als hoofdpijn en koorts zijn zeldzaam, maar kunnen voorkomen. Allergische reacties komen zelden voor. Personen die allergisch zijn voor kippen-eiwit mogen zich niet laten vaccineren.

9. Kan ik griep krijgen door het griepvaccin? Het griepvaccin bevat geen levende virusdeeltjes en kan dus geen griep veroorzaken. Door het spuitje maakt je lichaam wel verdedigingsstoffen aan. Dit kan soms lichte ongemakken geven, maar het maakt je niet echt ziek. Wanneer je kort na de vaccinatie toch ziek wordt, dan werd je waarschijnlijk net vóór de insputing al besmet of gaat het om een ander virus dat bijvoorbeeld een verkoudheid veroorzaakt.

10. Kan ik toch griep krijgen als ik gevaccineerd ben? Ja.

- Het duurt twee weken voor je lichaam voldoende afweerstoffen heeft gemaakt om je te beschermen tegen griep. Als je binnen die twee weken met het griepvirus in aanraking komt, dan kan je toch griep krijgen.
- Bovendien beschermt het vaccin alleen tegen de griepvirussen die in het vaccin zitten. Als er toevallig een virus opduikt dat niet in het vaccin zit, dan kan je toch griep krijgen.
- Als je afweersysteem verzwakt is (bijvoorbeeld door ziekte, ouderdom of bepaalde geneesmiddelen), dan kan het zijn dat het vaccin minder goed aanslaat en dus ook minder goed beschermt. Je kan dan toch ziek worden. Maar meestal zijn de gevolgen minder erg.
- Het griepvaccin beschermt alleen tegen de griep en niet tegen andere virussen die vergelijkbare klachten kunnen geven, zoals bv. een verkoudheid.

meerdere bronnen o. a. : file:///C:/Users/Probook/Downloads/20150717_griep_folder_spread.pdf,
<https://www.vlaanderen.be/nl/publicaties/detail/laat-griep-deze-winter-in-de-kou-staan>,
http://www.meteoservices.be/be/home/weer/weernieuws/nieuws/ch/5fb0722ac19fb9d6b5d6e1575facc282/article/voor_en_nadelen_zachte_winter.html,
<http://www.tuinadvies.be/tuin/145930/thomas-p>, <https://www.optimalegezondheid.com/sporten-de-winter-top/>,
<https://wetenschap.infonu.nl/weer/166721-de-voordelen-en-nadelen-van-een-zachte-winter.html>,
<http://www.lisanneleeft.nl/de-voordelen-van-de-winter/>, <https://www.demorgen.be/wetenschap/zo-on-gezond-is-de-winterkou-baf994ef/>,
http://www.gezondheid.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=2681, http://www.gezondheid.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=71.

De Klokke Café en feestzaal

Ieperstraat 3, 8560 Moorsele

tel +32 56 41 29 17

info@deklokkemoorsele.be



KERSTHAPPENING

ten voordele van

thinkpink

DE NATIONALE
BORSTKANKERCAMPAGNE



vrijdag 8 december 2017

in de tuin van Anne Vereecke & Marc Masselis

Bgm. Lesaffrestraat 3 - 8560 Moorsele



WELKOM vanaf 17u30 voor een hapje en een drankje, pannenkoeken of braadworst, warme kruidenwijn - choco - koffie, een fris pintje - frisdrank - chips, wenskaartjes of leuke babbel over het sportief engagement

"WALK FOR THINK-PINK CHALLENGE 2018"

(Hemelvaartweekend 11-13 mei 2018)

Opbrengst wordt integraal doorgestort naar Think-Pink actie walk. Persoonlijke giften met fiscaal attest (vanaf 40 euro) via <http://www.think-pink.be/nl/acties/e/e/26271> Anne Vereecke

Wat is Think-Pink ?? Waarom doe ik hieraan mee ??
Wat gebeurt er met de giften & opbrengst ?? Lees het hierna !



Think-Pink is de **nationale borstkankercampagne** die zich dagelijks inzet voor borstkankerpatiënten en hun familie. Think-Pink heeft **vier centrale doelstellingen**: informeren, sensibilizeren, financieren van wetenschappelijk onderzoek & financieren van zorg- en nazorgprojecten.

Think-Pink heeft **3 fondsen** om die **doelstellingen** te bereiken. Via het **Geef om Haar Fonds** kan Think-Pink vrouwen helpen bij de aankoop van een pruik. Het **Share your Care Fonds** is er om via een klein gebaar of een teken van steun het leven met of na borstkanker wat gemakkelijker te maken. Via het **SMART Fonds** financiert Think-Pink innovatief wetenschappelijk onderzoek naar nieuwe methodes op het vlak van opsporing, behandeling en nazorg van borstkanker.

Bewegen is erg **belangrijk** en vermindert de kans op borstkanker. Daarom organiseert Think-Pink veel **sportieve evenementen**.

Anne Vereecke : *"Ik doe mee aan de actie Walk for Think-Pink Challenge 2018, een 2daagse wandeltocht van 30km per dag. Dit gaat door tijdens het Hemelvaartweekend 11-13 mei 2018. Aan deze actie(s) nemen enkel dames deel. Van elke deelnemer vraagt men een persoonlijke bijdrage en min. € 500 fondsenwerving.*



Omdat niet iedereen storting kan/wil/zal doen, proberen we ook via een benefiet-KERSTHAPPENING de kleine sponsors te bereiken (opbrengst gaat integraal naar Think-Pink Walk).

Kom eens langs op vrijdag 8 december vanaf 17u30 en geniet van één van de eerste kersthappenings uit de streek. Ik doe mee aan deze actie in de hoop dat de wetenschap ooit de strijd tegen kanker overwint!

<http://www.think-pink.be/nl/acties/d/a/4817> Hier vind je de actie en kan je een financiële sponsoring (GIFT) doen. Vanaf 40 euro ontvang je automatisch een fiscaal attest het jaar NA de gift (net voordat je de

belastingafgifte in de brievenbus krijgt, als je Tax on Web gebruikt, zal je gift al vermeld staan bij je belastingvoorstel) (gegevens ontvangt Think-Pink via de bankgegevens)."

Het SMART Fonds België is wereldkampioen borstkanker. Toch is het voor onderzoekers van bij ons die innovatieve wetenschappelijke projecten opzetten rond borstkanker, vaak moeilijk om aan de nodige financiële middelen te geraken. Op kleine en middelgrote schaal wordt gezocht naar nieuwe methodes op het vlak van screening, behandeling en nazorg.

Ook nieuwe combinaties van bestaande behandelmethodes die elkaars werking kunnen versterken, zijn een groeiend onderzoeksdomein. Projecten die voor een grote doorbraak zouden kunnen zorgen, maar waarvan het succes op voorhand niet vaststaat, vinden vandaag echter nauwelijks financiers.

Het SMART Fonds steunt innovatief onderzoek in België. De projecten die in aanmerking komen, moeten 'SMART' zijn: Specifiek • Meetbaar • Acceptabel • Realistisch • Tijdsgebonden. Think-Pink geeft met het SMART Fonds beloftevolle projecten een unieke kans. Zo kunnen ze op relatief korte termijn een verschil betekenen in het leven van honderdduizenden vrouwen.

Dat de vzw fondsen inzamelt via een beweegenement zoals de Walk & Bike for Think-Pink Challenge, is geen toeval. Bewegen is een belangrijke preventiemaatregel tegen borstkanker én speelt een cruciale rol in herstel tijdens en na een borstkankerbehandeling. Nu Think-Pink aan haar tiende werkjaar bezig is, behoort bewegen ondertussen onlosmakelijk tot het DNA van de vzw.



Wandelen is gezond! Want wandelen:

- versterkt je geheugen en concentratievermogen
- heeft een positieve invloed op je levenskwaliteit, nachtrust, humeur en stressgevoeligheid
- beïnvloedt je bloeddruk positief
- is een goede preventie tegen hart- en vaatziekten
- vermindert de totale hoeveelheid cholesterol in je lichaam
- doet je botmassa en spierkracht toenemen en vermindert je risico op osteoporose
- verbetert de bloedtoevoer en zuurstofvoorziening naar ledematen en organen

Wist je dat wandelen ...

- ... de spijsvertering en stoelgang bevordert, waardoor het risico op darmkanker daalt?
- ... de hersenactiviteit doet stijgen en een rem kan zetten op dementie?
- ... regelmatig wandelen kan leiden tot een verminderd risico op ouderdomsdiabetes?

Clubkledij een kwestie van (graag) gezien worden



De club geeft de leden de kans een aantal kledingstukken aan te schaffen die speciaal voor het wandelen zijn ontworpen en bovendien een verwijzing naar onze club dragen (clubembleem en/of eventueel de tekst op de rugzijde "de 7mijl-stappers Moorsele"). Het toont ook dat jij zelf onze tochten naar waarde weet te schatten en fier bent om tot onze vereniging te behoren. Het clubbestuur is bijzonder verheugd dat zo veel van onze leden -onbewust, maar gewild- op die manier bijdragen tot het welslagen van al onze eigen tochten. Bovendien is de herkenbaarheid van onze vereniging op wandeltochten of op andere manifestaties een niet te onderschatten vorm van reclame voor onze vereniging en finaal een waardering voor ons werk. Wij nemen daarvoor met plezier ons (7mijl-stappers)petje af.

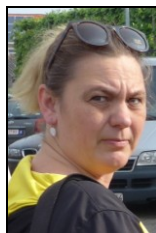
Onze clubshop is niet altijd aanwezig op onze wandelingen (**meestal op Stekseltocht & Hoevetocht**). Dit wil echter niet zeggen dat je op de resterende wandelingen geen kledij kunt ophalen of bestellen.

Wil je immers een T-shirt, polo of een ander kledingstuk, dan volstaat het **een afspraak te maken** met bestuurslid **SOPHIE DELANNOY**. Ze kan telefonisch worden bereikt tussen 19u00 en 20u30 op

Gsm 0479 08 13 32. Wie over een mailadres beschikt kan per e-mail aan sophie.delannoy@skynet.be bestellen.

Momenteel hebben we volgende kledij in de shop:

TRAINING VEST met kap	€ 40,00
TRAINING VEST	€ 30,00
T-SHIRT	€ 30,00
POLO	€ 30,00
BASE PET	€ 6,00
MUTS	€ 6,00
TRUI	€ 35,00
SINGLET	€ 30,00
FLEECE	€ 30,00



**MISSCHIEN EEN IDEAAL NIEUWJAARSGESCHENK ,
BESTEL DUS TIJDIG !!!**

NIEUWJAARSFEEST

vrijdag 12 januari 2018 om 19u00

Alle leden worden uitgenodigd op het nieuwjaars- en ontmoetingsfeest van onze club die zoals de vorige jaren doorgaat in **MOORSELE OC DE STEKKE.**



We zetten de jaarlijkse traditie voort : een uitgebreide receptie met hapjes waarbij de leden elkaar op een andere en aangename manier leren kennen.

Aansluitend de

ALGEMENE LEDENVERGADERING

waarin een overzicht wordt gegeven van de activiteiten voor het nieuwe

jaar (o.a. busreizen). Daarna voorzien we een warme maaltijd en voor wie het aandurft, een danspasje is niet verboden.

Voor de praktische regeling vragen wij een kleine bijdrage van **15 euro per persoon** (niet-leden betalen € 30). Niet getreurd, u krijgt hiervoor aperitief met hapjes, warme maaltijd EN enkele drankbonnetjes + professionele DJ.

Wij hopen u weer talrijk te mogen ontmoeten **vanaf 19u00.**

En wie weet, gaat u straks naar huis met één van de vele waardevolle tombolaprijzen (verloting onder de aanwezige leden).



Je komt toch ook ? Schrijf dan nu in voor je het vergeet.

Inschrijven kan vanaf NU tot 28 december 2017 !

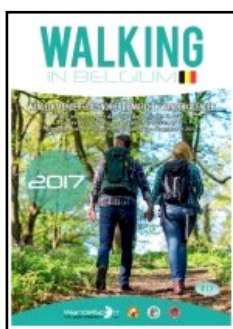
rek. BE08 8335 1432 7713

van de 7mijl-stappers

met in de melding

"NY-feest + aantal personen"

WANDELKALENDER



Voor een volledig en uitgebreid aanbod van wandeltochten verwijzen wij heel graag naar het boek **WALKING IN BELGIUM** !

Of via www.wandelsportvlaanderen.be . Daar vind je niet alleen alle tochten, maar ook alle uitslagen !

Vergeet niet ons **CLUB-NUMMER 5411** te vermelden op je inschrijvingskaart.

GEBRUIK uitsluitend de nieuwe BLAUWE klevers ! Heb je een nieuwe voorraad klevers nodig ? Bestel ze (liefst via SMS of MAIL a.u.b. en niet op Facebook!) een week vóór onze organisaties en kom ze afhalen tijdens je deelname !

DIT AANBOD IS VRIJ BEPERKT ! Het is nooit de bedoeling wandeltochten extra aan te moedigen tot deelname. Onze club staat bekend voor **GEEN KLASSEMENTEN, GEEN VERPLICHTINGEN.**

We bieden langs deze weg enkel een 'beperkt' aanbod, liefst met wat extra info over parcours of bijzonderheden!

Kreketrekkers
ortemark

11/11/2017
Wandel Mee Dag
OC Albatros
ZARREN

www.kreketrekkers.be **WSVL 5412**

Gratis koffie met dreupel op rustpost,
Gratis 2 pannenkoeken bij aankomst !

11/11/2017
37e Wandel Mee Dag
WSVL 5100
TORHOUT

Gratis jenever & Gratis pannenkoek

vrijdag 17 nov 2017
NOVEMBERTOCHT

Elektronisch inschrijven,
Gratis degustatie van
een streekbiertje,
bijzondere rustpost in radartoren.

DE MARGRIETESTAPPERS
WSVL 5276
LICHTERVELDE

De Winkelse Stappers
WS
WSVL vzw 5323

28ste
Kleine
Meertocht
dinsdag
21/11/2017

Wandelclub
WSVL 5411

de 7mijl-stappers
MOORSELE

HOEVETOCHT

zaterdag 25.11.2017

Mannavita

Horevetocht 2017 zaterdag 25 november OC DE CERF Gullegem

4Km (geschied voor rolstoelen)

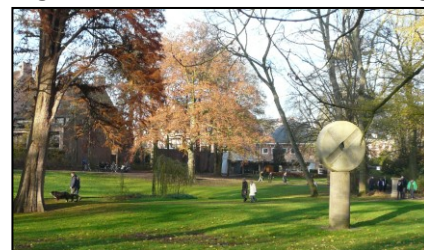
We vertrekken richting Poststraat en jongensschool. We duiken de Kwadries in, en tussen het groen zoeken we de Bankbeek op. Op het einde draaien we de Westakker rechts op, en via enkele verharde wegen gaan we op zoek naar de Hogekouter en de Heulebeek met al zijn groen. Na een tijdje verlaten we de Heulebeek, en duiken nu het groen in van Dreef Ter Elst. Na enkele binnenwegjes steken we de Bissegemstraat over, en bereiken zo **"d'Oude Pastorie"**, waar ons een warm glaasje Italiaanse Kruidenwijn wacht, ons geleverd door onze sponsor, Mannavita. Na het nuttigen van de kruidenwijn keren we op onze stappen terug, en via het groen aan **"Goet Te Wynckele"** bereiken we terug de startplaats.



8km (geschied voor rolstoelen)

We verlaten de Cerf via de Heulebeek. Op het einde van het pad draaien we links op, richting Rond Punt. Rond punt over, en via de Koningin Fabiolastraat bereiken we het Steegje, zijn naam waardig. We draaien het Steegje in en bereiken het rustoord. We vervolgen onze weg via de Gulleheemstraat, die we rechts opdraaien. Na het oversteken van de Processieweg duiken we het groen in van de wijk Losweg.

We verlaten de Losweg via het Houtzagerijstraatje. We dwarsen de Bissegemstraat en er wacht ons terug een klein weggetje richting Europalaan. Op het einde van het weggetje de Europalaan rechts op. Een 100-tal meter verder duiken we rechts terug een smalle steeg in, en via een mooie boompark bereiken we zo de vijver van Ter Walle. Hierna draaien we links de Dreef Ter Walle in en gaan terug op zoek naar de Europalaan. Deze volgen we verder tot over de Ringlaan, en nu duiken we het groen in van de wijk De Losschaert in Heule. Uiteindelijk bereiken we de Peperstraat, die we verder volgen tot het **"Park van Heule"**. Van al dat groen willen we zeker genieten, en via het park bereiken we, na nog een 100-tal meter asfalt, uiteindelijk de rustpost in Heule.



Na een welverdiende rust en eventueel een hapje en een drankje zijn we klaar om de terugweg aan te vatten. We vertrekken langs de Steenstraat en duiken tussen enkele huizen een minder bekende weg in die ons via een moeilijke doorgang (niet voor rolstoelen) naar de Ring leidt. De Ring een 100-tal meter volgen op het fietspad om dan, aan de verkeerslichten, de ring over te steken. Direct over de lichten duiken we rechts terug het groen in. Via enkele groene weggetjes trekken we naar de Pijplap. Hier wacht ons nog een kleine verrassing, we trekken niet naar links doch wandelen rechtdoor de Torrestraat in. Een 50-tal meter verder heeft een vriendelijke landbouwer ons de toelating gegeven over zijn weide door te trekken en zo het groen van de Hoge Kouter op te zoeken. Hier ontmoeten we de wandelaars van de 4km, en samen met hen gaan we op zoek naar de Italiaanse Kruidenwijn.

12km (geschied voor rolstoelen)

De 12 km is de enige afstand die profiteert van het, in deze tijd van het jaar, niet meer zo groene **"Provinciaal Domein Bergelen"**. Een kleurige herfststooi maakt veel goed.

We vertrekken samen met de 8km langs de Heulebeek, maar ter hoogte van de Carrefour gaan we links naar de sportterreinen en zo de ingang van Bergelen. We doen de 'kleine toer', want in deze tijd van het jaar is de 'grote toer' over het algemeen een groot avontuur door de vele modder. We verlaten Bergelen langs de Hondschotestraat en trekken via verharde wegen terug naar de rustpost (startzaal De Cerf). Verder volgt de 12km het parcours van de 8km.

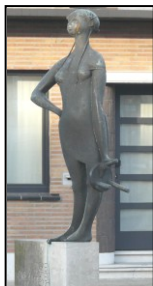


16km

Voor de 16km hebben we een **volledig nieuw parcours** in petto, we trekken namelijk naar de 'drie-gemeenten'-parochie, **Sint-Katharina (SENTE)**. Deze parochie is deels gelegen op het grondgebied van Heule, Lendeledede en Kuurne.

We verlaten de Cerf samen met de wandelaars van de 4km tot de Westakker. Waar de 4km rechtsaf draait, trekken we nog een 10-tal meters rechtdoor en duiken links de Kloefvoetweg in. Op het einde rechtsaf de Daalstraat naar boven, en we zijn vertrokken voor enkele zeer rustige asfaltwegen. Op het einde van de Daalstraat draaien we Rommelen links op en bereiken we eindelijk Steenbeekbos. Hier wacht ons een kort doch prachtig stukje groen. Na de doortocht van Steenbeekbos draaien we links af en direct terug rechts wacht ons een **'boerecarriere'** die we ingaan. Na enkele honderden meters en een draai naar links komen we in de Groene Boomgaard, een zeer rustige verharde weg. Volgen tot het einde, en de Mellestraat over. Nu trekken we verder langs zeer autoluwe wegen naar de rustpost, 't Senter te Sinte Katharina. Nu hebben we 7.2 km onder de voeten, en een drankje en een hapje gaan er zeker in.

We verlaten **'t Senter'** langs de Izegemstraat die we een eindje volgen maar op de splitsing met de Pieter Verhaeghestraat volgen we deze laatste. We dwarsen de spoorweg en volgen verder. Bijna op het einde van de weg draaien we een pas aangelegde fietsweg rechts op, aan de rand van het



industrieterrein van Heule. We vervolgen onze weg, en uiteindelijk komen we terug op de Izegemstraat die we rechts opdraaien. Enkele meters verder de Groenstraat links



in, en enkele 10-meters verder een smal weggetje, amper geschikt voor fietsers, volgen. We vervolgen onze weg via de Magerstraat en de Groenstraat tot de Wittestraat. Links opdraaien en verder volgen. Op het einde van de Wittestraat komen we aan het restaurant 'Hula' ('t vroegere Rattenkasteel). Als we **Tineke van Heule** willen aanschouwen, moeten we hier terecht want wegens de werken op Heule Plaats is de plaatselijke schone tijdelijk verplaatst. Juist voor de spoorweg draaien we de Lage Dreef rechts in en vervolgen de weg via Heule plaats naar de rustpost. Na een welverdiende rust trekken we nu samen met de andere afstanden terug naar de startzaal.

22km

De 22 km volgt hetzelfde parcours als de 16km, doch krijgt in Sente nog een lus van ± 7.5 km voor de voeten geschoven. We verlaten de rustpost langs de kerk en komen terecht op de SintKatriensteenweg. Volgen tot juist voor de spoorweg en links de Lendeleedsestraat in. Die volgen we enkele honderden meters tot we aan een prachtig stukje groen komen, dat we natuurlijk intrekken (indien mogelijk). Bij het verlaten van dit prachtig stukje natuur komen we terug op de Lendeleedsestraat uit die we links opdraaien. Iets verder



draaien we links een landweg in, die ons langs een prachtig kapelletje (**de Bergkapel, toegewijd aan O.L.Vrouw van 7 Smarten**) brengt. Op het einde rechts af de Kuurnestraat in. Volgen tot het 2° kruispunt en nu de Kwadestraat in. Deze volgen we een tijdje, tot we aan een landweg komen die links afdraait. Deze volgen we tot het einde en draaien nu de Haantjes-straat rechts in. Via de Sint-Pieterstraat en de Pieter Vinckestraat bereiken we terug de Sint-Katriensteen-weg. Deze rechts opdraaien, en juist voor de spoorweg links af.

We volgen het paadje langs de spoorlijn tot de Pieter Verhaegestraat, en via de Izegemsestraat bereiken we de rustpost. Na de nodige vitamientjes opgedaan te hebben, trekken we nu verder terug naar de start met de 16km.

Liefhebbers die het wandelen nog niet moe zijn, kunnen in Gullegem nog de lus van de 12km 1°X (zo'n 4,3km) naar Bergelen doen, want deze staat volledig los van de rest van het parcours!

 HOEVETOCHT	
zaterdag 25.11.2017	
start	OC DE CERF Kerkstraat 1, 8560 GULLEGEM
afstanden	4° - 8° - 12° - 16 - 22 km
inschrijven	vanaf 7u30 tot 15u00, aankomst vóór 17u00 !
prijs	€ 1,50 federatieleden € 0,40 korting op vertoon lidkaart !
info	Herfst in het land, wandelen is plezant ! <i>Wie niet komt, weet niet wat ie mist!</i> 3° parcours toegankelijk voor rolstoel & kinderwagens, vanaf 8km richting Heule, enkel 12km stukje Provinciaal Domein Bergelen, vanaf 16km totaal nieuw parcours via SENTE! Gratis warme Italiaanse kruidenwijn onderweg.

Zorg dat je lidgeld hernieuwd is en ontvang je nieuw boek + klevers + lidkaart 2018.

Op deze tocht ook stand met CLUBKLEDIJ !

	Start	Sente		Heule	d'oude pastorie	Start	totaal
		1° x	2° X				
4					3,4	0,6	4
8				4,8	3,4	0,6	8,8
8 rolstoel				5	2,8	0,6	8,4
12	4,3			4,8	3,4	0,6	13,1
12 rolstoel	4,3			5	2,8	0,6	12,7
16		7,2		5,6	3,4	0,6	16,8
22		7,2	7,5	5,6	3,4	0,6	24,3



Annulatie organisaties Izemberevrienden

Wandelsport Vlaanderen vzw laat weten dat de organisaties van wandelclub Izemberevrienden (WSVL5102) voorzien op 9 dec. 2017 NIET DOORGAAT.

=====



Gent bij Nacht

Zaterdag 9 december 2017

Afstanden: 6, 9 of 12 km Prijs: € 1,50

Vrije start: van 14.30 u. tot 20.30 u. (12 km tot 20 u.)

Inschrijven: Odisee Technologicampus Gent,
Gebr. Desmetstraat 1, Gent (ingang parking via Guldenvliesstraat)

**Een sfeervolle wandeling in de verlichte stad,
door de kerstmarkt en de Gentse Winterfeesten**

Aankomst vóór 23.30 u.

Gratis gift voor elke wandelaar (zolang de voorraad strekt)



www.florastappersgent.be

Verantw. uitgever: G. Devlieger, Jozef Wautersstraat 17, 9050 Gentbrugge tel 09 231 48 64

Start 14.30-20.30 (12km tot 20.00)

Naar jaarlijkse traditie start onze Gent bij Nacht vanuit de Odisee Technologicampus, Guldenvliesstraat 1 te Gent.

- > Oud Sint-Elisabethbegijnhof
 - > geboortehuis van Keizer Karel: Het Prinsenhof
 - > de Lieve Kaai met het Augustijnenklooster
 - > het Gravensteen
 - > het Sint-Veerleplein met de Sint-Veerlekerk en kunstwerk *De lantaarns zijn verbonden met alle materniteiten van de stad Gent. In de verloskamer van de verschillende Gentse ziekenhuizen is een knop geïnstalleerd die in verbinding staat met de straatverlichting op het Sint-Veerleplein. Elke keer het licht langzaam knippert, is er een kind geboren. Misschien "zien" jullie wel tijdens het afstappen van het parkoers een Gentenaar geboren worden.*
 - > de Oude Vismijn & het Groot Vleeshuis
 - > de Koren- en Graslei
 - > Post Plaza
 - > de Sint-Michielsbrug met zicht op de 3 torens van Gent : *De verste toren is deze van de Sint-Baafskathedraal, in het midden staat het Belfort en vooraan vinden we de Sint-Niklaaskerk.*
 - > de Veldstraat : de Shopping Street van Gent
- splitsen de wegen: de 6 km nadert bijna de rustpost, maar wij gaan voor de 9/12 km en zetten koers richting Krook.*

Vanaf hier gaat de 9 km verkort naar de rustpost terwijl de 12 km via het Zuidpark verder gaat richting Lange Violettestraat. Daar bezoeken we **het klein begijnhof Onze-Lieve-Vrouw ter Hoven**.

- > de Korenmarkt : enkele maanden geleden kreeg dit plein haar **2 gigantische kunstwerken**.
- > 't Graffitistroatje

Sint-Jacobs gepasseerd, splitsen opnieuw de wegen: de 9 km gaat verkort via Baudelopark, terwijl de 12 km koers zet richting "Portus Ganda".

- > de Sint-Baafsabdij : vijf meter haagbeukzuilen evoceren de verdwenen kerk.
- > het Patershol
- > het Rabot

Voor een uitgebreide parcoursbeschrijving met heel wat details over de gebouwen en stad verwijzen we naar de prachtige beschrijving op de website van de FLORASTAPPERS GENT vzw (WSVL 3103)

<http://users.skynet.be/fc490775/gentbijnacht.htm>

=====

16 + 17 dec. 2017 Benefiet 'Walk for Lyme'

Clublid GUIDO DELEU organiseert jaarlijks, en dit al **VOOR DE 3^{DE} KEER** samen met zijn familie 'Walk for Lyme', een wandeltocht waarvan de opbrengst via Music For Life geschonken wordt aan het onderzoek naar de ziekte van Lyme.



"Een aantal sympathisanten hadden mij gevraagd of zij de tocht naar Compostella (zie vorig & elders in dit clubblad) konden sponsoren. Dat was niet de bedoeling. We organiseren wel opnieuw **'Walk for Lyme' op 17 en 18 december vanuit jongerenatelier De Pontforthoeve in Don Bosco Kortrijk**. Vrijblijvende financiële steun (geen fiscale attesten) kan via overschrijving op rekeningnummer **BE41 0835 0022 0010** van WALK for LYME."

Time for Lyme
tick borne diseases awareness

Walk For Lyme 2017
16 & 17 december
tussen 8:00 en 18:00

Start-en aankomstplaats
Vzw Jongerenatelier
St Anna 10 Kortrijk

Rode Lus	13,6 km
Groene Lus	6,6 km
Blauwe Lus	6,1 km
Fuschia Lus	4,3 km

Deelnemers
individueel 3 euro
gezin 10 euro
(gratis drankje inbegrepen)

meer info via Walk4Lyme@gmail.com
Sponsoring van het project op rekening
BE41 0835 0022 0010

www.timeforlyme.eu | Time for Lyme BE-NL

MUSIC for LIFE
De Warmste Week

Dit jaar maken we opnieuw en uitsluitend gebruik van de gebouwen van het Jongerenatelier in de Pontforthoeve te Kortrijk (Sint-Anna 10, Kortrijk).

Hier starten vier luswandelingen (rood 13,6km - groen 6,6km - blauw 6,1km - fushia 4,3km) en kan je zelf combinaties maken. Op de terreinen voorzien wij eten en drinken en een verwarmde zaal. Ook wie niet wandelt kan ons zodoende ter plekke komen steunen of eventueel kan je een bedrag overschrijven op de sponsorrekening. Wij hopen ook dit jaar onze bijdrage voor Time for Lyme van vorig jaar te overtreffen.

In 2016 konden wij 4000 euro overmaken naar Music for Life, mede waargemaakt door de vele sponsors van ver en nabij. **Iedereen welkom!**

Op die manier betalen we mee aan een eerste wetenschappelijke studie door Time for Lyme bekostigd met opbrengsten uit allerlei benefietacties (o.a. in het kader van Music for Life). De studie valt binnen de onderzoeksprioriteiten van Time for Lyme en wordt uitgevoerd door de Universiteit Gent tijdens het academiejaar 2017/2018. Het betreft een gezondheidseconomische studie naar de sociale lasten van Lyme borreliose in België. Bedoeling is om zowel de economische als de

gezondheidsgevolgen in kaart te brengen. Dergelijke analyse werd nooit eerder uitgevoerd. De studie wordt geleid door Prof. L. Annemans, hoogleraar in de gezondheidseconomie aan de UGent.

Alvast bedankt voor jullie warme inzet!

Marleen en Guido

De ziekte van Lyme wordt ingedeeld in 3 stadia :

- lokale huidinfectie
- vroeg verspreide ziekte van Lyme
- chronische ziekte van Lyme ('late stage lyme')

Lyme wordt veroorzaakt door een Borrelia bacterie, al dan niet gepaard gaande met andere co-infecties ('Tick borne diseases'). Deze infectieziekten kunnen o.a. **via een teek overgedragen worden** op de mens. Wanneer dit niet meteen en correct behandeld wordt, kan dit evolueren tot een multisysteemziekte.

De symptomen zijn uiteenlopend en specifiek (gewrichts- en spierpijn, vermoeidheid, maag- en darmstoornissen, immuniteitsproblemen, tintelingen, endocriene problemen, neuro-cognitieve stoornissen, dermatologische problemen, geluid/lichtovergevoeligheid, cardiologische problemen, slaapstoornissen, luchtwegenproblemen, ...)

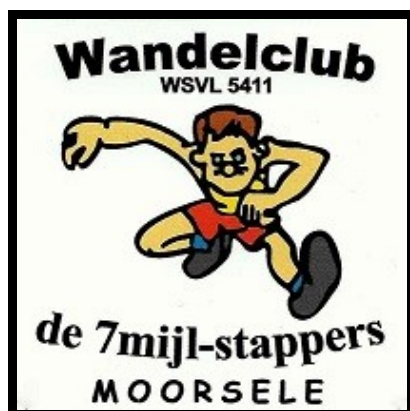
- De ziekte van Lyme is de snelst groeiende vectorziekte.
- Velen herinneren zich geen tekenbeet en ontwikkelen geen rode kring na een beet.
- Reguliere testen zijn vaak vals negatief.

Time For Lyme is een vereniging die strijdt voor (h)erkenning van 'late stage Lyme'. Deze richt zich tot mensen met de ziekte, artsen alsook de gewone burger. De vereniging wil mensen sensibiliseren voor deze ernstige ziekte en de problematiek in beeld brengen, meer bepaald welke verstrekkende gevolgen deze ziekte - en de ontkenning daarvan - heeft op de patiënt en diens leefomgeving.

Een goede preventie, accurate testen, correcte wetenschappelijk info en meer wetenschappelijk onderzoek zijn van uiterst belang om deze ziekte te kunnen behandelen.

Voor meer info : www.timeforlyme.eu

7mijl-stappers MOORSELE



Neem regelmatig een kijkje op onze WEBSITE

http://www.bloggen.be/7mijl_stappers/

of op Facebook



we hebben ook een "besloten groep"

BELANGRIJKE DATA

- feesten :**
- > NIEUWJAARSFEEST vrijdag 12 januari 2018
 - > HELPERSFEEST zaterdag 13 oktober 2018
 - > NIEUWJAARSFEEST vrijdag 11 januari 2019

tochten 2017 : > zaterdag 25 november 18^{de} HOEVETOCHT

- tochten 2018 :**
- > zondag 8 april 18^{de} STEKSELTOCHT
 - > vrijdag 18 mei 13^{de} SINKSENTTOCHT
 - > woensdag 15 aug. HALFOOGSTTOCHT
 - > zaterdag 24 nov 19^{de} HOEVETOCHT

