



- | | |
|--------------|---------------------------|
| Di 06 | met WANDA op stap |
| Do 08 | Kookworkshop Diva |
| Di 13 | Bloemschikken |
| Vr 16 | Handlettering |
| Vr 23 | Libelle Winterfair |
| Ma 26 | Kienen |
| Do 29 | Kookworkshop Diva |
| Vr 30 | 55+ film |

Maandagnamiddag: Werken met de pc

Dinsdagavond: Yoga

Donderdagnamiddag: Yoga



Kookworkshop



MET WANDA OP STAP

Uit de brochure: elke stap telt



KOERSELS KAPELLEKE

De watersnip

Dinsdag 6 november 2018

Samenkomst Pannehoeve om 13u.

Thuis rond 18u.

Goed schoeisel is vereist.

Heb je een auto ter beschikking, laat het weten.

Inschrijven vóór 3 november

Bij Irene: irene.gijbels@skynet.be

0498/70 89 28 - 013/66 85 05



KVLV
vrouwen
met vaart

WERKEN AAN ONZE GEZONDHEID

We zetten gemiddeld 6.000 stappen in ons dagelijks leven. Wie elke dag een half uurtje matig intens beweegt geniet al van de voordelen van lichaamsbeweging. Zo heb je minder kans op hartziekten, een betere bloeddorstroming en een lager cholesterolgehalte. Ook je mentaal welbevinden vaart er wel bij: minder stress en meer levensenergie!



KOOKWORKSHOPS DIVA

Beverbeekhuis

Tulpenstraat 2, 3290 Diest



*donderdag 8 november om 19u30
donderdag 29 november om 19u30*

Inschrijven zo vlug mogelijk bij:

**Monique: mdedobbeleer@ons.be
0499/40 72 81**

Aantal deelnemers is beperkt tot 20



De eerste avond wordt er samen Turks gekookt. Samen aan de potten staan, samen proeven, en ondertussen elkaar beter leren kennen en verhalen uitwisselen. Als kennismaking met elkaars cultuur en leefwereld kan dit tellen!

Met de aanwezigen wordt op de eerste avond besproken wat ze interessant zouden vinden voor de 2de avond. Gaan we opnieuw koken maar dan typisch Vlaamse gerechtjes, of gaan we een avond rond thee doen, of wil men die avond eerder een gespreksavond rond een bepaald thema, ... er kan veel.



HANDLETTERING

Vrijdag 16 november
Vergaderzaal SOK - 19u30

Handlettering is helemaal hip!
Overall duiken creatieve letters op.
Leer verschillende letters schrijven
en vul ze aan met enkele illustraties.
Na enig oefenen ga je naar huis met
je handgeschreven lievelingsquote.

Prijs: €38
KVLV-leden betalen €35
materialen inbegrepen

Aangeven en betalen vóór 9 november
bij Ellen: ellenkvlv@gmail.com
0484/61 60 68

Bedrag storten op rek. KVLV
BE33 8002 0733 4346
met vermelding van naam en handlettering
Betaald is ingeschreven!




Aantal deelnemers
is beperkt tot 15

Meebrengen

- Potlood
- gom
- lat
- kaftje om alles in te steken
- leesbril indien nodig.



 <http://kvlv-deurnedijs.be/>

 <https://www.facebook.com/sterkemadammen/>

Libelle Winter fair



Nekkerhal
Mechelen



WINKELTJES

De Libelle Winterfair is een van de grootste winterfeesten van België. Het is een jaarlijks evenement dat in 2018 voor de negende keer plaatsvindt. Libelle Winterfair 2018, dat is rondkuieren langs meer dan 200 winkeltjes, deelnemen aan gratis workshops en inspiratie opdoen in het kooktheater. Voor ieder wat wils en gegarandeerd een leuke dag!

KOOKTHEATER

Nog geen inspiratie voor je kerstdiner? Elke dag geeft Libelle-chef Ilse D'hooge het beste van zichzelf om heerlijke gerechten op tafel te toveren. Ook andere gastchefs zullen van de partij zijn. En bij deze leuke kookshows mag er natuurlijk ook... geproefd worden!

WORKSHOPS

Op de Libelle Winterfair 2018 kan je niet alleen gezellig rondkuieren, je kunt er ook deelnemen aan gratis workshops. Leer je haar feestelijk opsteken, leg je goede voornemens vast in een bullet journal of maak de mooiste cadeaulabels voor aan de pakjes dit jaar.

VRIJDAG 23 NOVEMBER 2018

We nemen de trein in Diest om 9u53. Iets na 11u komen we aan in Mechelen Nekkerspoel. Vandaar is het nog een 10 min. stappen tot aan de Nekkerhal.

Indien we met 15 personen zijn kunnen we een groepsticket nemen aan 7€ en hebben we gereserveerde zitplaatsen.

Vertrek in Mechelen rond 17u zodat we rond 18u10 in Diest zijn.

Inkomticket kost 11€, wil je graag mee stort dan het bedrag op rek. KVLV: BE33 8002 0733 4346.

Prijs van de trein hangt dus af van het aantal deelnemers.

Laat zeker weten vóór **11 november** of je meegaat zodat de tickets tijdig kunnen besteld worden:

irene.gijbels@skynet.be

013/66 85 05 - 0498/70 89 28

