



K.A.V. H. FAMILIE

Februari 2011

Schoten

KAV JIJ SPRINGT ERUIT !

Beste leden,

Bloemschikken het jaar rond.

Volgende les is op woensdag 9 februari.

Materiaal voor de les is reeds meegedeeld.

Prijs voor 10 lessen: Leden : € 30,00 / Niet leden: € 65,00

Info bij Ingrid Helsen ; Laaglandlei 138 - Tel: 03/ 658.16.32

B.B.B. . fitheidsgymnastiek

Onze lessen gaan door op maandag 7/14/21/ 28 februari in 'Zaal Laagland'

10 beurtenkaart leden: 30.00 € niet leden: 40.00 €

Info bij Frieda Van Den Plas, Albert Dineurlaan 25a –tel. 03.289.90.26

Koken met wiske .

Donderdag 10 februari .

In ' Ons Huis ' - Villerslei 128 om 19.30u.

Prijs leden: 3.5 € Niet leden: 5 €

Info bij Ingrid Helsen ; Laaglandlei 138 - Tel: 03/ 658.16.32

Crea bolletjes in was

Verzamel alle overgebleven kaarsenstompjes en ga er creatief mee aan de slag .

Het resultaat is bruikbaar als vaas , theelichthouder , voor binnen of buiten .

Kom je ook op woensdag 16 februari?

In ' Ons Huis ' - Villerslei 128 om 19.30u.

Prijs leden: € 3.5 Niet leden: 5 €

Verplicht inschrijven bij Marianne Lemmens - Tel: 03/ 658.59.51

Kookdemonstratie Veggiedag op donderdag 3 maart 2011

Ken je ook dat gevoel , je wilt wel vlees en visloos koken , maar je vraagt je af hoe je die lege plek op je bord zal vullen .We eten te veel vlees . En dat heeft negatieve gevolgen voor onze

gezondheid , het milieu en de dieren .Je kan die gewoonten doorbreken door donderdag veggiedag .bedoeling is minstens 1 keer in de week met plantaardige ingrediënten te koken

.En dat is gezond , ecologisch en origineel .Wedden dat het hele gezin de dagen aftelt tot het weer donderdag wordt !Heb je zin om mee te koken

op donderdag 3 maart

In ' Ons Huis ' - Villerslei 128 om 19.30u.

Prijs leden: 3.5 € Niet leden: 5 €

Verplicht inschrijven bij Ingrid Helsen; Laaglandlei 138 - Tel: 03/ 658.16.32