



H. Familie  
Mei 2013

Beste leden,

### B.B.B. Fitheidsgymnastiek

Tijdens deze BBB-lessen (benen-billen-buik) worden hoofdzakelijk spierversterkende oefeningen gegeven voor deze drie spiergroepen.

**Opgelet, wij starten de lessen een kwartiertje later!**

**Elke maandag van 20.15 tot 21.15 uur in 'Zaal Laagland'.**

10 lessen op 13-27 mei en 3-10-17 en 24juni.

**10 beurtenkaart leden: 30.00 € niet leden: 40.00 €**

**Info Frieda Van Den Plas, Albert Dineurlaan 25a - tel. 03/289.90.26**

### Bloemschikken het jaar rond

Volgende data is woensdag 29 mei 2013.

In 'Ons Huis' Villerslei 128 om 19.30u.

**Ingrid Helsen, Laaglandlei 138 - tel: 03/ 658.16.32**

### Koken met Susanne

Op donderdag 23 mei om 19.30 uur in 'Ons Huis' - Villerslei 128.

We maken gerechten met asperges klaar: tagliatelli met pesto en asperges + een gemengde sla met asperges en pancetta.

Leden : 3,5 euro

Niet-leden : 7 euro

LAAT WEL EVEN WETEN OF JE KOMT

Ingrid Helsen Tel : 03/658.16.32

### Verfmagie op oude spullen op woensdag 15 mei.

We bewaren allemaal wel oude interieurspullen waar we niets mee doen of nooit nog gebruiken. Wat moeten we ermee, op zolder laten liggen, of weggooien? Veel van die spullen kunnen een 2<sup>de</sup> leven krijgen.

Alles kan worden omgetoverd tot originele verrassende accessoires die nog jaren je hedendaags interieur kunnen opfleuren.

Een gezonde dosis creativiteit en een beetje basiskennis zijn voldoende.

Meebrengen: Schort, pen, papier en een kleine kartonnen doos.

Leden 6 Euro Niet-leden 12 euro

**Verplicht inschrijven bij Lemmens Marianne, Tulpenlaan 14, tel. 0497819561**



Wijkvereniging Schoten-Donk organiseert haar DONKMARKT:  
Rommel- Boerenmarkt - Bloemen- en plantenverkoop

Geef je overschot aan planten of oude spullen een 2<sup>de</sup> leven

**Plaats: Albert Dineurlaan** (brug Villerslei 2<sup>de</sup> straat links).

De straat wordt afgesloten voor het verkeer. Met leuke animatie voor kinderen. Inkom gratis

**Reglement standhouders op [www.wijkvereniging-donk.be](http://www.wijkvereniging-donk.be) Standplaats: €7 euro, 7 m.**  
Reservatie en betaling bij: Bertje Verhaegen, Kraaienlei 24, tel.03.658.73.07 na 18.00 uur  
Frieda Van Den Plas, A. Dineurlaan 25A, tel. 03.289.90.26 [frieda.vandenplas@telenet.be](mailto:frieda.vandenplas@telenet.be)

ROMMELMARKT ZONDAG 12 MEI 2013 van 10.00 tot 17.00 u.

**Organisatie Burenvereniging Tulpenlaan-,Dalialaan, Rozenlaan, Krokuslaan en Begonialaan.**  
**Info Vera Van Camp, tel.:+032 474 03 46 93**

Transitiecafé in het Kasteel van Schoten, 17 mei van 19.30u tot 22 uur.  
Gratis toegang.

- 'Autodelen', een sociaal en economisch verantwoord antwoord op mobiliteitsproblemen  
- Schotense duurzaamheidsambtenaar over het gemeentelijk duurzaamheidsbeleid

Kun je niet komen, maar wil je wel graag op de hoogte gehouden worden, neem dan contact op  
via mail ([transitieschoten@gmail.com](mailto:transitieschoten@gmail.com)) of gsm (0475 66 58 52)

**Vermelden wij nog dat FEMMA-leden bij elke activiteit verzekerd zijn onder de ledenpolis van FEMMA.**

Niet-leden kunnen zich hierop niet beroepen, maar zijn steeds welkom.

Bastiaenssen Georgette, Heidebloemlei 23, tel. 03/685.03.46.

Vandierendonck Marie Rose: Kuipersakkerstraat 65, Tel: 03/288.59.38 GSM 0486 99 55 77.

Dujardin Georgette, Veerhuisdreef 1, tel. 03/658.78.72.

Didelez Ingrid; Laaglandlei 138, tel: 03/ 658.16.32.

Jannsens Lisette, Schijndallei 16. tel.03/658.75.63.

Lemmens Marianne, Tulpenlaan 14, tel. 03/658.59.51.

Van Den Plas Frieda, A. Dineurlaan 25A, tel. 03/289.90.26.

Versonnen Benja, Heikantstraat 260. GSM 0485 31 84 67.