

BESTUUR KWB - TERNAT

Dagelijks Bestuur

Ivo Claeys, Neerveldlaan 21, 1740 Ternat (02/532.24.43)
E.H. J. De Ridder, Borredam 29, Ternat (02/582.12.67) Proost.
Marc Despiegelaere, Borredam 15, Ternat (02/582.17.59), Secretaris
Luc De Waele, Boterstraat 44, Ternat (02/582.60.24)
Paul Leys, Hortensialaan 8, Ternat (02/582.38.98), Kassier
Richard Muylaert (053/66.65.04
Denis Ticket, Neerveldlaan 49, Ternat (02/582.29.21), Voorzitter
Nestor Vandermotten, Heirbaan 15 Ternat, (02/582.37.70)

Wijkmeesters-Raakbedelers

Charles Chiers, Sterrelaan 31, Ternat (02/582.42.74)
Roger Decelle, 't Serclaesstraat 22, Ternat (02/582.50.89)
Roland De Feyter, Eikenlaan 26, Ternat (02/582.02.93)
Gilbert Dekerf, A. De Feyterstraat 78, Ternat (02/582.22.78)
Bart Despiegelaere, Eikenlaan 15, 1740 Ternat (02/581.08.78)
Herman Vierendeels, Iepenlaan 22, Ternat (02/582.19.24)

Jong KWB (samen met KWB St-Jozef)

Kris De Bisschop, Kouterbaan 3 bus 1.2 9470 Denderleeuw (0468/19.55.78)
Gunter De Smet, Heidestraat 128, 1742 Ternat (0496/92.48.36)
Guy Geenens, Sluisvijverstraat 22, 1742 Ternat (053/66.90.99)
Pascal Walschot, V. Cauwelaertstr 161, 1740 Ternat (02/452.23.81)
Geert De Feyter, V.Cauwelaertstr 25, 1740 Ternat (0474/421600)

**Heeft ook U interesse
om lid te worden van KWB – TERNAT of van Jong KWB,
om van deze ploeg deel uit te maken of om een activiteit te organiseren
neem dan gerust contact met ons op.
Wij verwachten U.**



KWB-TERNAT

Activiteitenkrantje
december 2015

Jaarthema : “kinderen, ouders en grootouders: actief!”

Kalender 2015-2016 voor KWB – Ternat

Vóór 30/11/15 inschrijven	Bezoek van de Sint thuis op 6/12: organisatie KWB St-Jozef
Dinsdag 01/12/15	WV: discussieavond: hoe omgaan met voortdurende dreiging?
Zaterdag 19/12/15	Familie Kerstfeest
Dinsdag 12/01/16	Nieuwjaarsbijeenkomst ism Femma
Woensdag 13/01/16	Bezoek aan brouwerij Moortgat: organisatie KWB St-Jozef
18/01 – 31/01/16	Inzamelactie oude GSM's
Dinsdagen 26/01 en 16/02/16	Reeks “Rug in beweging”: hoe voorkom je rugpijn?
Dinsdag 02/02/16 Opgelet gewijzigde datum	Op zoek naar alternatieve energie: stadsverwarmingsproject met restwarmte
Zaterdag 20/02/16	Start to bee: een bijenhotel bouwen en Kubb spel maken
Vrijd 04/03- Zond 06/3	Familieweekend in Mesen met ergens een bezoek met gids
Woensdag 09/03/16	Infoavond over gehoorschade
Zaterdag 19/03/16	De JKWB-Quiz ism met KWB en Femma Ternat en St-Jozef
Vrijdag 01/04/16	JKWB-café
Dinsdag 03/05/16	Koken met Lieve: lenteslaatjes
Dinsdag 07/06/16	Programmatievergadering
Zondag 26/06/16	Familie uitstap naar de Marollen en luchthaven Zaventem
Zondag 3/7/16	Familie fietstocht

Zoals elk jaar werken we nauw samen met K.W.B St-Jozef.
We zullen maandelijks ook hun activiteiten aankondigen.
Surf ook eens naar onze prachtige website: www.kwbternat.be
Onze webmaster Wim De Vos werkt die maandelijks bij.

Oude GSM en GSM-lader verzamelactie

Deponeer je oude GSM en/of lader en werk mee een duurzame wereld!



Met de gsm-actie zamelt kwb tussen 18 en 31 januari 2016 overal in Vlaanderen en Brussel oude **gsm-toestellen en gsm-laders** in. Speciaal daartoe voorziene inzamelboxen zullen in de deelnemende afdelingen her en der geplaatst worden. De ingezamelde gsm's worden dan eerst gecontroleerd op hergebruik. Blijken ze nog herbruikbaar, dan worden alle opgeslagen gegevens deskundig en volledig verwijderd, waarna ze in het hergebruikcircuit terecht komen. Gsm's die niet meer bruikbaar zijn, worden hier in België gerecycleerd waarbij de kostbare grondstoffen opnieuw gebruikt kunnen worden.

GSM's bevatten verschillende schaarse en kostbare grondstoffen zoals indium, kobalt, galladium, palladium, goud en platina. Door mee te werken aan deze inzameling vergroot je de kringloop van deze materialen en neemt de druk op de schaarse verse grondstoffen af. Je vermijdt ook dat een oude GSM, door ze niets vermoedend in een gewone vuilbak te kieperen, opgebrand wordt in de afvalverbrandingsovens en op die manier zware metalen de lucht ingeblazen worden.

Onze 2 inzamelboxen vind je in

- de polyvalente zaal van **CC de Ploter** (Kerkstraat 4)
- de **bibliotheek, gemeentehuisstraat 21**

in de periode van 18/1 tot 31/1

Een box zal ook al staan in de Parochiezaal op 19/12 tijdens ons familiefeest.



Verder staan nog 2 inzamelboxen gedurende 2 weken in januari bij:

- **Brood en pershuis, drukkerij Jan Van Rossem - Bosstraat 152 St-K-Lombeek**
- **Frituur Den Bos- Nieuwbaan 68, St-K-Lombeek**

Verslagje zaklampenzoektocht voor jong en oud door JKWB: zaterdag 28/11/15

Jong-KWB nodigt alle gezinnen en personen uit voor een mega-avontuurlijke spannende zaklampentocht op Zaterdag 28 november.

Zoektocht parcours van ongeveer 4 km voor gezinnen met kleinere kinderen (niet geschikt voor buggy's) langs kleine en donkere paadjes, door bos en veld. Onderweg luister naar een "light" griezelverhaaltje. Extra lus van 3 km voor de betere stappers.

Start tussen 18u en 21u aan de kerk van Asbeek (parking aan de kerk). Niet vergeten: Moddervaste stapschoenen, fluo hesje en een goede ZAKLAMP.

We zorgen voor soep, cake en een drankje tijdens en na de wandeling. Deelnameprijs: Leden KWB 3€, niet-leden € 5, kinderen tot 12 jaar € 2 Ter plaatse te betalen. Inschrijven gewenst bij Pascal Walschot: ofwel 0497/60 81 14 of per pascalkatleen@gmail.com

Nieuwjaarsreceptie dinsdag 12/01/2016 i.s.m. Femma Ternat

Alle leden zijn hartelijk welkom. Hou deze avond al vrij. Meer nieuws volgt in ons krantje van januari.

Ledenbijdrage voor 2016

Vernieuwing lidmaatschap

Je wijkmeester klopt deze dagen aan bij je om je lidmaatschap voor 2016 te vernieuwen. De prijs blijft 25€.

Leden met verminderde bijdrage (financiële nood, invaliden...) betalen 15 €.

Partners en thuiswonende meerderjarige kinderen zonder beroepsinkomen: gratis. Belangrijk om weten is dat hierin een volledige VERZEKERING is opgenomen voor KWB-activiteiten.

Voor sportactiviteiten moet een speciale Falos-verzekering afgesloten worden.

De lidkaart is vanaf nu een stevige plastic badge naar analogie van een bankkaart. Ze geeft ook recht op tal van kortingen. Je ontvangt begin 2016 een boekje met daarin alle voorziene kortingen.

Inschrijvingen voor Rug in beweging op 26/01 en 16/02/2016

Er is reeds een grote vraag: hierbij de informatie. Inschrijvingen kunnen nu officieel starten.



KWB Ternat organiseert in samenwerking met CM terug een theoretische/praktische workshop die helpt rugproblemen te voorkomen en/of op een goede manier aan te pakken.

Rug in beweging bestaat normaal uit 4 praktische lessen. Deze lessen

hebben we vorig werkjaar reeds gegeven. Deze keer beperken we ons tot 2 lessen. Deze gaan door op dinsdagen 26 januari en 16 februari 2015 in de Parochiezaal van Ternat (Kloosterweg 1), telkens van 20u tot 21u30.

Deze lessen staan open voor nieuwe en vertrouwde deelnemers.

Voor de nieuwe deelnemers

Elke avond start met een theoretische inleiding, daarna gaan we dieper in op het onderwerp van die avond met praktische oefeningen: hoe moet ik rugvriendelijk staan of zitten, wat zijn de alternatieven voor een stoel, in welke houding slaap ik het best? We sluiten de avond af met verstevigende oefeningen.

Het doel is dat mensen deze rug- en buikspierverstevigende oefeningen ook thuis verder kunnen doen.

In de volledige reeks zijn vier thema's voorzien:

- Staan en zitten – bureauwerk
- Tillen en heffen
- Slapen en liggen
- Rugvriendelijk bewegen (sport)

Deze kunnen we niet helemaal behandelen, maar jullie mogen jullie voorkeur mededelen.

Voor de vertrouwde deelnemers

Je kunt de lessen zien als een soort herhaling van de vorige reeks en Jonathan is terug onze lesgever.

Trek gemakkelijke (sportieve) kledij aan en vergeet je handdoek en sportmatje niet.

De deelnameprijs voor leden van CM of KWB is 15 euro voor de 2 avonden of 30 euro voor niet leden.

De Inschrijvingen zijn beperkt tot 20 personen. Gelieve dus snel in te schrijven via Luc Dewaele tel 02 582 60 24 of luc_dewaele@hotmail.com

Bij inschrijving ontvangt u het rekeningnummer waarop u de betaling kan verrichten. **De inschrijving is pas definitief na het ontvangen van de betaling.**

Op zoek naar alternatieve energie: gebouwenverwarming met restwarmte: dinsdag 2/2/2016

In de Antwerpse haven bevindt zich een van de belangrijkste petrochemische clusters ter wereld. De (petro)chemische industrie heeft al veel stappen ondernomen om haar CO₂-uitstoot te verminderen. Toch wordt via koeltorens nog zowat 1000 MW restwarmte de lucht ingeblazen; het equivalent van het vermogen van een kernreactor zoals Doel 4.

Maar daar wordt iets aan gedaan!

Momenteel bestaan concrete plannen om een deel van die restwarmte te gebruiken in een groots warmtenet om huizen en gebouwen te verwarmen in het stedelijk gebied.

Dhr. Paul De Rache is hoofdingenieur energieprojecten van het Gemeentelijk Havenbedrijf van Antwerpen. Hij komt dit zeer interessant project toelichten met grote kennis van zaken.

Hij zal volgende aspecten te belichten:

- Industriële restwarmte: probleem of opportuniteit? Wat is restwarmte, wie produceert ze en wie kan ze gebruiken.
- Technisch: componenten van een warmtenet. Innovatie: oude ideeën met nieuwe technologie.
- Economisch: belangrijkste aspecten van rentabiliteit.
- Warmtenetten en ruimtelijke ordening.
- Juridisch: noodzaak van regelgeving in Vlaanderen?
- Maatschappelijke aspecten: klimaat en CO₂, milieu, macro-economische voordelen, politiek draagvlak.

Paul De Rache zal het project toelichten aan de hand van een PowerPoint met veel foto's.

Parochiehuis Ternat, 20u. We vragen een kleine bijdrage voor een drankje.

Leden zoeken leden: actie van 15/09 tot 15/12/2015

Je hebt het gemerkt aan de voorkant van de Raak van september: KWB rekt op jou om mensen aan te spreken om lid te worden. Hoe moet je dit doen? Zie op de achterkant van de kartonnen overslag rond de Raak.

Heb je een buur of een vriend(in) die je graag wil laten kennis maken met de toffe activiteiten van KWB Ternat? Vul dan de kaartjes in vooraan de Raak en ga een gesprekje aan met je buur of vriend(in).

Vul de gegevens in op de website www.kwb.be/ledenzoekenleden of geef de ingevulde invulkaart af aan één van onze bestuursleden: dan voeren wij de gegevens in.

Voor €25 is iemand lid vanaf nu tot eind 2016.

Indien iemand lid wordt die jij aangesproken hebt, dan krijg je een waardebon van €4,5 voor aankoop van een fles wijn in 3 winkelketens.



GAAT NAAR



Wanneer: Woensdag 13 Januari 2016
Brouwerijbezoek tussen 19u en 21u30

Vertrek: 18u00: De Droomgaard (Dahlialaan)
18u15: Station Essene-Lombeek
(we gaan met de bus)

Inhoud: Rondleiding door brouwerij en bottelarij
Schenkininitiatie en 2 consumpties
Geschenkje

Prijs: Leden: 10€
Niet leden: 15€
(nog steeds mogelijk om lid te worden)

Vervoer met de bus wordt U vriendelijk aangeboden door KWB Lombeek!



Inschrijven kan via Kris Van de Steen

E-mail: kris.vandesteen@icloud.com
GSM: 0477/417.217
Adres: Affligemstraat 113
1742 Ternat

Inschrijven voor 18 December 2015!!
Plaatsen zijn beperkt!



Volleybal (samen met de veteranen van volleybalclub Kruikenburg)
ledere **donderdag van 20.30u tot ± 23.00u** in de sporthal van KRUIKENBURG.
Informatie & coördinatie : DENIS TICKET, Neerveldlaan 49, Ternat (02/582.29.21)

Baby- zwemmen

Elke Zaterdag om 9u00 of 9u30 in het zwembad van het MPI in Strijtem.
Informatie: Pascal Walschot: 02/ 452.23.81

Volleybal - Mini-voetbal

ledere vrijdag van 19u tot 20u in de zaal HORIZON Gemeenschapsschool
Informatie : BENNY VETSUYPENS, Eikenlaan 14a, 1740 Ternat (02/582.31.66).



kwb eensgezind

Tradities hebben ook hun recht van bestaan, en zeker de goede tradities!

Voor leden en hun familieleden van KWB of Femma Ternat en St-Jozef: start vanaf 17u30 in het Parochiehuis Ternat.

- aperitiefje en ontvangst
- korte Kerstbezinning, o.a. voor onze overleden leden
- een menuke bereid door onze Jong-KWB-ers:
 - ofwel ballekes in tomatensaus (in principe voor de kinderen)**
 - ofwel paella (in principe voor de volwassenen)**

- kinderfuij
- kerstpakjes en bollenworp
- tombola met vele waardevolle prijzen
 - speciale prijs onder de aanwezigen in de zaal :
 - een gratis KWB-weekend voor twee personen 4-6 maart 2016!
- muziek en dans voor jong en oud met DJ Sabrina.

Kom, en zorg mee voor een gezellig feest.

Inschrijven is verplicht en tegen ten laatste woensdag 16 december bij Veerle Despiegelaere 053/66 90 99 of veerleenguygeenens@telenet.be

Deelname in de kosten : 10 euro per persoon of 25 euro per gezin: kan de avond zelf ter plaatse betaald worden.



Inschrijving KWB-familiefeest 2015

Naam

Adres

Aantal volwassenen :Kinderen -12 :.....Kinderen +12 :

Aantal paella: Aantal ballekes in tomatensaus:



Dag lieve kindjes, Eerstdaags kom ik weer met mijn stoomboot, mijn schimmel en mijn Zwarte pietten van Spanje. Vol ongeduld en vol leuke cadeautjes. Graag wil ik bij je mama en papa thuis komen om jou te brengen waarnaar je al zolang verlangde.

Vraag aan je vake of moeke of ik bij jou thuis mag komen op. Zo ja, dan vraag je om hen onderstaande strook in te laten vullen. Graag met een briefje, tekening, vraag, wens of boodschap van JOU. De brieven worden gericht aan mijn thuisadres : **Sinterklaas & Zwarte Piet**

**Spanjestraat 1
0001 Hemelland**

Alles samen bezorgen (ev. via KWB-bestuurslid) aan:

Jan Lengeler, Nieuwbaan 134, 1742 SKL
0473 244236 lengelerjan@hotmail.com

Inschrijven voor **zondag 30 november 2015**, waarna de planning wordt opgemaakt. Het aantal bezoeken is beperkt tot 14. De eerstingeschrevenen gaan voor. Tijdig zijn dus.

De Sinterklaasbezoeken-aan-huis gaan door op: **Zondag 6 december**

Het uur van aankomst (ongeveer) word je vooraf meegedeeld. Dit is een gratis dienst aan onze KWB-gezinnen of aan hen die het willen worden (voor 25 €/j)!!! We verwachten wel dat men zich beperkt tot de eigen familie bv. kleinkinderen. Niet-leden betalen 5 €/kind (tijdens of na bezoek)

Inschrijvingsstrook Sinterklaasbezoek zondag 6 december 2015

Naam:.....

Adres:.....Tel/gsm:.....

KWB-lidnr:.....Wenst bezoek van de Sint. Voorkeur uur:

Naam van kind(eren): Leeftijd:.....

Bijzonderheden en verlangens:

'Het' zal liggen in auto/voor deur.....