

Afscheid van nationaal voorzitter Nik Van Gool

Zoals je al kon lezen in het Magazine van Ferm van december 2024 stopt Nik Van Gool, na 12 jaar, als nationaal voorzitter van Ferm.

Twaalf jaar lang was ze onze voorzitter en ontvingen de Ferm-afdelingen haar met open armen op jubelvieringen, troostplekken, Ferm op weg en zoveel meer. Ze had een groot hart voor alle vrijwilligers en leden.

In december 2024 deed ze haar laatste jubelvieringen en in 2025 neemt ze nog een paar vertegenwoordigingen ter harte. Ze stopt definitief in maart 2025.

We willen Nik van harte bedanken voor haar hartelijkheid, enthousiasme en inspirerende speeches gedurende al die jaren.

Ze was ook te gast in onze afdeling bij de inhuldiging van onze troostplek op 11 september 2021 en bij de viering van 25 jaar voorzitterschap van onze eigen voorzitter Martine Van Tomme op 11 december 2022.



Nik, die in Lier woont, blijft wel lid van Ferm Berlaar en een vaste deelnemer van onze lessen pilates.

**Wij wensen al onze leden en hun familie
een gelukkig en gezond 2025!**

Ferm Berlaar

info@fermberlaar.be
www.fermberlaar.be
www.samenferm.be/ferm-berlaar
Facebook: @fermberlaar
Rekening: BE38 7332 0211 3472

Nieuwsbrief Ferm Berlaar Januari 2025

Aan

Vanwege Tel.:

Kalender

Vrijdag 3 januari	9.30 u.	Daguitstap naar Antwerpen en de Ensor tentoonstelling
Maandag 6 januari	11.00 u.	Fietsen
Dinsdag 7 januari	19.30 u.	Pilates
Woensdag 8 januari	15.00 u.	Film: "Julie zwijgt"
Donderdag 9 januari	13.30 u.	Wandelbabbel
Maandag 13 januari	11.00 u.	Fietsen
Dinsdag 14 januari	19.30 u.	Pilates
Donderdag 16 januari	13.30 u.	Demobakles
Maandag 20 januari	11.00 u.	Fietsen
Dinsdag 21 januari	19.30 u.	Pilates
Woensdag 22 januari	19.00 u.	Kookworkshop: Winterse gerechten
Zaterdag 25 januari	19.00 u.	Teerfeest (i.s.m. Landelijke Gilde)
Maandag 27 januari	11.00 u.	Fietsen
Dinsdag 28 januari	19.30 u.	Pilates
Zondag 2 februari	8.00 u.	Ontbijt aan huis
Dinsdag 4 februari	19.00 u.	Naaien
Donderdag 6 februari	14.00 u.	Winterontmoeting voor 60-plussers

Activiteiten

Pilates

Vanaf dinsdag 7 januari

Ook dit jaar zetten we sportief in met een nieuwe lessenreeks Pilates.

Met Pilates verbeter je je kracht, flexibiliteit en balans. Pilates richt zich vooral op de core-spieren: buik, rug en bekken om je wervelkolom goed te kunnen ondersteunen. Pilates verbetert je houding en corrigeert foute bewegingspatronen. Het steunt op 4 centrale pijlers: kracht, uithouding, stretch en stabiliteit.

Je kan een tienbeurtenkaart kopen of je kan per les betalen. Als je nog een tienbeurtenkaart hebt van vorig jaar, mag je die eerst verder gebruiken.

Let op: Ferm-leden zijn verzekerd via hun lidmaatschap; niet-leden zijn niet verzekerd.

Datums: **Elke dinsdag vanaf 7 januari van 19.30 u. tot 20.30 u.**

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruszaal)

Lesgeefster: Margot Janssens

Deelnameprijs: **Tienbeurtenkaart:**

Ferm-leden: 50,00 € – Niet-leden: 70,00 €

Prijs per les:

Ferm-leden: 6,00 € – Niet-leden: 8,00 €

Inschrijven: **Bij Hilda Van Tomme** (03/482.44.45 – 0477/91.49.95 – hildavantomme@telenet.be).

Betalen: Als je kiest voor een tienbeurtenkaart betaal je **bij**

voorkeur via de rekening: BE38 7332 0211 3472

met vermelding van je naam en “Pilates”.

Als je inschrijft per les, kan je tijdens de les zelf betalen (cash met gepast geld of via Payconiq).

Meebrengen: Fitnessmatje, eventueel dekentje voor onder je matje, sportieve kledij, flesje water

Om onze activiteiten vlot te laten verlopen vragen wij om steeds eerst in te schrijven en vooraf te betalen.

Stopzetting Ferm Berlaar-Heikant

Eind 2024 stopte de werking van Ferm Berlaar-Heikant. Vermits er nog maar enkele (oudere) bestuursleden meer over waren, was het voor hen niet langer houdbaar om nog activiteiten te organiseren. Tijdens hun laatste activiteit, de jaarlijkse brunch, hebben ze afscheid genomen van hun leden. Wij willen onze collega's van de Hei bedanken voor hun jarenlange inzet voor hun afdeling!

Nieuwe leden Berlaar-Heikant

Een aantal leden van de Hei is ondertussen overgestapt naar Ferm Berlaar. Wij heten hen dan ook van harte welkom en hopen dat ze zich snel thuis voelen.

Maria Brion	Brandestraat
Annie Cannaearts	Hellestraat
Magda Ceulemans	Heidestraat
José Ceuppens	Leemputten
Maria De Belser	Aarschotsebaan
Wilhelmina De Belser	Liersesteenweg
Sonia De Haes	Melkouwen
Hilde De Reze	Herentals
Maria Eyskens	Melkouwen
Katleen Goelen	Ezenhoek
Rita Goossens	Pannenhuisstraat, Itegem
Jenny Mertens	Lindenweg
Sonja Pauwels	Steenbeek
Denise Van Beethoven	Sint-Rumoldusstraat
Ria Van den Broeck	Beekstraat, Koningshooikt
Ludgard Van Hove	Aarschotsebaan
Agnes Van Olmen	Ezenhoek
Christine Van Soom	Aarschotsebaan
Jenny Vercammen	Melkouwen
Elisabeth Vervoort	Sparrenweg

Demobakles

Donderdag 16 januari

Tijdens de demobakles maakt onze lesgeefster enkele lekkere soorten gebak klaar en geeft ze uitleg over de ingrediënten en de recepten. Achteraf mag iedereen proeven.

Volgende gerechten staan op het menu: enkele croques (zowel hartig als zoet), een warme wrap, en als afsluiter nog een zoet gebak: gebakken cheese cake met een pecannoten-appelcrumble.

Datum: Donderdag 16 januari om **13.30 u.**

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruskeuken)

Deelnameprijs: Ferm-leden: 12,00 € – Niet-leden: 16,00 €

Eerst inschrijven: **Bij Hilda Van Tomme** (03/482.44.45 – 0477/91.49.95 – hildavantomme@telenet.be – Doelstraat 2),
ten laatste tegen zaterdag 11 januari.

Dan betalen: **Bij Hilda Van Tomme** (gepast geld in een envelop)
of via de rekening: BE38 7332 0211 3472 met vermelding van je naam en “Demobakles”.

Demobakles

Donderdag 16 januari

Tijdens de demobakles maakt onze lesgeefster enkele lekkere soorten gebak klaar en geeft ze uitleg over de ingrediënten en de recepten. Achteraf mag iedereen proeven.

Volgende gerechten staan op het menu: enkele croques (zowel hartig als zoet), een warme wrap, en als afsluiter nog een zoet gebak: gebakken cheese cake met een pecannoten-appelcrumble.

Datum: Donderdag 16 januari om **13.30 u.**

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruskeuken)

Deelnameprijs: Ferm-leden: 12,00 € – Niet-leden: 16,00 €

Eerst inschrijven: **Bij Hilda Van Tomme** (03/482.44.45 – 0477/91.49.95 – hildavantomme@telenet.be – Doelstraat 2),
ten laatste tegen zaterdag 11 januari.

Dan betalen: **Bij Hilda Van Tomme** (gepast geld in een envelop)
of via de rekening: BE38 7332 0211 3472 met vermelding van je naam en “Demobakles”.

Fietsen

Maandag 6, 13, 20 en 27 januari

We vertrekken om **11.00 u.** en we zijn ten laatste om 15.30 u. terug in Berlaar. We nemen onze boterhammen mee voor onderweg. De afstand bedraagt ongeveer 35 à 40 km, afhankelijk van het weer.

Info en vertrek: bij Hilda Van Tomme (Doelstraat 2 – 0477/91.49.95).

Zorg voor aangepaste (regen)kledij en een fluo hesje.

Fietsen

Maandag 6, 13, 20 en 27 januari

We vertrekken om **11.00 u.** en we zijn ten laatste om 15.30 u. terug in Berlaar. We nemen onze boterhammen mee voor onderweg. De afstand bedraagt ongeveer 35 à 40 km, afhankelijk van het weer.

Info en vertrek: bij Hilda Van Tomme (Doelstraat 2 – 0477/91.49.95).

Zorg voor aangepaste (regen)kledij en een fluo hesje.

Wandelbabbel

Donderdag 9 januari

We vertrekken om **13.30 u. aan LDC Balderhuys**, Pastorijstraat 2A (ingang voor de lichten rechts). We maken een wandeling van maximum 5 km richting Gestel en houden een tussenstop in De Klappeistaak.

Info: Agnes Lammens (0485/53.44.72).

Zorg voor stevige wandelschoenen en aangepaste kledij.

Wandelbabbel

Donderdag 9 januari

We vertrekken om **13.30 u. aan LDC Balderhuys**, Pastorijstraat 2A (ingang voor de lichten rechts). We maken een wandeling van maximum 5 km richting Gestel en houden een tussenstop in De Klappeistaak.

Info: Agnes Lammens (0485/53.44.72).

Zorg voor stevige wandelschoenen en aangepaste kledij.

Kookworkshop: Winterse gerechten

Woensdag 22 januari

Tijdens onze kookworkshop gaan we zelf aan de slag. Eerst geeft onze lesgever uitleg over de recepten. Daarna maken we in kleine groepjes zelf enkele lekkere winterse gerechten klaar. Achteraf kan je alles proeven.

Datum: Woensdag 22 januari om 19.00 u.
Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruskeuken)
Begeleiding: Leo Boeckstaens
Deelnameprijs: Ferm-leden: 16,00 € – Niet-leden: 21,00 €
Eerst inschrijven: Bij **Martine Van Tomme** (03/422.57.22 – 0494/33.74.08 – martine.vantomme3@telenet.be),
ten laatste tegen woensdag 15 januari.
Dan betalen: Via de rekening: BE38 7332 0211 3472 met vermelding van je naam en “Kookworkshop”.
Meebrengen: Aardappelmesje, snijplank, keukenschort, 2 keukenhanddoeken, potje voor eventuele overschotjes

Ledennieuws

50 jaar lid

Tijdens ons kerstfeest in december hebben we enkele leden gevierd die al 50 jaar lid zijn van Ferm Berlaar: **Maria Peeters, Lea Verrelst, Maria Van Winkel en Marie-Louise Vervoort.** Van harte proficiat!

Nieuwe leden

Eind vorig jaar mochten we nog enkele nieuwe leden verwelkomen:

Nadine Van Wezemaël	Klets
Josée Leys	Leemputten

We heten hen van harte welkom en wensen hen veel plezier bij Ferm.

Kookworkshop: Winterse gerechten

Woensdag 22 januari

Tijdens onze kookworkshop gaan we zelf aan de slag. Eerst geeft onze lesgever uitleg over de recepten. Daarna maken we in kleine groepjes zelf enkele lekkere winterse gerechten klaar. Achteraf kan je alles proeven.

Datum: Woensdag 22 januari om 19.00 u.
Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruskeuken)
Begeleiding: Leo Boeckstaens
Deelnameprijs: Ferm-leden: 16,00 € – Niet-leden: 21,00 €
Eerst inschrijven: Bij **Martine Van Tomme** (03/422.57.22 – 0494/33.74.08 – martine.vantomme3@telenet.be),
ten laatste tegen woensdag 15 januari.
Dan betalen: Via de rekening: BE38 7332 0211 3472 met vermelding van je naam en “Kookworkshop”.
Meebrengen: Aardappelmesje, snijplank, keukenschort, 2 keukenhanddoeken, potje voor eventuele overschotjes

Ledennieuws

50 jaar lid

Tijdens ons kerstfeest in december hebben we enkele leden gevierd die al 50 jaar lid zijn van Ferm Berlaar: **Maria Peeters, Lea Verrelst, Maria Van Winkel en Marie-Louise Vervoort.** Van harte proficiat!

Nieuwe leden

Eind vorig jaar mochten we nog enkele nieuwe leden verwelkomen:

Nadine Van Wezemaël	Klets
Josée Leys	Leemputten

We heten hen van harte welkom en wensen hen veel plezier bij Ferm.