

BESTUUR KWB - TERNAT

Dagelijks Bestuur

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, Stationsstraat 59, Ternat (02/582.33.92),

Denis Ticket, Neerveldlaan 49, Ternat (02/582.29.21), Medevoorzitter

Nestor Vandermotten, Heirbaan 15 Ternat, (02/582.37.70)

Wijkmeesters

Jaak Benoit, Borredam 27, Ternat (02/582.32.50)

Charles Chiers, Sterrelaan 31, Ternat (02/582.42.74)

Ivo Claeys, Neerveldlaan 21, 1740 Ternat (02/432.24.43)

Roger Decelle, 't Serclaesstraat 22, Ternat (02/582.50.89)

Gilbert Dekerf, A. De Feyterstraat 78, Ternat (02/582.22.78)

Luc Huybrecht, Assesteenweg 197, Ternat (02/582.02.20)

Willy Schoukens, Eikenlaan 23, 1740 Ternat (02/582.73.28)

Herman Vierendeels, Iepenlaan 22, Ternat (02/582.19.24)

Jong KWB (samen met KWB St-Jozef)

Kris De Bisschop, Kleine Groeneweg 29, 1790 Teralfene (053/66.07.01)

Gunter De Smet, Affligemstraat 26c, 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) Medevoorzitter

Jan Casier, De Feyterstraat 56, 1740 Ternat 02/453.27.59

**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 eensgezind

KWB-TERNAT

Activiteitenkrantje
februari 2010

Jaarthema : “we kijken vooruit !”

Kalender 2009 – 2010 voor KWB – Ternat

Dond 3 14-28jan 11-18 feb

Dinsdag 2 febr

Woensdag 17 febr

Dinsdag 2 maart

Vrijdag 5–zondag 7 maart

Zaterdag 13 maart

Zaterdag namiddag 27 maart

Dinsdag 6 april

Zaterdag 17 april

Zondag 2 mei

Dinsdag 4 mei

Zaterdag 5 juni

In Juli

Volksdansen: 5 avonden KWB St-Jozef

Kookavond: “Eet de wereld niet op”.

Kindernamiddag: knutselen met bloempotjes
ism KAV

Ouders worden ouder

Familieweekend in Heer sur Meuse

Snoeiles KWB St-Jozef

Gezinsdropping- wandeltocht met kinderen

Bezinning rond Pasen

Spaghettifestijn samen met KAV

Dag van de KWB in Boudewijn Seapark Brugge

Speels opvoeden: voor jonge gezinnen

Bedrijfsbezoek bij TGV onderhoudsplaats Vorst
Fietstocht

Naast dit programma zullen we jullie ook regelmatig berichten over het programma van KWB St-Jozef, waar we jarenlang een zeer goede samenwerking mee hebben.

Valentijnsontbijten 14 feb

Zie aparte uitnodiging met inschrijving bij je Raak: KWB St-Jozef

Inschrijven tot 7/2 bij Luc Bras, Korenbloemstraat 12, 1742 SKL (Tel 02/5825334)

En storten op rek nr 068-2323504-90; bedrag = 6 €per ontbijt

Verlagje **Bezoek aan passief huis van Mark en Heidi Meert op 5 jan**

Het vroom – 5°C, er lag 5 cm sneeuw, en het was glad. En toch kwamen er 28 geïnteresseerden opdagen!!! Blijkbaar een interessant thema.

En neen: Mark en Heidi hebben tot nu toe nog geen wafels moeten bakken om het warm te hebben!!! Het was er aangenaam warm in de nieuwe woning.

Mark legde eerst de basisprincipes uit van een passieve woning: maximaal isoleren, de woning volkomen tocht dicht laten construeren, de woning zo richten dat er maximaal zonnearmte wordt opgevangen, geforceerde balansventilatie met warmterecuperatie van de afgezogen lucht, en leren een paar uur vooruit te denken. Bij de luchtdichtheidstest haalde de woning van Mark en Heidi een n_{50} waarde van 0.38. De norm voor de aannemer was, en voor een officieel passief huis is 0.6. Dit betekent dat er bij een over- of onderdruk van 50 Pascal, de woning maar 60% van zijn volume aan lucht verliest; bij Mark dus slechts 38%. Bij normale huizen is dit 6 à 700%.

Het "hart" van het huis is de Combi luchtverversing- warmtewisselaar en boiler voor warm water. De aangezogen verse buitenlucht wordt in een lange buis onder de grond eerst voorverwarmd (zo een 10°C stijging) en nadien wordt de warmte van de afgezogen lucht opgenomen via een warmtewisselaar. Er zit ook een kleine warmtepomp in de Combi, met een elektrische motor van ongeveer 0.5KW. De warmtepomp kan gebruikt worden om de aangezogen lucht verder op te warmen, of de warmwaterboiler op te warmen. (De warmwaterboiler bevat een reserve elektrisch element van 1KW voor de extreem koude dagen; "de grijze klamme dagen zijn eigenlijk het moeilijkst", aldus Mark). De 2 ventilatoren voor de lucht verbruiken elk 70W. Dus, in normaal gebruik pakweg 0.65 KW aan energie toevoer.

Vergelijk dat met een verwarmingsketel van 25 à 40 KW in een klassieke woning, en je beseft over welke verschillen we praten. Ongelooflijk, maar toch waar!!!

Neef Peter Meert liep de hele avond rond met zijn infrarood scanner om toch nog kleine spleetjes en koude plekken aan te tonen. Ja hoor: aan het sleutelgat van de voordeur was de contacttemperatuur slechts 4° C. "Alles kan beter", is het motto van Peter.

Binnen 6 à 7 maand volgt een 2° grote test in het putje van de zomer. Wordt het niet te warm? Maar daar heeft Mark minder schrik van dan de grijze koude dagen. "De zonnearmte zal dan zeker goed zijn werk doen". "En we kunnen ook nog onze ramen open zetten", aldus Mark.

Nog dat: tijdens het bezoek steeg de temperatuur in de living van 20°C naar 20,8°C, door de menselijke warmte van de 28 deelnemers. (een persoon straalt ongeveer 100W uit). Een "housewarming" kan je hier dus echt letterlijk nemen. Een zeer boeiende avond. Bedankt Mark en Heidi !!!

Volksdansen: 5 donderdagen in december, januari en februari

3/12 14/01 28/01 11/02 18/02

Inschrijven bij Jos Deryck 053/67 08 17 GSM 0486 56 53 17 josderijck@telenet.be

Familieweekend Heer sur Meuse 5 – 7 maart

Uiterste inschrijvingsdatum 7 februari

Bij Marc en Betty Despiegelaere: 02/ 582 17 59

Dinsdag 2 feb: Vegetarische kookavond: " eet de wereld niet op"

Tijdens 'Eet de wereld niet op' gaan we dieper in op de impact van onze voeding op het milieu. Hierbij bekijken we verschillende aspecten:

- het eten van vlees en milieugevolgen hiervan (en de impact van vlees op onze gezondheid)
- het eten en kopen van lokale producten (met aandacht voor 'vergeten' groenten)
- het eten en kopen van seizoensgebonden producten (opnieuw met aandacht voor iets minder bekende groenten en gerechten)

Dit is niet zomaar een saaie uiteenzetting: alles wordt verpakt in een boeiende kookles met lekkere en feestelijke recepten waar we ons al doende de principes van een milieuvriendelijke etensstijl eigen maken.

Woensdag 17 feb: K.A.V. Kinderatelier knutselen met bloempotjes

Ook voor de kinderen van K.W.B- leden.

Ooit gedacht dat je met eenvoudige aarden potjes zulke leuke poppetjes kunt maken? Laat je verrassen door deze vrolijke figuurtjes en decoraties.

Eigenlijk zijn ze bedoeld voor planten en bloemen, maar wij maken er samen met de kinderen grappige diertjes en poppetjes van. Met een laagje verf, wat gekleurd papier, houten kralen en een paar niet te ontbreken pluimpjes en wiebelogen, toveren we ze om tot kippetjes en raven.

Lesgeefsters: het C-team van de KAV

Om 13u30 in het Parochiehuis Processiezaal

Prijs: 5€ per kind.

Kinderen onder de 6 jaar moeten begeleid zijn door een familielid.

Inschrijven voor 10 februari 2010 bij:

Caty Meulemans 02/582 77 34 of Veerle Despiegelaere 053/66 90 99

DROPPING zaterdagmiddag 27 maart

Zie aparte uitnodiging bij je RAAK

Nieuwe formule, ook voor gezinnen met kleine en grotere kinderen !!!

3 parcours: voor kleuters (met buggy), kinderen lagere school en volwassenen.

Vertrek tussen 13u30 en 14u30 aan het Sportcomplex Van Cauwelaertstraat.

3€ per gezin, 5€ niet-leden, 1€ voor de kinderen.

Telefonisch inschrijven bij Pascal Walschot: 02/452 23 81 of

pascalkatleen@skynet.be

Dinsdag 2 maart 20u: Ouders worden ouder: ism KAV

Een avond gezellig samenzijn, en toch een zwaar thema aansnijden: dit kan bij KWB en KAV.

Praten helpt: zie hier een bescheiden maar o zo nuttige activiteit die mensen helpt om deze fase in hun leven op een goeie manier aan te pakken. "**Ouders worden ouder**" heeft de ambitie om een groep volwassenen rond de tafel te brengen en hen over hun ouders te laten getuigen en vooral te luisteren naar de ervaringen van hun vrienden leden van KWB en KAV.

Met deze activiteit kiezen we voor een **kwaliteitsavond** waarbij mensen met mekaar praten over hun problemen.

Dit thema wordt zorgvuldig opgebouwd in een aantal fasen:

- Eerst kijken we naar onszelf: hoe zien we onze eigen oude dag? Elk koppel krijgt een brief van zijn kind rond hoe zij ons willen helpen als we oud zijn.
- Daarnaast focussen we op onze ouders: met welk probleem worstelen zij? Met welk probleem worstel je als kind? Komen beide overeen of is er een verschil?
- **Volgende thema's komen aan bod:**
 - Mindere mobiliteit
 - Woonsituatie
 - Zinnige tijdsbesteding
 - Sociale contacten
 - Vakantie
 - Zin van het leven
- **Geestelijke beperkingen**
 - Relaties met naasten
 - Rouwen en sterven
- **Methodiek:** Hiervoor hebben we een invulblad aangemaakt waar je als koppel even bij stil kan staan. Nadien kunnen de koppels hun verhaal kwijt aan mekaar.
- **Slot:** we ronden deze avond op een heel concrete manier af. We trekken conclusies:
 - Gaan we praten met ouders/broers...?
 - Gaan we hulp vragen?

We hebben ook nog een aantal vuistregels om goed met deze situatie om te gaan.

Tijdens deze avond geven de deelnemers zichzelf een beetje bloot en dit veronderstelt een vertrouwelijke sfeer. **Hartelijk welkom!**

Begeleidster van de avond: Nicole De Paep
Parochiehuis Ternat, Kloosterweg 1

Zaterdag 13 maart: Snoeiles door Jos Derijck KWB st-Jozef



Jos Derijck, tuinier in domein van Huizingen, leert ons snoeien en reikt ons tips aan voor het tuinonderhoud.

Hij zal vooral ingaan op de snoei van sierstruiken (rododendron, forsythia, ribes, hortensia, buddleia, ...) en van fruitbomen (hoogstam en halfstam) en kleinfruit (rode en zwarte bes, rozebottel...).

Koffiepauze voorzien.

Rozen, dahlia's, ... Appelaars, kerselaar, pruimelaar, rode bessen, perzikelaar, pereboom ...

Meebrengen: snoeischaar.

Nog gezocht: tuinen die slachtoffer willen zijn.
Bel Jos Derijck: 053/67 08 17 GSM 0486 56 53 17
josderijck@telenet.be



Bezinning

Wij geloven dat mensen naar elkaar toe zijn geschapen, opdat zij bij elkaar vrede en warmte vinden, liefde en levensvreugde.

Wie zichzelf loslaat om houvast te zijn voor een ander, zal mens worden naar de maat van het evangelie: 'wie zich geeft, zal leven'.

Wij geloven in mensen die dat aan ons voorleven, die vreugde vinden in de vreugde van anderen. Daarom geloven wij in de toekomst: omdat liefde in mensen leeft !

KWB-Sportief

Volleybal (samen met de veteranen van volleybalclub Kruikenburg)

Iedere **donderdag van 20.30u tot ± 23.00u** in de sporthal van KRUIKENBURG.
Informatie & coördinatie : DENIS TICKET, Neerveldlaan 49, Ternat (02/582.29.21)

Volleybal - Mini-voetbal

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

Baby- zwemmen

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

