



VROUWEN VAN HET ALGEMEEN BOERENSYNDICAAT vzw
"Voor u, mevrouw"
boerinnen met verstand van boeren

**Sedert 4 mei
zijn mondkmaskers
in België verplicht
op scholen en in het
openbaar vervoer.
Op andere drukke
plaatsen worden ze
sterk aanbevolen
wanneer 1,5 m afstand
niet gegarandeerd
kan worden.**



Haal je naaimachine van stal!

**#nationalenaaiactie
#maakjemondmasker.be**

Hou het veilig en gezond!



We kunnen alleen maar hopen dat iedereen het goed blijft stellen en dat we de regels blijven volgen inzake afstand houden en handen wassen. Het zijn rare tijden om geboren te worden, te trouwen, om te sterven of om gewoon maar verkouden te zijn.

We missen elkaar, we telefoneren meer. We missen de knuffel met onze ouders, kinderen en kleinkinderen.

Je kan ook niet meer iedereen in huis halen voor een kop koffie, een pintje of een babbel. Ondertussen doen veel naaimachines overuren. We maken mondkapjes om zo vlug mogelijk de besmettingscijfers naar beneden te halen en om zo rap mogelijk opnieuw naar een (nieuw) normaal leven over te gaan.

Zorgkundigen, zelfstandigen en landbouwers in essentiële sectoren komen handen te kort. Aan de andere kant zijn sommigen doodsbang om te gaan werken. Ik ben echter blij dat er nu ook mensen zijn die voor de eerste keer de handen uit de mouwen steken om te gaan helpen in de prei of de aardbeien. Asielzoekers of de vrouw van de dokter, het maakt niet uit, en ze genieten van het werk buiten en van het open landschap. "Een voorrecht om dat eens te mogen meemaken," vinden ze.

Iedereen moet voor zichzelf oplossingen zoeken om zijn eigen leven en de relaties van vroeger terug op de rails te krijgen of te houden. Mensen zijn enorm creatief en de nieuwe media kunnen ons helpen om onze zaak te redden of om de vrijgekomen tijd thuis nuttig in te vullen.

We gaan met corona moeten leren leven tot er een veilig vaccin gevonden is.

De gezondheidszorg houdt stand, de voedselketen werkt nog, we hebben een dak boven ons hoofd en het wordt zomer. Met een beetje solidariteit gaan we dit wel overleven. Velen gaan het financieel en emotioneel moeilijk krijgen. We moeten er zijn voor elkaar als het nodig is.

Zolang de boer kan blijven ploegen en zaaien... zal er voedsel op de plank zijn. Het is nog nooit zo duidelijk geweest dat zonder een gezonde landbouweconomie onze maatschappij verzwakt. Eten blijft een van de belangrijkste behoeften van de mens. Een schouderklopje voor de basis van onze economie mag gerust!

Want zonder eten geen arbeid en geen zorgsector. Hoe zou de politiek dan nog de kerk in het midden kunnen houden?

Blijf gezond en dan komt alles wel goed. De wetenschap is op zoek naar een oplossing en de rest is bijzaak en zijn zorgen voor later.

Lut Bellegeer
Voorzitter VABS vzw



Zondag 14 juni = vaderdag!

Vergeet niet je vader of schoonvader eens extra in de watten te leggen!

Doe dit bij voorkeur met lekkers of groen van bij ons!
Hiermee steun je onze lokale land- en tuinbouw.



Ook na corona meer duurzaam voedsel in ons mandje?

Meer en meer Belgen kiezen tijdens de coronacrisis voor duurzaam voedsel en geven aan dat ook nadien te zullen blijven doen. Dat blijkt uit onderzoek dat Fairtrade Belgium uitvoerde bij 1.000 Belgen, in samenwerking met onderzoeksbureau Dynata. "We zien dat mensen aangeven na de crisis meer te zullen gaan winkelen bij lokale supermarkten of kruideniers (23%), openluchtmarkten (21%) of zelfs rechtstreeks bij de boer (33%)", klinkt het.

Bijna de helft van de ondervraagde Belgen (45%) zegt na de lockdown meer aandacht te willen besteden aan duurzame voeding dan voor de crisis. 42 procent van de Belgen geeft aan vaker voor lokale producten te kiezen dan vroeger. Daarnaast koopt een kwart (23%) van de Belgen vaker een Fairtrade-product en is ook de voorkeur voor biologische producten gestegen (14%) sinds we in ons kot moeten blijven. "Tijdens de lockdown merkten we een sterke stijging op van de verkoop van Fairtrade-producten in supermarkten", beaamt ook Johan Vrancken, managing director van onderzoeksbureau Nielsen. "Terwijl de koffieverkoop sinds het begin van de lockdown met 19,8 procent is gestegen, is de Fairtrade-koffieverkoop met 29,5 procent gestegen. Soortgelijke trends zien we ook in andere productcategorieën zoals thee en chocolade. We merken bij consumenten ook een voorkeur voor buurtwinkels, waarvan de verkoop sneller groeit dan die van supermarkten."

"Deze cijfers geven heel duidelijk aan dat de coronacrisis onze manier van denken over voedsel sterk heeft beïnvloed", vervolgt Nicolas Lambert, directeur van Fairtrade Belgium. "Een opmerkelijke evolutie, zeker als je weet dat bijna driekwart (71%) van de respondenten omwille van de crisis meer aandacht besteedt aan zijn uitgaven."

We blijven evenwel pragmatisch: van de Belgen die aangeven dat ze het belangrijk vinden om meer lokaal te consumeren, maakt een overgrote meerderheid (77%) een uitzondering voor essentiële producten die bij ons onmogelijk kunnen worden verbouwd – denk maar aan koffie, bananen en cacao. "Met andere woorden, lokaal als het kan, internationaal als het moet, en dan liefst Fairtrade", vat Nicolas Lambert samen.

Uit het onderzoek blijkt voorts dat 60 procent zich nu meer bewust is van de rol van de telers en boeren in onze voeding en een gelijkaardig percentage zegt dat de crisis ertoe heeft geleid dat ze meer belang hechten aan de vergoeding van boeren die hun voedsel verbouwen.

"We zien dat mensen aangeven na de crisis meer te zullen gaan winkelen bij lokale supermarkten of kruideniers (23%), openluchtmarkten (21%) of zelfs rechtstreeks bij de boer (33%)", gaat Nicolas Lambert verder. "Dat zou allemaal ten koste van conventionele supermarkten kunnen gaan. Het is dus in hun eigen belang om ook op duurzaamheid in te zetten."

Zeven op de tien Belgen is tot slot van mening dat overheden moeten helpen bij de transitie naar een duurzamere economie, luidt het bij Fairtrade Belgium, die recent een bewustmakingscampagne op sociale netwerken lanceerde onder de hashtag #makeitmorehuman.

Bron: vilt.be/Belga



LANDELIJK INFOPUNT VOOR VROUWEN



Heb je een vraag? Liv is er ook "Voor u, mevrouw"!

In deze moeilijke en verwarrende coronatijd kan Liv u ondersteunen met advies. Over het overbruggingsrecht, compensatiepremie hinderpremie, tewerkstelling,..

Meer dan ooit: Liv luistert en denkt met u mee.

Neem contact met An Deneffe:

adeneffe@samferm.be • (0477)97 48 55

CORONACRISIS

Maatregelen en veelgestelde vragen voor land- en tuinbouw

Wilt u checken welke maatregelen de overheid neemt om u te ondersteunen tijdens de coronacrisis als land- en tuinbouwbedrijf? Neem dan geregeld een kijkje op de startpagina van het Departement Landbouw en Visserij via www.lv.vlaanderen.be. De pagina wordt regelmatig geactualiseerd met nieuwe informatie.



Goed om weten: een notariële akte via een videoconferentie?

Iedereen kent wel de zogenaamde "notariële" akte of de "authentieke" akte. Koopt u bijvoorbeeld een woning, een perceel grond, een pand,... dan moet hiervoor naar de notaris gegaan worden en wordt er omtrent deze koop een "authentieke" akte opgesteld. Tot nog toe gebeurde dit altijd bij de notaris op zijn kantoor. Maar we leven in een steeds drukker wordende maatschappij waarin computer en Internet niet meer weg te denken zijn.

Dit kan heel wat voordelen hebben, zoals bijvoorbeeld de mogelijkheid om deze "authentieke" akte op te stellen via een videoconferentie!

Hebt u een drukke agenda, kan u moeilijk een nieuwe afspraak inplannen omwille van een verre verplaatsing, en ziet u het niet zitten om een hele afstand te overbruggen naar een notariskantoor van de andere kant van het land... dan hoeft u voortaan toch niet meer ver te gaan om deze authentieke akte op te laten stellen!

Bent u betrokken bij bijvoorbeeld een koop of verkoop en moet u zich hiervoor verplaatsen naar een notaris die zijn kantoor aan de andere kant van het land heeft, dan hoeft u deze afstand niet meer te overbruggen!

Het is voortaan mogelijk om een authentieke (notariële) akte te verlijden, niet door persoonlijk in het notariskantoor aanwezig te zijn, maar door een videoconferentie!

De voorwaarde hiervoor is echter wel dat er bij elke betrokken partij die deelneemt aan de videoconferentie, een notaris aanwezig is en dat alle partijen akkoord gaan met deze manier van handelen. De akte zal dan worden voorgelezen en iedere betrokken partij zal dit kunnen volgen op een groot videoscherm vanuit het notariskantoor van zijn eigen notaris!

Solange Tastenoye | www.solangetastenoye.be

 Juridisch adviesbureau Solange Tastenoye

Tijdens deze coronacrisis biedt Solange Tastenoye de mogelijkheid voor "persoonlijk" juridisch advies via een videoconferentie. Dit is ook mogelijk met meerdere personen tegelijkertijd en vanop verschillende locaties. Voor info en/of afspraak hieromtrent, bel het secretariaat op het nummer 013/46.16.24

Voor juridisch advies:

bel 0902/12014 (€ 1,00/min)

Voor advies bij u thuis:

bel 013/46.16.24



Peuter zijn in coronatijden

Ons zal je voorzeker niet kennen. Wij zijn Lander en Sander, al-lebei 2 jaar oud. Zelf beseften we dat eerst niet goed maar toen zagen we ons doopkaartje en daarop stond "tweeling". We hebben een mams en een paps, twee gekke woorden maar we hebben die zelf niet mogen kiezen. We hebben er zelfs moeten aan wennen.

Toen we nog moedermelk dronken, mocht het woord "mams" niet vallen of we rukten haar de bloes van het lijf omdat we meenden dat het weer etenstijd was. En daar keken we telkens erg naar uit, zelfs met ons ogen dicht. Goed lezen konden we toen nog niet zodat we niets verstonden van het voedings-schema aan de frigodeur. We zouden ook andere namen hebben gekozen, iets als Piet en Pieter of Jean-Jacques en Louis-Paul. Maar daar zijn we vlug achter gekomen dat het is voor het gemak van bomp. Als een van ons naar hem toeloopt, zegt hij: "Kom eens hier, Anderke" en even later "En Anderke is daar ook" wanneer de tweede verschijnt. Bomma heeft geen moeite om ons te herkennen maar die speelt het een beetje vals. Ze overstelpt ons met cadeautjes : een gestreepte en een geruite pyjama, een salopet in donkere jeans en eentje in lichtere kleur. Snap je? Wij twee gebaren natuurlijk van niets maar we onthouden het, voor later, als we beter kunnen praten. Nu zijn we soms beschaamd dat we zo veel prietpraat uitkramen. Maar ons echt ergeren doen we niet. Je moest eens horen wat die grote mensen zeggen tegen een boterham. Een boken !!! Tijd om te gaan slapen. Vergeet het! Dodokes doen. Krijgen we een bad, dan moeten we altijd weer horen over ons jefke. Noem dat onze plasser! Met zulke domme woorden moeten ze niet denken dat we ons zullen inhouden met plassen.

Al meer dan een maand brengen mams en paps ons niet meer naar de crèche. We vinden dat stom. Hoe kan je vrienden maken als je de deur niet uitkomt, vooral omdat we later in de politiek willen gaan. Bomma was eens heel boos omdat we in het hondenkot waren gekropen en de brokken van Tarzan hadden binnengespeeld. Nu zijn mams en paps ganse dagen thuis en spreken over niets anders dan over hun kot. En daar mogen we wél eten. Krijgen ze dan hondenmanieren? Die grote mensen toch. Paps probeert ons een ganse dag zoet te houden met domme spelletjes: hem helemaal inwikkelen in WC-papier want onder de trap zit de kast helemaal vol met rollen om ons te amuseren. Soms krijgen we een ijsje, een Tom&Jerry noemt hij dat en soms ook plaatst hij ons voor TV om naar Ben&Jerry's te kijken. Dan loopt hij gauw eens naar boven waar mams werkt en dan horen we dat ze heel blij is dat hij er is, want ze maken luid plezier.

Die grote mensen toch. Die kunnen maar lol maken als ze eerst hun kinderen voor TV zetten. Daar bestaat zelfs een speciaal woord voor, dat we nu nog niet kennen. Maar dat komt nog wel, als we zelf groot zijn en zelf kinderen en een TV hebben.

Anny Bert

Groentip van de maand juni:

"Tuin, terras, balkon of hangmand... er is geen enkele plaats waar perkplanten niet thuishoren. Deze eenjarige planten zijn de perfecte keuze als je kleur in je leven mist. Denk aan Primula, viooltjes, lobelia, ..."



Woonplant van de maand juni

Calla

De Calla, of officieel de Zantedeschia komt evenals de Anthurium en de Spathiphyllum uit de familie van de Araceae en wordt gekenmerkt door het trechtervormige schutblad (spatha). De eigenlijke bloemetjes, op de aar, zijn piepklein en minder opvallend. De grote populariteit van Zantedeschia (moerasplanten) is vooral ontstaan door grote uitbreiding van het zomer- en najaarsbloeiende assortiment.

Het assortiment Calla is de laatste jaren flink uitgebreid waardoor vele kleuren en bladtekeningen verkrijgbaar zijn. Roze en geel zijn de meest voorkomende kleuren, maar de plant is - tot en met september - in diverse kleuren beschikbaar. Binnen het assortiment maken we onderscheid tussen grootbloemige en kleinbloemige soorten en cultivars afkomstig van *Z. aethiopica* (met hoofdkleur wit).

Calla is als kamer- en tuinplant te gebruiken en heeft een bijzonder lange houdbaarheid. Steeds vaker worden Calla bollen of wortelstokken verkocht in de "droge" verkoop om te gebruiken als "tuin-calla".

Verzorgingstips

De Calla is gemakkelijk in verzorging en kan lang plezier geven.

- De plant verlangt binnenshuis een zo koel mogelijke lichte plek, des te langer zal die bloeien.
- In de tuin stelt hij weinig eisen, hij kan zowel in de schaduw als in de zon. De temperatuur moet wel minimaal 5 -8 °C blijven.
- De bloeitijd in de huiskamer is 2-12 weken. Buiten kunnen de planten langer doorbloeien, vooral wanneer de temperatuur lager is.
- Zorg dat de potkluit nooit uitdroogt, geef dus regel matig water.
- Geef voor een rijke bloei een keer per twee weken plantenvoeding.
- De planten kunnen eventueel worden overgehouden door ze in de winterperiode een rustperiode te geven, waarbij de plant droog gehouden wordt en het blad zal afsterven. De knollen zullen een volgend groeiseizoen weer volop nieuwe bloemen geven.
- De plant, die zelf al een mix lijkt van lokaal en exotisch, staat prachtig in ambachtelijke potten met etnische, kleurrijke motieven. De calla kan ook in een sobere aardewerk pot, mooi voor op het balkon of terras (een cadeau-tip voor vaderdag). Door de mooie kelkvorm is het overal een prachtige eyecatcher. Ook in combinatie met andere groene en bloeiende planten is de Calla gemakkelijk.

Bron: mooiwatbloemendoen.nl

Lezersbrief

Moeder, waarom hamsteren wij?

Momenteel leven we in onzekere tijden, maar op vlak van voedselvoorziening verblijven wij hier in België nog altijd in het land van melk en honing. Onze boeren en tuinders produceren genoeg voedsel voor onze bevolking!

De corona-epidemie heeft van een winkelbezoek een hele expeditie gemaakt: winkelkar laten ontsmetten, aanschuiven in de rij voor het warenhuis, afstand houden. Mensen lopen rond met handschoenen of mondmakers aan. In de winkelgangen een babbeltje slaan kan niet meer.

De rijen wachtenden aan de ingang van de winkel doen ons denken aan de Russische aanschuifcultuur ten tijde van de Sovjet-Unie. Met dat verschil dat eenmaal binnen in de winkel de meeste goederen nog voorradig blijken te zijn. Ons ongemak beperkt zich tot de vaststelling dat we ons favoriete merk moeten missen omdat dat net niet aangevuld is.

Door deze crisis worden we er ons pijnlijk van bewust dat we voor veel producten afhankelijk zijn van het buitenland. Vooral voor veel verbruiksgoederen hangen we volledig af van buitenlandse invoer, denken we maar aan reagentia om te testen op het coronavirus of mondmaskers.

Maar hoe zit het met onze voeding? Mensen zijn massaal aan het hamsteren geslagen uit angst voor tekorten. Voedsel is immers een basisbehoefte. Tijdens deze crisis beseffen we dat we afhankelijk van het aanbod in de winkel. Weinigen onder ons zijn immers zelf voorziend.

Is de angst voor tekorten reëel of is er voldoende capaciteit om voedsel te produceren in eigen land?

Laat ons de binnenlandse productiecijfers van een aantal basisproducten bekijken.

Laat ons starten met een basisproduct als aardappelen. In 2018 produceerden onze boeren 3.045.443 ton aardappelen. Op 1 januari 2019 bedroeg onze bevolking 11.413.203 personen. Dit betekent dat iedere Belg van baby tot volwassene theoretisch 267 kg aardappelen kon consumeren of ruim 700 gram per dag. Dit ligt ver boven de dagelijkse behoefte. Een groot deel van deze productie wordt uitgevoerd of dient als veevoer.

In datzelfde jaar produceerden Belgische koeien 673,1 miljoen kilo consumptiemelk. Dit komt overeen met bijna 60 kg melk per inwoner. Dit getal houdt enkel rekening met de melk die kan gedronken worden. Producten zoals yoghurt en room, kazen en boter worden hier niet in meegerekend.

In 2013 produceerden Belgische kippen meer dan 2,3 miljard eieren. Elke Belg kan dus dagelijks meer dan 5 eieren verorberen. Als diëtist zou ik dergelijke hoge consumptie niet aanraden.

Ons spreekwoordelijke appeltje voor de dorst is ook verzekerd! Wist je dat we in 2017 op ons grondgebied beschikten over 12.273.365 appelbomen en 17.367.558 perenbomen? Ieder Belg kan dus de volledige productie van een appel- en perenboom opeten.

De lijst met basisproducten die we zelf kunnen produceren is eindeloos. En deze basisproducten worden door onze voedingsindustrie verder verwerkt.

Om het in termen van voedingsleer te zeggen: we produceren voldoende eiwitten, koolhydraten en vetten om onze bevolking te voeden zelfs indien de invoer uit het buitenland volledig stilvalt.

Hamsteren van voedingsproducten is dus helemaal niet nodig. Belgische consumenten bevinden zich in een situatie met voldoende aanbod van kwalitatieve en lekkere producten. Met dank aan onze land- en tuinbouwers.

Hilde De Schuyteneer, diëtiste uit Geraardsbergen

**LEKKER
VAN BIJ
ONS**



Gebakken asperges met gekookte ham en peterselie

Aantal personen: 4
Bereidingstijd 20 min.

Ingrediënten

- 3 fijne sneetjes Meesterlyck-ham (100 g)
- 24 flinke witte asperges
- een halve bussel peterselie
- 1 sjalot
- het sap van 1/4 citroen
- 80 g boter
- 4 eieren
- een scheut azijn
- peper en zout

Recept

Schil de asperges met een dunschiller en dek ze daarna af met een natte doek. Pluk, spoel en hak de peterselie fijn.

Snijd de ham fijn met een scherp mes.

Hak de sjalot fijn en stooft hem glazig in een lepel boter. Voeg de ham bij de sjalot en laat kort meestoven.

Klop de resterende boter onder het ham/sjalotmengsel en breng op smaak met citroensap, zout en peper.

Kook de asperges iets verder dan 'al dente' (6 minuten volstaan) in gezouten water en hou ze vervolgens goed warm.

Pocheer de eieren in voldoende water met een scheut azijn. Haal ze uit de pan en laat ze kort uitlekken op een handdoek.

Schik de asperges op warme borden, lepel er de jus met het ham/sjalotmengsel over en leg er het gepocheerde ei langs.

VLAM.be 

Rouwen in coronatijden: “Je verdriet hoeft niet in quarantaine”

Afscheid nemen van een geliefde is in coronatijden helemaal anders. Als je iemand verliest, kan verbinding voor troost zorgen. De huidige maatregelen maken fysiek samenzijn voor velen onmogelijk, maar hoe ga je dan om met je verdriet en wat kan je als familielid of vriend doen? Enkele rouwexperts en initiatieven geven tips.

Laat je gevoelens toe

“Het is belangrijk om verdriet, boosheid en onmacht toe te laten”, vertelt rouwexperte Katrijn Desteghe bij Radio 2. “We moeten voelen wat er te voelen valt.” Ook is het goed om contact te zoeken en toe te geven wanneer het even niet gaat. Zo kunnen mensen elkaar ondersteunen. “Als je iemand kent die in het rouwproces zit, reik naar hen uit. Het vangt zeker niet alles op, maar het compenseert toch een beetje.”

Deel herinneringen

Een fysieke babbel en knuffel om elkaar te steunen, zijn even geen opties. Het online initiatief **#wijrouwenmee** van de coronadenktank legt uit hoe vrienden en familie ook op afstand verhalen en troostende woorden kunnen delen. Leg een steen die je mooi of bijzonder vindt op een plek die je aan de overledene herinnert. Wandel naar een plek waar de persoon graag kwam en maak daar een foto. Spreek af om op hetzelfde moment, elk in het eigen huis, een tas koffie te drinken en herinneringen op te halen. Om dit samen online te doen, kan je een Praatbox starten via **praatbox.be**. Maak een online herdenkingspagina waar je foto's, video's en teksten kan delen, via **inmemoriam.be** of op **mijnherinneringaanjou.be** voor kinderen.

Neem samen online afscheid

Op een begrafenis mogen maar een beperkt aantal mensen aanwezig zijn. Geliefden en naasten moeten dan wel in quarantaine blijven, hun verdriet moet dat niet. **#wijrouwenmee** raadt aan om met de begrafenisondernemer af te spreken om de viering te streamen via internet of op te nemen. Via **Praatbox** kunnen tot 200 personen de viering online bijwonen (indien ze hun eigen camera uitschakelen).

Verstuur een steunbrief of troostdoos

Ook steun betuigen en troost bieden, kan op een andere manier. Schrijf familie of vrienden een brief met herinneringen aan de overledene. Vertel hoe de persoon je leven heeft geraakt of beïnvloed. Beschrijf ook wat je aan de rouwende waardeert. Niet zo goed met woorden? Maak een troostdoos met bijvoorbeeld een kaartje en wat thee, koffie of andere kleine attenties.

Maak een afspraak voor rouwbegeleiding

“Rouwen zonder afscheid, zonder begrafenis en zonder troostende knuffel is extra moeilijk”, zegt rouwtherapeute Lies Scaut in een interview op Radio 2. Daarom richtte ze met de Limburgse Hogeschool PXL het Supportteam Rouwbegeleiding Corona op. Zowel families als zorgverleners kunnen gratis een afspraak maken met een van de rouwbegeleiders en docenten van de hogeschool. De begeleiding verloopt via een telefoon- of videogesprek. **Meer tips om elkaar steun en troost te bieden in deze moeilijke dagen, vind je op [wijrouwenmee.be](https://www.wijrouwenmee.be)**

GEEN ACTIVITEITENKALENDER

Ingevolge de coronamaatregelen zijn momenteel alle activiteiten afgelast.



- Men meldt ons het overlijden van mevr. Maria Vandelannoot, weduwe van Alberic Vannevele, geboren in Beselare op 16/7/1923 en overleden in Zonnebeke op 31/3/2020. Schoonmoeder en moeder van Marnik en Ingrid Watteyne-Vannevele, lid VABS-Groot-Zonnebeke.
- Men meldt ons het overlijden van mevr. Jeanne-Marie (Jenny) Maes, weduwe van Carlos Watteyne, geboren in Komen op 30/8/1924 en overleden in Wervik op 2/4/2020. Moeder en schoonmoeder van Marnik en Ingrid Watteyne-Vannevele, lid VABS-Groot-Zonnebeke.
- Men meldt ons het overlijden van dhr Georges Vanaerde, weduwnaar van mevr. Amandine Degroote, geboren in Beselare op 14/7/28 en overleden in Ieper op 8/4/2020. Schoonvader en vader van Germain en Christiane Soete-Vanaerde lid VABS-Groot-Zonnebeke. Grootvader van Steven en Emeline Soete-Marquant, lid VABS-Groot-Zonnebeke.
- Men meldt ons het overlijden van mevr. Paula Geldof, weduwe van dhr Antoon Gotelaere, geboren te Bikschote op 4/1/1936 en overleden te Langemark op 13/4/2020. Moeder van Jo en Karolien Gotelaere-Vandamme, lid VABS-Langemark.
- Men meldt ons het overlijden van mevr. Ann Reynaert, geboren op 14/7/1966 en overleden op 16/4/2020, lid VABS-Groot-Zonnebeke.
- Men meldt ons het overlijden van dhr André Vandebussche, weduwnaar van mevr. Julia Vanpeperstraete, geboren in Oostkerke-Diksmuide op 19/4/1929 en overleden in Woumen in het WZC de Zilvervogel op 27/4/2020. Schoonvader en vader van Erik en Cecile Bulcke-Vandebussche, lid VABS-Kortemark.
- Men meldt ons het overlijden van mevr. Monique Bellegeer, echtgenote van Guido Vandecasteele, geboren in Roeselare op 3/4/1965 en thuis in familiekring overleden in Koekelare op 27/4/2020. Nicht van Lut Bellegeer, nationaal voorzitter VABS.
- Men meldt ons het overlijden van mevr. Theresia Vrints, weduwe van dhr Gerard Van Dijck, geboren te St.-Lenaarts op 29/3/1932 en overleden te Brecht op 3/5/2020. Moeder en schoonmoeder van François en Simonne Van Dijck-Laurysse, lid VABS-Antwerpen. Schoonmoeder en moeder van Louis en Marleen Van Hasselt - Van Dijck, bestuurslid VABS-nationaal. Schoonmoeder en moeder van Eddy (†) en Ria Aernouts-Van Dijck - Danny van Hooydonk, lid VABS-Antwerpen.

Aan de beproefde families bieden wij onze oprechte deelneming aan.

- Geboorte van Leander op 27/3/2020, broertje van Lowiek, zoontje van Bart en Ellen Declercq-Pauwelyn, medewerker NAC-Roeselare. Kleinzoen van Marc en Anita Pauwelyn-Vergote, voorzitter VABS-Kortemark.



Hartelijke gelukwensen aan ouders en grootouders!

Tip van de maand

Dankbaarheid: ontwikkel bewust positieve gevoelens



We worden overspoeld door berichten die onaangename gevoelens opwekken, zoals angst, verdriet en woede, zeker in deze coronatijden. Probeer zelf bewust een tegengewicht te formuleren door stil te staan bij zaken die je dankbaar maken:

- Wat heb je zelf gedaan/gerealiseerd waar je tevreden over bent?
- Wat doen anderen voor jou?
- Wat heb je vandaag gevoeld, gezien, geroken, geproefd, gehoord waar je tevreden of dankbaar voor kan zijn?
- Misschien lukt het je om nog een stapje verder te gaan: wanneer heb je iemand anders voor het laatst een complimentje gegeven?

Misschien kan je dit neerpennen in een dagboek, of even in gedachten overlopen op het einde van de dag. Bewust aandacht schenken aan deze gevoelens zorgen ervoor dat je met een ontspannen gevoel kan slapen.



0800 99 138 (gratis)

Info@boerenopeenkruispunt.be
Brouwerijstraat 1 - 9880 Aalter
www.boerenopeenkruispunt.be

Je positieve noot

Hoe denk jij? Ben jij een positieve denker of eerder een negatieve denker?

De huidige tijden doen ons vertragen. Veel mensen geven aan dat ze ook meer stilstaan bij hun leven. Dat 'stiller staan' biedt gelegenheid om eens een zelfonderzoek te doen naar jouw gedachten gang.

We geven graag een actueel voorbeeld:

Voor Corona:

Cliënt: "Ik heb geen tijd om mijn huis in orde te brengen. Ik zou zo graag eens wat orde op zaken krijgen, overzicht creëren,... Enkel op die manier zal er wat rust in mijn leven komen. Ik heb nooit tijd voor iets. Ik krijg het nooit afgewerkt."

Tijdens Corona:

Positieve denker: de extra tijd die we nu hebben, zorgt ervoor dat ik die onafgewerkte zaken eindelijk kan afgevoerd krijgen. Ik zal mijn tijd optimaal inplannen en ruimte voor ruimte in mijn woning onder de loep nemen.

Negatieve denker: Nu zitten we hier heel de tijd binnen... Dat kan toch niet blijven duren, dat kunnen ze ons toch niet langer aandoen. Ik verveel me steendood. Een mens kan toch niet de hele dag opruimen.

Weet je, je kan iets doen aan negatief denken. De eerste stap is beseffen dat je eerder een automatische negatieve gedachten gang hebt. En... Hoe denk jij?

Annelien Jonckheere - Indigo Koekelare

« Voor u, mevrouw »

« Voor u, mevrouw » is het tweemaandelijks maandblad van de Vrouwen van het Algemeen Boerensyndicaat (VABS vzw), adres: zie blz. 1.

Verantwoordelijke uitgever

Hendrik Vandamme, Industrieweg 53, 8800 ROESELARE-BEVEREN
Tel.: 051 26 08 20 - fax: 051 24 25 39 - e-mail: hendrik.vandamme@absvzw.be

Redactie en Productie

Voorzitter: Lut Bellegeer
GSM 0497 24 53 63 - e-mail: lutbellegeer@hotmail.com
Kristol Dhont en Maaïke Vandeputte, Industrieweg 53, 8800 ROESELARE-BEVEREN
Tel.: 051 26 08 29 - Fax: 051 24 25 39 - e-mail: vabs@absvzw.be
website: www.vabsvzw.com - facebook: @VABSvzw

Abonnement

Een abonnement kost € 18 voor 12 maanden. U kan zich abonneren door het bedrag te storten op rekeningnr. **BE39 1030 2414 8119** op naam van **VABS** vzw, Industrieweg 53, 8800 Roeselare-Beveren.

Let op: vermeld steeds uw meisjesnaam en vermeld ook dat u een nieuw lid bent.

« Voor u, mevrouw » is zo zorgvuldig mogelijk samengesteld. Uitgever en auteurs verklaren echter dat ze niet kunnen instaan voor de juistheid of de volledigheid van de informatie. Ze aanvaarden dan ook geen enkele aansprakelijkheid van welke aard ook die het gevolg is van handelingen en/of beslissingen die gebaseerd zijn op bedoelde informatie.

Retro-kruiswoordraadsel nr. 210

Gebaseerd op de inhoud van nummer 3-4 (maart-april).

Horizontaal

- 1) Vrouw van redactie "Voor U, Mevrouw" (haar voor- en familienaam) - muzieknoot;
- 2) Pijnuitroep - kippenproduct - een zekere - vervoermiddel;
- 3) Nam voedsel tot zich - lage tij - slot (laatste gedeelte) - ons inziens (afkorting);
- 4) Persoon die geheel afhankelijk is - voegwoord - sneeuwschaats;
- 5) Voorzetsel - klimtoestel - voegwoord;
- 6) Voorzetsel - reukzintuig - binnenwater;
- 7) Havenstad aan de Rode Zee - persoonlijk voornaamwoord - persoonlijk voornaamwoord;
- 8) Achter - "Woonplant van de maand april";
- 9) Zandheuvel - muzieknoot - voegwoord;
- 10) In die provincie heeft op donderdag 10 september de jaarlijkse vrouwendag plaats;
- 11) Vorderen (tot voorwaarde hebben) - en volgende (afkorting) - muzieknoot;
- 12) Wanneer;
- 13) Muzieknoot - een tekst van Bond zonder Naam ("Oordelen is denken te ...") - bevestiging;
- 14) Twee dagen geleden - opstootje;
- 15) Neodymium (scheikundig symbool) - toevluchtsoord (wijkplaats) - paal op schepen.

Vertikaal

- 1) Uit "Lekker van bij ons" (plaattaart met witloof, ham en verse ...) - buitenste gedeelte - feestdag van zondag 12 april;
- 2) Deel van een wielerronde - vochtigheid die 's nachts zich in druppels afzet - gezongen gedicht;
- 3) Tussen gezet lapje - een weinig;
- 4) Rap - nomen nescio (afkorting) - nieuwe stijl (afkorting) - bevel;
- 5) Bolronde lichaam (speeltuig) - voorzetsel - waterdier;
- 6) Dubbele klinker - voorzetsel - bewegingsorgaan van de vissen - muzieknoot;
- 7) Uit 'Tip van de maand' ("... is een werkwoord") - lectori salutem (afkorting) - voorzetsel;
- 8) Eén van de vingers - aaneen (afkorting) - naar behoren;
- 9) Kip - loofboom - plattegrond (tekening) - daar;
- 10) Beneden - hemellichaam - reken;
- 11) Ontkenning - onbepaald voornaamwoord - lidwoord - voegwoord;
- 12) Muzieknoot - deelbaar door twee;
- 13) Bomenrijk - oude lap - dwarshout;
- 14) "Recept voor lekkernij" (eenvoudige ...);
- 15) Bestaat - voorzetsel - achter - laagste vrouwenstem.

Michel Billiau - Wervik

Oplossing retro-kruiswoordraadsel nr. 209

1	H	I	L	D	E	C	R	E	V	I	T	S	D	O
2	E	S	D	T	A	R	O	M	A	L	I	S		
3	N	G	O	U	D	P	A	L	M	K	O	K		
4	T	E	I	I	L	E	O	R	K	A				
5	V	E	E	L	B	O	E	R	I	N	E	L		
6	R	N	I	S	O	U	D	R	I	J	S	T		
7	O	M	A	L	R	I	N	N	A	R				
8	L	A	S	O	L	A	N	G	E	R	U	W		
9	I	J	O	A	I	E	I	A	I					
10	K	L	A	N	T	R	E	I	N	R	E	N		
11	O	A	M	T	M	E	U	N						
12	L	K	J	E	E	P	T	H	E	E	D			
13	U	F	A	M	I	L	I	A	A	L	L	A	T	
14	T	R	A	O	A	A	A	K	E	G	O			
15	E	N	G	E	L	S	L	R	I	K	L			

Oplossing zesletterwoord nr. 52
K A P S E L

Doorloper(tje) nr. 155

Horizontaal

- 1) Ziet men vaak in de omgeving van hoeven (bomensoort);
- 2) Voorzetsel - eerste klinker van ons alfabet - vrouwelijk tot en met - dubbele klinker;
- 3) Kop om uit te drinken - twaalfde letter van ons alfabet - tenname (afkorting) - hij;
- 4) Drietal - binnenwater;
- 5) In zekere tijd - onvergelykelyk.

1							
2							
3							
4							
5							

Vertikaal

- 1) Gezellig huisdier van Egyptische oorsprong - voorzetsel;
- 2) Akelig - tweede klinker van ons alfabet;
- 3) Bezittelyk voornaamwoord - voorzetsel;
- 4) Hoeveelheid - rund;
- 5) Vragend voornaamwoord - persoonlijk voornaamwoord;
- 6) Ontvangen;
- 7) Zijrivier van de Schelde - derde klinker van ons alfabet;
- 8) Persoonlyk voornaamwoord - in hoge mate.

1	S	L	O	T	H	O	E	D
2	L	A	S	O	O	R	L	O
3	A	T	L	E	E	D	R	E
4	D	E	I	N	V	E	E	E
5	O	N	S	T	E	L	E	N

Oplossing doorloper(tje) nr. 154

1														
2														
3													2	
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														

Zesletterwoord nr. 53
1 2 3 4 5 6
[] [] [] [] [] []