

KERK & leven

FEDERATIE FRANDO

WWW.KERKENLEVEN.BE

P900720 | AFGIFTEKANTOOR: 2099 ANTWERPEN X | AFZENDER: HALEWIJNLAAN 92 - 2050 ANTWERPEN

42

2019

WEEKKRANT

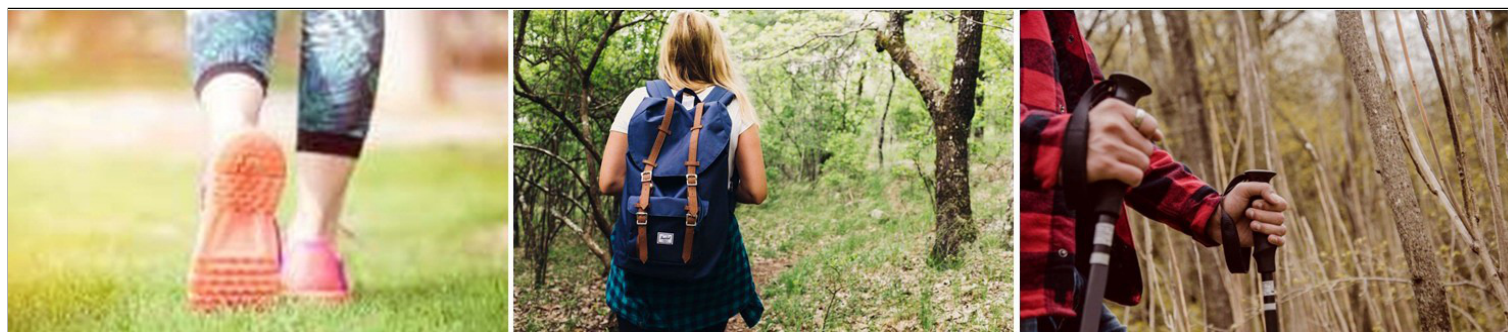
16 OKTOBER

JAARGANG 80

EDITIE 4330

SINT-FRANCISCUS
SINT-ANTONIUS
DON BOSCO

MEDITATIEF JOGGEN EN WANDELEN



Bewegen, wandelen, lopen als meditatievormen.
Een getuigenis van Thei Noukens, lid van "Christelijke Meditatie" Don Bosco

Veel lopers zijn gefixeerd op tijden en afstanden, op hart- en polsslagen en wandelaars pochen met de kilometers. De prestatie telt. Er bestaat ook zoiets als meditatief joggen en wandelen waarbij de aandacht centraal staat.

De lichte heropflakking van de meditatie-aandacht in het Westen speelt zeker een rol om ook het lopen, wandelen en joggen (terug) als een meditatiemogelijkheid te zien. Ik wil wel vermelden dat meditatief wandelen mijn dagelijkse praktijk van de "christelijke meditatie" volgens John Main niet vervangt. Het is eerder aanvullend.

Spiritueel

De spirituele onderbouw van "meditatiebewegen" vat ik in drie uitgangspunten samen:

-De meditatieve jogger en wandelaar vertrekt vanuit de onwrikbare **eenheid tussen lichaam en geest**. De mystica Theresa van Avila (1515-1582) doorzag dat ook: "Wees goed voor je lichaam, zodat de ziel er graag gaat wonen", schreef ze.

-De meditatieve jogger en wandelaar zoekt de **stilte van zijn geest** op. De stilte van zijn eigen centrum,

van zijn eigen levenskern. "Stilte is de taal van de Geest" schrijft John Main.

-De gelovige meditatieve jogger en wandelaar neemt aan dat mediteren ons **ontvankelijker** maakt **voor de gaven van de Geest** zoals vriendelijkheid, zachtmoedigheid, etc...-Meditatief bewegen "als een bad waarin de goddelijke energie in het hart van de mens zich kan realiseren.

Waarom meditatief bewegen, wandelen of joggen?

In de wereld van de meditatie spreekt men niet graag in termen van resultaten. De vruchten van meditatie zijn niet manifest zichtbaar, moeilijk benoembaar en ontkiemen langzaam. Haar vruchten situeren zich eerder op het domein van de inzichten, intuïtie, spirituele veranderingen en ervaringen.

1. De (loop)meditatie helpt me om mezelf te aanvaarden zoals ik ben. Ik ben dankbaar voor deze ervaring. Ze stuwt me om met meer vreugde, volheid en dankbaarheid te leven, en om met meer mededogen de mensen te omringen.

2. Elke meditatieve wandeling is een middelje om meer in het 'hier en nu' te leven; in "de stilte van het ogenblik" zoals Kierkegaard het mooi omschrijft. Ik geloof dat elke meditatieve stap er toe bijdraagt om meer echt aanwezig te kunnen zijn bij gelijk welke situatie, ontmoeting en handeling op je levenspad.

3. Joggen, wandelen en lopen, ze "ontslaan" je als het ware van alles wat men nog wil doen, wil denken, en ontheemt (even...) een mens van zijn verleden en zijn toekomst. De grondintuïtie van het begrip "vrijheid" in het Evangelie.

4. Ik zie mijn lichaam niet meer louter als een omhulsel maar als een sacrale ruimte waarin ik als zoekende christen ook de Aanwezige kan ontwaren.

5. Meditatief bewegen verstillt mijn geest. Ze verinnerlijkt het luisteren naar de stilte in mij. De stilte die er altijd is, weliswaar verborgen en waarvan ik echt overtuigd ben dat ieder mens over die zuivere stilte "beschikt". Die stilte opent vooral diep in mij een venster naar een "weten" van het eeuwige in mij.

6. Meditatief lopen kan ook een

oefening in dankbaarheid worden. Elke wandeling, elke loopbeurt is een kans om bewust te worden van de gratuiteit van het leven. Het leven is goed en ik mag er zijn.

Enkele praktische aanwijzingen

- Loop, jog en wandel **eerder langzaam** zodat je probleemloos in- en uit kan ademen. De looptred is ideaal als ze fungeert als je eigen snelheidsmeter.

- Richt je blik in de verte en liefst met het hoofd rechtop. Het is goed voor de wervelkolom en de doorstroming van de adem. Dit advies versterkt tevens de worteling met onze moeder aarde.

- Loop bij voorkeur **alleen** en je concentratie zal er wel bij varen.

- Kies een, looptraject **zonder veel lawaai**: een park, een bos, of velden.

- Loop op basis van een **mantra** of je **ademhaling**. Ik gebruik de mantra 'Ma-Ra-Na-Ta' die aanbevolen wordt in de "christelijke traditie". Het is een Aramees zinnetje en betekent "Kom, Heer, kom". Spreek de vier lettergrepen stil in je geest uit met een gelijke klemtoon op de maat van je looppas. Bij de eerste stap adem je in, bij de volgende adem je uit,...

Uiteraard kan ieder zijn/haar eigen mantra kiezen.

Veranderingen in ons bewustzijn

Ook meditatief bewegen heeft de potentie om veranderingen in de diepte van ons bewustzijn te bewerkstelligen, het verheldert ons waarnemingsvermogen en maakt van ons mensen die ontvankelijker, vriendelijker en vreugdevoller in het leven staan.

Theilhard de Chardin zegt dat ieder mens iets in zich draagt dat "gesloten" is en dat we hebben uit te broeden.

Meditatief wandelen en joggen kunnen de ongeboren oerwijsheid of "het koninkrijk der hemelen" zich gemakkelijker laten ontsluiten.

Ik zou het ook eenvoudiger of "hendaagser" en kernachtiger kunnen formuleren met de woorden van de zeventiger Joan Halifax, momenteel één van de meest geliefde, vrouwelijke zen-leraren. Men vroeg haar hoe oud ze wilde worden. Ze antwoordde: "Ik zie geen andere bestaansredenen dan om vriendelijk te zijn, echt voluit te leven vanuit mijn hart"

Zo wil ik ook oud worden, dacht ik. Meditatief bewegen is zeker een zinvolle weg daar naartoe.

Thei Noukens – Verkorte versie van de tekst in het "Tijdschrift Geestelijk Leven" (tgl genaamd)
Telefoon 016/ 25 77 75
Thei.noukens@telenet.be



TheiNoukens

Colofon

ALGEMENE REDACTIE

Halewijnlaan 92, 2050 Antwerpen
03 210 08 40
redactie.kerkenleven@kerknet.be
secretariaat.kl@kerknet.be
www.kerkenleven.be

PUBLICITEIT

Trevi plus bvba
Meerlaan 9, 9620 Zottegem
09 360 48 54 • fax 09 367 49 88
katrien.lannoo@treviplus.be
www.trevipus.be

DIENST PAROCHIEBLADEN

Halewijnlaan 92, 2050 Antwerpen
03 210 08 30
dienst.parochiebladen@kerknet.be

ABONNEMENTEN

Abonnementen en adreswijzigingen
uitsluitend via de parochie.

Copyright

Alle teksten, foto's en beeldmateriaal uit **KERK & leven** zijn auteursrechtelijk beschermd. Zonder toestemming van de uitgever mogen ze op geen enkele wijze worden verspreid. De uitgever is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de advertenties. Lezersbrieven moeten naam en adres vermelden. De redactie behoudt zich het recht teksten in te korten of te weigeren. **KERK & leven** is een uitgave van Studiecentrum Kerk en Media vzw

VERANTWOORDELIJKE UITGEVER

Olivier Lins

Diocesane redactie Aartsbisdom

Filip Ceulemans, 03 202 84 35,
filip.ceulemans@kerknet.be
Tony Dupont, 011 23 08 80,
tony.dupont@kerknet.be
Frederik de Merodestraat 18, 2800 Mechelen

ABONNEMENTEN

Philippe Nachtergaele

P. Nollekensstraat 145,
3010 Kessel-Lo
philippe.nachtergaele@gmail.com

REDACTIECONTACTPERSOON

SINT-ANTONIUS

Leo Swinnen

Platte-Lostraat 202,
3010 Kessel-Lo
gsm 0496 214 614
leo.swinnen@telenet.be

REDACTIECONTACTPERSOON

DON BOSCO

Gilberte Havet

Grensstraat 79,
3010 Kessel-Lo
tel. 016 25 45 87
gilberte.havet@gmail.com

REDACTIECONTACTPERSOON

SINT-FRANCISCUS

Herman Van Overbeke

Kasteelstraat 58,
3330 Korbeek-Lo
tel. 016 250593 gsm 0474 893766
hv.overbeke@telenet.be

EINDREDACTIE FRANDO

Leo Page

Verenigingstraat 21
3010 Kessel-Lo
tel. 016 252151 gsm 0479 508178
leopage42@gmail.com

CONTACTADRESSEN

DON BOSCO

Jef Wauters,

federatiepastoor

Cristianlaan 43,
3010 Kessel-Lo
tel. 016 25 58 92 gsm 0485 06 30 38

SINT-ANTONIUS

Caroline Van Audenhoven,

parochieassistent

Hortense Damanhof 32,
3001 Heverlee
tel. 016 22 38 11, gsm 0476 39 79 02

SINT-FRANCISCUS

Parochiesecretariaat

Tiensesteenweg 190,
3001 Heverlee
tel. 016 25 04 59
Open van 09.30 u. - 11.30 u. op: maandag,
dinsdag, donderdag en vrijdag.
(woensdag niet open)

VIERINGEN

SINT FRANCISCUS

Zondag 20 oktober

29ste zo dh jaar

10.00 u. Eucharistieviering van de Sint-Franciscusgemeenschap met nagedachtenis van zuster Anne Van Montfort

Voorganger: Pastor Marcel Doms

Assistent: Lieven Dries

Lector: Jacques Mommens

Zang: Franciscuskoor

Orgel: Herman Baumers

Zondag 27 oktober

30ste zo dh jaar

10.00 u. Woord- en

communieviering van de Sint-

Franciscusgemeenschap

Intentie voor de echtgenoten

Cannaerts

Voorganger: Gaston Eysermans

Lector: Jaak Jaeken

Zang: Eddy Van Espen

Orgel: Anna Rusakova

BLAUWPUT

Zondag 10.00 u. eucharistieviering

BOVEN-LO

Kerk H. Familie

Zondag 8 en 10 uur

Maandag: 19 u.

Donderdag 8 u.

LINDEN

Zondag 10.00 u. Gezinsviering

SINT ANTONIUS

Donderdag 17 oktober

Herfstfeest Samana

11 u. viering met CD-muziek

Voorganger: pater Walter Verhelst

Assistent: Myriam Neves

Lector: Hilde Sinap

Homilie: pater Walter Verhelst

Beelden : Leo Swinnen

Zondag 20 oktober

29ste zondag door het jaar C

11 u. viering met koor- en

samenzang

Voorganger: pater Walter Verhelst

Assistent: Caroline Van Audenhoven

Lector: Ann Wouters

Homilie: pater Walter Verhelst

Beelden : Leo Swinnen

Zondag 27 oktober

30ste zondag door het jaar C

11 u. viering

Voorganger: pater Luc Van den

Wijngaert

Assistent: Hilde Pex

Lector : Lies Verschueren

Homilie: pater Luc Van den

Wijngaert

VLIERBEEK

Zaterdag

18.30 u. eucharistieviering

Zondag

10.30 u. eucharistieviering

10.30 u. WZC Ter Vlierbeke

DON BOSCO

Zondag 20 oktober 2019

Negenentwintigste zondag door het Kerkelijk Jaar

10.30 u. Viering

Voorgangers: Majo Werrebrouck en Ingrid

Wezemaal

Lector: Annie Van Avermaet

Zondag 27 oktober 2019

Dertigste zondag door het Kerkelijk Jaar

Geen viering in Don Bosco

Vrijdag 1 november 2019

Allerheiligen

10.30 u. Viering

Voorganger: Jef Wauters

Lector: Chris Willox

“ZING, SPEEL ZODAT HET KAN GEBEUREN ...

Lieddag: zondag 10 november 2019

in Don Bosco, Ortolanenstraat 6, Kessel-Lo

10 u : Onthaal en koffie

10 u 30-12 u : Zingen in "Ademtocht"

Iedereen welkom, van de parochie of van buiten de parochie!

Inschrijven **vóór 4 november** bij :

chriswillcox1@gmail.com

5 euro, met broodje 10 euro

MEDITATIE IN DE CHRISTELIJKE TRADITIE



Wijsheid, vrucht van gebed, de glans die zij uitstraalt dooft nooit.

Tegelijk met haar vielen mij alle goede dingen ten deel en onmetelijke rijkdom lag in haar handen.

Ik verheugde mij omdat de wijsheid dit alles meebrengt: ik wist nog niet dat zij er de moeder van is.

Zonder bijbedoelingen heb ik de wijsheid verworven, zonder afgunst deel ik haar uit: haar rijkdom verberg ik niet. Want zij is voor de mensen een onuitputtelijke schat.

Laurance Freeman

Volgende meditatie is op maandag 28 oktober 2019. Aanvang om 20 uur in de Stille ruimte “Ademtocht” in het Don Bosco centrum, Ortolanenstraat 6, Kessel-Lo.

Contactpersoon:

jos vermeulen 016/89.03.16

vermeulen.berte@telenet.be

meditatie in de christelijke traditie

http://www.christmed.be

Agenda

Parochie-geloofsgemeenschap

Sint-Antonius

Vrijdag 18 oktober

19.45 tot 21.00 uur koorrepetitie in de kerk

Dinsdag 22 oktober

14.00 uur Kaartnamiddag op het terras

Donderdag 24 oktober

14.00 uur Kaartnamiddag op het terras

Vrijdag 25 tot zondag 27 oktober

Herfstweekend

Sint-Franciscus

Woensdag 16 oktober

VM: Poetsen

NM: SAMANA Crea

20 uur: Koor Blij Rondeel

Donderdag 17 oktober

NM: Seniorencafé

AV: Koor Parcoeur

Vrijdag 18 oktober

VM+NM: De Ark + Bar Michotte

Zaterdag 19 oktober

AV: SAMANA

Zondag 20 oktober

11 u.: Zondagscafé

NM: Michottebuurt

Dinsdag 22 oktober

NM: Seniorencafé

AV: Prisma

Woensdag 23 oktober

20 uur: Koor Blij Rondeel

Geen doel is te ver als je plezier hebt in wat je doet.
bzn

VERHAAL VAN DE WEEK

Het belangrijkste



Opa zat in zijn tuin tegen een appelboom.

Zijn kleindochtertje kwam voorbij en vroeg: ‘Opa wat is het belangrijkste aan een boom?’

De oude man dacht na. ‘Wat denk jij?’ vroeg hij.

‘Ik denk de stam,’ zei het meisje, ‘want anders zou de boom omvallen.’

De oude man lachte en zei: ‘Dat zou kunnen.’

Terwijl hij dat zei, vielen twee appels naar beneden.

Hij raapte ze op en gaf er één aan het meisje.

‘Smakelijk!’ zei hij.

‘O’, zei het meisje, ‘appelen zijn het belangrijkste!’

Toen kwam er een vogel aangevlogen, recht naar zijn nest.

‘Takken bieden steun en bescherming voor het vogelnest’, zei opa.

‘Misschien zijn takken het belangrijkste aan een boom,’ dacht het meisje.

Dan begon het te regenen, heel hard. Het meisje lachte en zei: ‘Nu zitten we middenin de regen en toch blijft het droog. Bij een boom

zijn de bladeren eigenlijk het belangrijkste.’

‘Weet je wat er gebeurt als het eens heel lang niet regent? vroeg opa. Met zijn stok maakte hij een put in de grond, zodat je de wortels kon zien.

‘O,’ zei het meisje, ‘wortels zijn het voornaamste. Ze geven de boom eten en drinken.’

‘Tja,’ zei de man, ‘zie je nu waarom ik nog steeds niet weet wat het belangrijkste is van een boom.

Ik denk dat niets het belangrijkste is, het gaat om de hele boom.’

Chantal Leterme

uit ‘Een parel voor elke dag’

Levensvragen – Uitnodiging



SAMANA: PANEL - LEVENSVRAGEN

Met welke levensvragen worstel jij? Heb jij antwoorden?

Ook bij **Samana zoeken** mensen

naar antwoorden op **levensvragen**.

In een gesprek met Jan Van der Vloet (diaken, theoloog...) vertellen een **chronisch zieke**, een **mantelzorger** en een **vrijwilliger uit Samana** hun eigen verhaal en zoektocht naar ZIN in het leven, voor zichzelf en voor anderen.

Laat je inspireren en kom dan op **zaterdag 19 oktober 2019 vanaf** 18.30 u.

(aanvang 19.00 uur) naar CM Leuven, Platte Lostraat 541 in Kessel-Lo.

Iedereen is welkom!

Deelname is gratis. Wel vooraf inschrijven via leuven@samana.be

KALENDERBLAADJE

Wie het eeuwige wil vinden, moet er tijd voor nemen. Dat lijkt een enorme paradox: om het eeuwige te vinden moet je je overgeven aan het tijdelijke. Wie naar God verlangt, moet vasthouden aan de wereld.

Dietrich Bonhoeffer

DIGITAAL FOTOTOESTEL Leer je digitaal fototoestel kennen en gebruiken.

Iedere woensdagvoormiddag (behalve schoolvakanties) vanaf 10 u. kan je hiervoor bij Seniorama terecht. Inschrijven via het onthaal tel. 016 22 20 14. Bijdrage: € 5, vooraf te betalen.

VERBONDENHEID DAT IS HET VOORNAAMSTE



Bij het overlijden van een dierbare kan je, voor de uitvaartdienst, in Don Bosco terecht bij de ijverige Groep Liturgie. Maar ook onze gepensioneerde parochiepriesters, Jef Wauters en Marcel Van Laethem, blijven hun parochianen meedragen in hun hart en mogen aangesproken worden.

Dit jaar, een paar maanden geleden, verzorgden ze, samen met familieleden, de uitvaartdienst van Rik Wijnants. Er werd veel gesproken over Verbondenheid.

Jef leidde de viering in met een verwelkoming van alle familieleden, vrienden en kennissen, samen gekomen in het Don Bosco gemeenschapscentrum om afscheid te nemen van iemand die we hebben gekend en bemind.

“Rik was een man uit één stuk, transparant en duidelijk, het hart op de tong, een rechtvaardige.

Als geen ander had hij weet van het ware leven, de diepste zin van ons bestaan. Hij verwoordde het zo, te lezen in de rouwbrief:

Samen mogen leven in dat ruime veld van liefde die sterker is dan alles wat ik ken en waarvan ik de einder en de kimme niet bevroeden kan, geen eind meer en geen begin...

Samen mogen leven in dat ruime veld van liefde klinkt als een goddelijk visioen dat ons telkens weer oproept op te staan uit de maatschappij die polariseert en mensen verdeelt. Dit visioen heeft Rik niet alleen in een gedicht onder woorden gebracht, maar ook in een beeld, zichtbaar gemaakt voor onze ogen, door op de muur van de living tussen de foto's van zijn kleinkinderen de foto van Mawda te hangen, het meisje van twee jaar dat stierf in een busje vol illegalen, getroffen door een verdwaalde politiekogel. “

Marcel sprak deze woorden: “Rik, je bent een wondere mens geweest. Als je 2000 jaar geleden had geleefd, had je hetzelfde geschreven als de evangelist Johannes. Je zou gezongen en geschreven hebben over de liefde. Je zou het niet alleen toen gedaan hebben, je hebt het

gedaan tot vandaag! Je bent een man geweest vol emoties, vol gevoelens en je durfde ze ook tonen.

Vorige week kreeg ik van je dochter een telefoontje met de vraag: ‘Marcel, ons vader is serieus ziek, hij zou je graag nog eens zien.’ Ik ben in de namiddag bij jou gekomen. Dezelfde avond ben je gestorven.

Er is bij mij heel wat naar boven gekomen in de dagen die daarop volgden. Ik herinner mij nog heel goed dat ik je bij het begin van de jaren’70 leerde kennen in de KWB. Je kon je serieus kwaad maken als het ging over dingen die niet rechtvaardig waren in deze wereld. De discussies ging je niet uit de eg. Dikwijls had je gelijk. Je sprak echter altijd vanuit een diepe bewogenheid. Eén van je uitspraken was altijd opnieuw: Mensen, **het allerbelangrijkste is dat we mekaar graag zien!**

Toen ik bij jou was vorige week, zei je verschillende keren: **Verbondenheid, dat is het voor-naamste.** Dit, Rik, waren niet alleen maar woorden, maar je hebt je hele leven geprobeerd de verbondenheid

tussen mensen te verwezenlijken. Je vertelde me hoe belangrijk het is dat mensen voor mekaar opkomen, mekaar helpen. Je was erg verbonden met je echtgenote, je familieleden. Je vertelde hoe je genoot van het leven hier in Don Bosco, want mensen voelden zich met elkaar verbonden. Ik wil je hier danken, Rik, voor wat je voor ons, voor vele mensen betekend hebt. Zo zul jij blijven leven!“

In de Bijbelse traditie de grond van ons geloof, wordt verbondenheid vertaald met het woordje **‘liefde’**. Als we mekaar maar graag zien. De bijbel is het **‘visioen’** van een rechtvaardige samenleving en formuleert de grondslagen van een rechtvaardige poli-



Rik Wijnants

tiel. Kernwoord van heel de Bijbel, is dit woord: **‘Je zult liefde hebben tot uw naaste, die is als jij.’**

Vanaf de dag dat Mozes ‘al deze woorden’ aan het volk gegeven heeft, van Godswege en in vuur, bestaat de droom van gerechtigheid. In een chaotische wereld, die door geweld en eigenbelang geregeerd wordt en waarin het leed en de dood van anderen niet tellen, roept de Bijbel de eenheid uit van alle mensen. Tegenover het recht van de sterkste, stelt hij het recht van ieder mens en de verantwoordelijkheid van de een voor de ander. **En als criterium van alle recht: het recht voor de zwakste.**

Slotwoord Verbonden zul je blijven met ons, je familie, je vrienden, je burens, de vele mensen van wie jij gehouden hebt en die vandaag nog van je houden. Voor ons allemaal blijf je leven. We wensen je vrede en rust toe. In naam van wie wij God noemen, bron van liefde en verbondenheid. In naam van de Vader en de Zoon en de Heilige Geest.

SAMANA Ontspanningsgroep



Regelmatig even op adem komen en wat ontspannen is noodzakelijk om de zorg voor wie je dierbaar is vol te houden. Samana regio Leuven wil graag die ontspanning bieden. Met de ontspanningsgroep gaan we telkens op zoek naar een fijne activiteit, deze activiteit wordt begeleid door vrijwilligers. Op deze activiteit is ook de persoon waarvoor je

zorgt welkom. Volgende activiteit: Bezoek aan **het Afrikamuseum in Tervuren op 7 november**

Om een persoonlijke uitnodiging te krijgen van de ontspanningsgroep is het noodzakelijk je gegevens door te geven via mantelzorg.leuven@samana.be met vermelding 'uitnodiging ontspanningsgroep'. Vanaf dan ontvang je voor elke ontspanningsgroep een uitnodiging waarin de juiste uren, plaats van afspraak en eventuele deelnameprijs vermeld staat.

INSPIREREN EN VERBINDEN: KERK MET TOEKOMST

Op zaterdag 19 oktober organiseert missio een studiedag in Leuven met als thema ‘Kerk met toekomst’. Hoe kunnen we gemeenschap vormen, nieuwe mensen aantrekken? Hoe behouden we onze traditie, maar vernieuwen we tegelijkertijd?

De dag gaat door vanaf 9.30 uur tot 15 uur in het Damiaancentrum, Sint-Antoniusberg 5, 3000 Leuven. Nikolaas Sintobin geeft de aanzet. Daarna is er keuze tussen verschillende workshops. Nikolaas Sintobin: Kerk met toekomst en nieuwe media.

De Inspiratiekaravaan zet ons aan het werk rond nieuwe vormen van kerk-zijn en gemeenschap vanuit de toekomst. Anja T’Kindt is bezieler van "De Inspiratiekaravaan", in

Gent. Bart Geryl helpt ons gemeenschap vormen rond inspirerende figuren, in het bijzonder de figuur van Constant Lievens. Pater Lievens zette zich in India in voor de meest kwetsbaren. Bart Geryl droeg het proces voor zijn zalig- en heiligerklaring.

Het Gentse i-Lab, verbonden aan de Clemenspoort van Gent, zorgt voor een workshop rond ‘geloofscirkels’. Tijdens deze workshop denken we na over hoe we mensen op een eigentijdse manier kunnen verzamelen rond het evangelie.

Inschrijven doe je via <https://www.missio.be/nl/calendar/event/inspireren-en-verbinden-kerk-met-toekomst/>

Koninklijke Harmonie Volharding



Koninklijke Harmonie Volharding Kessel-Lo (1925) is al vele jaren een vaste waarde in Kessel-Lo en Leuven. Onze vereniging bruist en daar zijn we fier op. Naast een instaporkest barstensvol talent hebben we een groot orkest bestaan-

de uit zo'n 70 leden onder leiding van Benny Laureyn. Alle generaties zijn vertegenwoordigd en de gemiddelde leeftijd ligt rond de dertig jaar. We repeteren elke vrijdag in de Vlierbeekzaal en trekken eens per jaar samen op repetitiweekend.

FIETSEN MET SENIORAMA
Fietsen - rit met hellingen (40 km)
Donderdag 24 oktober 2019
Vertrek: 13.30 u. stipt aan Parkpoort te Leuven
Voor meer info: **Johan Kumps** 016 26 10 95 of 0489 55 02 60 of **Walter Rogge** 016 40 66 58 of 0496 57 47 82

Iedereen met een fiets met goede banden en remmen is welkom. Voorzie u van een reserve binnenband. Belangrijk: *Kom steeds op tijd naar de startplaats, want we vertrekken stipt!*

FILM OKTOBER – SENIORAMA
“Sami Blood”
Noorwegen/Denemarken/Zweden – 2017 –

11.50’
van: Amanda Kernell
met: Marj-Doris Rimpi, Olle Sarri, Anne Birte Somby.

Datum: **vrijdag 18 oktober** van 14.00 u. tot 16.30 u.
Plaats: Seniorama, Vanden Tymplestraat 35, 3000 Leuven
Bijdrage: 5,00 euro, leden 4,00 euro

GESPREK MET VEERLE EN KATRIEN
Nieuw aanbod
Ga je door een moeilijke periode? Heb je nood aan een luisterend oor? Dan kan je een **ondersteunend gesprek** krijgen bij **Veerle**, de eerste lijnspsychologe voor ouderen. ‘Samen met jou bekijk ik in enkele

U kan ons aan het werk zien tijdens onze concerten en de Leuvense stoeten waaraan we deelnemen. Ook het Ceciliafeest is een mooie traditie die natuurlijk in ere wordt gehouden.

Op **zaterdag 19/10** is het weer zo ver en vieren we onze patrones van de muzikanten op gepaste wijze en voor het eerst in de abdijkerk van Vlierbeek (tijdens de avondviering van 18.30 uur). We wensen u veel luisterplezier!

Meer weten?
Meer info vindt u op <http://harmonievolharding.be>. U kan ook kaarten bestellen voor ons eerstvolgende concert ‘De Drakentemmers’ voor jong en oud op zaterdag 31 november (16u) en zondag 1 december (11u) via deze website of via info@harmonievolharding.be. Heel graag tot dan!

le gesprekken hoe je er weer bovenop kan komen. Als je nood hebt aan langere ondersteuning help ik je dit te vinden. Je betaalt een kleine vergoeding (€11 /€4 afhankelijk van je inkomen) voor een gesprek. Wil je het eens proberen? Contacteer ons via 016 35 27 56 of elpouderen@cm.be.

Je kan ook een **vrijblijvend kennismakingsgesprek** aanvragen via het onthaal, Bianca, Lesley of Isabelle, of mij gewoon aanspreken op mijn vaste moment in Seniorama: **elke eerste en derde donderdag** van de maand van **9 u tot 12 u**. We behandelen jouw vraag met discretie. Info: 016 222 014

Pensenkermis Caracashulpfonds



Op **zaterdag 19 oktober 2019** houdt het Caracashulpfonds een smakelijke pensenkermis in de Instuif, Ortolanenstraat, Kessel-Lo, naast het parochiecentrum.

De aanleiding is het studiebeurzenproject in Caracas dat nu meer dan ooit onze steun nodig heeft, gezien de crisis in Venezuela.

Wil je er graag bij zijn neem dan even contact op met Eddy Deroost, Verenigingstraat 41, 3010 Kessel-Lo. Tel. 016 25 35 23 of e-mail eddyderoost@skynet.be Hij kan meedelen of het inschrijven nu nog kan.



Gegevens:

Familie:
Wij komen eten om 17 u. - 19 u. - 20 u. (Uur van voorkeur aanduiden.)

2 zwarte pensen: x 15 euro =
2 witte pensen: x 15 euro =
1 witte + 1 zwarte pens: x 15 euro =

1 zwarte pens: x 8 euro =
1 witte pens: x 8 euro =
Bij alle pensen is er appelmoes en brood voorzien.

De inschrijving is pas geldig na ontvangst van het te betalen bedrag dat kan gestort worden op Rekeningnummer BE06 4310 2248 0122 van het Caracashulpfonds.

80 JAAR WIJZER

Elsa en Lisa, twee tachtigjarigen, werden door een filosofisch familielid, bedacht met dit overzicht der jaren:

Deze brief geldt voor iedereen die geboren is vóór 1945!
Luister eens naar de veranderingen die zij hebben meegemaakt.

* Wij werden geboren, vóór de televisie, penicilline, polioprikken, diepvriesvoeder, fotokopieën, plastic, contactlenzen en ... de pill!

* Wij werden geboren vóór radar, creditcards, atoomsplitsing, laserstralen, ballpoints, panty's, afwasmachines, droogzwierders, elektrische dekens, airconditioning en vóór de mens op de maan wandelde!

* Wij trouwden eerst en woonden dan samen!
Hoe ouderwets tegenwoordig!

* Wij werden geboren toen er nog huisvrouwen en nog geen huismannen waren.

* Vóór de computerspelletjes, computerhuwelijken, duobanen.

* Wij werden geboren vóór er kinderdagverblijven, onthaalmoeders, groepstherapie en speciale verpleeghuizen waren.

* Ja, in onze jeugd waren kevers een bepaald soort insecten en geen Volkswagens.
Een muis was een klein knaagbeest-

je in plaats van een computerdeel en een ontsteking had nog niet te maken met elektronica maar meestal met een pijnlijk oor, tandvlees of iets dergelijks!

* Wij hadden nog nooit gehoord van TL-lampen, CD's, F.M., UHF, GSM's, video's, tape decks, magnetrons, elektrische schrijfmachines, faxen, kunstharten, kunstnieren, tekstverwerkers, printers, draadloze telefoons, booreilanden, gezondheidswinkels en jongens met oorringen, hippies en junkies, Hell's Angels, V.I.P's en BOM-vrouwen.

* We waren er vóór de Kennedytunnel, de Spaghetti rond Antwerpen, de A10, de E40, de E313, enz.

* We waren er vóór de B.T.W., de MUG, het Ecosysteem, VTM, Ijsboerke en Bobbejaanland!

* In die tijd betekende "made in Japan" gewoonweg rommel!

* Wij hadden nog nooit gehoord van pizza's, Mac Donalds, instant koffie, hothogs en barbecue!

* Een nieuwe auto was toen spotgoedkoop maar bijna niemand kon er een kopen!

* In die tijd stond sigaretten roken ziek en interessant!

* POT dat was iets om eten in te maken en Aids was Engels voor hel-



pers. Een relatie had te maken met zaken doen en niet met bed. LAT- en lastrelaties kenden we niet.

* De roze kleur had iets te maken met baby's en homo betekende "mens".

* We waren er vóór het woord "seks" werd misbruikt. Dit betekende toen gewoon vuile manieren en van sekse veranderen kon toen nog niet!

* We zijn de laatste generatie die dacht dat je een man moest hebben om een baby te krijgen!

Zo zijn er nog talloze voor ons onbekende zaken. Te veel om op te noemen.

Geen wonder dat wij soms in de war zijn en dat er een generatiekloof is.
Maaaaar...Wij hebben het overleefd en dat is voldoende reden om te vieren!

UNIVERSITEIT DERDE LEEFTIJD

* Aula Rector Pieter De Somer
Deberiotstraat 24, Leuven

Dinsdag 22 oktober 2019 om 14.00 uur

Heeft de NAVO nog een toekomst?
Prof. Tom Sauer – Universiteit Antwerpen – Departement Politieke Wetenschappen

Dinsdag 29 oktober 2019 om 14.00 uur

Hebben we meer ongelijkheid nodig?
Prof. Ive Marx – Universiteit Antwerpen –

Departement Sociologie

Digitaal abonnement

Indien u dit wenst, kan u een **digitaal abonnement** nemen. U krijgt dan een gebruikersnaam en paswoord toegestuurd in uw e-mailbox, waarmee u thuis in alle rust de digitale versie van de lezingen op uw computer kan bekijken (vanaf de dag na de lezing). Let wel: het is mogelijk dat in uitzonderlijke omstandigheden af en toe een lezing niet wordt opgenomen.
Voor een digitaal abonnement betaalt u slechts 30 euro.

(Alle ingeschreven cursisten hebben ook toegang tot de digitale opnames.)

Inlichtingen:

Secretariaat UDIL – Dienst Alumni, Universiteitshal, Naamsestraat 22 - 3000 Leuven

Dagelijks open tussen 9 en 12 u. en tussen 14 en 16.30 u.

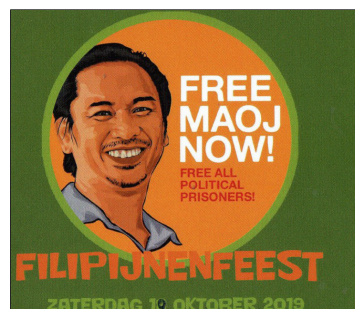
Tel. 016 32 40 01

E-mailadres: udl@kuleuven.be

Bankrekeningnummer: BE57 7380 4224 4835 - BIC: KREDBEBB



Filipijnenfeest



Zaterdag 19 oktober 2019
Don Boscocentrum

18.00 u. Heerlijke Filipijnse schotel (12 euro volwassenen – 6 euro kinderen)

20.00 u. Het actuele Filipijns verhaal
Getuigenissen over jongerenorganisaties, over mensenrechten en scholen van inheemse gemeenschappen en een interview met de leider van de kritische Filipijnse vakbond.

Van harte uitgenodigd op deze boeiende en lekkere avond!

Weg van extremen

Vormingplus Oost-Brabant

Ben jij ook af en toe bezorgd dat onze samenleving de extreme weg opgaat?

En stel jij dan de vraag hoe we de kar kunnen keren?

Met de reeks activiteiten 'Weg van extremen' gaan we daar dieper op in. Fictie en conflict zijn heel normaal in een maatschappij, ze zijn ook een motor voor verandering en vernieuwing. Wij-zij-denken niet.

*Lezing: Hoe reageer je op racisme of seksisme in je omgeving?

Zondag 20 oktober 2019 – 9.30-13.00 u. – 5 euro

LDC Wijnveld, Wingerdstraat 14 – 3000 Leuven

Iedereen was al eens getuige van racistisch gedrag of seksistische uitspraken. Op de metro, op het werk, op school of zelfs aan de ontbijt-tafel. Meestal staan we met onze mond vol tanden of durven we ons niet 'moeien met andermans zaken'. Nochtans zijn reacties van omstaanders cruciaal.
Ontdek tijdens de lezing **van Fiona Ang** van Plan International België en tijdens stukjes improvisatietheater concrete tips om op een gepaste manier te reageren.
(Informeer of je nog kan inschrijven)

Aansluitend op hetzelfde thema:

***Het verdriet van Vlaanderen** – Muziektheatervoorstelling

Maandag 21 oktober 2019 – om 19.30 u. – 5 euro

LDC Wijnveld, Wingerdstraat 14 – 3000 Leuven

