

ONDEROX.

Pommelien Van Hees

Keert na 15 jaar
terug naar het podium
van 'So You Think You
Can Dance'

// **Otto Teulingkx**
Van Europees kampioen tot topdokter

// **Onder de loep**
Onze man volgt tips naar een
gelukkiger leven

// **The Lowland Pipers**
Zetten doedelzakmuziek op de kaart

BIJZONDERE VERHALEN

UIT DE **KEMPEN**



SAMEN WERKT BETER

Energieconcepten is een installatiebedrijf in duurzame energie. Iedereen telt, op de werf en daarbuiten. Dat vertrouwen geeft je goesting om elke dag het beste van jezelf te geven. Kom jij ook bij ons werken?

ONZE VACATURES

- ✓ Onderhoudstechniker
- ✓ Projectleider hernieuwbare energie
- ✓ Ploegbaas HVAC

SOLLICITEER
METEEN!



www.samenwerktbeter.be



 **Energieconcepten**

Hier stroomt positieve energie

Hoge Mauw 1010 - 2370 Arendonk - www.energieconcepten.be - info@energieconcepten.be - 014 88 35 00



Aan tafel

De **tafel** is zowel binnen als buiten dé plek voor culinaire momenten, gezelligheid en samenzijn.

ONS CONCEPT

ALLES OP MAAT, VRIJBLIJVEND INTERIEURADVIES

BEZOEK ONZE SLAAP- EN WOONWINKEL
EN MAAK KENNIS MET ONZE NIEUWE COLLECTIES, DIVERSE **ACTIES** EN PROMO'S

Zandkuilstraat 23 - Poppel | open: ma t/m zo 10.00 - 18.00 u | Dinsdag gesloten



06 //	Reisreportage: Griekenland
10 //	Otto Teulingkx: van Europees kampioen tot topdokter
12 //	Mode: comfortabel schoeisel
14 //	Goed in je vel: Schoonheidsspecialiste Els
16 //	Leon Van Gestel: de stem van de cross neemt afscheid
18 //	The Lowland Pipers zetten doedelzakmuziek op de kaart
20 //	Best of breakfast: 't Koffiehukske
22 //	Lekkertrappen Fietsfestival
24 //	Jan Meynen: een nieuwe stek voor wijkwerking Ginderbuiten
28 //	Lekker lokaal: Gefermenteerde kerstomaatjes
32 //	Pommeliers Van Hees: na 15 jaar opnieuw in 'So You Think You Can Dance'
36 //	Column: Vinylverhalen
40 //	Mensen in armoede tonen hun creativiteit
44 //	Poëzie: Milady Limerick
46 //	Inwoners Schorvoort maken eigen volkslied
48 //	Cinescope
52 //	Gelukszoekers in Portugal
56 //	Onder de loep: op weg naar meer geluk
60 //	Puzzelpagina
62 //	Teun Michiels: een stemfreak met een missie
64 //	Binnenkijken
66 //	On Stage
68 //	Leerlingen springen in de bres voor Oost-Afrikaanse schooljeugd
72 //	Culinair: restaurant De Wekker
74 //	Foto van de maand

Beste lezer

Er is mij iets raars overkomen: mijn fietsslot is gestolen. Nu moet u weten dat daar ook een fiets bij hoorde die — u raadt het al — niet op slot was en dus ook zomaar voor het grijpen lag. Dat slot in kwestie, zo eentje met cijfers, zat in mijn fietssak. Nu zal u zeggen: je had dat slot ook kunnen gebruiken om die fiets vast te maken en dat klopt. Maar een mens moet al aan zoveel denken. Als ik nu ook al mijn fietsslot elke keer moet vastmaken aan mijn fiets om te voorkomen dat mijn fietsslot gestolen wordt, in welke wereld leven we dan? Het zegt waarschijnlijk ook veel over mijn fiets dat die niet gestolen werd terwijl mijn slot wél *ribbedebie* is. Die fiets is er namelijk nog zo eentje waarbij je zelf moet trappen. Er zijn grenzen, moet die dief gedacht hebben. Terwijl die fiets — al zeg ik het zelf — toch nog behoorlijk vlot rijdt en trapt. Je zou hem haast verkiezen boven een fietsslot.

Nu beeld ik mij in dat er thuis een fietsslotendief in de zetel televisie zit te kijken terwijl hij (of zij, ik discrimineer niet) telkens een nieuw cijfertje probeert en vervolgens elke keer weer test of het slot opent. Ik hoop alvast dat ie pas bij de 999ste poging (of de 1000ste als ie bij 000 begint) zijn, of haar, doel bereikt. Al lijkt het me ook weer iets om helemaal zen van te worden, zo'n avondje fietsslot-mastermind. Misschien ga ik morgen wel een nieuw slot kopen om mij ook zo een avondje te amuseren en tot rust te komen. Als dat idee u maar niks lijkt — ik kan het me haast niet voorstellen — dan heb ik bij deze nog een prachtig alternatief: een fonkelnieuwe editie van Onderox Magazine die smeekt om gelezen te worden. Boordevol prachtige mensen die geen vlieg kwaad zouden doen, laat staan een fietsslot stelen, maar die wel stuk voor stuk fascinerende verhalen te vertellen hebben. Veel leesplezier!

Bert Huysmans, redactie

16



46



28



68





1

EEN VLAAMSE IN DE PELOPONNESOS

EPIDAVROS – De Peloponnesos is niet alleen het grootste Griekse schiereiland. De regio herbergt ook het best bewaarde antieke theater, de oudste nog in gebruik zijnde brug en heerlijke plekken om het authentieke Griekenland te ervaren. Mijn privé-gids voor enkele dagen is de Vlaamse Karine Van Leemput, die al 3 jaar in een dorp aan het water woont. En of ze al goed geïntegreerd is. Voortdurend wordt ze begroet door de dorpingen. Yassas!

Het is al pikkedonker wanneer ik Epidavros binnenrijd. Twee uur eerder was ik geland in Athene en de tussentijd bracht ik door in een huurauto. Karine stuurt een bericht dat ze me verwelkomt in café-restaurant Regalo, haar favoriete dorpskroeg. Ze reserveerde voor me een kamer in Hotel Arktis, de

enige zaak die op dat moment nog beschikbaar heeft. De reden hoor ik een dag later.

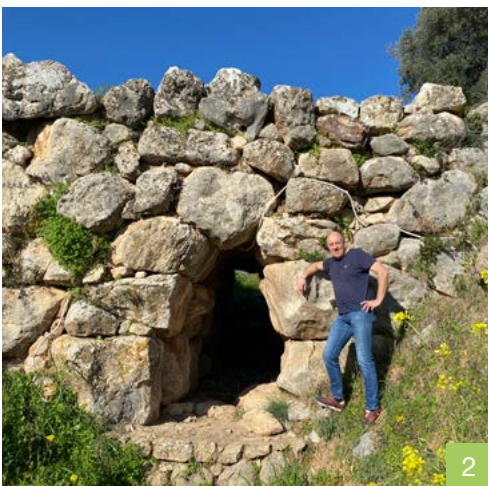
CLEAN MONDAY

Wanneer ik die volgende ochtend de gordijnen openschuif, kijk ik uit op een parkje met palmbomen, helblauw water en enkele dobberende bootjes. De zon is er ook al en verwarmt niet alleen mijn terras maar ook mijn lijf. Het is eind februari en de zonnestrallen doen ongelooflijk veel deugd na weken koud en somber weer in eigen land. Voor het ontbijt trek ik naar Regalo. Samen met een omelet en vers fruit zet eigenaar Andreas een mandje brood op tafel en zegt dat dit 'lagana' is, speciaal brood dat slechts 1 keer per jaar wordt gebakken. Zonder het op voorhand te weten, was ik tijdens een feestweekend naar Griekenland gereisd. De dag van mijn aankomst was een carnavalstoet door het dorp getrokken en de bewijzen in de vorm van confetti en slingers lagen nog in de goot. "Vandaag is het Clean Monday en starten wij de 40 dagen vastentijd voor Pasen. Alleen vandaag wordt lagana gebakken. Het brood wordt

gemaakt van verschillende soorten bloem en olijfolie. Ter gelegenheid van de vasten eten veel Grieken 40 dagen lang geen dierlijke producten. Voor al de ouderen, maar ook veel jongeren doen mee."

NAAR HET OUDE KLOOSTER

Mijn gastvrouw is intussen ook aangeschoven. "Vandaag is een vakantiedag voor de Grieken", vertelt ze. "De traditie wil dat kinderen dan ook vliegers oplaten." Later op de dag volgt hiervan volop het bewijs, want op verschillende plekken gebeurt dit inderdaad. Na een lome reisdag trek ik de wandelschoenen aan. Lang al leef ik in de overtuiging dat je een nieuwe omgeving het best al wandelend in je opneemt. Mijn gastvrouw heeft een 8 km lang traject klaar dat me langs het water, door bossen en met tamelijk wat stijgen en dalen tot bij het oude klooster van Panayia Polemarcha brengt. Een prachtige wandeling die me ook trakteert op een helikopterzicht op Ancient Epidavros, dat prachtig omsloten door heuvels aan hemelsblauw water ligt. In het klooster zelf zijn de laatste nonnen of paters al decennia geleden ver-



2

trokken, maar het gebouwtje staat er nog. Door kleine vensters zie je aan de muur allerlei iconen.

GEEN STRAATNAMEN

Bij mijn terugkeer doet de 61-jarige Karine haar verhaal. "Ik ben afkomstig van Sint-Katelijne-Waver en woonde omwille van mijn werk op verschillende plaatsen in België. Al lang kwam ik hier op vakantie, aanvankelijk met mijn ex-man. Sinds drie jaar woon ik hier, eerst aan de rand van het dorp maar dan moest ik altijd de auto nemen. Nu woon ik in het centrum zelf. Sinds eind vorig jaar ben ik met pensioen."

„Iedereen is altijd vriendelijk en het leven gaat hier veel langzamer. Het lijkt alsof de tijd hier 30 jaar heeft stilgestaan.”

"Wat voor mij deze plek zo bijzonder maakt, is in de eerste plaats de mooie ligging maar vooral ook de mensen die er wonen. Iedereen is altijd vriendelijk en het leven gaat hier veel langzamer. Het lijkt alsof de tijd hier 30 jaar heeft stilgestaan. Het dorp heeft geen straten en geen huisnummers. Je woont in een bepaald huis en wanneer je op het postkantoor post wil ophalen, dan zeg je de naam van je huis. Iedereen kent iedereen. Het zijn vooral Grieken die hier met vakantie komen, ook dagjesmensen vanuit Athene. Er zijn geen all-inclusive hotels, alleen lokale horeca. Er mag trouwens maar maximum twee verdiepingen hoog worden gebouwd."

Karine volgde privé-lessen Grieks en praat al een aardig mondje mee. Wanneer haar lerares met de auto voorbijkomt, stopt ze en draait het raampje open voor een hartelijke begroeting. "Ze is intussen een vriendin geworden", lacht ze. Net zoals Dimitri, Jimmy en Andreas van het café vrienden zijn geworden.

OP EEN POSTKAART

Hoog tijd om wat van de omgeving te zien. Een uur ten zuiden van Epidavros ligt het eiland Poros. De weg er naartoe is adembenemend. Dan weer klimt de route voor een mooi uitzicht over baaien en bergen om wat later op zeeniveau door een dorpscenrum te slingeren. Vanuit Galatas vaart een ferry naar Poros, maar wij nemen een taxibootje voor hetzelfde traject. Nog geen twee minuten duurt de oversteek. Eens aan land kom je in een levendig centrum met bars, winkels en een jachthaven. Boven het dorp torent een klokkentoren. De weg ernaartoe bestaat uit trappen die een wirwar van steegjes vormen. Aan de andere kant van de heuvel kijk je uit op nog een haven met jachten en bootjes. Poros is met zijn gekleurde huizen met gekleurde luiken een dorp en eiland dat helemaal past op een postkaart.

ROTTE EIEREN

Op de terugweg rijden we het schiereiland Methana op. Bij het haventje van Vari kent Karine een

goed adres voor de lunch. Zelf bestellen we een Griekse salade, maar aan andere tafels zien we ook borden met gemarineerde ansjovis en andere visgerechten. De ingrediënten komen wellicht recht uit de zee, want op de kade liggen vissersnetten te drogen.

In Methana-stad kent Karine nog een bijzondere plek bij het water. Vanuit de ondergrond borrelt warm water op dat zich heeft vermengd met bepaalde mineralen. "Mensen komen hier baden omwille van de weldadige werking van het water", vertelt mijn gastvrouw terwijl we naar de plek wandelen. Op dat moment bevindt zich niemand in het water en de geur van rotte eieren, die blijkbaar samengaat met de mineraaloplossing, weerhoudt me ervan in het water te springen.

2.350 JAAR OUDE THEATER

Een dag later rijden we naar dé trekplezier van de streek en dat is het Oude Theater van Epidavros, zo'n 15 km het binnenland in. Hier durft het wel eens behoorlijk druk zijn, maar nu buiten het toeristische seizoen ben ik bijna de enige bezoeker. Het openluchttheater is het best bewaarde theater van Griekenland en staat bekend om zijn uitstekend akoestiek. Sta je helemaal beneden en je laat

een muntstuk vallen, dan hoor je dat tot op de bovenste rij. Naar verluidt. Dat kan ik niet bevestigen, maar wel dat ik midden op de tribune mensen beneden hoor praten.

Het theater dateert van zo'n 350 jaar voor Christus en is dus meer dan 2.350 jaar oud. Niet te geloven hoe de oude Grieken dat in die periode klaarkregen. Het biedt plaats aan 14.000 toeschouwers. "Het theater wordt in de zomer nog altijd gebruikt", vertelt Karine. "Dan zijn er 's avonds voorstellingen en optredens. Ik ben er op dat moment nog niet geweest, maar zou dat volgende zomer graag willen doen. Probleem is dat de kaartjes altijd zeer snel zijn uitverkocht."

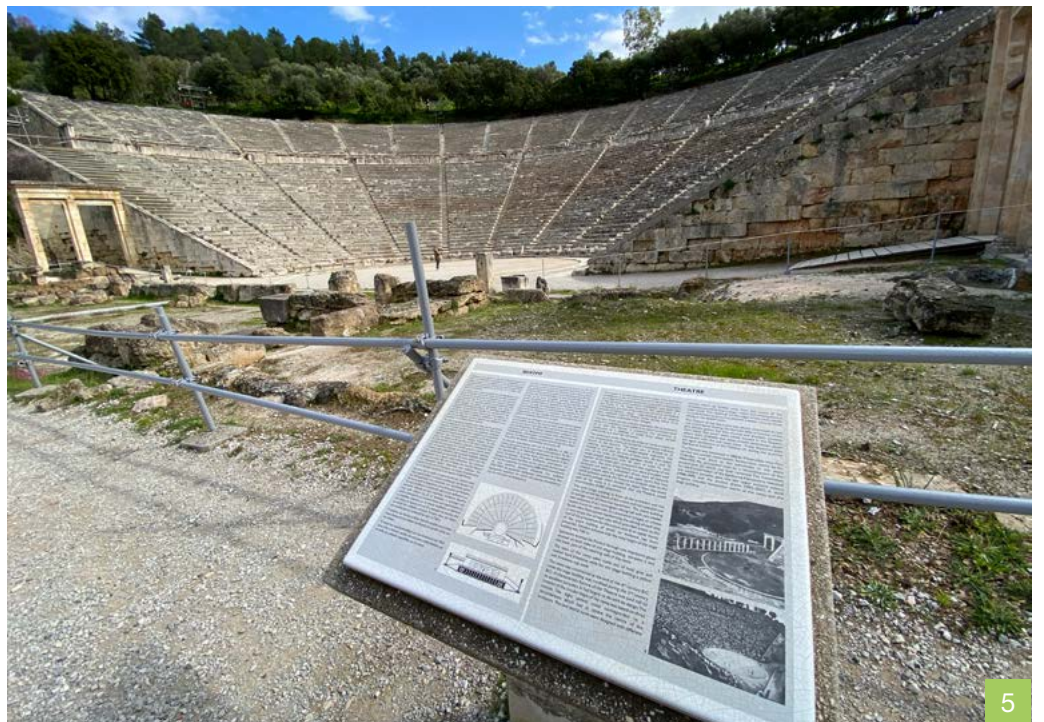
Op dezelfde site wandel ik ook het archeologisch museum binnen met beelden en andere voorwerpen die zijn gevonden bij opgravingen. Wat verder liggen restanten van een tempel, een ziekenboeg, een sportveld, enz. Een verzameling oude stenen



3



4



5



met een grote historische waarde. De site is niet voor niets Unesco Werelderfgoed.

OUDESTENEN BRUG

Een andere bijzondere plek ligt een half uur verder. Zo pompeus het Oude Theater is, zo bescheiden is het bruggetje van Arkadiko. Volgens archeologen is dit de oudste nog gebruikte stenen boogbrug ter wereld, gebouwd rond 1.300 voor Christus. In gebruik is veel gezegd, want de autoweg loopt er



nu langs. Maar naar verluidt zou er af en toe nog een voertuig over rijden. 'Een hoop oude stenen' zullen sommige bezoekers denken, maar dan wel een hoop met een rijke geschiedenis.

VROEGERE HOOFDSTAD

Een kwartier verder ligt het havenstadje Nafplio. Hoog boven op een rots bouwden de Venetianen in de vroege 18de eeuw het indrukwekkende Palamidi Fort, dat je kan bezoeken mits je 900 trappen beklimt. Of wanneer je langs een andere kant met de auto naar boven rijdt. Wij houden het bij het benedenstadje dat ook veel te bieden heeft: middeleeuwse straatjes met winkels, een promenade langs de haven met dikke palmbomen en voor de kust het Bourtzi-kasteel, dat omgeven is door helblauw water. Nafplio was van 1829 tot 1834 de hoofdstad van het moderne Griekenland,

vooraleer koning Otto Athene uitriep tot de nationale hoofdstad.

Op een terrasje op het centrale plein bestellen Karine en ik een koffie. Wanneer de eigenaar onze bestelling brengt, vraagt hij waar we vandaan komen. 'Belgium' is het antwoord. En dan vertelt hij het verhaal dat hij ooit in Oostende was en daar de grootste fout van zijn leven beging: een Heineken bestellen in een Belgisch café. Nadat hij zijn 'fout' had ingezien, was hij overgeschakeld naar Duvel, Westmalle en andere bieren. En was daar ettelijke keren vreselijk dronken van geworden. Aan Karine stel ik voor dat ze, nu we toch een Belgische daar in de regio hebben, de locals begint te informeren over Belgische bieren zodat zulke stommiteiten in de toekomst kunnen worden vermeden.

Tekst en foto's: Paul Huysmans

MEER INFO

www.visitpeloponneses.com

Foto 1: In de Peloponnesos ontdek je nog het echte Griekenland.

Foto 2: Onze man bij het oudste bruggetje ter wereld.

Foto 3: Eenmaal per jaar wordt lagana-brood gebakken.

Foto 4: De Vlaamse Karine Van Leemput woont al 3 jaar in Epidavros.

Foto 5: Het Groot Theater van Epidavros is 2.350 jaar oud.

Foto 6: De klokkentoren domineert de skyline van Poros.

Foto 7: Nafplio was ooit de Griekse hoofdstad.

FIETSEN EN WANDELEN BIJ DE OUDE GRIEKEN

RETIE – Reisorganisatie Happy Weekends ontwikkelde een bijzondere fiets & wandelvakantie op de Peloponnesos, die ze dit najaar organiseren. Vanuit Ancient Epidavros fiets je een dag naar het Groot Theater en een andere dag naar het oudste stenen bruggetje ter wereld. Wandelen doe je in de buurt van het hotel en in de omgeving, zoals Nafplio. Verder is een dagtocht naar het eiland Poros inbegrepen en voor de geïnteresseerden wordt een daguitstap naar Athene georganiseerd. Je gastvrouw ter plaatse is de Vlaamse Karine Van Leemput.



Voor deze vakantie van acht dagen/zeven nachten huurt Happy Weekends een typisch Grieks hotelletje met vijftien kamers af aan het vissershaventje van Ancient Epidavros en dat voor twee periodes: 5 tot 12 en 12 tot 19 oktober 2026.

PROGRAMMA

5 + 12 oktober 2026

14.50 tot 18.55 uur: vlucht Eindhoven-Athene
Transfer naar het hotel in Ancient Epidavros

6 tot 9 en 12 tot 15 oktober 2026

Programma met 2 fietstochten en verschillende wandelmogelijkheden

10 + 17 oktober 2026

Dagtocht naar het prachtige eiland Poros met wandelmogelijkheden

11 + 18 oktober 2026

Optie: daguitstap naar Athene met fietstoer van 3 uur die wordt begeleid door een Nederlandstalige gids + vrije tijd in Athene

12 + 19 oktober 2026

19.45 tot 22.05 uur: terugvlucht Athene-Eindhoven

PRIJZEN

€ 1.087 p.p. op een 2p-kamer

Incl.: vluchten Eindhoven – Athene met 20 kg ruimbagage, 7 overnachtingen in halfpension, bustransfer luchthaven – hotel, CO₂-compensatie, daguitstap Poros + vervoer naar Nafplio, uitgewerkte fietstochten en wandelingen, happy host ter plaatse, verblijfstaksen, BTW.

Niet: € 75 p.p. fooien en drinkgeld, lunches, dranken, fietshuur, daguitstap Athene, verzekeringen

INFO EN RESERVATIE

De vakantie 'Fietsen en wandelen bij de Oude Grieken' is ontwikkeld door en exclusief te reserveren bij Happy Weekends, Geelsebaan 3 in Retie, Tel. +32 (0)14 75 71 16, info@happyweekends.be, www.happyweekends.be



BRUURS

HOOGSTRATEN

TOTALE

UITVERKOOP

WEGENS OVERNAME

STARTWEEKEND

7 - 8 - 9 en zondag 10 mei

DAMES: Academia, 7FAK, Baum un Pferd-garten, Blonde N°8, Cambio, Camilia Pihl, Closed, Essentiel, Gigue, Max Mara Weekend, Munthe, K-Way, Les Tricots de Lea, Otto d'ame, Shades, Studio Clique, Xandres, Zarina Rouge, Zenggi. **HEREN:** Alberto, Antwrp, Bugatti, Fred Perry, Profuomo, Giordano, Gentiluomo, Gran Sasso, K-Way, Mason's, Meyer, Milestone, Noterman, Polo Ralph Lauren, R2, 7FAK, Roy Robson, Save the Duck, Stenströms, Tramarossa, Zuitable

**Totale leegverkoop
wegens overname**

Vanaf augustus nemen **Carolien en Roel** de zaak van ons over. Ons **vertrouwde verkoopteam** blijft ook na de overname aanwezig, zo kunnen jullie blijven rekenen op de service die jullie gewend zijn.

**ZONDAG
OPEN**

10 mei van 11 tot 17 uur



BRUURS

Vrijheid 93-95-97 2320 Hoogstraten +32 33 14 50 01 info@bruurs.be www.bruurs.be
Alle dagen van 10u tot 18u, zaterdag tot 17u. Zondag en maandag gesloten

ALLES MOET WEG

OP = OP!

OTTO TEULINGKX

DE KAMPIOEN DIE DOKTER WIL WORDEN

WESTERLO – Het gaat hard voor Otto Teulingkx. Op sportief vlak gooide de 20-jarige Westerlonaar vorig jaar hoge ogen door Europees beloftenkampioen te worden in de crossduatlon, een sport die hij combineert met studies geneeskunde. De focus ligt vooral op het laatste, maar met het talent waarover hij beschikt zal hij zeker nog schitteren in de sport.



een individuele sport meer iets voor mij was over-heerste en het fietsen lag me best goed.”

Je hebt dan de nadruk gelegd op de mountainbike en dat bleek een succes.

“Ik nam af en toe wel eens deel aan een wedstrijd en ging een keer of twee per week fietsen, maar eigenlijk was ik er niet zo heel serieus mee bezig. In die eerste jaren had ik geen trainingsschema's, ik fietste maar wat en trainde vooral op techniek. Pas rond mijn zestiende kwam dat er wel bij kijken en heb ik werk gemaakt van mijn kracht en uithoudingsvermogen. Ik ging ook koersen op de weg, als eerstejaars nieuweling. Er was een koers hier vlakbij in Voortkapel, het kwam tot een sprint en ik besloot mee te doen. Helaas liep het fout met een zware valpartij tot gevolg. Ik hield er niet enkel de nodige lichamelijke schade aan over, ik pakte ook een schrik die me nog even zou bijblijven. Nadien reed ik nog enkele koersen, vooral dan klimkoersen in de Ardennen, waar het gewoel en gedrum heel wat minder is. Maar ik legde me eigenlijk nooit echt toe op het wegwielerren. Vanwege aanhoudende rugklachten kwam ik die periode nooit volledig tot mijn recht, wat soms heel frustrerend was. Door specifieke krachttraining en door mijn botten die aan een trager tempo begonnen te groeien kreeg ik dat meer onder controle, maar dan was ik al voorbij de leeftijd van 'show what you can do'. In het hedendaagse wielrennen wordt er vooral met contracten gesmeten naar renners rond hun zeventiende. Hoe jonger hoe beter. Er is veel minder aandacht voor laatbloeiers, voor hen wordt het steeds moeilijker om nog opgevist te worden. Al ben ik natuurlijk best nog jong. Om het echt te maken moeten er bovendien veel meer uren getraind worden en moet ik er vooral veel voor laten. Verder studeren zou dan bijvoorbeeld moeilijker worden. Er zijn jongeren genoeg die hun jeugd opgeven om het tot prof te schoppen, maar die kans is slechts weinigen gegeven. En zij die er wel in slagen zijn dan vaak nog knechten in de koers. Dat heb ik er niet voor over, denk ik. Ik wil niet degene zijn die de leukste jaren van mijn leven opoffert om er uiteindelijk niets aan over te houden, daar zou ik later nog meer spijt van hebben dan van het niet eens geprobeerd te hebben. Moest ik over het talent van Pogacar beschikken, ik had misschien een andere keuze gemaakt.” (Lacht)

En zo kwam je eerder toevallig in een discipline terecht waarin je nu uitblinkt.

“Klopt. Ik was een jaar of zeventien toen ik voor de fun inschreef voor de crossduatlon in Lichtaart. Mijn conditie onderhield ik wel op de mountainbike, maar lopen deed ik niet echt veel. Zonder echte voorbereiding strandde ik maar net naast het podium. Vooral de wissels van lopen

Otto, het is duidelijk dat je over sportieve genen beschikt, een Europese titel komt er immers niet zomaar. Wanneer ben je begonnen met sporten?

Otto Teulingkx: “Dat moet geweest zijn toen ik een jaar of zes was en begon te voetballen bij Tongerlo. Het duurde niet lang of ik werd opgevist door Westerlo waar ik in de nationale jeugd speelde en mocht aantreden tegen grote clubs als Anderlecht en Standard. Mijn grote voordeel was dat ik kon blijven lopen en ook nog redelijk snel was. Toen ik rond mijn dertiende hier bij de club Westfit een

keertje mee ging fietsen was ik eigenlijk meteen verkocht. Ik vond dat te leuk en het was jammer om enkel met voetbal bezig te zijn. Maar vier keer per week voetbaltraining en dan nog een wedstrijd in het weekend, dat was te veel om te combineren met de fiets. Ik ben nog wel een tijdje doorgegaan met voetballen op dat niveau, mijn ouders vonden het belangrijk dat ik aan ploegsport deed. En nadien heb ik ook nog een jaar op een lager niveau gevoetbald, vooral voor het plezier. Op deze manier kon ik beide sporten blijven doen, een ideale afwisseling op die leeftijd. Maar het gevoel dat

naar fietsen en omgekeerd verliepen niet zo vlot. Maar ik had de smaak te pakken en toen een jaar later in Geel het Belgisch kampioenschap werd gereden, stond ik aan de start en pakte de titel bij de beloften en meteen ook een ticket voor het Europees kampioenschap. Ik was eigenlijk nog junior, maar koos omwille van de langere afstand toch om bij de beloften te rijden en dat bleek de juiste keuze. De hoop was om vooraan te kunnen meestrijden, maar ik had nooit verwacht de Europese titel te pakken.”

Het betekende een mijlpaal in je sportieve carrière, maar hoe kijk je nu naar de nabije toekomst?

“De crossduatlons leven in de Kempen, dus dat wil ik zeker blijven doen. Het ligt me ook wel. Duatlon en triatlon winnen aan populariteit, dus er zijn zeker nog mogelijkheden. Dit seizoen ga ik het ook proberen op de weg. Het zal een kleine aanpassing vragen, want de positie op een racefiets is niet gelijk aan die op de mountainbike. Als je in de beugels ligt is de houding toch anders dan fietsen met een breder mountainbikestuur. Daarnaast zal ook het lopen belangrijker worden, daar is progressie zeker mogelijk. Uit de crossduatlons bleek toch dat vooral de fiets mijn sterkste wapen is. Maar op de weg hoop ik er te staan als het BK begin mei in Viersel wordt gereden. Dat is mijn doel voor de examens. In juli, vrij kort na de examens, wordt het EK crossduatlon gereden in Spanje. Ook dat staat aangestipt in mijn agenda. Een crosswedstrijd in de zomer, het is eens wat anders. Maar het past natuurlijk wel in het plaatje van een multisportweekend. Zo weet ik dus de komende weken en

maanden nog wel wat te doen. Het WK staat eind dit jaar nog op de agenda en zou doorgaan in Abu Dhabi, alleen is het gezien de huidige situatie wel onzeker of dat zal kunnen doorgaan.”

Zijn er in je sport dromen die je nog najaagt?

“Dat zijn er best nog wel wat, maar ik ben nog jong en heb nog een lange weg af te leggen. Eentje daarvan is zeker de Hel van Kasterlee, toch een mythische wedstrijd die leeft in het wereldje. Momenteel acht ik mezelf nog te jong om hier aan deel te nemen, maar ooit wil ik die sfeer toch meemaken en dat liefst met een topresultaat. En op de weg

„Pas rond mijn zestiende ging ik met trainingsschema's werken.”

won de sport aan populariteit dankzij onder meer de Wereldspelen, ook dat staat dus op mijn verlanglijstje. Verder denk ik er ook sterk over na om het eens te wagen in de triatlon en zwemlessen te nemen. Mijn lichaamsbouw moet zich hiervoor wel lenen, lange armen en grote handen zijn zeker een voordeel in het zwemmen. Dus mijn ultieme droom is misschien wel een volledige Ironman tot een goed einde te brengen. Dat lijkt me zo cool, maar

tegelijk ook heel extreem. Ik kijk met veel bewondering naar atleten als Marten Van Riel en Jelle Geens. Het zou fantastisch zijn moest dat me ooit lukken.”

Ondanks je knappe sportieve prestaties blijf je vooral inzetten op je studies. Valt dat alles nog te combineren?

“Ik zit momenteel in mijn tweede jaar geneeskunde en het is best wel pittig. In het eerste jaar waren de punten goed en ook nu ziet het er goed uit. Mijn droom is om dokter te worden. Niet dat ik in de voetsporen van mijn vader (sportdokter Tom Teulingkx, nvdr.) wil treden, maar al als kind had ik interesse in het menselijk lichaam. Het sprak voor zich dat ik een wetenschappelijke richting zou volgen en toen opnieuw een keuze moest worden gemaakt wezen infosessies me naar geneeskunde. Ik bracht het ingangsexamen tot een goed einde, misschien wel de grootste hindernis in mijn hele loopbaan. Het hoofddoel is om mijn studies tot een goed einde te brengen, dat vind ik echt wel belangrijk. In welke richting ik me zal specialiseren, daar ben ik nog niet uit, maar ik ben er wel volop over aan het denken. Gelukkig heb ik nog even tijd, want het is een belangrijke en dus geen gemakkelijke keuze. Er is ook nog een lange weg te gaan. Misschien dat ik een jaartje wat minder studiepunten opneem om me even wat meer te richten op mijn sport, maar voorlopig is dat nog niet aan de orde. Op dit moment valt het allemaal mits een goede planning nog perfect te combineren. Een goede balans behouden is alles.”

Tekst en foto: Eddy Leysen



VAN GOMPEL
BUITENGEWOON GENIETEN

TERRASOVERKAPPING • ZONWERING • GEVELBEKLEDING • ROLLUIKEN
GARAGEPOORTEN • ONZO BRIEVENBUSSEN • VLIEGENRAMEN



DONK 3 • 2400 MOL • T 014 37 15 11 • info@vgompel.be • www.vgompel.be • www.vgompelbuitenleven.be



GOED SCOEISEL DAT JE MOEITeloos LAAT BEWEGEN

Zodra de eerste zachte lentedagen zich aandienen en de zon opnieuw wat kracht krijgt, begint het te kriebelen. Ik wil naar buiten, de natuur in, weg van schermen en drukte. Het wandelseizoen is geopend, en in de Kempen betekent dat eindeloos veel mogelijkheden voor wie graag in beweging is. Maar hoe idyllisch het decor ook is, zonder comfortabele schoenen kan zelfs de mooiste tocht tegenvallen. Wie ooit met pijnlijke voeten een wandeling moest afbreken, weet perfect hoe snel het plezier verdwijnt. Daarom begint echt genieten bij de juiste basis: goed schoeisel dat je ondersteunt, beschermt en moeiteloos laat bewegen. Ook in je dagelijkse leven.

De Kempen onderscheiden zich door hun veelzijdigheid en toegankelijkheid. Je kan er uren wandelen zonder veel hoogteverschillen, wat het gebied ideaal maakt voor zowel beginnende als ervaren wandelaars. Wat onze regio extra bijzonder maakt, is de variatie in ondergrond. Zachte bosgrond, losse zandpaden en af en toe een verharde strook zorgen ervoor dat elke wandeling anders aanvoelt. Dat maakt het interessant, maar stelt ook eisen aan je schoenen. Een goede grip, voldoende demping en flexibiliteit zijn geen overbodige luxe. Zeker wie langere afstanden aflegt, merkt hoe belangrijk het is dat elke stap goed ondersteund wordt.

COMFORT ALS SLEUTEL

Comfortabele schoenen zijn essentieel om zorgeloos te kunnen bewegen. Slecht passende schoenen kunnen al snel leiden tot blaren, pijnlijke drukpunten en vermoeidheid. Dat heeft niet alleen impact op je voeten, maar kan ook doorwerken naar je houding en gewrichten. Daarom is het belangrijk om te kiezen voor schoenen die zich aanpassen aan je voet en voldoende ondersteuning bieden. Een goede schoen heeft een stabiele zool die schokken opvangt en tegelijk flexibel genoeg is om de natuurlijke afrol van de voet te volgen. Daarnaast is er voldoende ruimte nodig voor de tenen, zodat ze niet samengedrukt worden tijdens het stappen. Ook het gewicht van de schoen speelt een rol: lichtere modellen zorgen voor minder belasting, zeker tijdens langere wandelingen. Ademend vermogen is een ander belangrijk aspect. Tijdens het wandelen produceren je voeten

warmte en vocht. Materialen die alles goed reguleren, houden je voeten fris en verminderen de kans op irritaties. Het zijn vaak deze kleine details die een groot verschil maken in hoe een schoen aanvoelt na enkele uren gebruik.

VOOR ELK MOMENT

Niet elke activiteit vraagt om hetzelfde type schoen. Voor korte, ontspannende momenten – een wandeling in de tuin, een boodschap in het dorp of een warme dag op het terras – zijn comfortabele slippers een uitstekende keuze. Ze zijn licht,

”Natuurlijke kleuren zoals beige, zand, taupe en zachte groentinten zijn bijzonder populair.”

luchtig en dankzij hun ergonomische voetbed verrassend ondersteunend. Wie de natuur intrekt, kiest beter voor een stevigere wandelschoen. Die bieden extra stabiliteit en bescherming, vooral op ongelijke ondergrond. Tegelijk zijn moderne wandelschoenen veel soepeler en lichter dan vroeger, waardoor ze ook voor recreatief gebruik bijzonder aangenaam zijn. Sneakers vormen een veelzijdig alternatief voor wie comfort en stijl wil combineren. Ze zijn ideaal voor dagelijkse verplaatsingen

en lichtere wandelingen. Dankzij hun flexibele opbouw en dempende zolen zorgen ze voor een aangename loopervaring, terwijl ze moeiteloos aansluiten bij een casual outfit.

Comfort en stijl gaan vandaag perfect samen. Schoenen hoeven niet langer puur functioneel te zijn, maar mogen ook gezien worden. Natuurlijke kleuren zoals beige, zand, taupe en zachte groentinten zijn bijzonder populair. Ze sluiten aan bij het buitenleven en brengen rust in je outfit. Daarnaast zien we subtiele accenten die zorgen voor een eigentijdse toets: een lichte glans, verfijnde details of een combinatie van verschillende materialen. Deze elementen geven je schoenen karakter zonder overdreven op te vallen. Het resultaat is een harmonieuze balans tussen elegantie en gebruiksgemak.

INNOVATIE ONDER DE OPPERVLAKTE

Wat je niet meteen ziet, maar wel voelt, is de technologie die in moderne schoenen verwerkt zit. Zolen die schokken absorberen, materialen die zich aanpassen aan de beweging van de voet en binnenzolen die extra ondersteuning bieden: het zijn stuk voor stuk innovaties die bijdragen aan een beter draagcomfort.

Voor wie extra gevoelig is aan drukpunten of specifieke noden heeft, bestaan er modellen met een bijzonder zachte afwerking en een aangepaste pasvorm. Ze zorgen voor een gelijkmatige drukverdeling en verminderen wrijving. Dat maakt een wereld van verschil, zeker bij langdurig gebruik. Een goed paar schoenen kies je niet zomaar. Het



HYDRAFACIAL: REINIGT, VERNIEUWT EN HYDRATEERT DE HUID

TURNHOUT – Met de lente in het vooruitzicht wil ik dat mijn gezicht er zo egaal, verzorgd en stralend mogelijk uit ziet. Ik heb last van een droge huid en verzorg die in het algemeen te weinig, dus het is weer hoog tijd voor een grondige gezichtsbehandeling bij Schoonheidsspecialiste Els in Turnhout. Ze kiest deze keer voor de Hydrafacial: een diepe, zachte huidverbetering.

Mijn huid is droog, niet zo egaal en heeft dus nog eens een grondige verzorging nodig. Hiervoor ga ik naar Schoonheidsspecialiste Els in Turnhout. Ik weet uit ervaring dat mijn huid bij haar in goede handen is en dus stap ik er opnieuw vol enthousiasme binnen. Vorige keer heeft ze benadrukt dat het heel belangrijk is om je huid thuis ook elke dag goed te verzorgen. Ik moet toegeven dat ik die raad soms nog onvoldoende opvolg. Verder dan een dag- of nachtcrème kom ik niet. Deze keer kiest Els voor de Hydrafacial: "Het is een van de populairste en meest effectieve behandelingen van dit moment", zegt ze.

DRIE IN ÉÉN

De Hydrafacial reinigt, vernieuwt en hydrateert de huid in één behandeling, zonder pijn of hersteltijd. "Tijdens de behandeling worden ook onzuiverheden uit de huid gezogen, terwijl tegelijkertijd voedende serums met actieve ingrediënten in de huid worden ingebracht", legt Els uit. "Het resultaat is een frisse, gladde en stralende huid die meteen zichtbaar gezonder oogt." Een comfortabele behandelstoel staat klaar, een rustgevend pianomuziekje speelt op de achtergrond... Ik ben er helemaal klaar voor. Eerst worden alle ontharingen in mijn gezicht gedaan, zodat ik nadien kan genieten van de behandeling.

SPECIALE VACUÛMTECHNOLOGIE

De behandeling begint met een diepe reiniging, dit gebeurt met een handstuk dat vacuümtechnologie en water combineert. Het zuigt mee-eters, talg en vuil uit mijn poriën en spoelt alles meteen grondig. Ik voel het toestel trekken aan mijn huid, maar op een zachte manier zodat die niet beschadigd raakt. Het is een intens gevoel. Met de peeling worden de dode huidcellen verwijderd. Ondanks dat dit heel diep gaat, voelt alles zacht en ontspannen aan.

Hierna volgt een maskertje voor een diepe hydratatie. Er worden serums met onder andere antioxidanten, hyaluronzuur en peptiden diep in mijn huid gebracht. Elk product wordt ingewerkt met een andere techniek. Tijdens de behandeling wordt er ook gebruik gemaakt van led-therapie, wat weer

„De hele behandeling voelt aan als een massage.”

voor een extra ontspanningsmomentje zorgt. Bij mij werd gekozen voor blauw licht. "Omdat het op de hydratatie werkt", vertelt Els. De hele behandeling voelt aan als een massage. Als afsluiter nog een oog- en een dagcrème, afgestemd op de noden van mijn huid. Zalig! Ik voel zo al dat mijn huid veel frisser en vochtiger aanvoelt. "De Hydrafacial is voor bijna elk huidtype geschikt en kan helpen bij verschillende huidproblemen zoals een droge of vochtarme huid, een dofte huid, grove poriën, mee-eters en onzuiverheden, beginnende huidveroudering en een ongelijkmatige huidstructuur. Maar ook als je gewoon een gezonde glow en een diepe reiniging wil, is deze behandeling ideaal", aldus Els.

GEEN HERSTELTIJD

Elke Hydrafacial wordt individueel afgestemd op huidtype en huidbehoeften. "Het grote voordeel van de Hydrafacial is dat er geen hersteltijd nodig is", besluit Els. "Je huid ziet er meteen na de behandeling fris en stralend uit." En dat kan ik beamen. Wanneer ik na de behandeling in de spiegel kijk, ziet mijn huid er inderdaad veel stralender en frisser uit. Els be-

drukt nog eens dat het toch wel belangrijk is dat ik ook thuis mijn huid elke dag goed verzorg. Boodschap begrepen: enkel een dag- en nachtcrème is niet voldoende. Els geeft ook nog enkele tips mee. Dat ik altijd eerst grondig moet reinigen bijvoorbeeld, zodat mijn crème goed kan worden opgenomen. Omdat ik niet goed weet welke producten ik nodig heb, maak ik een afspraak voor een huidanalyse bij Els. Die wordt met een speciale huidcomputer gedaan. En dan kijken we binnenkort samen naar wat ik nodig heb om mijn huid optimaal te verzorgen. Helemaal ontspannen loop ik het salon uit. Buiten schijnt het lentezonnetje en ik voel me helemaal klaar voor een fantastische dag.

Tekst: Delia Filippone

ONDEROX-ACTIE

Hydrafacial: 99 euro i.p.v. 129 euro
Huidanalyse: 40 euro
Geldig tot 30 september 2026, enkel met vermelding 'Onderox-actie'



Kongostraat 2, 2300 Turnhout
Tel. 014 42 24 20
schoonheidsspecialiste.els@skynet.be
www.schoonheidsspecialiste-els.be
f Schoonheidsspecialiste Els
@schoonheidsspecialiste.els

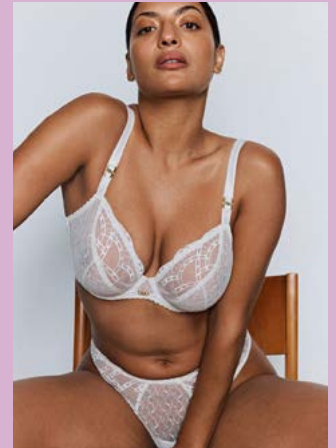
de linnenwinkel



lingerie



PRIMADONNA



Ons **ervaren team** staat steeds voor u klaar met professioneel advies.

WWW.DELINNENWINKEL.NET



MOLSEBAAN 14 · DESSEL · 014 37 88 92

OPENINGSUREN di - vr: 9.30 - 12.30 en 13.30 - 18.00 za: 9.30 - 17.00 / zo - ma: gesloten



LEON VAN GESTEL

DE STEM VAN DE CROSS NEEMT NA 45 JAAR AFSCHIED

ARENDONK — Als de motoren in de Kempen brulden, was de kans groot dat de stem van Leon Van Gestel (71) boven het lawaai uitsteeg. Al 45 jaar lang fileert hij de wedstrijden, met de laarzen in de modder op lokale crossen of van in tv-studio's. Maar na bijna een halve eeuw aan de microfoon vindt Leon het welletjes. "Been there, done that," zegt hij nuchter. Een gesprek over passie, de magie van de Kempen en de kunst van het zwijgen op het juiste moment.

Leon, Je stond in 1981 voor het eerst achter de microfoon in Pulderbos. Hoe kwam je daar terecht?

Leon Van Gestel: "Eigenlijk is die microbe er al van kinds af aan ingeslopen. Mijn vader nam me mee naar de cross en terwijl de meeste kinderen enkel naar de motoren staarden, keek ik op naar de man achter de microfoon. Mijn grote voorbeeld was Jos Van Luydt. Die man kon de micro bespelen als geen ander. Als hij over het veld riep dat bepaalde banden 'kilometers beter' waren dan de rest, dan geloofde je dat direct. Dat geluid van die microfoon, die resonantie over het terrein... Ik was daar zot van. Omdat ik zelf altijd wel vlot uit mijn woorden kwam, ben ik er toen in Pulderbos naadloos ingerold. Ik heb die microfoon daar vastgepakt en sindsdien eigenlijk nooit meer losgelaten."

Je zegt vaak dat motorcross meer is dan alleen maar gas geven. Wat fascineert je er zo aan?

"Het is de combinatie van brute kracht, uiterste concentratie en technische skills. Mensen onderschatten hoe moeilijk het is. Ik heb ooit voor mijn broer een briefje van 1.000 frank op het zadel van een machine gelegd en gezegd: 'Als je een minuut kunt blijven zitten zonder je voeten aan de grond te zetten, is het geld van jou.' Na een paar seconden stond hij al met zijn voeten op de grond. Het evenwicht en de beheersing die die mannen hebben, is fenomenaal."

Waarom is de Kempen eigenlijk zo'n bakermat voor de motorcross?

"Dat heeft diepe wortels. Na de Tweede Wereldoorlog bleven er in de Kempen, de Zuiderkempen en het Hageland heel wat legermotoren achter. Die 'verdwenen' dan in schuren en stallen. Durfals gingen daarmee crossen in de bossen en op de velden. Hele buurten kwamen kijken als die ma-

chines in gang werden gestampt. Die evenementen waren de opvolgers van de brommerscross die hier al was ingeburgerd. De zandgrond van de Kempen zit in het DNA van de sport."

Heb je zelf ook ooit op een wedstrijdmotor gezeten?

(Leons vrouw Fanny begint te lachen op de achtergrond) "Ik heb gereden als hobbyrijder, ja. Maar als ik dat vertel, roept mijn vrouw altijd: 'Gereden heb je niet echt hoor, je was er gewoon bij!' En gelijk heeft ze. Crossen is een stiel apart. Als je die motorcrossers door het veld ziet vliegen, lijkt het alsof het iets van niks is, maar dat is niet zo. Motorcross is moeilijker dan het lijkt."

Is jouw bijdrage aan de motorcross dan beperkt tot de verslaggeving?

"Nee, ik heb ook in het hart van de sport gezeten als begeleider. Het sportieve hoogtepunt was zonder twijfel in september 1992. Ik was toen nauw betrokken bij het RS-team. Met sponsors van buiten de motorcross kregen we een budget bijeen voor een semi-professioneel team. Arendonkenaar Paul De Proost uit Arendonk was één van onze rijders. Toen hij in Denemarken Europees kampioen werd, dat was een onvergetelijk moment. Je zit er dan zo dicht bovenop, je voelt de spanning en de ontlading van het hele team. Dat is de pure kant van de sport."

Er is een groot verschil tussen live verslaggeving op het veld en televisiecommentaar.

"Absoluut. Op het veld moet je de massa meekrijgen, op tv zit je in de huiskamer. Maar in beide situaties is stemtechniek cruciaal. In je enthousiasme gaat je stem vaak omhoog, de intonatie stijgt mee met de spanning op het circuit. Maar

de kunst is om op tijd weer te verlagen. Als je constant op een hoog volume en een hoge toon blijft hangen, vermoei je de luisteraar en jezelf. Je moet spelen met die dynamiek om de spanning telkens opnieuw te kunnen opbouwen."

Je bent nu aan het afbouwen. Waarom juist nu?

"Ik merkte dat ik in clichés begon te vervallen. Na 45 jaar heb je alles wel een keer gezien en gezegd. Ik heb altijd geprobeerd om de toeschouwers iets méér te vertellen dan alleen wie er op kop rijdt. Waarom is die ene rijder vandaag zo goed? Waarom is een ander nu minder in vorm? Als je voelt dat de frisheid eruit gaat, moet je eerlijk zijn naar jezelf. 'Been there, done that.' Ik heb alles bereikt wat ik wilde bereiken in dit wereldje."

Als je terugkijkt, wat is dan het moment dat je het meest is bijgebleven?

"Dat was een heel emotioneel moment in Lommel toen ik de kinderen van de overleden Eric Geboers interviewde. Er stonden 20.000 mensen rond het circuit. Maar op het moment dat die kinderen begonnen te praten, werd het muisstil. Je kon letterlijk een speld horen vallen. Dat je met een microfoon zo'n collectief moment van respect en stilte kunt regisseren bij een publiek dat vooral van het lawaai van de motoren houdt, dat doet wat met een mens. Dat blijft me voor altijd bij."

Tekst: Tom Claessen

Foto's: Leon Van Gestel

Foto 1: Leon Van Gestel geeft al meer dan vijftien jaar voor televisie commentaar bij de motorcrosswedstrijden. De laatste jaren deed hij dat voor Play Sports.

Foto 2: Samen met Antonio Cairoli, die maar liefst 9 wereldtitels behaalde.

VAKMANSCHAP IN EIGEN ATELIER

Van de Perre is een familiebedrijf uit Kasterlee met ondertussen al 50 jaar ervaring in het creëren van houten veranda's, houten ramen, deuren en poorten, terrasoverkappingen, bijgebouwen, schrijnwerkerij en totale afwerking in diverse stijlen. Dankzij deze jarenlange ervaring weten we dat elk project start met luisteren zodat we samen de juiste keuze kunnen maken om uw project te realiseren tot een stijlvol resultaat. Rob zorgt als zaakvoerder voor een persoonlijke service, vakmanschap en begeleiding van ontwerp tot uitvoering. Alles wordt dan ook vervaardigd in ons eigen atelier en vakkundig geplaatst door Rob en zijn ervaren team.

Haal buiten, naar binnen en geniet elke dag !

Met een houten veranda kan je het hele jaar door genieten. Je creëert meer ruimte, licht en een buitengevoel. Je investeert in een mooie uitbreiding van uw woning vol sfeer en comfort en ongetwijfeld is het een meerwaarde voor uw woning. Als je kiest voor hout, dan kies je voor ambacht, stijl en een warme uitstraling. Hout heeft van nature een uitstekende isolatiewaarde en kan gebruikt worden in diverse stijlen. Wij werken enkel met kwaliteitsvol hout wat zich uit in een lange levensduur en door de afwerking met onze kwaliteitslak onderhoudsvriendelijk is. Zo wordt er ook gedacht aan de totale afwerking. Denk maar aan de gepaste verlichting die ingebouwd kan worden, gyproc, airco, vliegenramen en deuren en ingebouwde screens. En wil je een maximale lichtinval in je woning? Dan kan je kiezen voor een lichtstraat. Deze worden door ons op maat gemaakt. Je creëert hierdoor een enorm ruimtelijk gevoel en je haalt het buitengevoel nog meer naar binnen. Voor wie wil genieten van de gezonde buitenlucht kan dan weer bij ons terecht voor een terrasoverkapping. Ook hierin heb je verschillende stijlen en opties die het comfort kunnen verhogen. Terrasoverkappingen kunnen afgewerkt worden met elektrisch gestuurde screens, deze worden volledig ingewerkt en zijn te verkrijgen in allerlei kleuren. Zo is het zalig vertoeven het hele jaar door. Naast houten verandabouw kan u bij Van de Perre ook terecht voor algemene buiten schrijnwerkerij en kwaliteitsvolle houten ramen, deuren en poorten die perfect aansluiten bij jou keuze en woning. Of je nu bouwt of renoveert, houten ramen, deuren en poorten geven je woning een warme karakteristieke uitstraling. Doordat ons houtenschrijnwerk in eigen atelier gemaakt wordt met oog voor detail past dit bij elke stijl en kan je jarenlang zorgeloos genieten van een stijlvol resultaat.

Elk project is dan ook uniek en alles draait om de juiste beleving !

Benieuwd naar wat we allemaal voor u kunnen doen? Laat u alvast inspireren op onze website www.vandeperre.be en maak een afspraak. Dan komen we graag vrijblijvend langs om u te informeren en te inspireren in al uw mogelijkheden. Elk project verdient onze aandacht.

Uiteraard bent u ook steeds welkom in onze toonzaal na afspraak.

Van de Perre BV
Rode Akkers 5, Kasterlee
Tel. +32 (0)14 85 12 50
info@vandeperre.be

www.vandeperre.be

Open op afspraak



THE LOWLAND PIPERS ZET AL 63 JAAR DOEDELZAKMUZIEK OP DE KAART

TURNHOUT — Zeg niet zomaar doedelzakcompagnie tegen pipeband The Lowland Pipers. De groep ontstond vanuit scoutsgroep Sint-Joris in Turnhout en bestaat 63 jaar later nog steeds. Voorzitter Jim Sprangers is een trotse ambassadeur van de doedelzakmuziek.



Je hoort bijna nooit doedelzakmuziek op de radio. Waarom beginnen mensen dan toch doedelzak te spelen?

Jim Sprangers: “Heel vaak is dat ofwel door een liefde voor Schotland en zijn cultuur ofwel door iemand te kennen die in een pipeband zit. In mijn geval speelde mijn vader tijdens mijn jeugd bij The Lowland Pipers. Pas rond zijn pensioen is hij opnieuw beginnen spelen, toen ben ik ook gestart. Zelf ben ik nog nooit in Schotland geweest, anderen zijn dan weer fervente Schotlandreizigers. Al zijn reises naar Schotland sinds de Brexit wel duurder en moeilijker geworden.”

Uit hoeveel mensen bestaat The Lowland Pipers?

“Momenteel uit 12 muzikanten, waarvan 6 pipers. Een pipeband bestaat immers niet alleen uit doedelzakspelers, maar ook uit drummers – snaar, tenor en bass. Bij ons is dat dus fiftyfifty. De jongste, Simon, is bijna 20 jaar oud en speelt nog geen 2 jaar doedelzak. De oudste speler is Wilfried met zijn 78 jaar, die pas op 60 jaar beginnen spelen is. De anderen zitten er qua leeftijd tussenin. Marleen is het langst spelend lid, sinds 1990. Zij speelt momenteel drum. Het is dus een heel gevarieerde bende.”

Jullie repeteren nog wel altijd op het Groen aan de Sint-Jorislaan in Turnhout, waar het verhaal gestart is. Hebben jullie allemaal een band met Turnhout?

“Helemaal niet. Toen Eddy Devolder en Marcel Segers in 1963 met de groep startten, was het de regel dat je lid moest zijn van de scouts om ook lid te kunnen worden van The Lowland Pipers. Dat is nu dus niet meer van toepassing. Ook de band met

Turnhout is losgelaten. Onze muzikanten komen vanuit de hele provincie tot zelfs vanuit Nederland. Vroeger hadden we zelfs leden uit Jumet in Walonië, Wijgmaal bij Leuven of uit Limburg. Maar iedereen komt dus wel elke week naar Turnhout om te repeteren.”

Bestaan er veel pipebands in Vlaanderen?

“Je hebt er wel een aantal, in Antwerpen heb je er bijvoorbeeld al drie en ook in Westmeerbeek en Ham bestaat er een groep. In 2014, 100 jaar na de start van de Eerste Wereldoorlog, werden verschillende Belgische doedelzakgroepen gevraagd om in

„Het marcherend spelen is een hele uitdaging. Meestal hebben nieuwelingen tot 2 jaar nodig.”

leper te spelen. In de namiddag speelden we op het grote plein met de ‘massed band’ en ‘s avonds marcheerden we van het stadhuis naar de Menenpoort om daar allemaal samen te spelen. Zoveel groepen samen, dat was een onvergetelijke ervaring.”

Kom je verder vaak andere pipebands tegen?

“Dat gebeurt voornamelijk als je meedoet met competities. Aan dat circuit doen wij niet mee. Wij

houden ervan om de traditionele nummers te spelen en daarmee regelmatig op te treden. Als je aan wedstrijden wil deelnemen, dan moet je veel meer variatie brengen in je nummers, meer complexe nummers spelen en vooral veel meer repeteren. Wij hebben ervoor gekozen om dat niet te doen.”

Wat moet je kennen of kunnen om doedelzak te beginnen spelen?

“Eigenlijk niets, ook geen notenleer. Je moet alleen veel zin hebben om het instrument te willen spelen en over veel geduld en doorzettingsvermogen beschikken. Je leert alle theorie en techniek tijdens onze repetities. Eerst leer je spelen op een oefenchanter, wat eruitziet als een lange blokfluit. Als je een stuk of 10 tunes kunt spelen, dan schakel je over op een échte doedelzak. Dan moet je eigenlijk weer opnieuw beginnen studeren. (lacht) Op de doedelzak speel je zonder partituur en moet je alle muziek uit je hoofd kennen. Ken je ongeveer 20 tunes, dan kan je met ons mee naar optredens, maar dan moet je ook stap drie nog tot een goed einde brengen, het marcherend spelen. Dat is weer een hele uitdaging. Meestal hebben nieuwelingen tot 2 jaar nodig om het tot spelend lid te schoppen.”

Dan moet je inderdaad over veel doorzettingsvermogen beschikken.

“Het kan ook sneller, hoor, maar dat zijn de uitzonderingen. Onze youngster Simon was amper 18 jaar toen hij met doedelzak begon en hij heeft het traject in zowat 7 maanden afgewerkt. Hij had natuurlijk het voordeel dat hij al notenleer gestudeerd had en via saxofoon al een instrument met blaasstechniek onder de knie had.”

Moet je over een goed stel longen beschikken om goed doedelzak te kunnen spelen?

“Er zijn eigenlijk best wel wat spelers in de doedelzakwereld die verstokte rokers zijn, al zijn er bij ons geen. Dus nee, een bepaalde longcapaciteit is geen vereiste. Eigenlijk gaat het niet over de kracht of de grootte van je longen, maar wel over de goede techniek. Doedelzak spelen is vooral een technisch gegeven en dat kan iedereen leren.”

Een doedelzak is een indrukwekkend instrument. Is het dan ook een dure hobby?

“Goedkoop is zo’n doedelzak niet. De meest eenvoudige modellen kosten zo’n 1.200 euro, maar wie de mooiste afwerking wil met alle mogelijke opties moet 6.000 tot 9.000 euro betalen. Gemiddeld betaal je tussen 1.500 en 2.000 euro. Je start met spelen op een oefenchanter en als je er klaar voor bent, kan je een doedelzak van de band gebruiken. Zo kan je testen of het instrument je ligt en leren doedelzak spelen, zonder dat je al een definitieve aankoop moet doen. Onderhoudskosten aan de instrumenten worden bij ons door de club gedragen. Daar gebruiken we de inkomsten van optredens voor.”



patroonheilige van de brandweer – of allerlei ceremonies. Maar even goed worden we gevraagd voor jubileums, carnaval- of lichtstoeten. Tijdens officiële plechtigheden dragen wij ons militaire uniform, *fulldress*, waar we best fier op zijn. Op andere gelegenheden dragen we onze *daydress*.”

Wat is voor jullie het meest speciale optreden dat jullie ooit gedaan hebben?

“Dat moet in Brussel geweest zijn tijdens de nationale urneplechtigheid. We moesten de (oud)para’s begeleiden naar verschillende monumenten. Het was toen aan het gieten, niet normaal. Aan de monumenten bleven de para’s stokstijf staan in de regen, zonder een krimp te geven. Wij konden dus niet anders dan hetzelfde te doen. We waren kletsnat, maar hebben de muzikale begeleiding verzorgd alsof het niet regende. De drums moesten we regelmatig omkeren om het water eraf te gieten. Om nooit te vergeten!”

Tekst: Annelies Vrints

Foto's: Annelies Vrints en The Lowland Pipers

Is er dan zoveel onderhoud nodig aan een doedelzak?

“Toch wel. Het gebeurt wel eens dat er een lek in de zak komt of dat een riet verslijt of beschadigd geraakt. De zak moet regelmatig gelucht worden, zodat het vocht dat erin komt door het blazen niet tot schimmel of bacteriën kan leiden. Vroeger, toen de zakken nog uit schapen- en geitenleer gemaakt werden, moest je ook regelmatig de zak inmasseren met vet om het leer soepel en lucht-

dicht te houden. Gelukkig is dat met de huidige synthetische zakken niet langer nodig, want dat was wel een vettig boeltje.”

Hoewel we niet vaak in contact komen met pipebands, treden jullie wel vaak op. Waar kunnen mensen jullie gezien hebben?

“Er is best veel vraag naar onze optredens. Je hebt de traditionele gelegenheden, zoals de herdenkingen van de oorlogen, Sint Barbara-vieringen – de

MEER INFO
 Wie interesse heeft om lid te worden van The Lowland Pipers kan mailen naar info@lowlandpipers.be.

Foto 1: Samen tijdens een repetitie.

Foto 2: In vol ornaat, bij een optreden.



Bax Vloemans bvba
 Weeldestraat 158 - 2381 Weelde



**IN DE
 OVERGANGSPERIODE**

**NAAR ONZE NIEUWE TOONZAAL, WEELDESTRAAT 30
 ZAL ONZE HUIDIGE TOONZAAL, WEELDESTRAAT 158
 VANAF MEI ENKEL OP AFSPRAAK OPEN ZIJN.**

**TOONZAAL OPEN VOOR LEEGVERKOOP OP
 DO 7 - VRIJ 8 - DO 21 EN VRIJ 22 MEI VAN 10u00 – 17u00**

014 655887 | info@bax-vloemans.be | www.bax-vloemans.be





'T KOFFIEHUKSKE

GEZELLIG KOFFIEHUISJE MET EEN VOORLIEFDE VOOR VERS GEBAK

ARENDONK — Inge Daems is een bekend gezicht voor zowat elke Arendonkenaar. Iedereen kent haar als zaakvoerster van haar delicatessenzaak Het Leonieke en van koffiehuis 't Koffiehukske, waar ze lekkere drankjes, ontbijt en lunch serveert. Waar je met een vriendelijke glimlach wordt begroet en de geur van vers gebak je tegemoet komt.

In september 2021 begon Inge met Het Leonieke, een verwijzing naar haar beide grootmoeders, maar ook naar de pralines die ze verkoopt, samen met allerlei andere lekkernijen. In januari vorig jaar nam Inge ook 't Koffiehukske over en verhuisde Het Leonieke mee. Beide zaken liggen nu broederlijk naast elkaar in de schaduw van de Arendonkse kerk. "Ik heb de gezelligheid en de meeste drankjes van 't Koffiehukske behouden maar ik heb wel vers gebak en pannenkoeken aan de kaart toegevoegd", vertelt Inge terwijl ze haar taartendisplay toont. "Bakken is altijd mijn grootste passie geweest en nu kan ik dat combineren met een koffiehuisje." Elke dag heb je hier de keuze uit minstens drie verse taarten. "Die maak ik altijd volgens de inspiratie van het moment. Luchtig en fris in de zomer, iets steviger in de winter. Regelmatig zit er ook een klassieke koekjestaart tussen. Daar staan we intussen al een beetje voor bekend", glimlacht Inge.

ONTBIJT EN LUNCH

Ontbijten kan hier elke ochtend vanaf 9 uur. Het standaardontbijt kan je zelf nog aanvullen met en-



kele extraatjes. Deze maand maakte Inge speciaal voor de Onderox-lezer een luxevariant van het ontbijt om te tonen wat ze allemaal in huis heeft. Lunchen kan ook, daarvoor staan er o.a. broodjes, panini's, croques en uitsmijters op de kaart.

IJSJESTOOG

"We hebben klanten van alle leeftijden. Vriendengroepen, wielrenners, ouderen, gezinnen met kinderen,... Iedereen valt hier wel eens binnen. Of je komt rustig alleen en zal merken dat je al snel met anderen gezellig aan een tafeltje belandt." Als de zon zich laat bewonderen, is het terras voor en naast de zaak erg in trek. En binnenkort zal de ijsjestoog naast Het Leonieke weer opduiken en zal je daar op woensdag, zaterdag en zondag van 14 tot 20 uur ijsjes kunnen kopen. Dat ijs is trouwens afkomstig van IJs Wens uit Oud-Turnhout.

HELPENDE HANDEN

Inge heeft sinds kort een paar extra helpende handen aangenomen: Karsten. Een enthousiaste jongeman van 22 jaar met een verstandelijke beperking die hier in het kader van begeleid werk (in samenwerking met vzw Mekanders) zijn plek heeft gevonden in het reguliere arbeidscircuit. "Zo willen we meer begrip creëren voor mensen met een beperking. Bovendien vind ik het als zaakvoerster belangrijk dat Karsten de kans krijgt om zijn talenten ten volle in te zetten en zich nuttig te voelen binnen onze maatschappij. En geloof mij, hij doet dat met hart en ziel. Zijn glimlach, inzet en oprechte vriendelijkheid vormen een mooie meerwaarde voor onze zaak."

Tekst: Bert Huysmans

ONDEROX-ONTBIJT VAN DE MAAND

Assortiment broodjes en koffiekoekjes, fijne vleeswaren, eitje naar keuze, kaas, zoet, yoghurt, één consumptie, vers sinaasappelsap, vers fruit, spek, gerookte zalm, Franse kaasjes.

Prijs: 25 euro p.p.

Wie vooraf reserveert met de vermelding 'Onderox-ontbijt' krijgt gratis een glaasje cava als aperitief. Actie geldig van woensdag 29 april tot en met vrijdag 29 mei 2026. Reserveren kan best telefonisch of via WhatsApp.



't Koffiehukske
Vrijheid 11, Arendonk



Het Leonieke
Vrijheid 9, Arendonk

Tel. + WhatsApp: +32 (0)496 54 02 84
info@tkoffiehukske.be

f T koffiehukske
i tkoffiehukske

Open:

Di tot zo: 9 tot 18 uur
Maandag gesloten



Nieuw

Wilms muurventilatie laat je ademen

Onze **nieuwe muurventilatie met Airria®-technologie** zorgt voor een slimme, esthetische en energiezuinige ventilatie-oplossing zonder ingrepen aan je ramen. Dit decentrale systeem type D voert lucht mechanisch aan en af, met minimaal warmteverlies. Ventilatie zoals het hoort: discreet, comfortabel en doordacht.

Wilms is een Belgisch familiebedrijf met meer dan 50 jaar expertise in innovatief leefcomfort.

Tijd voor gezonde lucht bij jou thuis? Meer info over onze producten en verdelers op www.wilms.be.



Scan de QR-code en ontdek onze nieuwe muurventilatie.



De Nieuwe Erven

WELKOM!

SINDS 1988

www.nieuwe-erven.nl



REUSELS ASPERGE MENU

**COMBINATIE VAN REUSELSE ASPERGES
MET GEMARINEERDE, GECARAMELISEERDE, GEBRANDE
VERSE ZALM OP OOSTERSE WIJZE EN COCKTAILSAUS OP
DIVERSE SALADES**

**LICHTGEBONDEN ASPERGESOEPJE
MET GESLAGEN ROOM**

**ASPERGES MET GEBAKKEN SPEKJES, GEKOOKT EI EN
BROOD-CROUTONS OP EEN SPIEGEL VAN CHORON SAUS**

**GEBAKKEN ZEEBAARSFILET MET HOLLANDSE SAUS
REUSELSE ASPERGES EN CHARLOTTE PETERSELIE
AARDAPPELEN**

OF

**MALSE KALFSHAAS MET BEARNAISE SAUS
REUSELSE ASPERGES EN CHARLOTTE PETERSELIE
AARDAPPELEN**

**FEESTELIJKE CREATIE VAN VERSE HULSELSE AARDBEIEN,
AARDBEIENBAVAROIS EN GESLAGEN ROOM**

€ 59,50

www.nieuwe-erven.nl

MIERDSEWEG 69 - REUSEL | +31 6 20300227

FIETSEN

LEKKERTRAPPEN FIETSFESTIVAL DRAAIT WEER OP VOLLE TOEREN

Op 1 april gingen we onder een stralende lentezon van start met het nieuwe Lekkertrappen Fietsfestival. Intussen zijn we alweer een maand verder en werd er al volop gedownload, gefietst, gepuzzeld en genoten bij de deelnemende horecazaken. De afgelopen weken werden ook enkele schoonheidsfoutjes uit de routeformulieren gehaald, zodat jullie helemaal zorgeloos de fiets op kunnen. Ben jij al op pad geweest? Laat dan gerust je review achter op onze Lekkertrappen website. Wat vond je leuk? Wat kon beter? Je kan zelfs enkele foto's toevoegen. Maar het allerbelangrijkste is zoals steeds: geniet van de prachtige momenten op de fiets, de Kempische gastvrijheid en de inspirerende omgeving!

© Daniella Ooms



HOE DEELNEMEN?

Je gaat naar een vertrekpunt en vraagt er de routebeschrijving of je downloadt de route thuis via www.lekkertrappen.be. Tijdens de tocht zet je vier foto's in de juiste volgorde en beantwoord je drie vragen. Wil je kans maken op een waardebond van één van de deelnemende zaken of een K-does ter waarde van 25 euro? Schuif dan rustig bij het vertrekpunt aan voor wat lekkers. Wil je zeker zijn van je plaats, vergeet dan vooraf niet te reserveren. Als je voor minstens 5 euro p.p. consumeert, kan je al deelnemen aan onze wedstrijden. Je ontvangt een stempel op je stempelkaart én een unieke code waarmee je op onze website kan deelnemen aan de wedstrijden. Met vijf stempels is de kaart vol en maak je kans op één van de hoofdprijzen. Daarna begin je gewoon aan je volgende spaarkaart.

LEKKERTRAPPEN ACTIES

Wist je dat er voor de Lekkertrappen fietsers bij heel wat vertrekpunten acties lopen? Denk aan een gratis bolletje ijs, een biertje van de tap, koffie of thee bij je bestelling. Of een verwenkoffie of stukje gebak aan een voordeeltarief. Je kan de acties terugvinden op het routeformulier van de betreffende horecazaak. Aan jou om ze allemaal te ontdekken

DE VERTREKPUNTEN

Arendonk De Ster **Baarschot (NL)** Taverne & Kafee 'In de Brouwerij' bij Aline & Ed **Balen** Koffiehuis Fieneke **Beringen** Ijsparadijs **Brecht** De Kolonie **Dessel** Het Vijverzicht **Geel** Puura Vida **Hilvarenbeek (NL)** Vrijthof 16 **Hoogstraten** Dorpscafé De Guld **Kalmthout** Monida **Laakdal** 't Kapelhof **Lage Mierde (NL)** Voor Anker **Lichtaart** Knooppunt 30 **Loenhout** Schaliënhuis **Meerhout** De Zoete Zonde **Merkspas** Colonie 7 **Mol** Hof van 't Rauw **Mol (Postel)** Steenhoven Country Club **Nijlen** De Slappen Uier **Olmen** Iverans **Olmen** De Bakkerie **Oud-Turnhout** B&B Hof Rodin **Pelt** Cash & co **Putte (NL)** De Heusche Bollaert **Ravels** Taverne De Wouwer **Reusel (NL)** De Oude Brandtoren **Reusel (NL)** Hollandershoeve **Tielen** In Den Drietip **Turnhout** Cake&Coffee **Westerlo** De Staminee **Westerlo** Torenhof Ijskafee **Wuustwezel** Wezelshof **Zoersel** De Castellijnshoeve

MEER INFO

www.lekkertrappen.be  Lekkertrappen



-50% zonneglazen op sterkte

Een nieuwe zonnebril op sterkte nodig?
Geniet nu van **50% korting** op zowel
unifocale als **multifocale zonneglazen!**



GUCCI - CHLOÉ - YSL - LINDBERG - ORGREEN -
LOEWE - MIUMIU - TOM FORD - PAUL SMITH -
ZEGNA - ADIDAS - RAY BAN - BOTTEGA VENETA -
SERENGETI - ETNIA - PRADA



JAN MEYNEN

BOUWT MEE AAN EIGEN STEK VOOR DE WIJKWERKING IN GINDERBUITEN

MOL – Dik vier jaar geleden ging ‘meester Jan’ met pensioen als directeur van basisschool Millekemel. Jan Meynen (65) zou Jan Meynen niet zijn, mocht hij op zijn luie krent blijven zitten. Zijn creativiteit en engagement stuwden hem voort als ware het de motor van – pakweg – Lewis Hamilton. Maar hij kan bouwen op een fundering die al decennia lang het sociale weefsel vormt dat van Ginderbroek een buitenbeentje maakt.



Het zal niet vaak gebeuren dat ondergetekende op voorhand zijn oprechte excuses moet aanbieden. Want schrijven over vrijwilligers? De file van deze gulle medemensen is véél langer dan de stoeten die alle vakbonden samen zouden kunnen in een hesje hijsen. “Wat ruist er door het *struiikgewas*”, vroeg de legendarische Toon Hermans zich destijds al af. In zijn versie was dat een heel klein vogeltje. In de Ginderbroekse versie heet dat Jan Meynen, de lokale dynamo van een levendig gehucht.

Dag Jan, hier zit je dan. Weg van bordkrijt, personeelsvergaderingen en doorlichtingen. Lukt het een beetje met het plaatsen van isolatieplaten die onderdeel moeten vormen van een totaal nieuw lokaal in het epicentrum van de wijk?

Jan Meynen: (wist even denkbeeldig werkzweet weg) “Ik was bij de school wel heel erg betrokken, maar tja, de tijd komt eraan om te stoppen. Nu ja, een beetje stoppen, want ik zie mijn school ook nog heel erg graag. Ik speel zeker niet de schoonmoeder of -vader. Maar als mijn mening gevraagd wordt, geef ik die graag. Toch zot om dat niet te doen? En als er eens aan mijn mouw getrokken wordt om in te springen, om even les te geven, om

te komen voorlezen... Ja, dan sta ik paraat.”

Een ‘zittend gat’ zit er duidelijk niet in. Hoe ben je bij de Ginderbroekse wijkwerking terechtgekomen?

“Ik woon er en het was me altijd al opgevallen hoe geëngageerd en betrokken de bewoners waren én zijn bij hun wijk. Daar wilde ik me wel mee in engageren. Zo hebben we van een paar verwaarloosde perceeltjes een speelhoek gemaakt en zelfs een speelbos. Daar vertrekken op geregelde tijdstippen wandelingen door de buurt. We stimuleren ook om op de meest simpele plekjes een hoekje of een bordertje te maken om veldbloemen in te zaaien. In de plaats van wat bramen en brede weegbree. Klapprozen en korenbloemen ogen in de zomer altijd heel kleurrijk en het vergt van de mensen geen onderhoud. Maar dat is hier al heel lang enorm levendig. We bouwen hier ook al decennia elk jaar met vrijwilligers een Kersthuis op. Een hecht team brengt zelfs op geregelde tijdstippen een buurtkrantje uit. Daarin worden allerhande activiteiten voor jong en minder piep aangekondigd en verslagen.”

Lokaal legendarisch is ‘het Papierkot’ waar je nu volop in de weer bent.

“In Ginderbroek werd, zoals op meerdere plaatsen, het oud papier opgehaald. De opbrengst diende om de kas te spijzen bij diverse evenementen. De omhaling is overal gestopt en nu zijn we op die locatie aan een nieuw project bezig. Via diverse initiatieven hebben we een budget kunnen vinden. En het gemeentebestuur gaf gronden in erfpacht. Nu zijn we aan de slag om een gebouwtje te maken dat kan dienen als een soort van epicentrum voor onze werking. Met de centen kunnen we een aantal zaken bekostigen, maar heel veel werk gebeurt er door vrijwilligers.”

Maar het blijft niet bij het gebouwtje alleen?

“Neen, op het perceel hierover komen er volkstuintjes. Er hebben zich al behoorlijk wat gegadigden aangemeld. De rest van het perceel gaan we inrichten als speelpleintje. We zullen het maar Vlinderbroek noemen, zeker? Voor de tuinders voorzien we de nodige opbergruimte om hun alaam (gereedschap, nvdv.) te stallen. En binnen in het gebouw kunnen we een aantal zaken onderbrengen. Zo heeft Rik Nuyts al een imposante reeks boeken over het Ginderbroekse leven geschreven.

„Op het perceel hierover komen er volkstuintjes. De rest gaan we inrichten als speelpleintje.”

Hij zou niet willen dat dit alles ooit in een stoffige, klamme kelder terecht komt. Dus leggen we hier een bibliotheek aan die ter inzage komt.”

Jij verpersoonlijkt de goesting die van dit dynamische wijkteam afdruipt. Het zou me verbazen als er niet nog meer plannen in de pipeline zitten?

“Ja, we zijn zinnens om overal in de wijk verwaarloosde hoekjes, hoe klein ook een levendige invulling te geven.”

Dus bij Jan Meynen is ledigheid niet het oorkussen van de duivel?

“Hier nu nog even isolatieplaten leggen en dan ga ik op de school een uurtje voorlezen en dan de kleinkinderen van school halen. En dan nog maar weer wat isolatieplaten leggen.”

Tekst en foto: Jef Aerts

Foto: Tussen de klussen door puft Jan even uit om enthousiast over de wijkwerking te vertellen.

TANDARTS NODIG?



WORD
SNEL PATIËNT VIA
[www.m3.nl/patienten/
patient-worden/](http://www.m3.nl/patienten/patient-worden/)

WIJ NEMEN NIEUWE PATIËNTEN AAN ZONDER WACHTLIJST



Markt 3, Valkenswaard (NL)
Gebint 1P, Eersel (NL)
Tel: +31 40 201 21 55
www.M3.nl



M3-patiënten zijn ook buiten openingstijden/in het weekend verzekerd van tandheelkundige spoedzorg



KAREL OOMSSTRAAT 25 - 2300 TURNHOUT
+32 (0)14 41 69 39 | INFO@GILBOTEGELS.BE
WWW.GILBOTEGELS.BE

Ma-Di-Woe-Vrij: 8h00-12h30 en 13h00-17h30
Do: 8h00-12h30 | Za: 9h30-12h30

 **gilbo**
VLOER- EN WANDTEGELS

VEGRID

SCHOENEN OM DE HELE DAG COMFORTABEL IN ROND TE STAPPEN

Geel — Bij Vegrid in Geel zijn goetzittende comfort schoenen de specialiteit van het huis. De familiezaak biedt schoenen aan in verschillende breedtematen, met een stevige zool en extra steun op cruciale plaatsen. “De juiste schoenen kunnen je een hoop lichamelijke kwaaltjes zoals voet-, rug- en knieklachten besparen.”



Vegrid is een familiezaak waar service enorm belangrijk is. “We hebben de ambitie om onze klanten zo goed mogelijk te adviseren”, zegt zaakvoerder Alexander Beerten. “Onze passie is om hen comfortabel te laten lopen.” De vakkennis wordt hier van generatie op generatie doorgegeven.

KWALITEIT EN PASVORM

“Mensen lopen soms jarenlang op schoenen die geen steun bieden. Maar je voeten moeten wel de hele dag je gewicht dragen en raken overbelast als die steun ontbreekt. Hielspoor is dan een vaak voorkomende klacht. Meestal ligt de oorzaak bij

schoenen van matige kwaliteit. Wij hebben daarom enkel merken en modellen waar we 100% achter staan. Schoenen die wel die kwaliteit bieden met een goede pasvorm.”

STEVIGE ZOOL EN EXTRA STEUN

Dat betekent dat de schoenen een stevige zool hebben met schokdemping en de juiste steun bieden op cruciale plaatsen. “Schoenen die je dagelijks comfort bieden. Want voor je voeten kan je maar beter zorg dragen. Je loopt er in je leven wel drie keer de wereld mee rond. Goed schoeisel zou

dus vanzelfsprekend moeten zijn. Maar iedereen is anders en heeft andere voeten, en elke klacht vraagt een eigen oplossing. Daarom is die persoonlijke service en advies op maat zo belangrijk.”

VOLLEDIGE GAMMA

Voor al die unieke voeten heeft Vegrid het volledige gamma in huis: schoenen om elke dag te dragen, stevige sneakers en zelfs slippers en sandalen. “Al



onze schoenen en sandalen zijn geschikt om met steunzolen en podologische zolen te dragen”, zegt Alexander. “We hebben ook sandalen die achteraan dicht zijn en zo je hiel recht houden

” *Wij bieden comfort waarop je elke dag kan vertrouwen.*”

en ondersteunen.” Sinds kort is Birkenstock terug in het aanbod van Vegrid opgenomen. “Ideaal schoeisel voor een warme zomer en vooral een vaste waarde naar comfort toe.”

VERSCHILLENDE BREDTEMATEN

Waar Vegrid vaak het verschil maakt: ze hebben dezelfde schoenen in verschillende breedtematen. “Wij werken met letters van F tot M. Mensen met brede voeten zouden elders een maat groter

kopen, maar bij ons vinden ze dus schoenen die echt overal passen.” Ook voor grotere lengtematen kan je in de winkel terecht. Voor dames kan dat tot maat 43, voor heren tot maat 48.

WANDELSCHOENEN

Vegrid heeft ook wandelschoenen van Meindl, een specialist in stevige wandelschoenen met verschillende breedtematen. “Zo hebben we ook extra brede modellen zodat je voldoende ruimte behoudt tijdens het bewegen en voetklachten tijdens wandelingen vermeden worden. Daarnaast voorzien we steeds persoonlijk één-op-één advies om de juiste schoen te vinden. Ook deze wandelschoenen zijn geschikt voor steunzolen.”

NIEUWE COLLECTIE

De nieuwe collectie voor de zomer is net binnen. “De modekleuren zijn beige, goud, zilver, lichtblauw en lichtgroen”, verklaart Alexander alvast. Daarnaast

is ook het handtassensegment uitgebreid met Belluga, een stijlvol Belgisch merk, en kan je in de zaak terecht voor modieuze portefeuilles, riemen en schoenverzorging. Stap gerust eens binnen, het team maakt met veel plezier tijd voor jou.

VEGRID

SCHOENEN

Nieuwstraat 10, Geel
Tel. +32 (0)14 58 88 12
info@vegrid.be

www.vegrid.be
 Vegrid Schoenen
 schoenen.vegrid

Open:
Di tot za: 9.30 tot 18 uur
Ma en zo gesloten



GEFERMENTEERDE KERSTOMAAJTJES IN DIVERSE KLEUREN

INGREDIËNTEN

Ingrediënten:

- 500 g kerstomaten, verschillende kleuren
- 1 middelgrote rode ui
- 2-3 teentjes knoflook
- 1 bosje verse basilicum en/of 1 el provençalse kruiden
- 1 à 2 gedroogde chilipepers, voor een pittige variant

Voor de zoutoplossing:

- 25 g onbehandeld zout (Himalayazout, Keltisch zeezout, ongeraffineerd zeezout)
- 1 liter water, bij voorkeur gefilterd of gekookt om onzuiverheden te voorkomen die de fermentatie kunnen verstoren

Materiaal:

- glazen weckpotten met rubberen afsluiting van 1 liter
- weegschaal



In deze rubriek 'Lekker Lokaal' gaan we op bezoek bij Kempenaars met een passie voor lekker eten en duurzame producten. Met hun favoriete recept hopen ze jou als lezer te inspireren om ook zelf in de keuken aan de slag te gaan met lokale en seizoensgebonden ingrediënten. En wees gerust, we houden de recepten altijd simpel en behapbaar! Deze maand in de keuken: Marijke Vande Voorde, orthomoleculair voedingstherapeute bij ToBe Kempen in Turnhout.

BEREIDING:

- 1 Kook water en voeg per liter water 25 g zout toe. Als je geen tijd hebt om te wachten tot het zout is opgelost in het warme gekookte water, kan je eventueel 25 g zout oplossen in 250 ml kokend water en de rest aanlengen met (750 ml) koud water, zodat je de zoutoplossing onmiddellijk kan gebruiken. Je giet namelijk nooit warme zoutoplossing over je rauwe groenten. Je kan de zoutoplossing ook perfect lange tijd in een afgesloten fles bewaren, dus je kan ook zorgen dat je altijd een voorraadje hebt staan.
- 2 Dompel je weckpotten (inclusief rubberen ring en deksel) gedurende 5 minuten onder in kokend water om ze te steriliseren. Laat de potten afkoelen op een droge keukenhanddoek.
- 3 Was de kerstomaatjes in lauw water en verwijder vuildeeltjes. Pel de ui en knoflook. Snij de rode ui in kwarten. Pluk de blaadjes basilicum van de plant.
- 4 Leg op de bodem van de weckpot eerst de verse basilicum, de gedroogde kruiden en de chilipepers (als je een pittige variant wil). Vul de pot verder met de kerstomaten, rode ui en knoflookteentjes. Druk voorzichtig aan maar zorg dat je de tomaatjes niet beschadigt.
- 5 Zet de pot in de gootsteen en giet de afgekoelde zoutoplossing over de groenten tot ze volledig ondergedompeld zijn en het sap zelfs over de rand van de pot loopt. Zorg dat de groenten volledig onder de zoutoplossing blijven, want dat bevordert de fermentatie.
- 6 Sluit daarna de pot met de klem. Je zal merken dat er wat zoutoplossing uit de pot vloeit. Zo ben je zeker dat de pot volledig gevuld is.
- 7 Zet de pot op kamertemperatuur tussen 18-22°, bijvoorbeeld op je aanrecht, maar vermijd direct zonlicht. Bacteriën houden van warmte en zullen zich in deze temperatuur optimaal ontwikkelen. Tijdens het fermenteren zal er CO₂-gas vrijkomen en vloeistof uit de pot lekken. Zet de pot daarom in een kom of schaalte en maak dat regelmatig schoon. Het is normaal dat er een schuimlaagje of geborrel te zien is en dat je sissende geluiden hoort.
- 8 Laat de groenten minstens 7 dagen fermenteren. Maak de pot nooit open. Het kan 2 tot 3 dagen duren voor de fermentatie op gang komt en de sappen beginnen te lekken. Na ongeveer 5 dagen stopt de schuimvorming en het lekken van het sap - dan is de fermentatie bijna op zijn hoogtepunt.
- 9 Voor echte gezondheidsvoordelen laat je de potten minstens 21 dagen fermenteren, maar in principe kan je na 7 dagen de groenten gebruiken in gerechten.
- 10 Zodra de pot geopend is, bewaar je hem in de koelkast. De groenten blijven dan tot 8 weken goed. Ongeopend kunnen ze een jaar of langer bij kamertemperatuur bewaard worden.

“HET IS OOK ENORM RUSTGEVEND OM TE DOEN.”

Waar komt het recept vandaan?

Marijke: “Dat is de standaardmanier om groenten te fermenteren. Je hebt twee manieren. Deze en de droogzoutmethode. Ik heb deze gekozen omdat het de simpelste is om zelf mee te beginnen.”

Fermenteren schijnt erg gezond te zijn, hoe zit dat net?

Marijke: “Door dat proces komen er melkzuurbacteriën vrij die het zout laten fermenteren. Dat zout wordt omgezet in gassen. Er kan geen zuurstof aan, dus ook de slechte bacteriën kunnen niet overleven. Alleen de gezonde bacteriën blijven zo over. Levende probiotica krijg je dan, die uitstekend zijn voor je darmen. Een lepel per dag is al voldoende om er heel wat gezondheidsvoordelen uit te halen. Heel veel begint bij je darmen: je immuunsysteem bijvoorbeeld en er is zelfs een link tussen de darmen en je hersenen. En ook stress beïnvloedt je darmflora. Het hangt allemaal samen.”

Waarin schuilt de kracht van fermenteren?

Marijke: “Het heeft dus die gezondheidsvoordelen, maar het is ook iets rustgevend om te doen. Je maakt er iets moois van dat je elke dag in je keuken ziet staan. Je ziet het af en toe zelfs *broebelen*. Het geeft gewoon voldoening en het is fijn om te doen. Het is zeer stressreducerend om daar bijvoorbeeld je zondagvoormiddag mee bezig te zijn.”

Als ik de tomaten onder de knie heb, welke groenten kies ik dan daarna?

Marijke: “Je kan dat met eender welke seizoensgroente doen. Zomer en winter, maakt niet uit. Het is gewoon de ideale manier om ze te bewaren. Je kan voor bieten gaan aan het eind van de zomer, of voor bloemkoolrosjes. Je kan er gerust mee experimenteren. Kijk alleen hoe je de groenten snijdt. Grote harde stukken moet je vermijden, die groenten kan je beter raspn. Je kan ook meer look toevoegen als je dat lekker vindt of het pittiger maken met een peper erbij.”



— Éternelle —

by Cabochon



Specialzaak

TROUW & VERLOVINGSRINGEN

RUIJSTE KEUZE VAN DE KEMPEN

Site LeBon - Turnhout
Op afspraak
Tel. 014/211711
info@eternelle.be
www.eternelle.be
Fb IG e.t.e.r.n.e.l.l.e



SCHOONHEIDSINSTITUUT VERSAU

SPANNING LATEN WEGVLOEIEN DOOR TRADITIONELE CUPPING

Turnhout — We gaan op bezoek bij Schoonheidsinstituut Versau, in het centrum van Turnhout. Zaakvoerster Inez Sauvillers begroet me hartelijk en leidt me even rond. Hier biedt ze een brede waaier aan schoonheidsbehandelingen aan, maar ik kom in de eerste plaats langs voor een opvallende nieuwigheid: Chinese cupping.



Inez legt met haar schoonheidsinstituut Versau de link tussen traditionele schoonheidsbehandelingen en een holistische levenswijze. “Omdat ik zelf aan zo'n hoog tempo leefde, voelde ik dat ik daar nood aan had. En ook bij veel klanten voelde ik die nood aan rust. Als het lichaam begint te protesteren moet je het helpen om te kunnen loslaten.”

TOT RUST KOMEN

Het betekent dat elke behandeling hier gebeurt in een warme professionele sfeer waarbij je helemaal tot rust kan komen. “Of je nu langskomt voor een huidverbeterende verzorging, een ontspannende

massage of perfect verzorgde nagels. Het draait om meer dan schoonheid. Het is jouw moment. Ik wil mensen zich bijzonder laten voelen”, legt Inez uit. “Ik werk daarbij uitsluitend met kwalitatieve producten, zoals van het Belgische Craith Lab.”

CHINESE CUPPING

Sinds enkele maanden biedt Versau ook Chinese cupping aan, de reden waarom ik hier vandaag ben. Ik leg me rustig neer. Inez gaat aan de slag om enkele speciale cups vacuüm op mijn rug te plaatsen en glijdend over mijn lichaam te bewegen.

„Inez plaatst enkele speciale cups vacuüm op mijn huid.”

Een bijzonder gevoel, maar eigenlijk best ontspannend. “Dit helpt om de doorbloeding te stimuleren, afvalstoffen af te voeren en het zelfherstellend vermogen van mijn lichaam te ondersteunen”, legt Inez uit. “Ik werk nu vooral op de blaasmeridiaan. Dat is een belangrijke verbinding die langs de rug loopt en invloed heeft op je zenuwstelsel, je organen en het energetisch evenwicht in het lichaam. Het is daarom ook ideaal als je kampt met spieren rugklachten, stress en spanning, vermoeidheid of vastzittende energie. Het is een natuurlijke reset voor lichaam en geest. Ons lichaam draagt zoveel

ONDEROX-ACTIE

Wie nu een kennismakingsessie ‘transformation cupping’ (+/- 75 minuten) boekt met de vermelding ‘Onderox-actie’ betaalt 90 euro i.p.v. 105 euro. Actie geldt tot eind juli 2026.

meer dan we aan de buitenkant zien. Spanning, vermoeidheid en blokkades kunnen zich diep in het lichaam vastzetten. Via deze eeuwenoude techniek brengen we de Qi, onze levensenergie, opnieuw in beweging.” Na de sessie ben ik helemaal op mijn gemak en voel ik mijn rug lichtjes tintelen. “Het grote verschil ga je pas echt na een reeks behandelingen ervaren”, zegt Inez. “Dan voel je meer rust, ruimte en vitaliteit in je lichaam.”

CELLULITE CUPPING

Een andere variant die Inez toepast is het ‘Cellulite cupping’. “Daarbij stimuleren we de doorbloeding, activeren we de lymfe en ondersteunen we het bindweefsel om een gladdere en stevigere huid te bekomen. Voor het mooiste en duurzaamste resultaat raad ik een kuur aan van zes behandelingen. Zo krijgt je lichaam de tijd om echt te transformeren. Je zal zien: je voelt je lichter, steviger en meer in balans.” Binnenkort zal Inez nog een extra variant aanbieden: het vuurcupping, een oosterse techniek waarbij de glazen cups met een vlam worden verwarmd en op de huid geplaatst.

NIEUWE LOCATIE

En er is nog meer leuk nieuws te melden: binnenkort verhuist Inez met haar instituut naar een gloednieuwe locatie, aan de Gemeentestraat in Turnhout. “In het nieuwe pand zal er meer ruimte en natuurlijk licht zijn”, verklaart Inez alvast. “Het gaat fantastisch zijn. En ik kies er voor een extra huiselijke inrichting waarin iedereen zich op zijn gemak kan voelen.”



Kasteelplein 21/1, Turnhout

Tel. + WhatsApp: +32 (0)475 57 16 95 (Inez)

info@versau.be

www.versau.be

Versau – Gun uzelf een uniek moment

@instituutversau



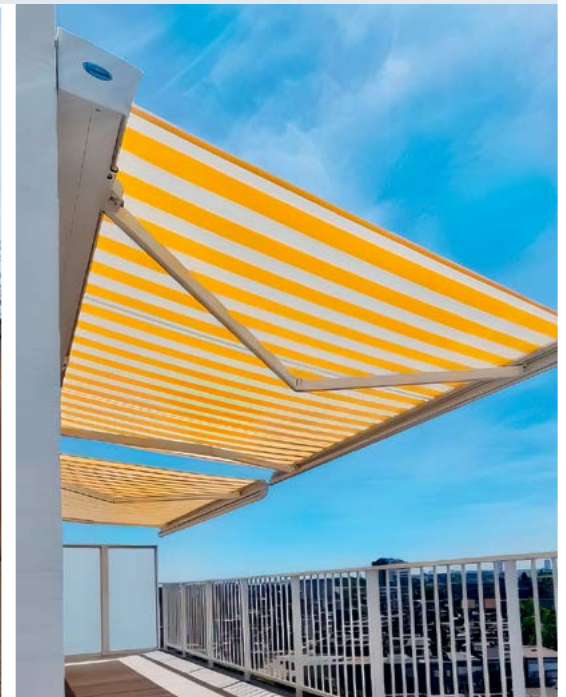
VADISOL

Genieten van de zon



- SCREENS
- OVERKAPPINGEN
- ROLLUIKEN
- ZONWERING
- LAMELLENDAKEN
- VOUWDAKEN
- BINNENZONWERING
- GLASWANDEN

Al klaar voor een warme zomer?



www.vadisol.be

BEZOEK ONZE TOONZAAL OF VRAAG GRATIS ADVIES/OFFERTE

Everdongenlaan 7B, 2300 Turnhout · 014 42 15 03 · info@vadisol.be

OPENINGSUREN MA-VRIJ: 9U-12U30 EN 13U30-17U ZA: 10U-15U

POMMELIEN VAN HEES

NA 15 JAAR OPNIEUW IN 'SO YOU THINK YOU CAN DANCE'

BALEN – Ze is al van kleins af aan gepassioneerd door dans, Pommeliers Van Hees (27) uit Balen. Ondertussen heeft ze haar eigen dansstijl ontwikkeld, en die toonde ze 15 jaar na haar eerste deelname aan het grote publiek en de jury van het dansprogramma 'So you think you can dance' op VTM. Waar haar eerste deelname eerder urban en hiphop getint was, bracht ze nu een persoonlijke, eigen dans.



Ik ontmoet Pommeliers Van Hees in een koffiebar in Balen, waar ze is opgegroeid en waarnaar ze — na een tijdje in Rotterdam gewoond te hebben — nu is teruggekeerd. Na 15 jaar was ze voor de tweede keer te zien op de Vlaamse en Nederlandse televisieschermen, tijdens het dansprogramma 'So you think you can dance'. En het verschil met haar eerste auditie was groot, want ondertussen heeft ze haar volledig eigen dansstijl kunnen ontwikkelen, zo vertelt ze mij.

Hoe is de zoektocht naar die eigen dansstijl verlopen?

Pommeliers Van Hees: "Ik ben al heel mijn leven bezig met dansen. Als ik dat luidop zeg, schrik ik

ook. (lacht) Ik begon toen ik vier jaar oud was, maar weet daar eigenlijk zelf niets meer van, behalve dat ik het in het begin vrij saai vond. De passie begon pas echt toen mijn docente mij bij een groep hoger plaatste. Ik danste eerst urban en hiphop, ging toen meer richting ballet, en uiteindelijk modern en verschillende stijlen. 15 jaar geleden deed ik voor het eerst mee aan 'So you think you can dance'. Dat was toen het idee van mijn vriendin Pilar. Als ik nu terugkijk naar die auditie zie ik echt een andere versie van mezelf. Ik vond dat heel heftig, dat hele tv-gebeuren, zo op jonge leeftijd. Ik ben ook gewoon zo hard veranderd. Als mens, maar zeker als danser. Ik heb altijd gedanst in de dansschool van Mol, nam vaak deel aan Belgische Kampioen-

schappen, volgde LOS op de middelbare school... Ik moest voortdurend bewegen, daarom heb ik ook een hoger diploma voor leerkracht sport behaald. Mijn ouders hebben mij gepusht om dat te doen, aangezien de danssector gewoon heel onzeker is. Uiteindelijk belandde ik in Tilburg voor een bacheloropleiding uitvoerend dansen."

Hoe verliep dat?

"Tijdens mijn laatste jaar deed ik auditie voor een stage bij Conny Janssen in Rotterdam en werd ik aangenomen. Uiteindelijk heb ik daar twee jaar gewerkt, het was echt wat ik toen het liefste wilde doen. Ik kocht er zelfs een appartement. Ik was voor die stage al vaak in Rotterdam, vooral om te trainen en *intensives* te volgen. Mijn sociaal leven leed daar wel onder, en ik miste mijn vrienden van thuis. Maar ik bouwde mijn netwerk in Nederland ook steeds meer op. Toen mijn contract afliep, mocht ik net auditie doen in New York bij Ballet BC. Met die *company* wou ik heel graag samenwerken, want ze hebben geweldige choreografen.

„Ik kan niet zonder dansen, ook al is het soms een 'pain in the ass.'"

En het was op Broadway. Jammer genoeg was ik niet door, maar de ervaring alleen al was onvergetelijk. Het was meteen daarna dat ik terug in Balen belandde. Ik heb even afstand moeten nemen van het dansen. Dat was nodig. Ik heb vaak diep gezeten, dat komt en gaat. Nu ben ik volop aan het freelancen, geef ik geregeld dansworkshops, les pilates in Antwerpen, en doe ik weer veel audities, ook in het buitenland. Ik blijf trainen en vooral improviseren. Door al deze ervaringen ben ik tot mijn eigen dansstijl kunnen komen. Die zou ik nu beschrijven als meer animalistisch, experimenteel."

Dat was ook wat je liet zien tijdens je tweede auditie bij 'So you think you can dance'. Hoe was het voor jou om daar opnieuw te staan?

(Denkt na) "Op de één of andere manier raar, omdat ik wel een soort van flashback kreeg. Al was het een totaal ander podium dan 15 jaar geleden. Ik had geen stress, ik kon gewoon mijn eigen ding doen. Moest ik een ja krijgen, zou ik blij zijn. Moest ik een nee krijgen, zou dat ook oké geweest zijn. Uiteindelijk kreeg ik drie ja's voor de *callbacks*, dus geen golden ticket. Maar ik kon daar mee leven. Het is en blijft een momentopname, zoals elke andere auditie dat is. Maar ik was zo zeker over



overgave, collectiviteit en eenzaamheid, een zoektocht naar trance, ritueel. Dat vertelde ik ook op de televisie, maar is er jammer genoeg uitgelaten.”

Hoe ben je opnieuw in het programma beland?

“Toen bekend raakte dat het weer op tv zou komen, was ik in Zwitserland. Heel veel vriendinnen en mensen die ik kende probeerden me te overtuigen om opnieuw deel te nemen, al was het maar zodat ik mezelf weer via een groter platform kon laten zien. Ik vond dat ze een punt hadden en dus meldde ik me aan. Pilar was al gebeld en liet de productie weten dat ik wilde deelnemen. Zo ging de bal aan het rollen. Ik ben wel altijd blijven twifelen, omdat je je gewoon blootstelt via een groot platform en ondertussen al een geheel eigen carrière opgebouwd hebt. Past dit nog bij wie ik ben? Ik vroeg het me af. Maar achteraf gezien ben ik blij dat ik mezelf heb kunnen tonen en ben ik dankbaar voor de mooie reacties die ik heb mogen ontvangen.”

Wat betekent dansen voor jou?

“Het klinkt cliché maar als ik dans, kan ik gewoon heel erg mezelf zijn. Ik word er creatief ook hard door gepusht. Ik voel me dan op de één of andere manier vrij in wat ik doe, en goed. Al is het soms een *pain in the ass*, maar dat hoort erbij. Ik vind die animalistische manier van bewegen nu heel leuk, het brengen van ongevormde vormen. Maar het mooiste aan dansen, is eigenlijk alles. De muziek, het bewegen, het creatief bezig zijn. Ik kan niet zonder dansen en probeer het elke dag te doen, al is het maar iets van techniek trainen. Want als ik

helemaal niet dans, voel ik mij ook niet goed. Pilates geven is voor mij daarnaast heel belangrijk en heeft me zelfs veel geholpen als danser. Mijn liefde voor dans is op dit moment zo groot en ik voel me gemotiveerd om weer een stap verder te zetten.”

Heb je nog bepaalde ambities of dromen die je echt wil waarmaken?

“Ik zou heel graag met Sharon Eyal willen samenwerken. Ze is afkomstig uit Jeruzalem en heeft een eigen *company* in Parijs. Maar ze is ook gastchoreografe voor Ballet BC, waar ik dus auditie heb gedaan. Haar werk is zo leuk. Ze is wat ouder, maar heeft een unieke dansstijl. Ze inspireert me echt. Al improviseer ik de laatste tijd vooral en ga ik mee op wat ik voel op het moment zelf. Soms is er iets van voorbereiding, maar ik wijk ook heel vaak af. Ik focus nu op het doen van audities en droom van opnieuw een interessant project in het buitenland. Wat ik ook graag zou willen leren, is het componeren van muziek. Ik ben zelf wat beginnen draaien en ik heb dus al een eigen stuk gemaakt, maar ik zou daar graag in doorgroeien. Muziek is dan ook alles voor mij. Ik kan absoluut niet zonder. Ik heb niet echt een bepaalde voorkeur voor één genre, het kan gaan van klassiek tot meer urban of jazz. Tegenstrijdig werken, met tegenstrijdige muziek, geniet mijn voorkeur. Natuurlijk is het gevoel dat je hebt dan heel anders, maar ik wil me niet vastpinnen. Ik wil zo open mogelijk dansen en leven.”

Tekst: Delia Filippone

Foto's: Griet Verwaest

wat ik bracht. Het lag heel dicht bij mezelf en ik ben ook heel blij dat ik zo dicht bij mezelf gebleven ben. Het was een stukje uit mijn nieuwste creatie genaamd 'DEW'. Het stuk ademt een sfeer van mysterie en verwijst tegelijkertijd op speelse wijze naar de clubcultuur. Zonder al te veel prijs te geven, onderzoekt het werk het lichaam in toestanden tussen helderheid en vervaging, controle en



WWW.TRAPPENLAUWERS.BE



TRAPPEN LAUWERS ERIC is uit het goede hout gesneden. Van lijnrecht naar draaiend sierlijk. Elke stijl is ons eigen. Modern, klassiek, eigentijds of design, wij gaan niets uit de weg en maken van elke opdracht een meesterwerk. Wij creëren unieke en ambachtelijke trappen die een lust voor het oog zijn maar ook praktisch en gebruiksvriendelijk.

Biezenveld 8, 2460 Kasterlee - Tel. 014 84 84 87

MAAK NU EEN AFSPRAAK VOOR EEN VRIJBLIJVEND TOONZAALBEZOEK



RIA BODIES & STORIES

“WE ZIJN EEN ECHE BADMODEWINKEL”

Westmalle — Bij Ria Bodies & Stories in Westmalle vind je momenteel een overvloed aan lingerie, nachtmode én badmode. Zowel dames, heren als kinderen kunnen er alles vinden wat je nodig hebt voor een zonnige vakantie. Winkelen kan hier in een ongedwongen sfeer met vriendelijk en behulpzaam personeel in de buurt.

Ria Bodies & Stories is een begrip in de regio. Achter de opvallende gevel schuilt een stijlvolle beleevingswinkel van zo'n 350 m². Met rustige zitplekjes waar partners of mama's met een koffietje erbij even kunnen wachten tijdens het passen. Met een ruime keuze voor zowel dames, heren als kinderen binnen alle collecties.

BADMODE

Momenteel neemt de badmode de meest prominente plaats in. “De nieuwe collectie is nu helemaal uitgestald, al hebben we het hele jaar door badmode”, zegt zaakvoerster Linda Stessens. “Logisch, want mensen gaan ook het hele jaar door met vakantie. Onze collectie volgt daarbij altijd de laatste nieuwe trends. Zo blijft zwart momenteel een topper, maar hebben we ook aardbeienrood, turquoise, lila, burundi en alle limoentinten als nieuwe modekleuren in huis. Franjes blijven belangrijk om accenten te leggen en ‘one shoulders’ zijn een blijver in de collecties.”

COMPLETE BADOUTFIT

“We hebben badpakken, bikini's en tankini's, maar ook bijpassende strandkleedjes in stoffen die ervoor zorgen dat alles netjes uit je reiskoffer komt.” Om je outfit compleet te maken kan je hier zelfs

teenslippers kopen, zowel voor dames als heren. “In stijlvolle kleuren, met of zonder glitter. Zo heb je meteen alles om op vakantie te vertrekken.”

PASKAMERSERVICE

Net zoals wie voor lingerie komt, helpt het team je om de ideale badmode te vinden. “Die paskamerservice is voor ons vanzelfsprekend, altijd met de nodige discretie. Elke klant verdient persoonlijke aandacht en lingerie en badmode moet je rustig kunnen passen. We bieden goede pasvormen

“We hebben badpakken, bikini's en tankini's, maar ook bijpassende strandkleedjes.”

in duurzame stoffen en werken met kwalitatieve merken zoals Chantelle, Beachlife, Sunflair, Anita, Nuria Ferrer, Banana Moon,... In alle prijsklassen en stijlen. Van jong, hip en sportief tot stijlvol, corrigerend of klassiek. Stukken die mooi en flatterend

BADMODEDAGEN

Van maandag 11 tot en met zaterdag 16 mei viert Ria Bodies & Stories haar badmodedagen. Daarbij krijg je 10% korting op alle badmode-items.

zijn, volgens de laatste nieuwe trends”, zegt Linda. “Ons team bestaat uitsluitend uit gemotiveerde en vriendelijke mensen met veel ervaring die de klanten kunnen helpen en adviseren als ze dat wensen.” Ook voor lingerie en nachtmode is er een zeer ruime keuze in de winkel, voor alle leeftijden en zowel in standaard- als grote maten. Parkeren kan vlak achter de zaak op de eigen parking.

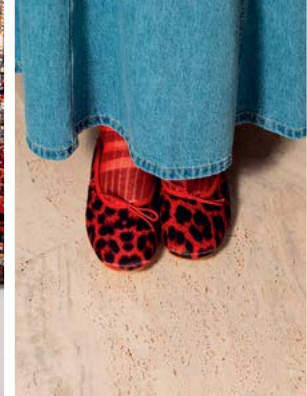
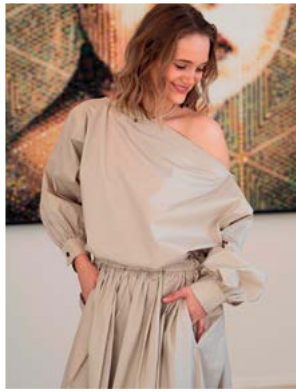


Antwerpsesteenweg 278A, Westmalle
Tel. +32 (0)3 312 00 97
info@bodiesandstories.be
www.ria-bodiesandstories.be
f Ria - Bodies&Stories
i ria.bodiesandstories

Open:

Ma: 13 tot 18 uur
Di tot vr: 9.30 tot 18 uur
Za: 9.30 tot 17 uur
Zo gesloten





Z
A
P
A
T
O

FROM HEAD TO TOE

OP ZOEK NAAR EEN TOPOUTFIT MET DE PERFECTE SCHOEN?
ZAPATO FROM HEAD TO TOE

WWW.ZAPATO-OFFICIAL.BE

SCHOENEN
TEM
MAAT 44



LEISTRAAT 44, B-2460 LICHTAART - 0032 14 55 18 30





**EURO
TYRE**

Banden Gaukema

**“ALS HET AAN UW WAGEN
LAG, KWAM HIJ ZELF
EVEN LANGS”**

Hoge Mauw 1020 - 2370 Arendonk
Tel. +32 (0)14 67 25 01 - info@bandengaukema.be
www.bandengaukema.be

COLUMN

VINYLVERHALEN



**“ALS JE EEN ZENDER
WIL WAAR HONDEN
BEKENDE KERSTHITS
NABLAFFEN,
JE VINDT HET
GEGARANDEERD.”**

IEDEREEN IS VAN DE WERELD EN DE WERELD IS VAN IEDEREEN

Naar welke muziek ga ik vandaag luisteren? Stellen jullie zich die vraag ook wel eens? Er is voortaan ook zoveel keuze uit zenders. Vroeger had je BRT 1 en BRT 2. En mogelijk was er wel één of andere degelijke regionale radiozender actief in je gemeente. Maar dat was het dan. En verder kon je maar hopen dat je ouders wat vinylplaten hadden die de moeite waren. Of je moest zelf sparen voor dat ene singletje. Eerlijk? Het had toch wel iets. Muziek voelde meer 'exclusief' aan dan nu. Toen kon je op school nog uitpakken als je de laatste hit van godbetert Jason Donovan op single had.

Als je nu een bepaald nummer wilt horen moet je welgeteld vijf seconden zoeken en je kan het beluisteren. Weg met die exclusiviteit. Maar het grote voordeel is dat er op elk moment van de dag een heel arsenaal aan muziek ter beschikking is waar je rustig uit kan kiezen. Wil je de hits van vandaag? MNM. Wil je diezelfde hits maar zonder gezever tussendoor? MNM Hits. Of je kiest voor Joe. Mag het wat ouder zijn? Joe Gold of Joe 80's & 90's. Liever Nederlands-talig? Joe lage landen of Radio Bene. Iets alternatiever? Stubru. Of liever De Tijdloze? Willy? Willy ClassX? Meer informatie? Radio 1. Als je een zender wil waar honden bekende kersthits nablaffen, je vindt het gegarandeerd.

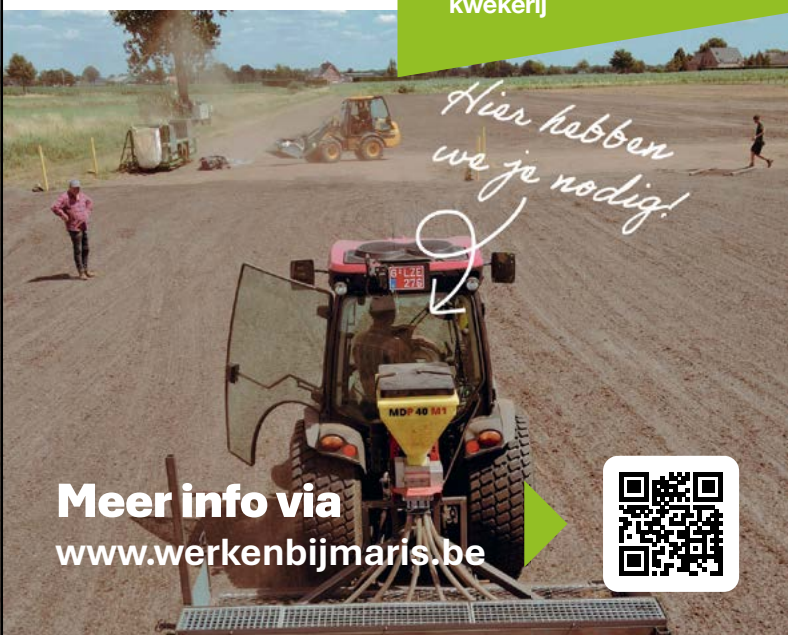
Het is uiteraard pure verwennerij. Maar zoals met veel zaken in deze tijd is het misschien te veel van het goede. Je kan niet alles luisteren en van alles op de hoogte zijn. Dat maakt ook dat een groot deel muziek nooit jouw revue passeert. En dat is jammer. Maar langs de andere kant word je zo af en toe nog wel eens verrast door artiesten die je niet zo goed kent. Toen ik Yungblud voor het eerst op Werchter zag, voelde ik letterlijk de energie die hij uitstraalde. Ook al kende ik hem niet. Maar het kan ook veel dichterbij huis. Zo volg ik De Nieuwe Lichting niet op de voet. En dus word ik wel eens aangenaam verrast als deze laureaten mijn weg kruisen. Zo zag ik pas Meltheads en SONS, om die maar te noemen. Wat een dosis energie ook hier. Verder was ik zeer blij Portland, Kids With Buns, The Haunted Youth en recenter nog ISE te leren kennen. Wie deze laatste dame recent aan het werk zag bij The Atomic Orchestra weet dat dit een zeer grote dame in wording is. Getuige daarvan ook haar cover 'Dance me to the end of love' van Leonard Cohen. Geboren in 2005, dames en heren! Wat een talent. Zo passeert ook Dressed Like Boys meer en meer op tv. Terrecht lijkt me. 'Pinnacles' vind ik een dijk van een nummer. En als je 'Stop met wenen' zegt weet ondertussen iedereen dat je het over Kaat Van Stralen hebt. Maar bloed kruipt waar het niet gaan kan. Zo werd ik pas heel erg warm toen ik las dat The Scene terug gaat toeren. Thé Lau, de charismatische zanger, is ondertussen al meer dan tien jaar niet meer onder ons. Maar wat kijk ik uit om 'Blauw' nog eens keihard mee te brullen. En 'Iedereen is van de wereld en de wereld is van iedereen'. Kan het toepasselijker in deze tijden?

Peter Meulemans

maris
green solutions

**WIJ
ZOEKEN
COLLEGA'S**

- Technisch ondersteuner kwekerij
- Operationeel medewerker kwekerij



Meer info via
www.werkenbijmaris.be



ROOBEK 42 - ARENDONK - Tel.: 014 67 73 56
INFO@MARISGREENSOLUTIONS.BE - WWW.MARISGREENSOLUTIONS.BE



**'Prettig wonen
is dicht bij jezelf
blijven'**



**UW INTERIEURWENSEN
WERKELIJKHEID MAKEN?
BOA INTERIOR REGELT HET!**

BOA INTERIOR WERKT
ENKEL OP AFSpraak

www.boa-interior.be
014 720 055 - info@boa-interior.be
Kemelbeekstraat 15 - 2460 Tielen

Bent u op zoek naar een interieurbedrijf dat zich richt op het hoogste segment? Maak kennis met BOA Interior: dé specialist in totaalconcepten voor uw woning. Onze uitgebreide dienstverlening omvat niet alleen ontwerp, maar ook advies en coördinatie bij de volledige inrichting van uw huis. Of het nu gaat om het ontwerpen van uw woonkamer of keuken, het creëren van een stijlvol overdekt terras, het leggen van uw vloer of het verzorgen van prachtige gordijnen, bij BOA Interior bieden we een breed scala aan diensten om uw interieur tot in de puntjes te verzorgen. Wij zorgen ervoor dat uw droominterieur werkelijkheid wordt. Ontdek onze exclusieve aanpak voor de totale coördinatie van projecten en renovaties en maak uw interieurwensen waar.

Stéphanie Mathias Interior Photographer | Ann-Sophie Princen Architect | Balo Living





HOUTHANDEL VAN MECHGELEN OPENT SPLINTERNIEUWE SHOWROOM

Arendonk — Eind maart werd de gloednieuwe showroom van Houthandel Van Mechgelen feestelijk geopend. In een indrukwekkend nieuw gebouw met veel natuurlijk licht en, uiteraard, veel hout in het interieur. De werkwijze van de zaak blijft hetzelfde, de mogelijkheden vergroten wel fors.

Na zo'n 35 jaar was Houthandel Van Mechgelen aan een nieuwe showroom toe. In plaats van te renoveren, kozen zus en broer Ann en Jan Van Mechgelen, die de familiezaak leiden, voor een volledig nieuw gebouw. Op dezelfde locatie, maar net naast de vorige showroom. De toonzaal vervijfvoudigde meteen in oppervlakte. Van 300 m² naar maar liefst 1.500 m². De nieuwe showroom werd plechtig geopend door in plaats van een lint door te knippen, een balk door te zagen.

"Het is een spannende periode geweest", vertelt Ann. "We startten in 2018 met de plannen en zijn in 2023 beginnen bouwen. Na het openingsweekend

viel er toch wel wat spanning van onze schouders. Maar we zijn blij dat we de stap gezet hebben. Het is prachtig geworden."

800 KLEUREN

Bij binnenkomst van het gebouw vallen meteen de grote houten doorsnedes van verschillende bomen op die hier aan de muur pronken. Het is meteen duidelijk dat je hier hout kan vinden in alle maten, vormen en stijlen. Elk onderdeel van het aanbod heeft nu zijn eigen plekje gekregen in de toonzaal. Denk aan wand- en plafondbekleding, vloeren, plaatma-

teriaal, gevelbekleding, terrasplanken, deuren, tuinhout,... "We tonen op de verschillende afdelingen ook veel meer kleuren en materialen", legt Jan uit. "Zo telt onze showroom meer dan 800 verschillende kleuren plaatmateriaal. Vroeger zat dat allemaal wel in ons aanbod, maar moesten we dan vooral met de klanten grasduinen in allerlei boeken en catalogussen. Nu kunnen we het gewoon tonen."

Verder valt het op dat er meerdere afgewerkte interieurs te zien zijn. Zo is er een volledige dressing, bureau en keuken in de showroom te bekijken. "Alles gemaakt met materialen die wij kunnen leveren." Verder is het aanbod aan binnendeuren aanzienlijk uitgebreid en het aantal deuren dat getoond wordt in de showroom is fors gestegen. Er is zelfs een materialenshop in de showroom waar je vijzen, pluggen, lijmen en andere toebehoren kan vinden.

TANDEN VAN ZAAGMACHINE

De buitenkant van het gebouw trekt meteen de aandacht met zijn semi-industriële uitstraling en zijn opvallende vorm. "Het mocht geen vierkante blok zijn", zegt Ann. "Het moest karakter hebben en vooral gelinkt kunnen worden aan onze houthandel. Toen kwam het plan op tafel te liggen om het dak te vormen naar de tanden van een zaagmachine. Wij waren meteen enthousiast." Ook in het nieuwe logo keert die vorm van het gebouw terug, maar kan je ook de vertrouwde letters V en M herkennen. "Dat hout een hoofdrol speelt in ons interieur is uiteraard geen verrassing. Alles voelt licht en luchtig aan. Beide verdiepingen zijn een stuk hoger dan





standaard waardoor je een erg ruimtelijk gevoel krijgt. We willen aangeven dat mensen hier op hun gemak kunnen rondkijken in de showroom. Als ze vragen hebben, kunnen ze altijd een medewerker aanspreken. In de oude toonzaal was het overzicht doorheen de jaren wat zoek geraakt omdat er zoveel was samengebracht op een beperkte ruimte.”

„Elk onderdeel van het aanbod heeft nu zijn eigen plekje gekregen in de toonzaal.”

“Er moest meer beleving komen zodat je je echt welkom zou voelen”, vult Jan aan. “En we wilden ruimte maken om rustig met een klant te kunnen zitten en projecten te bespreken. Mensen zijn voor ons geen nummertje. Nu we die ruimte hebben, kunnen we nog meer inzetten op die persoonlijke stijl die zo goed bij ons past.”

KLEINE EN GROTE PROJECTEN

De showroom mag dan splinternieuw zijn, aan de manier van werken verandert er niets. “We blijven dezelfde houthandel waar je voor grote en kleine

projecten terecht kan. Beiden zijn voor ons even belangrijk. Je kan hier als doe-het-zelver nog altijd binnenwandelen voor een plank of wat balken. De manier van werken verandert dus niet, maar alles is aangenamer, duidelijker en overzichtelijker nu.” En zo biedt Houthandel Van Mechgelen alles aan wat met hout en aanverwante producten te maken heeft. “En als we het niet hebben, dan proberen we het voor jou te regelen”, glimlacht Ann. “We willen mensen echt helpen. Daarom is advies ook zo belangrijk. De nood aan begeleiding is doorheen de jaren steeds groter geworden. Mensen willen niet alleen de materialen kunnen kopen, ze willen ook op weg gezet worden.” Zo komen hier elke dag zowel particulieren als professionelen over de vloer.

VAN 7.30 TOT 19.30 UUR

De ruime openingsuren, waarvoor de zaak al langer bekend staat, blijven behouden. “Ook een kleine zelfstandige die druk bezig is overdag, moet hier nog altijd terecht kunnen. Of een particulier die thuis nog wat klusjes wil opknappen moet hier voor of na zijn werk kunnen binnenspringen.” Elke weekdag gaan de deuren van de showroom om 7.30 uur open. De zaak sluit pas om 19.30 uur. Op zaterdag kan je hier terecht van 8 tot 17 uur. Achter en naast de showroom is er een ruime parking voorzien.

Ann en Jan blikken tevreden terug op de bouw van hun showroom en zijn trots op hun nieuwe thuis. “Onze klanten zijn ook laaiend enthousiast. We merken dat mensen al spontaan beginnen

rondlopen en rondkijken op de verschillende afdelingen. Dat doet ons plezier.”

“We hebben een extra fijne werkomgeving gecreëerd voor ons team, dat bestaat uit geweldige mensen die hier al jaren werken. We zijn trouwens nog steeds op zoek naar nieuwe krachten. Zowel voor de toonzaal als voor onze ateliers. Wie interesse heeft, mag zich altijd melden.”

Wil je weten hoe die nieuwe showroom er nu exact uitziet? Spring gerust binnen om eens rustig rond te kijken.



**HOUTHANDEL
VAN MECHGELEN**

Wampenberg 72, Arendonk
Tel. +32 (0)14 68 92 90
info@houthandelvanmechgelen.be
www.houthandelvanmechgelen.be

Houthandel Van Mechgelen
 houthandelvanmechgelen

Open:

Ma tot vr: 7.30 tot 12, 13 tot 16.45 en 17.15 tot 19.30 uur

Za: 8 tot 12 en 13 tot 17 uur

Zo: gesloten



“MENSEN IN ARMOEDE WORDEN ZELDEN GEASSOCIEERD MET CREATIVITEIT”

HERENTHOUT/HERENTALS — ‘Buiten beeld, de kracht van kwetsbaarheid’, is een opvallende fototentoonstelling die vijf bibliotheken uit het Neteland aandoet en een onthullend licht schijnt op het leven van streekgenoten in armoede. “Dit illustreert hun veerkracht en creativiteit”, zegt Nathalie Frenay (48).

Nathalie Frenay, coördinator van de Herentalse vzw De Fakkel, laat er geen gras over groeien. In haar openingszin sneuvelt al meteen een eerste cliché. “Mensen in armoede worden zelden geassocieerd met creativiteit in de brede zin van het woord. Het tegendeel is waar. Vaak zijn kwetsbare mensen wél heel erg creatief. Voor ‘Buiten beeld, de kracht van kwetsbaarheid’ hebben we hen gevraagd om met dat talent aan de slag te gaan en hun kwetsbaarheid om te zetten in kracht.”

De titel van de expo is duidelijk niet lukraak gekozen.

Nathalie Frenay: “Dat klopt. ‘Buiten beeld’ mag je letterlijk interpreteren. Mensen in armoede blijven vaak achter de schermen en worden door de maatschappij schaamteloos over het hoofd gezien. De tentoonstelling ambieert de omgekeerde beweging: kwetsbare mensen in de schijnwerpers plaatsen, aan de hand van zelfgemaakte creaties en foto’s van Marijke Beckers.”

Even uitzoemen: waar staat De Fakkel voor?

Nathalie: “Vzw De Fakkel wil mensen in armoede aan het woord laten en werkt nauw samen met De Dorpel, een welzijnsschakel die zijn bekendheid dankt aan zijn sociaal restaurant en tweedehandswinkel. Onze vzw werkt vooral structureel rond armoede. Vanuit de getuigenissen van mensen die bij ons terechtkomen, proberen wij hun leven duurzaam te verbeteren. Kijk naar mobiliteit: dat is en blijft voor onze mensen een heikel thema. Samen met politici proberen we op zoek te gaan naar oplossingen. Wij zijn dus geen eerstelijns hulp die voorziet in voeding of kleding, maar als organisatie zijn we wel broodnodig. Greet, die gebruik maakt van onze diensten, kan daarvan getuigen vanuit eigen ervaring.”

Greet Willems: “Voor mij is vervoer inderdaad cruciaal. Het is de enige manier om mij te verplaatsen. Dat vervoersmaatschappij De Lijn in landelijke gebieden een aantal buslijnen wil schrappen, is een streep door mijn rekening. Die beslissing maakt de

eenzaamheid alleen maar groter. Een beperkte mobiliteit betekent een beroving van mijn vrijheid.”

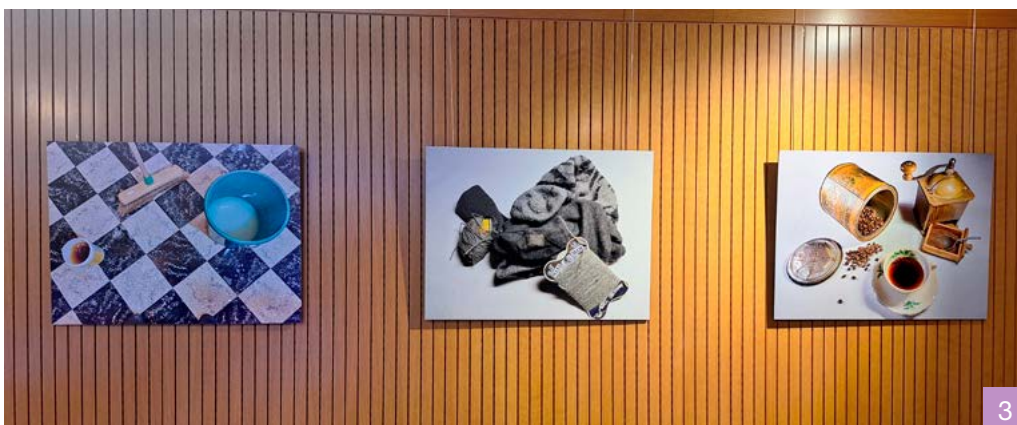
Jij hebt actief meegewerkt aan de expo. Daarmee kom je openlijk uit voor de situatie waarin jij leeft. Wat moeten we ons daarbij voorstellen?

Greet: “Ik heb elke dag te eten en kan mijn rekeningen nog betalen, gelukkig. Dat maakt me dankbaar, maar voor een extraatje is geen financiële ruimte meer. Ik haal vooral voldoening uit mijn vrijwilligerswerk bij De Dorpel. Op die manier kan ik mijn gedachten verzetten. Dat werk helpt mij ook om anders naar mijn leven te kijken. Elke dag opnieuw ga ik op zoek naar kleine dingen die mij nog wel blij kunnen maken.”

Nathalie: “Greet is één van de mensen die via de tentoonstelling het woord nemen, die durven te getuigen over de obstakels waarmee ze te maken krijgen. Het zijn verhalen zoals die van haar die anderen een inzicht geven in wat leven in een financieel kwetsbare situatie écht betekent.”

De Fakkel zet met de expo vooral in op beeldvorming. Is het zo erg gesteld met de manier waarop de maatschappij naar kwetsbaren kijkt?

Nathalie: “Helaas wel. Mensen in armoede worden vaak met de nek aangekeken. Eigen schuld, dikke bult, weet je wel. Dat willen we voorkomen, want dat beeld is fout. Onze mensen zijn, net als iedereen, trots op wat ze doen. Ook zij willen gezien en gehoord worden. Wij willen de negatieve beeldvorming doorprikken en tonen wie ze echt zijn: mensen met veerkracht en talenten. De maatschappij zou anders naar hen kunnen kijken, hen niet uitsluiten en niet langer denken dat ze de situatie waarin ze terecht zijn gekomen zelf veroorzaakt hebben.”



Dan heb je het over de hardnekkige clichés die jullie uit de wereld willen helpen. Welk zijn anno 2026 de meest gehoorde vooroordelen?

Nathalie: “Veel buitenstaanders denken dat het hun eigen schuld is, dat het profiteurs zijn. Dat beeld klopt niet. Mensen geraken in armoede door bepaalde situaties, zoals werkloosheid, ziekte of het verlies van een partner. Het treft jongeren, volwassenen én senioren, al leeft dat besef nog te weinig. Dat mensen in armoede onverzorgd zouden zijn, is nog zo'n vooroordeel.

” *Veel buitenstaanders denken dat het hun eigen schuld is, dat het profiteurs zijn. Dat beeld klopt niet.*”

Ook dat is een misvatting. Kijk naar Greet: zij behoudt haar fierheid, zelfs wanneer ze het moeilijk heeft.”

Ook de televisiesector wil af van die clichés. Dat doen zenders met programma's als 'Zorgen voor Mama' of 'Nieuwe Buren', waarin James Cooke en Karen Damen het moesten redden met een schamel bedrag. Helpen die tv-programma's of maken ze er een karikatuur van?

Nathalie: “Of zo'n programma helpt, hangt af

van de gekozen insteek. Hoe dan ook, als het om commerciële projecten gaat, houden we als organisatie de boot liever af. Het programma waaraan ex-K3 Kristel Verbeke meewerkt is trouwens heel verschillend van de manier waarop James Cooke en Karen Damen zich voor de gelegenheid in de armoede hebben gestort.”

Het zegt wel iets over armoede in het algemeen. Onderschatten wij het aantal mensen dat met financiële problemen te maken krijgt?

Nathalie: “Dat doen we zeker. In Herentals alleen al heeft twintig procent van de inwoners recht op een verhoogde tegemoetkoming. Dat zegt genoeg.”

Greet: “Niet alleen wij hebben het moeilijk. De maatregelen van de overheid zorgen ervoor dat gaandeweg ook mensen uit de middenklasse het lastig hebben om de eindjes aan elkaar te knopen. Een jong gezin met een paar kinderen, bijvoorbeeld: begin er vandaag maar aan.”

En dus is er de tentoonstelling om dat thema weer onder de aandacht te brengen. Greet, jij bent prominent aanwezig. Van kop tot teen, letterlijk dan.

Greet: (lacht) “Ik wist niet dat de foto die van mij werd genomen zo groot afgebeeld zou worden. Ik schrok daarvan, op een positieve manier weliswaar. Momenteel hangt die foto aan de ingang van de bibliotheek van Herenthout, mijn eigen gemeente. Of ik dat een eer vind? Zeker weten.”

Nathalie: “Als vzw nemen we ook deel aan het kunstfestival STORMLoop 2026, dat plaatsvindt in mei. Het thema van dit jaar luidt 'Wit-Blauw-

Goud-Zwart'. Onze vzw koos voor goud, want onze mensen zijn stuk voor stuk goud waard. We kunnen niet genoeg benadrukken dat ook mensen in armoede voortdurend blijven zoeken naar blijheid en schoonheid.”

Wat is het beste dat de expo zou kunnen betekenen voor mensen in armoede?

Nathalie: “Dat ze niet langer buiten beeld blijven. Het feit dat we deze tentoonstelling in een aantal bibliotheken mogen tonen, is al een eerste stap in de goede richting.”

Tekst: Peter Briers

Foto's: Peter Briers, Marijke Beckers en vzw De Fakkkel

MEER INFO

De expo — in samenwerking met Ligo Kempen en fotografe Marijke Beckers — is momenteel te zien in Herenthout. Later dit jaar houdt ze halt in de bibliotheek van Olen (vanaf juni), Vorselaar (augustus), Grobbendonk (oktober) en Herentals (november-december). www.vzwdefakkkel.be

Foto 1: Greet Willems (62), met naast haar Nathalie Frenay, bewondert haar eigen portret.

Foto 2 + 3: De expo zoomt in op de veerkracht van mensen in armoede.



Studio Stoot



LINGERIE | BADMODE | HOMEWEAR

www.studiostoot.be

DE VALKEN 20 - ARENDONK

VOLG ONS OP   @STUDIOSTOOT

OPEN Di-vrij: 9u tot 18u – zat: 10u-17u



NIEUWE LOCATIE, MEER RUIMTE, NOG MEER KEUZE.

Kom de nieuwe collectie ontdekken.



ILIMMO

“ER IS GEEN STANDAARDWEG OM EEN WONING TE VERKOPEN”

Oud-Turnhout — Wie vandaag een woning wil verkopen, zoekt meer dan alleen zichtbaarheid. Een correcte waardebepaling, een doordachte strategie en een professionele begeleiding maken het verschil. Inès Luyten, zaakvoester van ILIMMO in Oud-Turnhout, kiest heel bewust voor een persoonlijke en selectieve aanpak. Geen werking op volume, wel een doorgedreven opvolging waarbij elk dossier de nodige tijd, energie en aandacht krijgt. Met één duidelijke ambitie: een succesvolle verkoop realiseren binnen een correcte termijn en aan de best mogelijke voorwaarden.

Wat maakt vastgoed voor jou zo'n boeiend vak?

Inès Luyten: “Voor mij is vastgoed een bijzonder mooi vak omdat het zoveel verschillende elementen samenbrengt. Je hebt het menselijke contact, het commerciële luik, de strategische kant en tegelijk ook de verantwoordelijkheid om mensen correct te begeleiden in een belangrijke stap. Net die combinatie spreekt mij enorm aan. Het is ook een job die voor mij niet aanvoelt als werken, omdat ik ze zo graag doe, al ben ik er in de praktijk wel bijna voortdurend mee bezig.”

Hoe ben je in de vastgoedsector terechtgekomen?

“Eigenlijk eerder toevallig. Via een kennis kwam ik in de sector terecht. Ik had bedrijfswetenschappen gestudeerd en was toen actief in zowel het onderwijs als de privésector, maar ik voelde al snel dat vastgoed ook aansloot bij mijn persoon-

lijkheid. De combinatie van menselijk contact, commerciële slagkracht en inhoudelijke kennis sprak mij meteen aan. Het is een beroep waarin je elke dag met mensen werkt en tegelijk ook inhoudelijk sterk bezig bent.”

Hoe ziet de vastgoedsector er momenteel uit?

“De sector is de voorbije jaren sterk geëvolueerd en ook veel professioneler geworden. Vastgoed draait vandaag niet alleen om verkopen of onderhandelen, maar ook om begeleiden, correct adviseren en ervoor zorgen dat een dossier juridisch, administratief en commercieel goed wordt opgebouwd. Er zijn heel wat wettelijke verplichtingen, attesten, controles en administratieve stappen bijgekomen. Voor eigenaars is het daardoor niet evident om alles zelf correct op te volgen. Net daarin ligt de meerwaarde van een erkend vastgoedmakelaar.”

Mensen zeggen soms dat je je woning ook zelf kan verkopen. Wat is volgens jou dan nog de meerwaarde van een makelaar?

“Een eigenaar kan uiteraard beslissen om zelf te verkopen, maar in de praktijk wordt vaak onderschat hoeveel daarbij komt kijken. Een correcte waardebepaling, een doordachte verkoopstrategie, de opvolging van kandidaten, de bezoeken, de onderhandelingen en de juridische afhandeling vragen veel tijd, kennis en ervaring. De meerwaarde van een erkend vastgoedmakelaar zit dan ook niet alleen in ontzorging, maar vaak ook in het uiteindelijke resultaat. Door marktkennis, strategisch inzicht en een sterke dossieropvolging verdient die professionele begeleiding zich in de praktijk vaak terug.”

Welke kwaliteiten moet een makelaar volgens jou hebben?

“Een makelaar moet uiteraard de markt kennen en

juridisch sterk onderlegd zijn. Maar daarnaast zijn ook communicatie, dossierkennis, inschattingsvermogen, opvolging en belangenbehartiging essentieel. Mensen vertrouwen je vaak één van hun belangrijkste bezittingen toe. Dan moet je dat dossier met de grootste ernst behandelen. Voor mij zit professionaliteit niet alleen in kennis, maar ook in de manier waarop je met mensen omgaat en hoe zorgvuldig je hun belangen behartigt.”

Je kiest heel bewust voor een beperkt aantal dossiers. Waarom?

“Omdat ik ervan overtuigd ben dat kwaliteit alleen mogelijk is als je elk dossier echt de nodige aandacht geeft. Een woning verkopen is voor een eigenaar een belangrijke stap, vaak zowel emotioneel als financieel. Dat vraagt meer dan een standaardaanpak. Ik vergelijk het soms met een advocaat die jouw belangen moet verdedigen: heb je dan liever iemand met vijftig dossiers tegelijk, of iemand die echt tijd heeft om jouw dossier grondig op te volgen? Voor mij is het antwoord duidelijk.”

Je werkt dus bewust niet op volume?

“Dat klopt. Ik neem bewust weinig eigendommen in verkoop, zodat ik voldoende tijd en energie kan steken in elk afzonderlijk dossier. Alleen zo kan ik echt kort op de bal spelen, kandidaat-kopers correct opvolgen, een verkoopstrategie op maat uitwerken en sterk onderhandelen in het belang van mijn klant. Mijn doel is niet om zoveel mogelijk panden in portefeuille te hebben, maar om sterke resultaten neer te zetten.”

Wat betekent die persoonlijke aanpak concreet?

“Dat begint bij luisteren. Elk pand is anders, elke eigenaar heeft andere verwachtingen en elk dossier vraagt een eigen benadering. Ik bekijk zeer bewust hoe een woning het best wordt gepositioneerd, welke doelgroep we willen aanspreken en hoe we de sterke punten van een eigendom maximaal tot hun recht laten komen. Ik denk ook actief mee na over prijszetting, presentatie en strategie. Die voorbereiding en opvolging maken vaak een groot verschil in het uiteindelijke resultaat.”

” Een woning verkopen vraagt om meer dan publiciteit alleen. Het vergt inzicht, vertrouwen en een aanpak op maat.”

Je maakt dus ook vooraf een bewuste afweging voor je een eigendom opneemt?

“Absoluut. Ik bekijk telkens heel goed of ik voor een eigendom werkelijk een meerwaarde kan bieden en of de verwachtingen voldoende realistisch zijn. Bovendien werken wij volgens het *no cure no pay*-principe. Dat betekent dat ik investeer in tijd, voorbereiding, presentatie en strategie, terwijl daar alleen een vergoeding tegenover

staat wanneer het eigendom verkocht is. Net daarom maak ik bij elk dossier een doordachte en professionele afweging.”

Is er veel concurrentie in de sector?

“Ja, zeker. Maar ik kijk daar op een positieve manier naar. Concurrentie houdt je scherp. Tegelijk merk ik dat veel van mijn dossiers via mond-tot-mondreclame komen, via mensen die al met mij gewerkt hebben of via aanbevelingen. Dat is bijzonder waardevol, omdat het bevestigt dat vertrouwen, kwaliteit en correcte begeleiding nog altijd het verschil maken.”

Waar liggen jouw persoonlijke ambities nog?

“Ik wil vooral blijven doen waar ik goed in ben en waar ik elke dag met veel plezier mee bezig ben: mensen op een correcte, betrokken en professionele manier begeleiden bij de verkoop van hun woning. Ik geloof sterk in een persoonlijke aanpak, waarbij elk dossier de aandacht krijgt die het verdient. Voor mij bestaat er geen standaardweg om een woning te verkopen. Elk pand heeft zijn eigen karakter, doelgroep en verhaal. Daarom bekijk ik per dossier wat de beste strategie is en hoe we een woning zo sterk mogelijk in de markt zetten. Net daarin wil ik ook in de toekomst het verschil blijven maken, met een kantoor dat staat voor kwaliteit en vertrouwen.”

INÈS LUYTEN

Erkend Vastgoedmakelaar BIV 509925

Gsm: 0475 96 11 99

E-mail: ines@ilimmo.be



BEKIJK DE DETAILS VAN ONZE PANDEN OP WWW.ILIMMO.BE OF SCAN DE QR CODE
 NEEM CONTACT OP VOOR EEN VRIJBLIJVENDE SCHATTING
 ILIMMO | 014 42 40 23 | info@ilimmo.be | WWW.ILIMMO.BE



TIJDELIJK AANBOD

Tijdelijke renteverhoging op termijnrekeningen.

Vaste rente. Vaste looptijd. Geen verrassingen.

Kies voor duidelijkheid op voorhand. Met een termijnrekening staat je rente vast van bij de start. Zo weet je precies welk bruto rendement je op de vervaldag ontvangt. Je spaargeld wordt vastgezet voor 5 of 7 jaar. Op de vervaldag ontvang je je kapitaal terug, samen met de opgebouwde rente. En nu, tijdelijk, aan een verhoogde rente. Vind jouw spaaragent via www.bankb.be.

- **Termijnrekening** met vaste looptijd van **5 of 7 jaar**
- **Vaste bruto rente van 3%** per jaar voor de volledige looptijd
- **Geen kosten** bij opening of beheer
- Inschrijven vanaf **4 mei 2026** om van de actierente te genieten
- Actie kan vroegtijdig stopgezet worden



Meer weten? Contacteer:

NK-Verzekeringen BV
014 67 24 21
nkverzekeringen@dvv.be
Ondernemingsnummer 1009801375
Zelfstandig bankagent Bank B



De nieuwe voorwaarden kan je hier vinden: <https://www.bankb.be/sites/default/files/documents/2025-03/rentetarief.pdf>. Gelieve alle informatie omtrent de kosten, de risico's en de voorwaarden van dit product te raadplegen alvorens een termijnrekening te openen: <https://www.bankb.be/nl-be/sparen/termijnrekening>. Voor dit product is geen essentiële spaardersinformatie beschikbaar.

POËZIE

MILADY LIMERICK



Milady Limerick

Aan mij

Ik hoor bij de verlegen scheten
Een openingszin moet ik weten.
Ik vind je wel ferm
Zeg ik vanaf 't scherm
Zo lukt het me: met online daten

Hun schermtijd wil zij limiteren,
De kinderen moeten eerst leren
dat men best beleeft,
wat men in 't écht heeft.
TV kan zich tegen hen keren.

Computer kapot, wil niet chatten...
Ik maak met dat ding korte metten.
Ik bel ICT
Hij zei rustig 'hee,
Je moet hem eens af en opzetten'

'K vraag AI hoe schermtijd te laten
'K begin m'n gescrol echt te haten...
En ChatGPT
Die zegt 'liever niet',
'Het scherm weg en ik kan niet praten'

Er zijn veel verschillende schermen
Ik wil me over een ontfermen
Het scherm tegen wind!
Ik ben goed gezind:
Mijn cabrio blijft me beschermen.

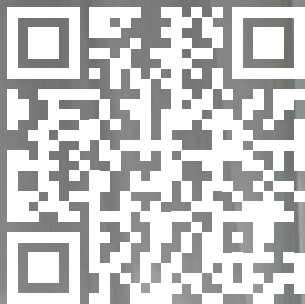


Sanne Leenders is voormalig stadsdichteres van Turnhout en vrolijkt ons magazine als Milady Limerick op met haar humoristische gedichten. Volg Milady Limerick ook op TikTok en Instagram.

VAN JE HUIS EEN ECHTE THUIS MAKEN?

Ontdek hoe je jouw ultieme woonkwaliteit bereikt in vier fases dankzij onze Quality 4U-methode!

Vertel me meer



Ilse Van der Stappen

fotografie door: Lynx fotografie

Download nu onze
GRATIS MASTERCLASS
door interieurarchitecte
Ilse Van der Stappen
Beerstraat 26, 2450 Meerhout



Artenic



1



2

INWONERS SCHORVOORT MAKEN EIGEN VOLKSLIED

TURNHOUT — Dat het Turnhouts gehucht Schorvoort leeft, is een understatement. Er worden verscheidene evenementen georganiseerd die de inwoners samenbrengen, zoals de gekende Griffelkermis. Ze hebben zelfs hun eigen postcode, 2301, én hun eigen feestdag op 23 januari. Daar stopt het niet bij: het gehucht krijgt nu ook een eigen volkslied, gemaakt door Anita Verreet (61) en haar dochter Ine Van Dyck (27). Een heleboel andere inwoners hielpen met het inzingen.

‘2301, onze feestdag. We vieren samen en alles mag. Heel de wijk is op de been. Schorvoort, zo is er maar één’, klinkt het in het volkslied over Schorvoort, een gehucht van Turnhout. Anita Verreet en Ine Van Dyck zijn er toch zeker een jaar mee bezig geweest, met het maken ervan. Eind februari namen ze het op in de oude parochiezaal van Schorvoort, samen met zeker een 40-tal inwoners die mee het refrein inzongen. Van een spontaan idee zal het nu uitgroeien tot een vaste waarde op de dorpsfeesten.

Hoe zijn jullie op het idee gekomen om een eigen volkslied te maken?

Ine Van Dyck: “De vraag is gekomen vanuit de gemeenschap hier in Schorvoort en het comité dat alle evenementen organiseert. Vorig jaar vierden we voor het eerst onze eigen jaarlijkse feestdag op 23 januari – een verwijzing naar onze onofficiële postcode 2301. Ze wilden er graag een lied bij, en omdat mama en ik altijd al met muziek bezig geweest zijn en vaak samen optreden, vroegen ze of wij geen eigen volkslied wilden maken.”

Anita Verreet: “Dat moest dan gaan over het reilen en zeilen in Schorvoort en het ontstaan ervan. Mijn ouders en schoonouders zijn hier geboren, mijn man en ik ook. We zijn hier allemaal opgegroeid, ik heb hier bij de Scouts gezeten. Vroeger ging ik samen met mijn ouders naar de jaarlijkse Griffelkermis, hét grote event van Schorvoort. Nu gaan we met onze kinderen. Dus we kennen ons dorp wel. En er zijn nog zoveel andere evenementen hier, zoals verschillende muziekkavonden, Schorvoort for Life en Schorvoort Leeft.”

Ine: “Voor bij al die evenementen wilden ze dus een overkoepelend volkslied, dat iedereen telkens zou kunnen meezingen. We hebben het dit jaar op onze feestdag al volledig kunnen brengen en zullen dat nu jaarlijks blijven doen. Die feestdag is van een

klein initiatief uitgegroeid tot iets heel groot, wat typisch is voor Schorvoort. Mensen komen samen, brengen hapjes mee en zingen. Iedereen kent elkaar hier ook, er is een heel hechte gemeenschap.”

Wie heeft het nummer geschreven?

Anita: “Ik heb het grootste gedeelte van de tekst geschreven. Er werd op voorhand eerst aan de kinderen van de basisschool gevraagd waaraan ze moesten denken als ze aan Schorvoort dachten, en ook aan de aanwezige ouderen bij het lokaal dienstencentrum de Schoor. Zij schreven dan allemaal stopwoordjes op, waaruit ik later inspiratie haalde. Het is een echte oorsprong geworden. Eens het in je hoofd zit, geraakt het er niet meer uit. Dat was ook de bedoeling, natuurlijk. Het gaat over wat Schorvoort is, hoe het ontstaan is, de Griffelkermis wordt vernoemd en de verschillende wijken. Het eindigt met dat we het hier goed hebben, en hier ook willen blijven. Dat is ook echt zo, veel mensen blijven plakken of keren later terug.”

In januari deden jullie een oproep naar lokale inwoners die mee het refrein wilden inzingen. Hoe is die zoektocht verlopen?

Ine: “We kondigden tijdens onze feestdag aan dat we het refrein wilden opnemen met Schorvoortenaars zelf. Ze konden hun e-mailadressen opgeven als ze dat wilden, maar we plaatsten ook oproepen via Facebook en Instagram. Veel mensen dachten dat ze niet goed genoeg konden zingen, maar dat hoefde ook niet per se. Uiteindelijk vonden we 40 inwoners die met ons mee wilden zingen, gaande van jong tot oud. Een goede vriend van mij, Dries Vermissen, is producer en componist. Hij nam het met ons allen op en maakte er een echt volkslied van. Eerst allemaal samen, nadat we de zangtechnieken die ze moesten hante-

ren hadden uitgelegd, en dan mannen en vrouwen apart. Dat vonden ze wel spannend, want toen waren ze nog meer hoorbaar.” (lacht)

Anita: “We hebben er uiteindelijk ook een QR-code van laten maken, zodat iedereen het kan beluisteren. We zijn dan ook één grote familie en iedereen is welkom, dat hoor je ook in het nummer. Het is nu echt de bedoeling dat het volkslied zal uitgroeien tot iets wat op elk event meegezongen zal worden.”

Wat vinden jullie zelf het mooiste aan jullie dorp Schorvoort?

Anita: “Het ‘ons kent ons’. En hoeveel inwoners zich inzetten als vrijwilligers op de georganiseerde evenementen. Die draaien eigenlijk zo goed als volledig op vrijwilligers, zoals de Griffelkermis. Het is echt mooi om te zien hoe iedereen dan zoveel mogelijk wil komen helpen.”

Ine: “Wanneer je Schorvoort binnenrijdt, kijk je automatisch of je iemand tegenkomt die je kent. Je begroet elkaar altijd, vooral ook op die evenementen. Ik woon momenteel nog in Turnhout, maar zou het leuk vinden om terug in Schorvoort te komen wonen.”

Tekst: Delia Filippone

MEER INFO

Beluister het volkslied door de QR-code hiernaast te scannen.



Foto 1: Ine en Anita zingen samen het nieuwe volkslied.

Foto 2: De inwoners van Schorvoort zingen enthousiast mee.

Droomcomfort

PERSOONLIJK SLAAPADVIES OP MAAT



OPENDEURWEEKEND

30 & 31 MEI

OPEN VAN 10 UUR TOT 18 UUR

-  30+ JAAR EXPERTISE
-  MEDISCH AANBEVOLEN
-  10 JAAR GARANTIE

Gratis slaapanalyse

Meer weten? Scan hier!



WATERBEDDEN • BOXSPRINGS • MATRASSEN • LATTENBODEMS • BEDTEXTIEL

HERENTHOUTSE STEENWEG 78, 2288 GROBBENDONK

WWW.DROOMCOMFORT.BE

EEN WIJZE LEVENSLES OVER DROMEN EN AMBITIES

Iedereen van ons heeft wel een droom. De ene droom lijkt gemakkelijker te verwezenlijken dan de andere, maar vaak is de enige optie om die droom te realiseren: opofferingen maken. Dat is wat Marty Reismann, een Amerikaanse tafeltennislegende in de jaren '50 van vorige eeuw, zeker ook heeft ondervonden. Zijn verhaal vormde de basis voor de film 'Marty Supreme' van regisseur Josh Safdie en vooral ook voor Timothée Chalamet die zijn personage vorm geeft. Voor Josh Safdie is het zijn eerste soloproject. En geslaagd is het zeker! Dat wordt bewezen door de 9 nominaties op de afgelopen Academy Awards (Oscars), maar ook door de toch nog halfvolle zaal in de bioscoop begin april na de Belgische release op 18 februari dit jaar.

ROCK BOTTOM

Chalamet vertolkt de rol van Marty Mauser, een jongeman met een droom die niemand respecteert. Want van tafeltennis kan je toch niet leven? Wel, dat heeft men ooit ook gedacht, en denkt men soms nog, over films maken. Mauser zwenzelt zich een weg door het leven om zijn droom waar te maken. Zijn ambitie zorgt ervoor dat hij zich hoe langer hoe meer distantieert van zichzelf. Van wie hij écht is. Tot op het extreme arrogante af. Deze arrogantie, zichzelf superieur wanen en agressie zorgt er o.a. mee voor dat hij gediskwalificeerd wordt om mee te doen aan het prestigieuze WK Tafeltennis in Japan, tenzij hij 1.500 dollar op tafel kan leggen, wat in die tijd zeer veel geld was. Het hakt zo hard op hem in dat hij nog verder gaat dan hij ooit geweest is. Niet alleen vernedert hij zelf anderen in zijn blinde ambitie. 'He hits rock bottom', zoals dat zo mooi heet, wanneer hij ook zichzelf ultiem laat vernederen om toch maar een kans te krijgen om naar Japan te gaan om uitein-

delijk, via een promo-event, toch nog deel te kunnen nemen aan het WK.

BEKEND GEZICHT

Naast Timothée Chalamet, die ook mee instond voor de productie van deze *instant classic*, wordt de cast vervolledigd door o.a. Gwyneth Paltrow en Odessa A'zion. Maar de grootste verrassing komt misschien wel met de invulling van het personage Rebecca Mauser, de moeder van Marty Mauser. Het is een personage dat slechts sporadisch in *the picture* komt, maar telkens kwam haar gezicht mij bekend voor. Maar net niet bekend genoeg om er een naam om te plakken, ken je dat gevoel? Totdat de aftiteling mij een zeer fijne aha-erlebnis bezorgde. Het bleek niemand minder dan Fran Joy Dresher te zijn! Bekend van haar nasale uitspraak: "Mister Sheffield!" als Fran Fine in de komische sitcom 'The Nanny' uit de jaren '90.

Cinematografisch is de film ook een hoogstaand artistiek staaltje creativiteit. De prachtige beeldvoering en de keuze om te filmen op 35 mm zorgt ervoor dat de sfeer uit de jaren 50 prachtig weergegeven wordt en overkomt bij de kijker. Authentiek blijven bewijst ook hier weer zijn meerwaarde. Een pluim op de hoed van cameraman Darius Khondji. Zijn naam zal niet bij velen een belletje doen rinkelen. Maar de Iraans-Franse cameraman was eerder verantwoordelijk voor de visuele vertelling van de cultfilm 'Delicatessen' uit 1991, maar ook voor de misdaadthriller 'Se7en' van David Fincher. Daarnaast werkte hij ook samen met regisseurs Alan Parker, Bernardo Bertolucci, Roman Polanski, Sydney Pollack, Danny Boyle en Woody Allen. Dat hij van vele markten thuis is, bewijst zijn werk voor verschillende muziekvideo's van Madonna.

BREDER DAN SPORT

De film categoriseren als sportfilm doet de film veel te weinig eer aan en spreekt een te klein doelpubliek aan. De film gaat veel breder dan enkel sport. De film gaat zelfs helemaal niet over sport! Het is de perfecte handleiding om dromen werkelijkheid te laten worden d.m.v. het aanleren van de *don't's* in een dergelijk proces en hoe je je focus kan verleggen naar wat voor velen eigenlijk écht de grote droom is.

Sta me toe dat nu even te bewijzen. Want laat mij jullie nu een groot geheim uit de storytelling verklappen: er bestaan maar 26 mogelijke dramatische situaties. Er zijn op die 26 situaties slechts enkele varianten. Daarnaast is een goed verhaal telkens opgebouwd rond hetzelfde stramien: een hoofdpersonage denkt iets te willen in het begin van het verhaal, maar uiteindelijk blijkt dat wat hij/zij écht wil, veel dichterbij zichzelf te vinden is. Of dat het er zelfs al helemaal is, zonder dat het hoofdpersonage dat ooit beseft heeft, tot vlak voor het einde. En ben ik dan even blij dat ik nu ook het belang van een goede titelsequentie kan uitleggen. Ik heb



het jullie bewust niet eerder meegedeeld. De titelsequentie komt in deze film na de eerste 3 minuten film, wat aangeeft dat er al iets gebeurd is voor de titelsequentie dat grote gevolgen heeft voor het verhaal, maar vooral voor het hoofdpersonage. Marty Mauser heeft namelijk zijn beste vriendin zwanger gemaakt. Terwijl zij gehuwd is met iemand anders.

DE ECHTE DROMEN

Aanvankelijk moet hij niets weten van die zwangerschap, laat staan het kind, maar uiteindelijk zal hij beseffen dat zijn grootste droom niet het tafeltennis is. En laat dat nu ook een les zijn voor ieder van jullie. Heb dromen! Heb ambitie! Maar vergeet nooit, maar dan ook nooit, dat je grootste droom waarschijnlijk al ergens in een kinderkamer te vinden is. En dat maakt deze film, en vooral zijn boodschap, zo mooi en authentiek. Dus heb je dromen, bekijk dan zeker deze handleiding. Je gaat er geen spijt van hebben! Integendeel! Ook ondergetekende heeft nog iets bevestigd gezien over het leven, nl. dat mijn grootste droom zich ook al in de kinderkamers bevinden.

Verhalen met een les of een boodschap zijn voor mij steeds de reden geweest om ze te vertellen. We zijn er als kind ook altijd mee opgegroeid. Want ook in sprookjes zitten mooie levenslessen. Houd dus zeker de streamingdiensten de komende weken en maanden in de gaten voor de release van deze, nu al, klassieker! En vergeet nooit: blij dicht bij jezelf. Authenticiteit doet dromen uitkomen.

Marty Supreme 4,5 sterren



Kenneth Kerckhofs is regisseur en scenarist.
Volg hem via [@kenneth.kerckhofs](https://www.instagram.com/kenneth.kerckhofs)
[@cinehousebelgium](https://www.cinehousebelgium.com), www.cinehouse.pro
of www.kennethkerckhofs.be.



STRONG, STYLISH, STRUCTO.



Volg ons op Instagram



Bij Dex Arendonk hebben we een wagen voor iedereen.

Dex Arendonk • Roobeek 50 • 014 74 75 65 • dex.be



DEX
easy car shopping

Kracht ontmoet stilte.



De KGM Musso EV brengt elektrische aandrijving naar het pick-upsegment, zonder compromis op prestaties of robuustheid. Ontdek hem zelf in onze showroom.



LAUWERS
GROEP



LAUWERSNV.BE

EXPERTISE • GARAGE • CARROSSERIE • AUTOHANDEL
ALLE MERKEN • OFFICIËLE DEALER KGM • TAKELSERVICE & AUTOSTALLING • DEX EASY CAR SHOPPING • OPSLAG- & STALLINGRUIMTE, ... TE HUUR

LEASE-RIJDERS OOK STEEDS WELKOM!

LAUWERS GROEP | ROOBEEK 50 - ARENDONK | 014 68 90 90

WONDERGOED

VERJAARDAGSWEEKEND WORDT VOLLEDIGE VERJAARDAGSWEEK

OUD-TURNHOUT — Hoog in de Van der Bekenlaan in Oud-Turnhout hangt weer een waslijn met ondergoed vrolijk te wapperen in de wind. De buurt weet dan: bij Wendy van Wondergoed valt er iets te vieren. En dat klopt: de rode looper en de tent mogen vanaf 5 mei weer buiten, deze keer voor een volledige verjaardagsweek.



„De winkel wordt voor de gelegenheid uitgebreid met een tent buiten, waar de nachtmode te vinden zal zijn.”

Wondergoed

Van der Bekenlaan 34, Oud-Turnhout
Tel. +32 (0)14 72 80 40
wendy@wondergoedlingerie.be
www.wondergoedlingerie.be
f Wondergoed lingeriezaak
i Wondergoed

Open:

Di tot vr: 9.30 tot 12 en 13 tot 18 uur
Za: 10 tot 17 uur
Zo, ma gesloten

Openingsuren feestweek (5 tot 10 mei):

Di, wo, do, vr: 9.30 tot 18 uur
Za: 10 tot 17 uur
Zo: 10 tot 16 uur

Begin mei laat Wendy Adams, de zaakvoerster van Wondergoed in Oud-Turnhout traditiegetrouw haar klanten meegenieten van haar eigen verjaardag. Op 13 mei mogen de kaarsjes op de taart bij Wendy. “De voorbije jaren vierde ik dat met een verjaardagsweekend, maar dit jaar maken we er een ganse week feest van”, kondigt Wendy enthousiast aan. “Zo kunnen we onze klanten nog meer in de watten leggen en de drukte wat spreiden.”

VERJAARDAGSKORTINGEN

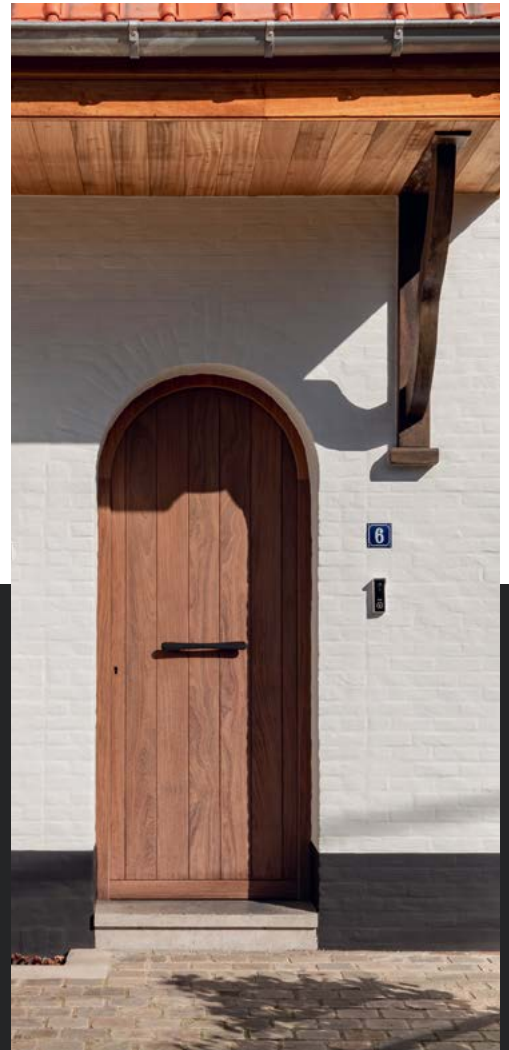
Samengevat: van dinsdag 5 tot en met zondag 10 mei krijg je als klant 13% korting. Bovendien zijn er heel wat 3+1 acties en maakt elke bezoeker kans op een lingerset. Ook via de socials van Wondergoed kan je leuke prijzen winnen door de post van de opendeurdagen te delen. De winkel wordt voor de gelegenheid uitgebreid met een tent buiten. Daar zal voornamelijk de nachtmode te vinden zijn.

“Het wordt weer enorm gezellig, met een muziekje erbij. Voor heel wat mensen is deze verjaardagsweek een vaste afspraak om hun basisondergoed aan te vullen. Ook dat kan.” Tijdens de feestweek is er geen middagsluiting en kan je zowel door de week als op zondag langskomen.

SERVICE ALS KERNWAARDE

Ondertussen is Wondergoed een gevestigde waarde geworden in Oud-Turnhout. “En dat doet deugd”, zegt Wendy. “Onze kernwaarde is en blijft service. Samen gaan we op zoek naar de beste oplossingen en pasvormen. Geen *quick fix*, maar een duurzame relatie met de klanten omdat we altijd eerlijk advies geven en de mensen echt helpen met kwalitatieve lingerie en nachtmode die echt past en comfort biedt.”

Foto's: Clicks by Jolien



Jouw woondroom beleef je bij ons.

Je droomwoning bouwen of verbouwen in de Kempen? Dat doe je met Ooms Woonrealisaties, want wat jouw woondromen ook mogen zijn: als totaalaannemer kunnen wij ze laten uitkomen. Wij zijn er dan ook voor iedereen die een nieuwe woning wil laten bouwen, een bestaande woning wil laten renoveren of een gloednieuwe keuken,

badkamer of kastenwand op maat in huis wil halen. Kortom: één partner met +70 jaar expertise die ál jouw bouwplannen realiseert en jou daarbij volledig ontzorgt van ontwerp tot uitvoering. Zo heb jij meer tijd om te genieten - zelfs tijdens de bouw of renovatie van je droomwoning!



Showroom

Oostmalsesteenweg 220
2310 Rijkevorsel

Openingsuren

Ma-Vrij 9u-12u & 13u-16u
Za 9u-15u

Contact

info@ooms.be
+32 3 309 09 09

Meer tijd om te genieten.

nieuwbouw | renovatie | interieur | projecten

LEEN VAN MELLE

“WE WONEN ECHT OP HET BESTE PLEKJE VAN PORTUGAL”

HERENTALS/PORTUGAL — “Ik ben een beroepswappie, ik geloof in een paradijs op aarde voor iedereen, zoals in de boeken van Anastasia beschreven”, meent Leen Van Melle (59). Afkomstig uit Herentals, is ze al bijna dertig jaar haar eigen, speciale zelf diep in het Portugese binnenland. “Voor ons hele gezin was verhuizen naar Portugal de beste beslissing ooit.”



“Inderdaad. Onvoorzien, maar het plaatje klopte. Ik trok mijn stoute schoenen aan en ging met mijn schoonbroer op huizenjacht. Het heeft niet veel tijd gekost om onze droomlocatie te vinden. Het was van minuut één duidelijk toen ik hier aankwam. Ik viel als een blok voor het huis, de omgeving en de rust. Hoewel het een bouwval was, grotendeels geplunderd, verloor ik mijn hart. Gino had het niet eens gezien voor we het kochten, ik was zelfs vergeten om foto's te nemen. Wat kan er misgaan, dachten we, en we zijn er vol voor gegaan. Geen seconde spijt van gehad!”

Met een baby en een kleuter naar het binnenland van Portugal verhuizen, dat is toch niet niks. Je bepaalt ook hun toekomst.

“We hebben de keuze ook voor hen gemaakt. Achteraf gezien kunnen we alleen maar zeggen dat we het juiste gedaan hebben. We geven toe dat de scholen en het onderwijssysteem in België beter zijn, maar daar is dan ook alles mee gezegd. Johanna, de jongste, heeft ruimte nodig, plaats om haar creativiteit te botvieren. En als er iets is wat we hier hebben, is het wel ruimte en rust. Ze is ondertussen 29 en heeft hier een mooi leven opgebouwd. Ze woont in de buurt met haar vriend en doet wat haar gelukkig maakt: creatief bezig zijn en met haar handen werken. Ook Lente, die nu 31 is, is in de buurt blijven hangen. Na haar studies in de stad is ze teruggekomen. Het is voor haar ook duidelijk waar ze thuishoort. Ze werkt online, dus dat kan van overal, maar ze wil op termijn ook meer betrokken worden bij onze ‘quinta’, onze boerderij. We zijn alle vier nog wel officieel Belg,

” *Ik viel als een blok voor het huis, de omgeving en de rust.* ”

al hebben we geen van allen het gevoel thuis te horen in België. Hier blijven we natuurlijk ook, zelfs na dertig jaar, nog altijd de ‘vreemdelingen’, maar ik voel dat het veel beter is om een vreemdeling te zijn in het buitenland, waar het normaal is, dan een vreemdeling in eigen land. Want dat begrijpen mensen niet. Ik ben bijvoorbeeld heel gevoelig aan straling en word gek van wifi. Mijn hart begint ervan te bonzen en ik krijg steken in mijn borst. Het is oké voor even, maar ik kan geen week overleven in een stad als Gent. Hier kan ik ontsnappen aan de straling. We hebben enkel vast internet en de zogezegde ‘smartphone’ wordt enkel gebruikt om foto's te maken. Mensen zullen me misschien een

Lees verder op p. 54.



in Portugal een leven zouden kunnen opbouwen. Maar telkens was er toch iets dat ons in de weg stond om ook effectief de stap te zetten.”

Wat deed jullie dan uiteindelijk overstag gaan?

“Een geluk bij een ongeluk, letterlijk. Gino werkte op de groendienst van de gemeente, fysieke arbeid dus. Maar op een dag kreeg hij een serieuze knak in zijn rug. Het was meteen duidelijk: hij zou zijn werk nooit meer kunnen doen. De pensioencommissie oordeelde dat zijn lichamelijke toestand alleen nog maar zou verslechteren, dus werd Gino op medisch pensioen gezet. Hij was 33 jaar! Ik moet er dan geen tekening bij maken dat dat niet is wat je voor ogen hebt als je aan je volwassen leven begint: een piepklein pensioen en ondertussen ook twee kleine kinderen. Er kwamen dus heel wat vragen op ons af, vooral dan over hoe we dat zouden kunnen trekken. Maar tegelijk gaf het ons de vrijheid om te gaan en te staan waar we wilden. En toen kwam dat Portugal-idee toch terug boven. De levensduurte is hier heel wat lager, dus we zouden met dat minipensioentje toch meer kunnen doen. Tegelijkertijd stegen de prijzen van het vastgoed in België in die periode sterk, zodat we een mooie prijs voor ons huis konden krijgen. De puzzel viel dus in elkaar. Nu, dertig jaar later, voelt het alsof we toen de lotto wonnen. Al klinkt dat misschien wat raar, want Gino bleef natuurlijk werkonbekwaam.”

Die stiekeme dromen bleken dan ineens toch vaste grond te krijgen?

Nochtans was emigreren niet altijd een doel op zich?

Leen Van Melle: “Helemaal niet. Ons verhaal begint een goeie dertig jaar geleden zoals zoveel migratieverhalen beginnen: met een vakantie. Ik had een nicht die al een hele poos in Portugal woonde en wij gingen gewoon als jong gezin met onze dochter van anderhalf jaar oud bij haar op vakantie. Het was voor ons alle drie puur genieten. Maar een keer terug in België merkten zowel mijn man Gino als ik dat de muren op ons afkwamen. We namen natuurlijk de draad van ons dagelijkse leven terug op, maar we voelden allebei dat die uitstap naar het zuiden in ons lijf gekropen was. Stiekem begonnen we uit te zoeken of en hoe we

JOUW LUCHTKWALITEIT IS ONZE ZORG
BETROUWBARE PARTNERS IN VENTILATIE



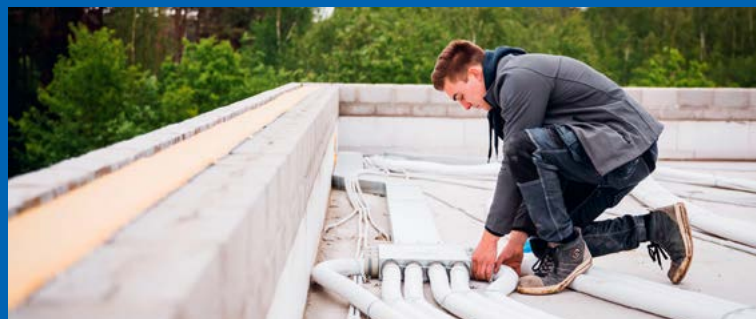
FILTERS EN ONDERHOUD VAN VENTILATIESYSTEMEN



WWW.VENTISERVE.BE

Brugweg 5 - Geel
+32 (0)14/75 80 03 - info@ventiserve.be

VACATURE VOOR INSTALLATEUR



**WIJ ZOEKEN WEGENS GROEI:
INSTALLATEURS FULLTIME**

JOBINHOUD:

- Plaatsen van ventilatiekanalen en leidingen
- Installeren van ventilatiesystemen en centrale stofzuigsystemen
- ...

AANBIEDING:

- Aangename en informele werksfeer in een jong en dynamisch bedrijf.
- Aantrekkelijke verloning met extra legale voordelen.

VEREISTEN:

- Enthousiast en gemotiveerd!
- Teamplayer
- Hands-on mentaliteit.

MEER INFO EN SOLLICITATIES:

thomas@ventivak.be

WWW.VENTIVAK.BE

Brugweg 5 - Geel
+32 (0)14/75 80 03 - info@ventivak.be



3

konden. Het ontwerp voor de heropbouw is volledig van mijn hand. Omdat we al heel wat jaren op deze plek woonden, wist ik wat voor ons gezin belangrijk was: meer ruimte, grote ramen, natuurlijke materialen zoals leem, kurk en natuursteen en maximaal zicht op de prachtige zonsondergang. Daarnaast wilde ik ook een apart atelier voor mijn creatieve uitpattingen. De binnenkant heb ik volledig zelf afgewerkt. De ramen hebben Romeinse bogen en zijn zonder kader in de muur ingewerkt. Zo behouden we maximaal het uitzicht. We zijn echt trots en blij met het resultaat dat we dankzij het verzekeringsgeld en een spaarpotje van wat erfenissen hebben kunnen neerzetten. Je ziet, ook dat ongeluk hebben we kunnen ombuigen naar iets waar we nu heel blij mee zijn. We wonen echt op het beste plekje van Portugal."

Die brand had ook een impact op de omgeving. Is de natuur wat hersteld ondertussen?

"Zoals je al wel merkt, zijn wij een familie die leeft met de natuur. We zijn indertijd in een programma gestapt om de herbebossing in gang te zetten. Ik ben nu verantwoordelijk voor dat programma hier in de regio. We proberen de monocultuur van eucalyptusbomen te doorbreken. Het dorp zelf stelt het wel, al merken we dat meer en meer mensen de laatste jaren in overlevingsmodus gaan. Mensen gaan werken en er is geen tijd, geen energie en geen geld meer voor iets anders. We zien dat ook aan de toeristen: die komen naar hier, ploffen neer aan het zwembad en zijn out. Vroeger deed ik veel begeleide wandelingen, maar daar is na de coronatijd geen fut en/of geen geld meer voor. Corona heeft in dat opzicht veel kapotgemaakt. Ik promoot nog altijd wandelingen via mijn blog, maar ik merk dat die niet meer gebruikt worden, terwijl ik er vroeger regelmatig opuit ging met een groep."

Jullie hebben het als gezin wel mooi voor mekaar. Hebben jullie nog plannen?

"We willen onze quinta, onze boerderij, nog verder uitbreiden, zowel met tuinbouw als met dieren. De dochters willen daar graag bij helpen. We blijven ook activiteiten organiseren in de gemeenschap: een marktje, een ruilwinkel, de ruilbibliotheek draaiende houden,... Mijn moeder was vroeger in Herentals heel actief in Den Dorpel, een werking voor mensen in armoede. Ik heb die microbe ook wel wat, maar doe het dan op een andere manier in Portugal. Gino amuseert zich als muzikant en speelt bij twee muziekgroepen. We leven inderdaad het mooie leven. Mijn plan is om 150 jaar te worden. Johanna zegt dan dat ze zo'n 130 wil worden, dan kan ze mij nog begraven. Dan zal het wel mooi geweest zijn, zeker?"

Tekst: Nele Caeyers



4

'weirdo' vinden, maar voor ons werkt het dus wel."

Toch leek jullie droom zo'n tien jaar geleden even in een nachtmerrie te veranderen.

"Ons huis is in 2017 helemaal in de vlammen opgegaan tijdens een grote brand die de hele regio teisterde. Er is onnoemelijk veel natuur verloren gegaan. Zo'n veertig vierkante kilometer werd compleet verwoest. Het was echt verschrikkelijk. Er woedde een orkaan, het vuur verspreidde zich als een gek, het regende echt letterlijk vuur. Daar valt uiteraard niets tegen te beginnen. We hebben niet, zoals sommigen, geprobeerd om te blussen. Een kennis liet zo het leven. Wanneer de vlammen gewoon uit de lucht vallen, kan je alleen maar machteloos toekijken. We zijn meteen naar het dorp gevlucht, waar er meer beton is en het vuur minder vat kreeg. We rekenden op de brandweer om het huis te redden, maar die zaten zonder elektriciteit en zonder blusvliegtuigen stonden ze machteloos tegenover zo'n inferno. Als bij wonder hebben onze



5

dieren het overleefd. Ik had net ervoor het kippenhok opgeknapt en de nieuwe isolatie heeft geen vlam gevat. Ook de bijenkorven ontsprongen de dans. Het huis daarentegen was reddeloos verloren. We verdenken er stilletjes de houtbaronnen van dat zij het vuur hebben aangestoken. Dat gebeurt wel meer. Er staan hier veel eucalyptusbomen en dat hout is ook nog bruikbaar na een brand. Alleen het ontginnen kan dan veel makkelijker en sneller. Maar je verliest natuurlijk ook de rest, he. De den- en de kurkeiken... Het was zo jammer."

Jullie waren plots dakloos. Werd er vooropvang gezorgd?

"We hebben in het begin twee maanden in België verbleven om te bekomen en te bekijken wat we zouden doen. Daarna hebben we afwisselend bij vrienden gelogeed en wat gereisd. We konden ook een vakantiehuisje van een vriendin huren en verbleven een tijdje in een hotel van een vriend. Gelukkig kwam de verzekering tussen. Uiteindelijk hebben we een tipi, een soort indianentent, kunnen kopen met het geld van een door de familie georganiseerde benefiet. Zo konden we terug in onze tuin wonen. We hebben er zo'n zes maanden in gewoond. In die tijd bouwde ik een klein lemen huisje. Ik ben van opleiding binnenhuisarchitect en had nu volop de kans die kennis te benutten! Ik verdiepte me in bouwen met leem, die grondstof heb ik hier immers met de massa. En dat lukte wonderwel. We hebben twee jaar in dat huisje gewoond voor we uiteindelijk naar ons nieuwe huis

Foto 1: Familietijd. Leen zit uiterst rechts.

Foto 2: Het nieuwe huis tijdens de bouwfase.

Foto 3: De tipi in opbouw.

Foto 4: Leen werkt aan de basis voor een saunahut.

Foto 5: Het vorige huis werd helemaal verwoest.

Ben of ken jij zelf ook een Kempenaar in het buitenland? Laat het ons weten via redactie@onderox.be.

Dé e-bike specialist
in de Antwerpse Kempen



Wij helpen iedereen op de fiets!

Met meer dan 30 winkels en servicepunten in Vlaanderen staan we klaar voor elke fietser - van 2 tot 102 - ook als je je fiets niet bij ons kocht.

Onze vakmensen werken aan jouw fiets alsof het hun eigen fiets is, zodat jij weer met vertrouwen op pad kan. **Maak een afspraak** in één van onze winkels of **trap eens langs** en ontdek ons ruim aanbod aan fietsen van topmerken.



Vind jouw
dichtstbijzijnde winkel op
bikerepublic.be/winkels

Bike 
REPUBLIC

raamSELECT



- RAMEN
- DEUREN
- VERANDA'S



**GEZOCHT:
PLAATSERS
BINNEN- EN
BUITEN-
SCHRIJNWERK**



HOUT | ALU | PVC

» Toonzaal Rijkevorsel Merksplassesteenweg 18

03 340 29 20 · WWW.RAAMSELECT.BE

ONZE REPORTER ZOEKT EN VINDT (NOG MEER) GELUK

HERENTHOUT/ANTWERPEN — Last van een voorjaarsdip? Niks om je zorgen over te maken, zeggen psychologen. “Futloosheid hoort bij de switch van winter naar lente.” Voor wie daar maar weinig geloof aan hecht, biedt de boekensector een resem naslagwerken die de lezer weer naar een vrolijk(er) leven navigeren. Waarheid of quatsch? Onze reporter zocht het uit.



een gelegenheid om het eigen geluk — en bij uitbreiding ook dat van u, beste lezer — te boosten. Dat er drie vormen van geluk zijn, komt Annemans al in de inleiding te zeggen. Gewoon chance hebben bijt de spits af, gevolgd door een blij gevoel na — ik noem maar wat — een wandeling in de natuur. Algemeen een gelukkig bestaan leiden maakt het trio compleet. Al zijn het maar interpretaties, geeft de auteur toe. Online circuleren inderdaad lange wetenschappelijke definities voor het fenomeen ‘geluk’, maar die laten we hier achterwege. Prijs u gelukkig.

” Ik schakel mijn verstand op nul, zet tien stappen opzij en houd een dame van om en bij de dertig staande.”

Over geluk doen nogal wat misvattingen de ronde. Met stip op één: geluk zit in een klein hoekje. Klopt niet, zeggen sociologen. “Sommige mensen hebben altijd chance, ze lijken wel voorbestemd.” Zelfs de meest hardnekkige overtuiging — dat geld niet gelukkig maakt — blijkt nonsens. Poen hebben en weer uitgeven stemt mensen wel degelijk vrolijk, volgens de Ap Dijksterhuis uit. Kort door de bocht: geld moet rollen. Waar naartoe, dat doet er volgens de bekende psycholoog niet toe. Voor wie maar moeilijk kan beslissen: rol het desgewenst naar mij.

EEN PILSJE

Genoeg theorie, over naar de praktijk. Die start met een zelfreflectie, aan de hand van een meet-schaal met daarop tien positieve en negatieve emoties. Het is een oefening die tijd vraagt, maar internationaal wel wordt erkend als de meest valabele introspectieve screening. Zelf kom ik uit op een score van 7,8/10. Op het eerste zicht niet om vrolijk van te worden, al spreken de cijfers dat tegen. “Want er is nog ruimte voor verbetering”, meent een Australische deskundige. “Dat streven naar meer en beter op zich kan al zorgen voor een opgewekter gevoel.”

Meer en beter: het is exact wat Annemans beoogt. Om de lezer daarbij een handje te helpen, somt de auteur een zestiental activiteiten op die een effect kunnen hebben op de reikwijdte van mijn geluk. Ik selecteer vier van zijn tips, die ik met wat journalistieke vrijheid ombuig tot acties die binnen een korte tijdspanne uitvoerbaar zijn.

Voor de Grote Test spoor ik naar Antwerpen, waar veel volk samentroeft. Volk dat ik van haar noch

Elke maand neemt onze reporter een atypische, spannende of relaxerende activiteit onder de loep. Kritisch, maar met een kwinkslag rapporteert hij zijn wedervaren. Deze maand: de zoektocht naar geluk.

Zelfhulpboeken: sinds corona kan je er de straten mee plaveien. Een fractie doet wat het belooft — een betere relatie of meer succes op de werkvloer — maar het gros gaat niet verder dan praktijktips die net zo efficiënt zijn als staren naar een koe die graast. Dat laatste heb ik bij wijze van brede research uitgetest en om nu te zeggen dat ik daar gelukkiger van ben geworden? Niet echt. De

koe evenmin, schat ik. Die leek door al dat onbeschaamd gluren eerder van haar melk.

DRIE VORMEN

Enfin, geen rek bij de boekenboer zonder een wagonlading aan literaire leidraden naar meer zingeving en geluk. Na lang wikken en wegen gaan we voor ‘Geluk vinden zonder het te zoeken’, dat door auteur Lieven Annemans in de markt werd gezet als ‘een betrouwbare metgezel in de zoektocht naar dingen die ons welzijn kunnen vergroten’. Niet dat ook ik last heb van een voorjaarsdip, maar je moet al een idioot zijn om neen te zeggen tegen



van dankbaarheid, gok ik. Ik waan me Rockefeller en voel mijn geluksniveau daadwerkelijk stijgen, tot ik bij het afrekenen verneem dat de man in kwestie een dakloze local is die kampt met een alcoholprobleem. Die drankzucht heb ik zonet extra aangemoedigd, godbetert. *Soit*, de man leek blij en dus ik ook. Op naar de drukke winkelstraten, waar ik straatwervers van Amnesty International tegen het lijf loop, ideaal voor opdracht twee: 'Geef geld aan een goed doel'. Of ik een onschuldige gevangene in Eritrea wil vrijkopen, vraagt Debby, een vrijwilligster van hooguit zestien. Dat wil ik niet. Wat moet ik met een gevangene, ik heb thuis al zo weinig ruimte. In ruil drop ik vijf euro in haar collectebus. Ka-ching! Het nobele gebaar zorgt voor een welgekomen opstoot van dopamine. Ik begin schik te krijgen in de oefeningen van Anemans en schakel meteen naar mijn derde missie: 'Geef iemand een compliment.' Ik draai me om, spot een lieve dame aan mijn rechterzijde en zeg dat ik haar schoenen — sneakers van Nike — mooi vind. Ze lacht charmant en vraagt in één adem of ik een onschuldige gevangene in Eritrea wil vrijkopen. Het blijkt een collega van Debby te zijn. De collectebus maar weer, dit keer 2 euro. Ik kan me wel Rockefeller wanen, maar ik ben het niet. Mijn geluk gaat er wel op vooruit. Ik zit al aan 8,5, minstens.

een dame van om en bij de dertig staande. Of ze gevangenen uit Eritrea verkoopt, wil ik eerst weten? Ze schudt van niet, waarop ik haar prompt een knuffel geef. Haar vriend — een Nederlandse sufferd die plots komt aanzetten en nog groter lijkt te worden naarmate hij nadert — ziet het gebeuren. Waar ik in godsnaam mee bezig ben, vraagt hij geïrriteerd? En of hij mij eens goed moet 'knuffelen'? Zelden zo snel perskaart en smoezen bovengehaald: dat ik als journalist bezig ben met een sociologische studie naar de respons op menselijke attitudes. Die truc lijkt te werken: de Hollandse reus heeft minstens de helft van mijn uitleg niet begrepen. "Huh?" Ik maak van de verwarring gebruik om er vandoor te gaan, maar doe dat wel met een alweer hogere geluksscore: 9,2, ondanks het feit dat die dame mijn ego heeft geraakt door de fysieke geste maar matig te appreciëren. Onderweg naar de trein besluit ik dat zelfhulpboeken wel degelijk effect kunnen hebben, op voorwaarde dat de locatie en het doelpubliek eerst zorgvuldig worden gescreend. Intussen is het zacht gaan regenen en trek ik een sprintje richting station, de blik strak vooruit. Compleet onverwacht duikt een man op uit een inham. Hij positioneert zich vlak voor mijn neus, steekt een flyer in de lucht en roept luidkeels: "Jezus ziet u graag. Hij zal u omhelzen in zijn rijk." Kijk eens aan, toch iemand die mij wél wil knuffelen. Geluk zit soms in een kleine nis.

pluim ken, wat later in dit verhaal een voordeel zal blijken. 'Trakteer iemand die je niet kent', luidt de eerste uitdaging. Ik neem plaats op een terras, bestel een pils voor mezelf én voor een man die verderop moederziel alleen aan een tafel zit, zonder consumptie. "Bent u daar zeker van?" De ober vraagt het me twee keer. "Heel zeker." Even later kijkt de man stomverbaasd mijn richting uit, hijst aarzelend zijn pils en drinkt het glas met twee lange teugen leeg. Hij lacht en laat terloops een boertje. Als blijkt

EEN KNUFFEL VOL RISICO

De laatste opdracht is de meest uitdagende: 'Knuffel een vreemde'. Gewaagd, want ik ben 'fysiek gereserveerd' en verlegen dat het een aard heeft. Ik schakel mijn verstand op nul, zet tien stappen opzij en houd

Tekst: Peter Briers

Foto's: Sally Van Campfort

Foto 1: Onze reporter knuffelt een wildvreemde.

Foto 2: In gesprek met een straatwerver voor een goed doel.

jefremijisen bv
zonwering & rolluiken & poorten

KNIKARMSCHERMEN · WINDSCHERMEN · SCREENS · SECTIONALE POORTEN
ROLLLUIKEN · BINNENZONWERING · TERRASOVERKAPPINGEN · GLAZEN
SCHUIFWANDEN



Geniet deze zomer maximaal van quality time in je tuin, die een verlenging wordt van je woning.



Slagmolenstraat 160, B-2300 Turnhout | T +32 (0) 14 417 571 | info@jefremijisen.be | www.jefremijisen.be





ACCOD KEMPEN

ENERGIEADVISEURS HELPEN BEDRIJVEN EN GEZINNEN BESPAREN

Het zijn drukke tijden voor energiespecialisten Peggy Govaerts en Maud Dierckx — moeder en dochter — die elke dag als onafhankelijk adviseur aan de slag gaan. Daarbij geven ze gratis en gepersonaliseerd advies aan gezinnen en bedrijven die naar langdurige energiebesparingen leiden. “Zo helpen wij iedereen om de eerste stap te zetten naar een duurzamere en rendabelere toekomst.”

Peggy Govaerts en Maud Dierckx kennen de energiemarkt als hun broekzak. Dat moet ook, want die energiemarkt wordt steeds ingewikkelder. Het is voor een gewoon gezin of bedrijf niet eenvoudig om bij te blijven in een wereld van energieleveranciers, vaste en variabele contracten, injectietarieven en netvergoedingen. “Wij vormen daarom een vertrouwde partner in het vinden van de juiste elektriciteits- en aardgasleveranciers”, vertelt Peggy. “We streven naar duurzame oplossingen die niet alleen je energiekosten verminderen, maar ook bijdragen aan een groenere toekomst.” Peggy werkt al 15 jaar als energieadviseur onder de noemer Accod Kempen, Maud studeerde vorige zomer af aan de KU Leuven, doorliep sindsdien alle opleidingen bij verschillende energieleveranciers en stapte mee aan boord van Accod Kempen.

GEGEVENS ANALYSEREN

Maar hoe gaat alles precies in zijn werk? “Wij ko-

men bij de klant ter plaatse en bekijken aan de hand van afrekeningen en hun verbruik waar en hoe er bespaard kan worden in hun energiehuishouden”, legt Maud uit. “We bekijken of je de juiste leverancier met het juiste tarief en de juiste prijs

” Wij worden betaald door de energieleveranciers, niet door de klanten zelf.”

hebt. We kunnen ook facturen uitpluizen en kijken hoe de energiekost naar beneden kan. Onze aanpak omvat een diepgaande analyse van de energiemarkt. Wij kunnen voor onze klanten de

huidige trends, prijsfluctuaties en kansen identificeren en hen duidelijk advies geven. Wij ontwikkelen op basis van die markt- en klantenanalyse maatoplossingen die voldoen aan de specifieke behoeften van onze klanten, zoals het optimaliseren van energie-efficiënte maatregelen en het verkennen van groene energieopties. Of het nu gaat om het optimaliseren van je huidige tarieven, het integreren van zonnepanelen met bewezen rendementen, laadpalen of het kiezen van de juiste batterijopslagsystemen, wij begeleiden je. We kunnen helpen bij het aanvragen van retroactieve premies en hebben zelf onze contacten in de energiewereld waardoor we goede voorwaarden kunnen bekomen.”

GRATIS EN VRIJBLIJVEND

“Heel belangrijk: wij worden betaald door de energieleveranciers, niet door de klanten zelf. Ons advies is voor hen dus altijd vrijblijvend en gratis.



“De meeste klanten bezoeken we twee keer per jaar. Vaak is het in het voorjaar interessant om een variabel contract te nemen en is het in het najaar aantrekkelijk om over te schakelen naar een vast contract. Al is de situatie nu iets anders en was het de laatste tijd door de stijgende energiekosten in veel gevallen net aantrekkelijk om naar een vast contract over te stappen. Alles hangt af van jouw persoonlijke situatie.”

Voor een gratis en vrijblijvend advies, zet een eerste stap naar een duurzame en rendabele besparing, want Peggy en Maud gaan voor een langdurige samenwerking met jou en/of jouw bedrijf.

ACCOD KEMPEN VOSSLAAR

Tel. +32(0)14 73 31 01
accodkempen@gmail.com

Maud en Peggy hebben al heel wat referenties opgebouwd en hielpen naast particulieren ook al heel wat ondernemers besparen. Enkele voorbeelden:

LA FINESSE/CARINE VAN LOCO

CREATO HAARATELIER

MARCEL KIDS SHOES

JT GYPROC & RENOVATIEWERKEN

VICTORIA NICOLE DANIELS

DAGBLADHANDEL AVENUE

ILS ILOVESHOPPING

DE KOLONISTEN

MISSES NEEDLE

CATS & DOGS

TINQ

DER KINDEREN

FLOR VASTGOED

DAP DE BREM

GARAGE ADRI

PICCOLO'S

POLLET

NERF INTERIEUR

DEN BERK DÉLICE

SNUFFELLAND

AMU

PUZZEL MEE EN MAAK KANS OP EEN K-DOOS TWV 50 EURO

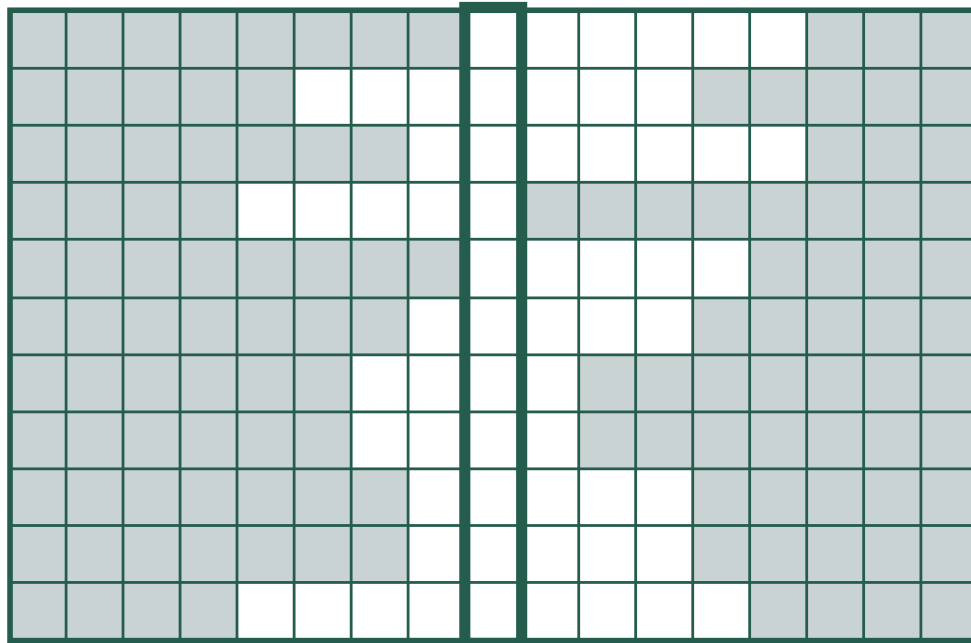
Welkom op de puzzelpagina van Onderox Magazine. Hier kan je je even ontspannen én prachtige prijzen winnen. Het is deze maand niet anders. We schenken een K-doos weg ter waarde van 50 euro. Deelnemen aan de puzzelwedstrijd kan nog tot en met **maandag 18 mei**.

WOORDPUZZEL

Het enige wat je moet doen, is dit magazine van voor naar achteren uitlezen en je vindt automatisch de antwoorden op de vragen. Heb je alles goed ingevuld? Dan verschijnt het codewoord. Hiermee ga je naar www.underox.be/wedstrijden.

TIP: IJ TELT 2 VAKJES

- 1 | Coördinator van vzw de Fakkel (achternaam) die mee de expo 'Buiten Beeld' organiseerde.
- 2 | Meervoudig wereldkampioen motorcross (achternaam) die al eens op de foto gaat met Leon Van Gestel.
- 3 | Gastkok (voornaam) die ons deze maand tomaten leert fermenteren.
- 4 | Jongste lid (voornaam) van The Lowland Pipers.
- 5 | Atleet (achternaam) waar Otto Teulingkx naar opkijkt, net als naar Marten Van Riel.
- 6 | Populair Tanzaniaans gerecht, meestal geserveerd met bonen.
- 7 | Onderkomen (enkelvoud) waarin Leen Van Melle zes maanden in haar tuin woonde.
- 8 | Choreografe (achternaam) waarmee Pommelien Van Hees heel graag wil samenwerken.
- 9 | Dame (voornaam) die samen met haar dochter het 'volkslied' van Schorvoort schreef.
- 10 | Aantal euro dat onze man Peter in totaal in een collectebus stopt, op zoek naar geluk.
- 11 | Voorwerp dat werd gestolen van onze hoofdredacteur Bert Huysmans.



WINNAARS

Puzzelpagina editie 262: Christine Verhoft

Lekkerstappen maandwinnaars maart:

K-doos twv 25 euro. We ontvingen 1902 inzendingen voor de online wedstrijd. Anita Renders uit Rijkevorsel gokte exact dit aantal en gaat aan de haal met de K-doos waardebou.

Waardebou vertrekpunt twv 25 euro. Voor de winnaars verwijzen wij u deze maand door naar www.lekkerstappen.be/wedstrijden.

Wablief, radioactief?

Een aardappel een natuurlijke bron van straling? Dat klopt! Tijd om je kennis over radioactiviteit op te frissen?

Bezoek de interactieve expo over radioactiviteit en het beheer van radioactief afval in Tabloo.

Tabloo, Gravenstraat 3 in Dessel.

Tickets en info: tabloo.com

tabloo



Wij zijn op zoek naar:

**verkoper -
interieurvormgever**

Meer info:
elst-keukens.be/vacatures



kwaliteitsmaatwerk
uit eigen atelier



Zuiderdijk 8, 2310 Rijkevorsel
Tel. 03 314 20 32

Turnhoutsebaan 171, 2480 Dessel
Tel. 014 37 80 45

info@elst-keukens.be
www.elst-keukens.be

TEUN MICHIELS

EEN STEMFREAK MET EEN MISSIE

HOUTVENNE – Teun Michiels (46) begon op zijn negende met zingen en behaalde alle diploma's als bariton, de lagere mannenstem. Tot hij ontdekte dat hij eigenlijk tenor was, de hogere stem. Die 'valse' start is vandaag zijn kompas als stemcoach. "Wat mij is overkomen, wil ik anderen besparen."



Dag Teun, hoe gaat het met jou?

Teun Michiels: "Het is druk, maar ik vind dat fijn. Ik blijf verbaasd van hoeveel studenten hier langskomen, en van hoe ver ze komen. In het begin voelde dat wel als een grote druk: iemand die van Amsterdam of Parijs naar Houtvenne reist voor één les... Je zegt goeiemorgen, je vraagt hoe het gaat, en voor je het weet ben je al vijf à tien minuten van hun kostbare lestijd kwijt."

Je noemt jezelf stemfreak, mogen wij jou zo noemen?

(Glimlacht) "Ja, je mag me gerust een stemfreak noemen, in de positieve zin dan. Onlangs nog zaten we in een restaurant. Ik zag meteen dat de sommelier een zangerslijf had: breed gebouwd en een krachtige uitstraling. Ik zei dat tegen mijn gezelschap en even later vroeg ik het hem gewoon: 'Zingt u?' Hij keek alsof hij door de bliksem getroffen was, maar het klopte. Hij had vroeger musical gezongen."

Was het altijd je droom om stemcoach te worden?

"Bijna iedereen die zang studeert, droomt ervan om zanger te worden. Maar lesgeven is altijd mijn tweede natuur geweest. Op m'n 16de gaf ik al pianolessen. Ik kon nog niet goed genoeg zingen. Dat parcours bleek achteraf gezien wel eentje met een serieuze hobbel."

Wat is jou dan overkomen?

"Ik begon met zingen op mijn negende. Op mijn 27ste zong ik nog altijd als bariton, want dat had iedereen mij al die jaren verteld en geleerd. Ik had alle diploma's die je als zanger kan halen. In een masterclass hoorde ik plots dat er iets niet klopte. Ik bleek eigenlijk tenor te zijn. Dat sloeg in als een bom. Hoe kon dat zo lang fout lopen? Er ontbrak gewoon kennis over de stem, zeker in de wereld van de klassieke zang."

En toen besloot je anderen te helpen?

"Ik ben beginnen zoeken via congressen en opleidingen naar hoe de stem werkt. En één antwoord roept meteen een nieuwe vraag op. Hoe meer je leert, hoe meer je beseft dat je niets weet. Elke dag ontdek je iets. Zo merkte ik ook hoe belangrijk het is om samen te werken met logopedisten en neus-keel-oorartsen. Je krijgt directe feedback. We sturen mensen naar elkaar door. We bespreken concrete gevallen. Dat is eigenlijk intervisie, zoals bij psychologen en artsen."

Je zit hier dus niet alleen in je studio?

"Neen, ik zit hier niet alleen. Aan de overkant werkt Liesbeth, de logopediste en stemtherapeute. Ik heb jaren gezocht naar iemand zoals zij. Ze is even leergierig als ik, dat moest echt kloppen voor ik iemand zou aannemen. Niet iedereen die bij haar langskomt, volgt zangles bij mij. Nko-artsen sturen mensen rechtstreeks door naar Liesbeth, en anderen belanden hier via collegazangers of koren. Zij koppelt daarna terug met de juiste zangleer-

kracht. Zo bouwen we samen die topsportzorg waar ik zo in geloof."

Is zingen dan een topsport?

"Absoluut. Dat wordt al jaren gezegd. Maar zeker vroeger werd dat niet altijd zo ingevuld. We riepen het vooral om onszelf gerust te stellen: 'We hebben hard gewerkt.' Maar op professioneel niveau klopt het helemaal: je moet je instrument hetzelfde beheersen als een atleet zijn lichaam. Wat zangers niet kennen, is de topsportzorg die bij sporters vanzelfsprekend is: paramedische begeleiding, mentale coaching. In het conservatorium kreeg ik dat nooit mee. Terwijl je bij tennis of voetbal altijd een coach en een medisch team klaar hebt staan."

Een zanger die zoals een voetballer tijdens de wedstrijd op het veld gaat liggen...

"Nee, dat gebeurt gelukkig niet. Maar zangers hebben soms ook stemzorg op locatie nodig, zoals sporters die tijdens een match meteen behandeld worden. Er rust nog altijd een taboe op zeggen: 'mijn stem zit niet goed' of 'ik voel me niet goed'. Zingen is niet alleen een artistieke bezigheid, maar ook een fysieke en mentale. Daar praten we nog veel te weinig over."

„Je moet je instrument hetzelfde beheersen als een atleet zijn lichaam.”

Kan iedereen zingen?

(Resoluut) "Ja! Tenzij je toonloos bent, maar dat is maar 1 à 2% van de bevolking. Iedereen kan leren zingen. Mensen zeggen vaak: 'Ik kan niet zingen.' Dat zegt vaak meer over hoe ze naar zichzelf kijken dan wel over hun zangkwaliteiten."

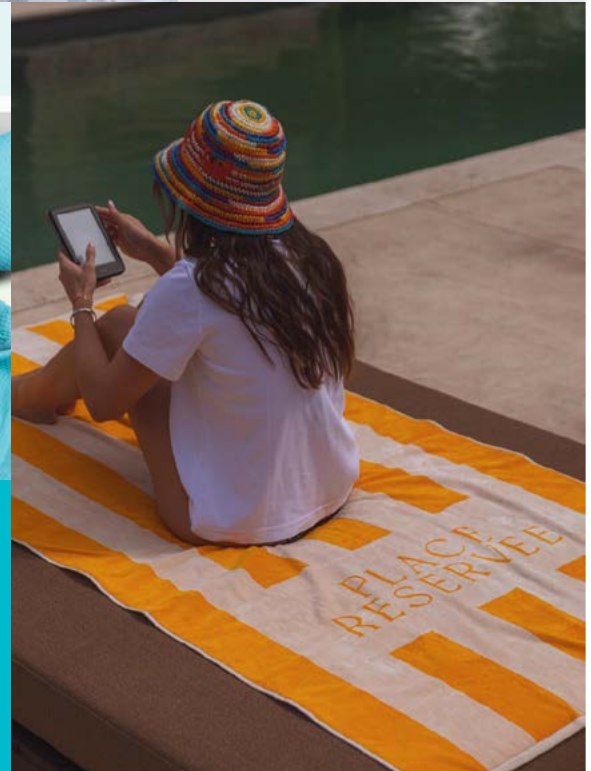
Wat is je grootste ambitie?

(Denkt na) "Doceren aan een conservatorium. Om ook de volgende generatie zangers en zangdocenten te inspireren. Mijn ambitie als leraar is maximaal, mijn dedication ook, net als mijn liefde en mijn passie."

Geen droom om toch ooit zanger te worden?

"Ik ben nog altijd een zanger en ik zal altijd blijven zingen. Maar mijn beroep is docent. En mijn missie is duidelijk: wat mij is overkomen, wil ik anderen besparen."

Tekst en foto: Amelie Van Bogaert



Geen zomer zonder zomerdeken!

Dankzij de natuurlijke tencel-vezel biedt dit zomerdeken een fris en droog slaapklimaat door uitstekende vochtopname en antibacteriële werking. De katoenen jersey toplaag, verrijkt met aloë vera en zijdeproteïne, voelt heerlijk zacht aan.

Je gebruikt de deken zonder overtrek, en het onderhoud is simpel: wassen op 60°C, snel drogen, en 's avonds weer klaar voor gebruik!



OUDERLIJKE WONING ONDERGAAT GRONDIGE RENOVATIE

MOL —In onze rubriek 'binnenkijken' gaan we deze keer langs bij Christel uit Mol. Vorig jaar nam ze haar intrek in het huis van haar moeder. "Maar dat moest wel eerst grondig gerenoveerd worden."



NIEUWE PLAFONDS

Joachim voorzag de hele woning van nieuwe gyprocplafonds. "Het plafond was vroeger volledig uit hout opgetrokken, wat het vrij druk maakte." In de woonkamer werd een railing in het plafond ingewerkt voor gordijnen. "Dat past perfect bij het strakke interieur. Al heb ik die gordijnen voorlopig nog niet geplaatst omdat er hier toch haast geen inkijk is en ik geniet van het natuurlijke licht dat binnenvalt. Alles werd tot in de kleinste details afgewerkt. Zelfs de schilders gaven complimenten over hoe goed het plafond was afgewerkt. Dat gaf mij veel vertrouwen."

„Ik hou van eenvoud. Dat moest het interieur ook uitstralen.”

Ook de muren zijn opnieuw bezet. "In de woonkamer heb ik getwijfeld of we de langste muur volledig zouden vernieuwen. Joachim raadde aan van wel omdat dat de uitstraling van het interieur volledig bepaalt. Ik heb zijn advies gevolgd. Gelukkig maar, want het is heel mooi geworden. De ramen waren met hout omkadert. Die omkadering hebben we verwijderd. Daarna heb ik de ramen in het zwart laten beitsen zodat het mooi past bij de witte kleur van het interieur."

PRAKTISCHE KEUKEN

"De keuken is helemaal uitgebroken. De leidingen hebben we grotendeels gelaten zoals ze lagen. En ook de halfhoge muur tussen de keuken en de leefruimte wou ik behouden. Zo blijft het toch een

"Dit is de woning van mijn moeder", vertelt Christel. "Toen zij is overleden, heb ik het gekocht. Maar ik wou het interieur wel anders en er moesten sowieso renovaties gebeuren aan het energiehuishouden." En dus werd Gyprocwerken Lievens uit Balen ingeschakeld. "We hebben hen ooit in een advertentie in Onderox Magazine zien staan", glimlacht Christel. "Ik heb die toen zelfs uitgeknipt. Ik heb Joachim (de zaakvoerder, nvdr.) dan gecontacteerd en ben ook nog op enkele andere plaatsen gaan kijken, maar hij gaf mij meteen het meeste vertrouwen."

TIJDLOOS INTERIEUR

Samen werkten ze uit hoe de woning er na de renovatie moest gaan uitzien. "Ik wou vooral een veel strakkere en modernere uitstraling. Alles was vroeger van hout. De muren waren lichtgrijs en zijn nu wit geworden, dat vond ik een logische keuze om meer rust te brengen. Ik hou van eenvoud. Dat moest het interieur ook uitstralen. Ik wou het graag

tijdloos maken zodat ik met accenten meer kleur kon brengen. Een schilderij kan je nu eenmaal makkelijker vervangen dan een hele muur."

"De bestaande indeling van de kamers hebben we behouden, die had mijn moeder bepaald en was vrij logisch. Ik had vooraf een budget vastgelegd met een nicht van mijn schoonbroer die als architect actief is. Daar hebben we ons aan kunnen houden. Ik vond dat wel fijn om zo'n richtcijfer te hebben. Dan weet je dat je op bepaalde vlakken meer kan investeren en op andere domeinen soms meer budgetvriendelijke opties moet overwegen." Zo is het huis opnieuw geïsoleerd en werd de verwarming vervangen door airco's die zowel kunnen koelen als verwarmen. "Ik heb ook een thuisbatterij en zonnepanelen laten plaatsen. Enkel de pelletkachel is gebleven. Gas heb ik niet meer. Het huis voelt nu veel aangenamer aan. Ik herinner me dat het vroeger in de hal altijd erg koud was. Maar nu is het overal in huis even warm. En die airco's zijn heel handig om in de zomer alles fris te houden."



aparte ruimte, maar is die verbondenheid er wel met de leefruimte. In de keuken hebben we wel de indeling veranderd, zo staat het kookvuur nu aan de andere kant omdat die eerst in de hoek zat weggeduwd. Nu zijn we meteen ook voor een modern inductievuur gegaan. Alles is gewoon nog praktischer geworden.”

De vloer bestond in het hele huis uit opvallende rode tegels met brede voegen. Daar werd een PVC-vloer met een houtlook overheen geplaatst.

“Die is heel dun waardoor we eigenlijk nauwelijks ruimte verloren. Het is een wereld van verschil qua uitzicht én makkelijk om te onderhouden.”

Ook de badkamer is volledig nieuw. “Vroeger hingen er overal tegels tegen de muur, nu is alles geschilderd. Alles is proper afgewerkt. Joachim en zijn team dekte ook altijd alles volledig af voor ze aan de slag gingen.”

“Nu ik hier een tijdje woon, kan ik wel zeggen dat het alles is wat ik ervan verhoopt had. Ik vond het span-

nend om zo grondig te gaan renoveren, maar het is echt verbouwen zonder zorgen geworden voor mij. Alles is lichter en veel aangenamer nu. Ik vond dat je vroeger altijd de indruk had dat het hier donker was, zelfs met de ramen open. Dat gevoel is nu helemaal verdwenen. Ik woon voortaan in een moderne woning met veel natuurlijk licht. Prachtig, toch?”

Tekst: Bert Huysmans

Foto's: Romi Vosters



**GYPROCWERKEN
LIEVENS^{bv}**

gyprocwerken-lievens.be
info@gyprocwerken-lievens.be

+32(0)491 74 25 21

**Wij
gaan voor
een schilderklar
resultaat
vertrekkende
van een Gyproc
plaat...**



ON STAGE: WIN GRATIS DUOTICKETS!

DANKZIJ ONDEROX GRATIS NAAR OPTREDENS EN VOORSTELLINGEN!

Surf snel naar www.nderox.be/onstage-wedstrijd en kies daar maximaal drie voorstellingen uit waarvoor je tickets wil winnen. De winnaars worden uitgeloot en persoonlijk op de hoogte gebracht via mail. De tickets liggen de dag van de voorstelling klaar aan de kassa. Deelnemen kan nog tot en met dinsdag 12 mei 2026. Veel succes!



Okidok – In Petto ©Denis Gregoire



Taff Rapids



Burning City ©Stef Stessel



Äo ©Alexander Popelier

OKIDOK — IN PETTO

HERENTALS — Okidok behoort al jaren tot de top van internationale circusacts. De twee clowns spelen zonder woorden, maar zetten des te meer in op hun sprekende lichaamstaal. Met 'In Petto' keren ze terug naar puur clowneske humor. Op een tragikomische manier trotseren de twee sociaal onaangepaste individuen samen de uitdagingen van het leven.



15/05/2026 om 19 uur
't Schaliken in Herentals
Tickets 14 euro

KVS / HETPALEIS / THEATER ARSENAAL / JUNIOR MTHOMBENI & SOCHA — BURNING CITY

TURNHOUT — Flikken houden u tegen. Fight flight freeze. Klimaatcrisis in huis. Fight flight freeze. Make America Racist Again. Fight flight freeze. China wordt de nieuwe wereldleider. Fight flight freeze. Al heeft de touwtjes in handen. Fight flight freeze. Donkere straat, iemand roept, iemand fluit. Fight flight freeze. Voor sommige mensen loopt het leven als vanzelf. Maar niet voor ons. Wij voeren elke dag een strijd. Ons reptielenbrein wil maar één ding: overleven. Hoe vinden we onze weg uit deze onrust?



20/05/2026 om 10 uur en 20.15 uur (duotickets voor 20.15 uur)
De Warande in Turnhout
Tickets 22 euro

BUSKERFESTIVAL

HERENTALS — Voor het eerst organiseren Rootstown en cc 't Schaliken een buskerfestival. Deze muzikale wandeling is een ontdekkingsstocht en reis waar de liefde voor muziek en Herentals centraal staan. Niet alleen geniet je van muzikale klanken in het centrum van de stad, maar bewonder je ook enkele tentoonstellingen. Die worden in het kader van kunstenfestival STORMLoop georganiseerd. In een klein groepje vertrek je op pad met een gids. Bij elke tussenstop verblijden muzikanten je met akoestische liedjes. Taff Rapids, een bluegrassband uit Wales, sluit de trip af op het hoofdpodium.



21/05/2026 om 19 uur
Stadspark Herentals
Tickets 17 euro

ÄO

TURNHOUT — Met hun betoverende mix van elektronica, artpop, afropop, saudade en alternatieve latin is Äo uitgegroeid tot een van de meest opwindende acts in de Belgische muzieksceen. Live zorgt Äo voor een meeslepende ervaring die publieken in heel Europa betovert. Hun dynamische sound – variërend van fragiele melodieuze tot dansbare beats – dompelt je onder in een bezwerende wereld waar je nooit weet waar wat vandaan komt.



6/06/2026 om 20.15 uur
Kuub (de Warande) in Turnhout
Tickets 25 euro

www.houtumstreet.be — www.warande.be — www.oud-turnhout.be — www.cultuurcentrummol.be — www.vaartbeerse.be
www.elckerlijc.com — www.schaliken.be — www.dewerft.be — www.ccdeadberg.be — www.dewouwer.be
www.dewildeman.net — www.cultuurcentrumbaarle.eu — www.cctoendra.be



WWW.VANGORP-BANDEN.COM

BANDENCENTER VAN GORP
TURNHOUTSEBAAN 134, RETIE
BIJ VRAGEN BEL 014/37 20 32



WAAR SERVICE
NOG BELANGRIJK IS

WIJ SCHEPPEN EEN
BAND MET ONZE
KLANT



ceva tyre network
aanbevolen door alle leasingmaatschappijen



CEDRIC SELS
DAKWERKEN

UW KEMPENSE DAKWERKSPECIALIST

RENOVATIE & NIEUWBOUW VAN ALLE SOORTEN DAKEN





LEERLINGEN SPRINGEN IN DE BRES VOOR OOST-AFRIKAANSE SCHOOLJEUGD

GEEL/TANZANIA — Gerenoveerde klassen, een opgeknapte keuken en stenen trappen om veilig de heuvels in de omgeving te kunnen trotseren. De balans van de vijfde buitenlandse werkstage van middelbare school Sint-Jozef uit Geel oogt indrukwekkend. Voor de scholieren van het Tanzaniaanse Moshi is de passage van de Vlaamse crew een opsteker van formaat. “Deze vrijwilligersreis is vooral een eye-opener”, zegt leraar Koen Leysen.

Voor de inwoners en schoolgaande jeugd van het Tanzaniaanse Moshi is Koen Leysen (46) inmiddels een ancien. Leysen was dit jaar aan zijn derde stage toe. “Tien jaar geleden zijn we voor de eerste keer met een aantal van onze studenten naar Tanzania afgereisd”, vertelt Koen. “Het initiatief kwam van een Belgische benefietorganisatie die al langer in Oost-Afrika actief was en vandaag nog altijd focust op het opwaarderen van lokale scholen. In het kader van het technische luik werden Vlaamse scholen gecontacteerd, waaronder ook Sint-Jozef.”

Waar is het voor jullie allemaal begonnen?

Koen Leysen: “Voor onze leerlingen was de reis in 2016 een eerste buitenlandse werkervaring. Stages waren ze al langer gewoon, vanzelfsprekend, maar veldwerk combineren met een inspanning voor het goede doel, dat was voor iedereen toen compleet nieuw. Maar de opdracht van onze laatste jaren in Tanzania is voor hen geen verplicht nummertje. In het voorlaatste jaar al krijgen de leerlingen de kans om zich kandidaat te stellen. Dat doen ze aan de hand van een motivatiebrief. Onze oproep van vorig jaar leverde vijftien kandidaten op. Uiteindelijk werden zestien jongeren geselecteerd uit de afdeling Wetenschap en Techniek. De uitdaging is niet gering, want iedereen moet elke klus aankunnen, van schilderen en mortel maken tot sjouwen met

stenen. Ook de leerkrachten steken de handen uit de mouwen. Het is niet zo dat wij alleen maar toekijken, zoals een turnleerkracht die zijn leerlingen zegt dat ze rondjes moeten lopen, maar zelf aan de zijlijn blijft staan.” (lacht)

“Een toilet in de grond? Dat hadden onze leerlingen nog nooit gezien.”

De gekozen leerlingen nemen het hele kostenplaatje voor eigen rekening. Hoe krijgen ze dat voor elkaar?

“Dat doen ze aan de hand van een rist benefietacties, zoals een spaghettidag, een mosselslag en een wafelverkoop. Met die opbrengsten wordt zowat alles betaald: van de vliegtuigtickets en het verblijf ter plaatse tot de materialen die nodig zijn om het bouwproject te doen slagen. Ook daar schuilt een vorm van solidariteit in. Studenten zetten zich niet louter voor hun eigen deelname in, maar voor de participatie van de hele groep. Het

opgehaalde geld gaat in één pot, die nadien gelijk wordt verdeeld.”

Sint-Jozef ondersteunt alleen staatscholen. Vanwaar die keuze?

“Staatscholen moeten het in Tanzania zien te redden met weinig subsidies. Dat merk je aan alles. Voetballen doen de kinderen met een lege fles water, als ze die al hebben. Tijdens de pauze spelen ze simpele spelletjes, waar geen materiaal voor nodig is. Ook de werkomstandigheden zijn er anders: wij hebben voor alles een machine, maar daar vergt elke kleine of grotere ingreep handarbeid.”

Hoor ik jou nu zeggen dat Vlamingen daar nog wat van kunnen leren?

“Dat kunnen we zeker. Wat ze in Moshi kunnen met een eenvoudig truweel, bijvoorbeeld, dat hebben wij nog nooit gezien, laat staan geprobeerd.”

Geconfronteerd worden met pure armoede: wat doet dat met jongeren?

“Voor onze leerlingen is het bezoek aan Tanzania een regelrechte cultuurschok. Het zet hen met beide voeten op de grond. Hebben wij hier iets nodig, dan lopen we naar de winkel, maar in Tanzania is dat allesbehalve evident. We bereiden de leerlingen goed voor op het avontuur dat hen te

Lees verder op p. 70.

Miele

CENTER
SMETS

KASTERLEE

**TOT €150 CASHBACK OP
EEN SELECTIE TOESTELLEN**

KOM LANGS EN PROFITEER!

Geldig tot 31 mei 2026



MARKT 9, 2460 KASTERLEE - 014 85 07 54



HOUT FEYEN

STOCK

- » LAMINAAT / PARKET
- » GEVELBEKLEDING
- » PLAFONDPAANELEN
- » GIPSPLATEN

TE BEKIJKEN IN ONZE TOONZAAL



© Outdoor Wood Concepts®



PARKET • BINNENDEUREN • PLAFONDPAANELEN • GEVELBEKLEDING

Kastelsedijk 54 - 2480 Dessel - Tel: 014 32 60 70 - www.houtfeyen.be - info@houtfeyen.be
ma - do: 8-12 & 13-18u / vrij: 8-12 & 13-17u / zat: 8-12u / gesloten zaterdagmiddag, zon- & feestdagen





wachten staat, maar de omvang van de armoede dringt pas echt tot hen door als ze ter plaatse arriveren. Die armoede zit vaak in kleine details, zoals de vuile kleding waarin lokale jongeren de godganse dag moeten rondlopen. Onze tieners trekken grote ogen als ze te zien krijgen in welke omstandigheden hun leeftijdsgenoten moeten opgroeien. Een dure mobiele telefoon, een chique boekentas of sportschoenen van Nike, dat kennen ze daar niet. Wij hopen dat onze studenten leren uit deze ervaring, dat hun herinneringen een poos blijven hangen. De reis zindert wel degelijk na, heb ik al gemerkt. De leerlingen uit mijn klas die aan de werkstage hebben deelgenomen, zullen de eersten zijn die van zich laten horen als anderen weer maar eens zeuren over pietluttigheden. "Klaag niet, in Tanzania is het veel erger", hoor ik ze dan zeggen. Daaruit leid ik af dat de reis wel degelijk indruk heeft gemaakt."

Wat zouden de effecten op lange termijn kunnen zijn, volgens jou?

"Leerlingen die zijn meegereid zullen in de toekomst sneller geneigd zijn om in de bres te springen voor mensen in nood, die het met minder middelen en mogelijkheden moeten roeien. We hebben het eerder al zien gebeuren bij leerlingen die aan eerdere edities hebben deelgenomen. Zij laten in de aanloop naar elke volgende reis telkens

opnieuw van zich horen, door bijna elke benefietactie te steunen."

Zopas eindigde de vijfde werkstage van Sint-Jozef in Moshi, op de grens tussen Tanzania en Kenia. Ben je tevreden over het geleverde werk?

"Zonder twijfel. Dit jaar hebben we vier klaslokalen gerenoveerd, van de vloer tot aan het plafond, en hebben we een aantal betonnen trappen gegoten, wat de scholieren in staat moet stellen om zich veiliger te verplaatsen in de soms heuvelachtige omgeving. Ook de keuken werd gemoderniseerd, zodat het koken voor de vrouwelijke chef wat minder omslachtig is geworden. Ook het vermelden waard: tot voor kort moesten zeshonderd leerlingen 's middags hun vuile bordjes wassen aan twee kraantjes. Dat zijn er nu tien geworden. Dat is nog altijd niet overdreven veel, maar toch al vijf keer beter dan wat het vroeger was."

De thuisblijvers konden de werkzaamheden volgen via sociale media. Daar ging het nu en dan ook over de Afrikaanse keuken.

"Dat was inderdaad wel een dingetje. Vooraf was er wel wat vrees voor wat de pot daar zou schaffen. Voor alle duidelijkheid: de lokale keuken smaakt heerlijk, maar de gerechten worden niet

opgediend zoals wij dat gewoon zijn. In Moshi zijn ze al lang blij met een plastic bord. Grappig detail: wij hebben er zo vaak rijst met bonen gegeten dat ze ons dat gerecht de eerstkomende tijd niet meer moeten voorschotelen. (lacht) Ook het sanitair, een eenvoudige toiletpot in de grond, heeft een verhaal opgeleverd dat blijft hangen. Zo'n toilet hadden onze leerlingen nog nooit gezien. Diegenen die het geprobeerd hebben, zullen het niet snel vergeten. Hun hilarische getuigenissen blijven de ronde doen."

Een werkstage van zeventien dagen, dat moet ook bij tieners onder de huid gaan zitten. Hoe zwaar viel het afscheid?

"Zwaar. Drie weken ter plaatse, dag in en dag uit, dat mag je niet onderschatten. Op die tijd groeien er hechte banden. Sommige leerlingen houden nog altijd contact met de plaatselijke bevolking. Hier en daar in een bijzondere versie van het Engels, met veel haar op, maar het zegt veel over de vriendschapsbanden die er zijn ontstaan."

Tekst: Peter Briers

Foto's: Sint-Jozef

Foto 1: Koen (vooraan), samen met enkele van de leerlingen.

Foto 2: Het volledige team.

Foto 3: Samen met de leerlingen van de school.



Kruishuisstraat 38 - Turnhout - Tel. 014 41 11 12

Di - Vr: 9u - 18u / Za: 9u - 17u / Zo & Ma gesloten

ONZE MERKEN

AUSTRALIAN · BERKEMANN · BIRKENSTOCK · CYCLEUR DE LUXE · DR. LIVINGSTONE · DUREA · ECCO · FINN-COMFORT · GABOR · GANTER · GIJS · HASSIA · JOYA · LOWA · MEINDL · QFit · ROHDE · SIOUX · SOLIDUS · VAROMED · WALDLÄUFER · WOLKY · XSENSIBLE

WWW.SCHOENENVANAKEN.BE 

Een groeiend
familiebedrijf met
25 jaar ervaring, waar
vakmanschap en
vertrouwen centraal
staan.



Gespecialiseerd in terrassen, groot
formaat tegels en totaalrenovatie,
realiseren wij stijlvolle en duurzame
oplossingen op maat. Perfecte
afwerking tot in de kleinste details.

WELKOM IN ONZE SHOWROOM OP AFSPRAAK

**WIJ BIEDEN PERSOONLIJKE SERVICE EN BEGELEIDEN
ELK PROJECT VAN BEGIN TOT EIND MET OOG VOOR UW WENSEN**



PH Philip Helsen & Zn
vloer- tegelwerken & renovatie

Leistraat 5, Lichtaart (Kasterlee)

☎ Philip 0474 58 73 74
☎ Lorenz 0479 66 89 33
☎ Martine 0473 86 42 19

✉ philip.helsen@outlook.com
✉ lorenz_helsen@hotmail.com
www.helsen-vloeren.be



DE WEKKER

SERVEERT ZESGANGENMENU VOOR ASPERGELIEFHEBBERS

REUSEL — De maand mei breekt aan, tijd om de asperge centraal te zetten. Zo klinkt het in Restaurant De Wekker in Reusel. Chef-kok Ad Verhagen stelde speciaal een zesgangenmenu samen waarbij de koningin van de groenten zich in al haar aspecten laat bewonderen en proeven.

Net voor je restaurant De Wekker binnenstapt, wijst een fraai bordje aan de gevel er al op: hier huist een trots lid van het Brabants Aspergegenootschap. "Bij uitbreiding is de asperge hier in heel Reusel enorm belangrijk", licht chef-kok en zaakvoerder Ad Verhagen meteen toe. "Er zijn heel wat aspergetelers aanwezig in ons dorp. Die asperges komen ook hier op de borden, verser dan vers. Twee keer per dag gaan ze over hun velden om de asperges met de hand te steken."

VEELZIJDIG ZESGANGENMENU

En dan moet het witte goud enkel nog optimaal klaargemaakt worden. Net dat doet De Wekker via hun zesgangenmenu. "De asperge is een enorm veelzijdige groente, die een heel speciaal plekje inneemt binnen het groenteassortiment. De 'gouden ouwe' gekookte asperge met ham, ei en aardappels heeft zijn tijd een beetje gehad. Vooral omdat er enorm veel andere mogelijkheden zijn." Aspergeliefhebbers noteren best ook al in de agenda: op vrijdag 22 mei wordt er in De Wekker een uitgebreid aspergediner geserveerd voor 69 euro, inclusief aperitief.

Op andere momenten kom je hier net zo goed langs voor een biefstuk met pepersaus en frieten of om een plekje te zoeken op het terras om daar te genieten van een borrelplankje met een glas wijn of iets van de bierkaart. Intussen steekt ook Jasper Verhagen, de zoon van Ad, af en toe een handje toe. Hij rondde pas nog een stage in De Karmeliet in Brugge af. Het culinaire talent is hier dus duidelijk doorgegeven.

RINKELENDE TUINCONCERTEN

Naast de komst van de asperges kijken ook heel wat vaste klanten uit naar de nieuwe reeks 'rinke-

lende tuinconcerten' waarbij een mix van Belgische en Nederlandse artiesten langskomen voor een zondags luisterconcert op het ruime terras achter de zaak. Op zondag 3 mei trapt Etan Huijs Trio de reeks af, daarna volgt er elke eerste zondag van de maand een tuinconcert. Met o.a. Walrus (bekend van bij Yevgueni) op zondag 5 juli. Begin september sluiten The K-Roses de reeks af. Het is al de vijfde keer dat De Wekker de tuinconcerten organiseert. De deuren gaan open om 13 uur, het concert start telkens om 15 uur. Je betaalt 5 euro inkom bij binnenkomst. De rinkelende tuinconcerten hebben op die enkele jaren tijd al heel wat naam gemaakt. Vorig jaar was er een gemiddelde opkomst van zo'n 150 toeschouwers. "En we doen er alles aan om het buiten te laten doorgaan. Enkel bij heel slecht regenweer verhuist alles naar binnen."

Tekst: Bert Huysmans
Foto's: Romi Vosters



De Wekker

Wilhelminalaan 97, Reusel
Tel. +31 (0)497 64 24 51
info@restaurantdewekker.nl
www.restaurantdewekker.nl
DeWekkerRestaurant

Open:
Elke dag: vanaf 11.30 uur
Za: vanaf 16 uur
Woensdag gesloten (of op afspraak)

» De asperges komen hier verser dan vers op de borden, recht van een teler uit Reusel.

ONDEROX-MENU VAN DE MAAND

Gemarineerde asperges, komkommer, honingtomaat, basilicumdressing

Aardappelsalade, Iberico ham, gedroogde tomaat

Romige aspergesoep, tuinerwten, asperge

Gegrilde asperges, scampi, Hollandaisesaus

Gebraden kalfsvlees, dragonsaus, groenten

Dame blanche new style

Prijs: 52,5 euro p.p.
Bijpassend wijnarrangement (5 glazen): 30 euro p.p.

Voor wie vooraf reserveert met de vermelding 'Onderox-menu'. Geldig van donderdag 30 april tot en met zondag 7 juni 2026.

**MEI IS
ACTIEMAAND!**

Dé beste slaapdeals?

Kom snel langs in onze winkels en ontdek ze allemaal!

- **La Nuit Retie**
Turnhoutsebaan 65 - 014 71 08 10
- **La Nuit Tessenderlo**
Geelsebaan 36 - 013 67 23 99
- **La Nuit Turnhout**
Steenweg op Oosthoven 168 - 014 67 35 62
- **La Nuit Oudsbergen**
Weg naar Gruitrode 81 - 089 81 21 83

info@lanuit.be • www.lanuit.be

Acties geldig van 1 tot en met 31 mei 2026.

**Slaapcomfort La Nuit,
waar dromen werkelijkheid worden!**

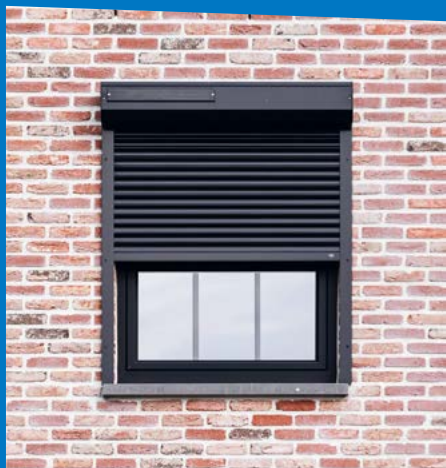


www.lanuit.be

**Meer
dan 20 jaar
ervaring!**



- **ROLLUIKEN**
- **SCREENS**
- **ZONWERING**



**Herstellingen · Onderhoud
Nieuw op maat · Snelle service**

info@gunsbv.be

Ambachtstraat 8
2360 Oud Turnhout

WWW.GUNSBV.BE

014 42 38 23

FOTO VAN DE MAAND

FOTOGRAAF
Bernardus Christiani



De foto van de maand is deze keer van de hand van fotograaf Bernardus Christiani uit Kasterlee. De foto is gemaakt tijdens een rit door de Westhoek. Het gaat om een infraroodfoto waarvoor Bernardus speciaal de ingebouwde infrarood absorptiefilter van zijn Nikon D70 verwijderde. Op de foto zie je 'Tyne Cot Cemetery'. Gelegen in Passendale en 's werelds grootste oorlogsbegraafplaats van het Gemeenebest. Het biedt de laatste rustplaats voor maar liefst 11.965 soldaten uit de Eerste Wereldoorlog en dient als stille getuige van de Slag bij Passendale uit 1917. Er zijn bunkers die bewaard zijn gebleven, het domein telt ook zijn eigen bezoekerscentrum en het 'Tyne Cot Memorial' waarbij 35.000 soldaten herdacht worden van wie het graf onbekend is.

Bernardus maakt vaker infraroodfoto's en heeft zijn eigen album gemaakt dat binnenkort ter inzage in zijn galerij ligt in de Esdoornlaan 34 in Lichtaart. Je kan er naar komen kijken op de landelijke kunstsdagen op 2 en 3 mei.



ONDEROX.

Onderox Magazine, het tijdschrift met een hart voor de Kempen. Met verhalen over warme mensen. Informatie en inspiratie in een mooi jasje. Om even tot rust te komen, een moment voor jezelf.

Publiciteit?

Jouw zaak in **Onderox Magazine**? Neem contact met ons op en wij komen graag persoonlijk kennismaken.

Patricia Peeters 0495 58 06 22 patricia@onderox.be
Iris Geenen 0489 31 64 01 iris@onderox.be

Volgende edities:

- Editie 264 - 27 mei '26 Aanleveren materiaal tot 12 mei
- Editie 265 - 25 juni '26 Aanleveren materiaal tot 9 juni
- Editie 266 - 26 augustus '26 Aanleveren materiaal tot 11 augustus

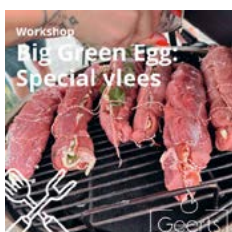
**BEREIK
JOUW KLANTEN
WAAR ZE ÉCHT
LEZEN.**

Adverteer in
Onderox Magazine.



V.U.: Guido Geenen | Akkerstraat 51, 2370 Arendonk | Werkten mee aan dit nummer: Jef Aerts, Peter Briens, Nele Caeyers, Tom Claessen, Delia Filippone, Iris Geenen, Bert Huysmans, Paul Huysmans, Kenneth Kerckhofs, Sanne Leenders, Eddy Leysen, Peter Meulemans, Amelie Van Bogaert, Lidi Van Gool, Annelies Vrints, Frauke Van Gorp (foto's), Griet Verwaest (foto's), Romi Vosters (foto's) | Coverfoto: Griet Verwaest | Eindredactie: Bert Huysmans | redactie@onderox.be | Vormgeving: Koen Elsen, Yulia Butyrina

Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen of gekopieerd zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. De uitgever kan op generlei wijze aansprakelijk worden gesteld voor eventueel ondervonden schade, voortvloeiende uit fouten en/of onvolledigheden in de inhoud van dit blad. Tevens is de uitgever niet verplicht ongevraagd ingezonden bijdragen, die niet voor publicatie in aanmerking komen, terug te zenden. De adverteerder is verantwoordelijk voor de door hem opgegeven tekst. De adverteerder zal Uitgeverij De Heuvel vrijwaren van alle vorderingen die zouden voortvloeien uit de schending van de rechten van derden met betrekking tot merken, octrooien, handelsmodellen, auteursrechten of elk ander recht dat derden zouden kunnen doen gelden.



**Workshop Big Green Egg
BBQ zelf doen: special vlees**

Za 2 mei 11u00-15u00



**Workshop Alfa Forni
Napolitaanse pizza "basics
Margherita" met Luca
Fabozzi**

Di 5 mei 18u30-22u00



**Workshop Big Green Egg
BBQ "van vuur tot smaak"**

Zat 23 mei 11u00-14u00



**Workshop Alfa Forni
pizza "van bloem tot vuur"
met Tom Jansen**

Di 26 mei 18u30-22u00

ITALIAANSE DAGEN
VAN 1 MEI TEM 31 MEI

Italiaanse Dagen
Korting op Italiaanse Producten!

-10%
op alles

-15%
op Boretti
Accessoires



MCZ CADEL ALFA BORETTI Big Green Egg

Voor alle workshops is
inschrijven **verplicht.**



Geerts

Geelseweg 54, 2250 Olen
014 85 02 63 • www.geerts.be

BEZOEK
ONZE WEBSITE



Keukens **op
maat** met
vakmanschap
gemaakt.

ZEKER MET



FRANSSEN
k e u k e n s

Bij Franssen Keukens ben je altijd zeker. Zeker van de kwaliteit, zeker van de plaatsing, zeker van de service, zeker van de beste toestellen, zeker van een gerust gemoed, ... Kortom, zeker tevreden. **Kom dus zeker langs in één van onze showrooms!**



*Maak nu
een afspraak!*

GEEL | HASSELT | PELT | LOMMEL | MAASMECHELEN