



## Kwb Achterbos Maart 2011

<http://www.kwbachterbos.be>  
[info@kwbachterbos.be](mailto:info@kwbachterbos.be)



### Papierslag - zaterdag 5 maart 2011

Op zaterdag 5 maart 2011 komen we je oud papier voor het eerst dit jaar ophalen. Zet allemaal tijdig je papier buiten en kom, als je kan, even helpen aan het gidsenlokaal. Iedere helper is verzekerd én wordt getrakteerd op frisdrank of koffie én een koffiekoek! De helpers met vervoer (aanhangwagens of tractor) krijgen een vergoeding. Kandidaat - helpers mogen hun naam, telefoon en eventueel mailadres doorgeven aan: Dirk Mannaerts, Akkerstraat 28, tel 014 32 08 03, of via e-mail: [dirkmannaerts@gmail.com](mailto:dirkmannaerts@gmail.com)  
Met voldoende helpers is iedereen om twaalf uur thuis. De start wordt gegeven om 9 uur. Tot dan!

### Infoavond reanimatie donderdag 17 maart

#### SLECHTS BIJ ÉÉN OP DE TIEN HARTSTILSTANDEN IS ER HULP!!!

(Dixit Jan Sroobants, spoedarts bij Ziekenhuis Netwerk Antwerpen.)

*"Mensen die een hartstilstand 'kunnen' navertellen, zijn degenen die het geluk hadden dat ze hartmassage kregen van een omstaander. Ondanks de vele EHBO-cursussen en de plaatsing van defibrilatoestellen merken we dat een snelle reanimatie in de praktijk uitblijft. Hoe goed de defibrillatoren ook zijn, de meeste hartstilstanden gebeuren thuis en dan is het hartmassage met de handen die het verschil kan maken", zegt dokter Stroobants.*

Het belang van hartmassage kan dus nauwelijks overschat worden. Door hartmassage blijft het bloed circuleren naar de hersenen en verhoogt de kansen op een succesvolle reanimatie door de hulpdiensten.

Daarom organiseert KWB-Achterbos een **sessie "reanimatie"** ism Rode Kruis Mol. Begin om 19 uur boven in de parochiezaal. Einde voorzien rond 22 uur.

Max. aantal deelnemers is 20 personen.

Deelnameprijs: gratis voor Kwb-leden – 5 euro voor niet Kwb-leden.

Inschrijvingen voor 10 maart 2011 bezorgen bij  
Staf Maes, Groot Kapellen 15, 2400 Mol  
E-mail: [stafmaes@telenet.be](mailto:stafmaes@telenet.be) Tel.: 0485/480002



### KWB Kaffee - vrijdag 25 maart



Op vrijdag 25 maart gaat het KWB Kaffee door. 'Ronny en de foorapen' komen de boel opvrolijken met een live optreden. Naast dit optreden, zal ook de interne mens niet vergeten worden: mosselen met frieten of een koude schotel met frietjes. Op het einde van de avond is er nog ruimschoots tijd om één en ander bij te praten bij een goede pint.

Inschrijvingen binnenbrengen bij Toon De Ceuster, Achterbos 190,

e-mail: [toon.deceuster@telenet.be](mailto:toon.deceuster@telenet.be).

Bij inschrijving laten weten wat je wenst te eten: mosselen of koude schotel!

Kostprijs: € 12,50 bij inschrijving vóór 18 maart.  
€ 15 na 18 maart.

Betalen bij inschrijving, contant of via rekening 979-5405974-72 met vermelding 'Kwb-kaffee' en de namen van de personen.

De deuren gaan open om 19u30, het eten wordt opgediend om 20u.

## Kwb gezinsuitstap - zondag 15 mei



Op zondag 15 mei staat er een uitstap voor de ganse familie op het programma van Kwb - Achterbos . Onze gezinsuitstap gaat dit jaar naar Planckendael. Dit dierenpark is de grote broer van de Zoo van Antwerpen en ligt nabij Mechelen.

De koala's, bonobo's en ooievaars zijn maar enkele zeer bekende bewoners van het dierenpark.

Ook het vervoer heeft een avontuurlijke toets, we gaan over land en water naar Planckendael. We nemen de trein van Mol naar Mechelen. In Mechelen nemen we dan de boot naar Planckendael.

Een lekker 11-uurtje wordt voorzien voor iedereen, voor de kinderen is er ook nog een kleine verrassing bij de terugrit naar huis. Je moet zelf jouw picknick meenemen of je kan ter plaatse iets gaan eten.



We spreken af om 8u35 aan het station van Mol (vertrek trein 8u53) en nemen de trein tot Berchem, waar we overstappen richting Mechelen. In Mechelen stappen we 300 meter naar de boot 'Malinska' die ons vlakbij Planckendael brengt. Vertrek naar huis is voorzien met de boot om 16u10, zodat we in Mol zullen arriveren rond 18u10 (zonder vertraging van boot of trein).  
Inschrijven kan bij j Wim Caeyers, Bruggeske 56 via mail [wim\\_caeyers@yahoo.com](mailto:wim_caeyers@yahoo.com) of telefonisch 014 31 61 83 vóór 20 april (schrijf liefst zo snel mogelijk in!!).  
Dankzij de financiële steun van onze afdeling kunnen we deze uitstap (inkom Planckendael, 11-uurtje, verrassing voor de kinderen en vervoer met trein en boot) aanbieden aan 20 euro per deelnemer. Voor kinderen jonger dan 3 jaar is de kostprijs

8 euro. Niet-leden betalen respectievelijk 24 euro of 12 euro per persoon.

## Voorbije activiteit

### Kwb kooklessen - afsluiting met de partners

Op zaterdag 25 februari werden tijdens de laatste kookles de partners uitgenodigd. Door 51 personen (koks en partners) werd geproefd van het lekkers dat door de deelnemers aan de kooklessen werd gekookt. Voor wie benieuwd is wat werd aangeboden, volgt nu het menu:

- aperitief en hapje
- zeebaarsfilet met een brandade van gerookte paling en een tomaten vinaigrette
- witloofsoep met spekjes
- kalfsgebraad met een zalf van aardperen en kalfsjus geparfumeerd met Westmalle
- vanillepeertje met bosbessensaus en roomijs
- koffie

Er werd hard gewerkt door de deelnemers. Er volgden vele positieve reacties over het eten. Het werd een geslaagde avond.

Proficiat koks!

Volgende maand volgen er op de folder een aantal foto's van deze laatste avond!



### Infoavond reanimatie - donderdag 17 maart

Inschrijven: voor 10 maart 2011 bij Staf Maes, Groot Kapellen 15 , 2400 Mol  
Email: [stafmaes@telenet.be](mailto:stafmaes@telenet.be) Tel.: 0485/480002



### Kwb-Kaffee vrijdag - 25 maart

Inschrijven bij Toon De Ceuster, Achterbos 190, e-mail: [toon.deceuster@telenet.be](mailto:toon.deceuster@telenet.be). Betalen bij inschrijving, contant of via rekening 979-5405974-72 met vermelding Kwb-kaffee, de namen van de personen en het aantal mosselen en aantal koude schotels.