

OKTOBER 23 | N12
OKTOBER - NOVEMBER - DECEMBER
DRIEMAANDELIJKS MAGAZINE

P-926020

SAMEN

BRUISEND MAGAZINE MET PIT

WAAROM PREVENTIEF ONDERZOEK NAAR KANKER DOEN

Hoe vroeger kanker wordt opgespoord, hoe groter de kans op een gunstige prognose.

TEA TIME

Thee maken was nog nooit zo eenvoudig

JE GEGEVENS CONTROLEREN

Belangrijk om verschillende redenen

SAMAC
samen actief-vzw



3 ZIJN JE GEGEVENS CORRECT



9 PREVENTIEF ONDERZOEK



16 TEA TIME

inhoud

2 NOOT VAN DE VOORZITTER

3 JE PERSOONLIJKE GEGEVENS

Wanneer je lid wordt of bent bij SamAc, moet je je identificeren met een aantal persoonlijke gegevens.

9 PREVENTIEF ONDERZOEK NAAR KANKER

Hoe vroeger kanker wordt opgespoord, hoe groter de kans op een gunstige prognose.

16 TEA TIME!

Zelf thee maken was nog nooit zo eenvoudig

18 APP 112

De app 112 BE is één van de mogelijkheden om de noodcentrales te contacteren

23 7 TIPS OM DEZE WINTER ENERGIE TE BESPAREN

Alles wordt duurder.

33 PRAKTISCH

Op de hoogte blijven van onze activiteiten.

Neem deel aan onze activiteiten en spaar euro's vermindering op onze Winterrevue 2023

Wanneer spaar je korting :

Kienkwisnamiddag € 5
Lentefeest € 2,50
Halloweenfeest € 2,50

Colofon

Adres
Emile Vanderveldestraat 80
3290 DIEST

SAMEN is het ledenmagazine van SamAc vzw

013/33.65.44
info@samac.be - www.samac.be |

Redactieraad: Marc Florquin, Carina Jankowski

Verantw. uitgever:
Marc Florquin, Emile Vanderveldestraat 80 - 3290 Diest

Grafische Vormgeving
SamAc vzw

Je kan SAMEN ook lezen via www.samac.be.

Deze gids is louter informatief
De uitgever is niet verantwoordelijk voor gebeurlijke fouten.



ONS NAJAAR KOMT ERAAN...

Noot van de voorzitter

Met het verschijnen van deze 12 de editie kijken we alweer uit naar het nieuwe najaarsprogramma.

Een najaar met een aanbod waarvan we hopen dat iedereen er zijn gading kan in terug vinden. Onze wervelende namiddagshows, onze dauwwandeling met ontbijt, onze unieke reis naar Oman of een bezoek aan de kerstmarkt van Dusseldorf.

Ook onze nationale trots Dana Winner is opnieuw met haar kerstconcert te gast bij SamAc. Voor onze kleinste leden voorzien we een leuke uitstap naar de grote Sinterklaasshow van Studio 100.

Ik daag je uit: kies minstens één activiteit en zet daadwerkelijk de stap om mee te doen. Het is nog mooier als je iemand extra meebrengt. Misschien wel een nog niet-lid van SamAc...

We blijven open staan voor nieuwe ideeën en grijpen alle kansen die onze weg kruisen om dat te bieden waar onze leden recht op hebben: amusement, ontspanning en ontmoeting.

Alvast veel leesplezier en hopelijk zien we mekaar op één van onze komende activiteiten.

Zorg voor jezelf.
Zorg voor anderen.

MARC FLORQUIN - VOORZITTER



www.samac.be



info@samac.be



www.facebook.com/samensamac

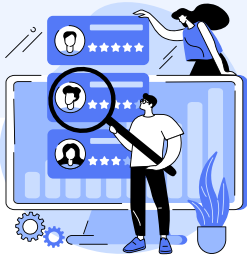


[@samensamac](https://www.instagram.com/samensamac)

WAAROM JE PERSOONLIJKE GEGEVENS CONTROLEREN EN BEVESTIGEN?

Wanneer je lid wordt of bent bij SamAc, moet je je identificeren met een aantal persoonlijke gegevens. We vragen je geregeld om die gegevens terug na te kijken en eventueel aan te passen. Zo blijven ze up-to-date. Dat is belangrijk om verschillende redenen:

Je persoonlijke gegevens controleren



IS JE ADRES CORRECT?

Brieven en andere documenten van SamAc komen altijd aan op het juiste adres, ook als je verhuisd bent.

01



EEN CORRECTE BANKREKENING!

Terugbetalingen gebeuren correct en zonder problemen.

02



KENNEN WIJ JE GSM NUMMER?

Soms moeten we je dringend kunnen contacteren. Hiervoor is je GSM nummer of mailadres heel handig.

03



JUISTE NAAM EN GEBOORTEDATUM?

Een exacte naam/voornaam en geboortedatum is van groot belang bij het reserveren van een activiteit.

04



GEGEVENS NIET CORRECT?

Zijn één van deze gegevens niet correct geeft ons dan een seintje via info@samac.be of pas je gegevens aan via mijn samac.

05



Salim Seghers

4TACT



Micha Mara



HALLOWEENFEEST

Ons Halloweenfeest wordt er een eentje om niet te vergeten.

Met optredens van **Salim Seghers**, **4TACT** (brengen de grootste Strangers-hits), **Micha Mara** en het showballet **Stardancers** garanderen we iedereen een muzikale en sfeervolle namiddag.

We starten met taart en koffie en sluiten af met een lekkere warme maaltijd.



Zondag 15 oktober 2023
CC Den Amer - Nijverheidslaan 24 - Diest
14:00 uur
inkom €15 leden, €25 niet leden





SAMAC SWINGT

Dansnamiddag in historische spiegeltent



In het begin van de 20ste eeuw was het dé attractie tijdens jaarmarkten en kermissen: de grote ronde kiosk tent gemaakt van hout en canvas, met een fraai beschilderde façade als entree. Binnen vond je een ronde houten vloer en een podium, omgeven door spiegels, panelen van geslepen glas, pilaren, gepolierde tafels en met stof beklede banken.

De **spiegeltent** was the place to be voor iedereen die wilde dansen.

Dankzij **SamAc** kan je die glorie tijd opnieuw beleven in Diest. Een authentieke spiegeltent met een echt dansfeest. Want er gaat niks boven een ouderwets bal populaire?

Er kan gedanst worden op de hemelse klanken van **Ariane** en **Roland**. Aan democratische prijzen bieden we frisdrank, bier of koffie aan. Dat wil je niet missen!

Aarzel niet en **reserveer alvast je plaatsen**, want de ruimte in **de tent is beperkt!**

Vrijdag 27 oktober 2023
Spiegel tent Grote Markt Diest
14:00 uur
Inkom: €5 leden, €7 niet leden
(taart inbegrepen)



DAUWWANDELING

Met deze dauwwandeling leer je de natuur in de vroege ochtend op een unieke manier kennen.

Wandel langs het vliegveld van Schaffen, waar de parachutisten uit de luchtballon springen en bezichtig het Kasteel de Schans van Rode.

Nadien genieten we samen van een overheerlijk ontbijt.

Opmerking :

Het is aangewezen om jezelf voor de wandeling te voorzien van goed wandelschoeisel. Zeker wanneer het vóór of tijdens de wandeling regent. Laat ons hopen dat we nog een mooie nazomer krijgen.

Zondag 29 oktober 2023
Vertrek : OC Scafnis - 07:00 uur
St Hubertusplein Schaffen (Diest)

SamAc leden €10, niet leden € 15 (ontbijt inbegrepen)





De Melando's



Herbert

MUZIKANTENSTAD 2023



Wij zijn er nu al van overtuigd dat deze nieuwe editie, de prachtige zilveren viering van vorig jaar zal overtreffen!

Een vast team van Vlaamse artiesten, muzikanten, zangers, dansers, overtreffen zichzelf. Alles wordt live gebracht en muzikaal begeleid door "**Het Muzikantenstadorkest**" o.l.v. **Alain Verresen**. De show bestaat uit vele verrassende acts en verschillende thema's maar vooral uit veel herkenbare liedjes, instrumentale nummers, prachtige samenzang, solonummers en leuke humor.

De deskundige presentatie is in handen van **Filip D'haeze**. Hij zal je op een vlotte, toffe en gezellige manier Muzikantenstad.

Ook ons fantastisch showballet zet zijn beste beentje voor en dit alles in prachtige kostuums. Verder bestaat ons vast muzikantenstadteam uit:

Nadia - Ellis - Lissa Lewis - Michael Lanzo - Doran - PC Brown - De Melando's - Animolly - Eveline Cannoot e.a.

Onze special guest is **Herbert Verhaeghe (Ment TV)**

Dinsdag 14 november 2023
CC Den Amer - Nijverheidslaan 24 - Diest
14:00 uur
Inkom: €20 leden, €25 niet leden
(taart en koffie inbegrepen)



Marjan Berger



WINTERREVUE



Onze Winterrevue is meer dan een sfeervolle shownamiddag. Met optredens van **Eddy Herman, Showballet Showcase, Ezra Veltman, Stijn Vande Voorde & Marjan Berger**, belooft het meer dan een prachtige afsluiter te worden van het voorbije jaar.

Vooraf genieten we van een kerstdiner bestaande uit :
soep - hoofdschotel - dessert

Inschrijven kan via www.samac.be
of telefonisch 013/33.65.44
vanaf **1 november '23**

Zaterdag 9 december 2023
CC Den Amer - Nijverheidslaan 24 - Diest
12:00 uur
inkom €30 leden, (de korting door het gespaarde bedrag via deelname aan onze activiteiten wordt hier in mindering gebracht) €45 niet leden





WAAROM PREVENTIEF ONDERZOEK NAAR KANKER DOEN

Hoe vroeger kanker wordt opgespoord, hoe groter de kans op een gunstige prognose. Voor sommige vormen van kanker is een vrij betrouwbare screening mogelijk. Dat preventief onderzoek bestaat onder meer voor borstkanker, darmkanker, prostaatkanker, anuskanker en baarmoederhalskanker.

Maar wanneer en waarom onderga je preventief onderzoek naar kanker?

VLAAMSE BEVOLKINGSONDERZOEKEN NAAR KANKER

De ene vorm van kanker is beter te screenen dan de andere. 3 grote groepen – borstkanker, darmkanker en baarmoederhalskanker – zijn opspoorbaar.

Daarom organiseert de Vlaamse overheid gratis bevolkingsonderzoeken voor specifieke leeftijden die een hoger risico lopen. Als je tot de risicogroep behoort, krijg je een periodieke uitnodiging voor een screening:

- Baarmoederhalskanker: uitstrijkje om de 3 jaar, vrouwen van 25 tot 64 jaar
- Darmkanker: tweejaarlijks stoelgangstaal, mannen en vrouwen van 53 tot 74 jaar
- Borstkanker: tweejaarlijkse mammografie, vrouwen van 50 tot 69 jaar

De uitnodigingen en je deelnames kan je ook terugvinden op Myhealthviewer.

INDIVIDUELE SCREENING

Ook als je buiten deze leeftijdscategorieën valt, is preventief kankeronderzoek in bepaalde gevallen aangeraden.

Als in je familie veel kanker voorkomt of als je zelf risicofactoren hebt, is het goed om onderzoek te laten uitvoeren nog voor symptomen van kanker opduiken. In dat geval kan je arts een individueel kankeronderzoek laten doen, op maat van jouw risicopatroon. Enkele voorbeelden van individuele risicofactoren zijn:

- familiaal voorkomen van kanker (genetisch risico)
- bestaande goedaardige letsels waarvan geweten is dat ze risico hebben om kwaadaardig te ontaarden.

SCREENING: HET OPSPOREN VAN KANKER

Kanker kondigt zich vaak aan met veranderingen in het lichaam, nog voor de 1e merkbare symptomen van kanker zich manifesteren.

Een preventief kankeronderzoek of screening kan deze signalen opsporen.

Doel is de ziekte vroeger vast te stellen, waardoor verwickelingen of een (zwaardere) behandeling kunnen worden vermeden en de kans op volledige genezing groter wordt.





” EEN PREVENTIEF KANKERONDERZOEK OF SCREENING KAN SIGNALEN OPSPOREN. ”

BEHANDELINGEN BIJ VROEGE DIAGNOSE

Is er tijdens je screening een vorm van kanker ontdekt?

In overleg met je behandelende arts stippel je een behandelplan uit. Dat kan bestaan uit chemotherapie, bestraling, chirurgie of een combinatie van verschillende behandelingen.

SPOOR DARMKANKER TIJDIG OP: 5 VRAGEN

Dikkedarmkanker. Een verdicht dat 1 op de 20 Vlamingen te horen krijgt. Het goede nieuws is dat je de ziekte tijdig kan opsporen én goed kan behandelen.

1. Wat is dikkedarmkanker?

Het is een van de meest voorkomende kankers. Elk jaar krijgen zo'n 8000 Belgen (vooral 50-plussers) de diagnose. In 20 % van de gevallen is de ziekte erfelijk. Extra risicofactoren zijn overgewicht, alcoholgebruik en roken. Lees wat de symptomen van darmkanker zijn en hoe je het kan voorkomen.

2. Hoe wordt darmkanker opgespoord?

Ben je tussen 50 en 74 jaar? Dan stuurt de Vlaamse overheid om de 2 jaar een gratis stoelgangtest op. Jij bezorgt je staaltje gewoon aan het labo.

3. Waarom voorkomen?

In 95 % van de gevallen is het loos alarm: geen darmkanker. Je krijgt om de 2 jaar een nieuwe oproep, omdat poliepen in de darmen soms onopgemerkt blijven. Het duurt jaren voor ze uitgroeien tot een tumor, maar hoe sneller je erbij bent, hoe meer kans op genezing.

4. Het resultaat wijkt af. Wat nu?

Dan laat je het best een darmonderzoek of colonoscopie uitvoeren. Een kleine camera spoort onregelmatigheden in de dikke darm op en poliepen worden weggehaald.

5. Hoe gaat het verder?

Een afwijkend resultaat is niet per se gelijk aan darmkanker. Slechts 5 % van de geteste personen moet verder worden onderzocht. Daarvan vertoont 10 % afwijkingen.

Gaat het om darmkanker, dan overloopt je arts de behandelingen.

Meer weten over de actie dikkedarmkanker?
Ga naar www.bevolkingsonderzoek.be

Wat moet je weten over onze website



Een website voor onze leden

Onze website houdt rekening met 2 belangrijke doelgroepen : diegene die kennis willen maken met onze organisatie en mogelijks lid willen worden en onze leden zelf.

Leden kunnen terecht op onze module '**mijn samac**' een beveiligd stukje van onze website.

Zij vinden hier alle informatie over hun lidmaatschap: persoonlijke gegevens raadplegen en wijzigen, verrichtingen zien, documenten raadplegen, zich inschrijven en reservaties nakijken.

Hoe werkt mijn samac

Je bent nog niet geregistreerd?

Ga naar www.samac.be

- Klik op 'login' aanvragen.
- Vul hier je lidnummer in 12007.....
- Klik op 'ik ben geen robot' en beantwoord de vraag.
- Vermeld je geboortedatum.
- Je ontvangt via mail een link om een paswoord aan te maken.
- Vul daar alle gevraagde gegevens in en druk op 'verzenden'.
- Na ontvangst sturen we je een gebruikersnaam en wachtwoord.
- Je kan aan de slag bij **mijn samac**.

PS : nieuwe leden krijgen bij inschrijving automatisch hun paswoord en gebruikersnaam

MIJN SAMAC
start/mijn Samac

Aanmelden

Gebruikersnaam * voornaam, familienaam [Gebruikersnaam vergeten?](#)
marc.florquin

Wachtwoord *
.....
[Wachtwoord vergeten?](#)

Aanmelden

Wat is Mijn SamAc?
Mijn Samac is een beveiligd stukje van onze website voor onze leden.
Hier vind je alle informatie over jouw lidmaatschap. Je kan je persoonlijke gegevens raadplegen en wijzigen, je verrichtingen zien en nakijken op welke activiteiten je bent ingeschreven.
Heb je nog geen login? Wij helpen je graag op weg.
[Login aanvragen als SamAc lid](#)

Je bent geregistreerd

- Vul **voornaam.naam** in bij gebruikersnaam.
- Vul je wachtwoord in.
- Klik op aanmelden.



BELANGRIJK: plaats een . (**punt**) tussen je voornaam en naam (geen spatie).

Gebruikersnaam * voornaam.familienaam [Gebruikersnaam vergeten?](#)

Wachtwoord *

Wachtwoord weergeven [Wachtwoord vergeten?](#)

Aanmelden



Mijn inschrijvingen

Je inschrijvingen bekijken of wijzigen

Mijn gegevens

Je persoonlijke gegevens bekijken of wijzigen

Inschrijven

Je inschrijven voor een activiteit

Mijn brieven

Al je briefwisseling lezen of downloaden



Inschrijven Ga naar	Mijn inschrijvingen Ga naar	Mijn brieven Ga naar	Mijn gegevens Ga naar
Mijn lidgeld Je lidgeld is nog niet in orde voor 2022 Betaal je lidgeld nu via bancontact	Mijn lidgeld Je lidgeld is in orde voor 2021	Mijn documenten Ga naar	Wijzig wachtwoord Ga naar

Mijn lidgeld

Bewijs dat je lidgeld is betaald of betaal via bancontact



Mijn wachtwoord

Je wil je wachtwoord wijzigen

Mijn documenten

Hier vind je alle noodzakelijke documenten inzake je lidmaatschap

- Attest voor je ziekenfonds (samac-sport leden)
- Attest voor domiciliëring

BOEKHANDEL GROTE MARKT - DIEST



Dagbladen en rookwaren
Ruim assortiment wenskaarten en kaarsen



www.boekhandelgrotemarktdiest.be

DISZTLSE DAKWERKEN



UW specialist voor dakwerken en renovatie
info@disztlse dakwerken.be
GSM: +32 (0)479 21 11 87

www.disztlse dakwerken.be

GRAND CAFE - EETHUIS CASINO

UITGEBREID AANBOD AAN BIEREN, FRISDRANKEN,
KOUDE EN WARME DRANKEN.
VERGADER-EN FEESTRUIMTE GRATIS TER BESCHIKING
TOT CIRCA 50 PERSONEN.

SNACKS À LA CARTE & SUGGESTIES
KEUKEN DOORLOPEND OPEN VAN
11:00 UUR TOT 22:00 UUR



Iedere dag welkom vanaf 10 uur
maandag en donderdag gesloten

Grote markt 27 - 3290 Diest
013/31 12 55 - GSM 0477/33 67 65
bvbawenda@hotmail.com



SLG - GELUIDSTECHNIEK
P.A - DISCOBERS - BELICHTING - HORECA
0475/ 43 06 50

de grote Sinterklaas Show

DE GROTE SINTERKLAASSHOW 2023

De Sint heeft vanuit Spanje aangekondigd dat hij op 3 december 2023 samen met zijn roetpieten het Antwerpse Sportpaleis op stellen zal zetten.

Natuurlijk heeft de Sint ook al jouw Studio 100 helden uitgenodigd om het feest helemaal compleet te maken. (K3, Piet Piraat, Samson, Bumba...)

Wil jij er graag bij zijn? Bestel dan nu snel je tickets.



Zondag 3 december 2023
Sportpaleis Antwerpen
Vertrek: 08u00 gemeentehuis Scherpenheuvel en vervolgens de gekende opstapplaatsen.

Deelname €45 leden - €50 niet leden (Busvervoer, inkom (cat.1), geschenkje en vergoeding chauffeur inbegrepen)

MUZIKANTENSTAD

2023

14 november 2023 - 14:00 uur

CC DEN AMER - DIEST

SPECIAL GUEST

Herbert

Optredens van

- Nadia
- Filip D'Haese
- Ellis
- Lissa Lewis
- Michael Lanzo
- Doran
- PC Brown
- De Melando's
- Animolly
- Eveline Cannoot

Het "Muzikantenstadorkest"
o.l.v. "Alain Verresen.

Presentatie Filip D'Haese

www.samac.be
tickets - 013/336544



SAMAC
samen actief-vzw

TEA TIME! ZELF THEE MAKEN WAS NOG NOOIT ZO EENVOUDIG

Koude dagen? Wat is er dan beter om je op te warmen dan een lekker kopje thee? Thee kennen we allemaal uit de supermarkt, de zakjes die we dompelen in heet water.

Maar heb je er al eens bij stilgestaan dat je evengoed zelf je warme kopje kan kruiden? Je hebt er helemaal geen zotte dingen voor nodig.



WAT JE MOET WETEN VOOR JE AAN EEN THEE-EXPERIMENT BEGINT

- Alle ingrediënten zijn voor 1 kopje thee.
- Laat de ingrediënten 5 minuten trekken. Daarna kan je de thee zeven. Of gebruik een metalen of papieren theefilter.
- We doen niet in elke thee honing, maar dat houdt je niet tegen dat wel te doen als je een zoetekauw bent. Voeg de honing wel pas toe als je van je thee kan drinken (en dus niet als het water nog heet is). Anders gaan er gezonde bestanddelen verloren.
- Gebruik je (de schil van) citrusvruchten? Kies dan voor onbespoten of biologische producten. De schil is een soort spons die pesticiden als het ware opslorpt. Enkel wassen is dus niet genoeg. Gebruik een dunschiller om een citroenschil te maken. Snij dunne plakjes af van de citroen met de dunschiller en zorg ervoor dat je geen wit vlies mee hebt. Het wit vlies geeft een bittere smaak.
- Gember zorgt voor een pittige smaak. Als je ervan houdt, kan je dit makkelijk in alle theetjes toevoegen.
- Experimenteer eens met gemalen keukenkruiden zoals peper, cayennepeper of nootmuskaat. Het zal je positief verrassen.

• Gember + citroen

- Minstens 3 schijfjes gember
- 3 citroenschillen
- Sap van 1/2 citroen
- Kopje warm water

• Munt + citroen + kardemon

- Takjes of blaadjes munt. Hoeveel precies hangt af van je eigen smaakvoorkeur
- Een citroenschil
- 3 geplette kardemonpeultjes
- Kopje warm water

• Salie + citroen + honing

- 2 takjes salie
- Een citroenschil
- Eetlepe honing
- Kopje warm water

• Chai latte

- 1 zwarte thee
- 3 peperkorrels
- 1 geplette kardemonpeul
- 1 kruidnagel
- 1 theelepel kaneel of 1 kaneelstokje
- Snufje gemperpoder
- Kopje warm water

• Rozemarijn + sinaasappelschil + schijfje sinaasappel

- 1 takje rozemarijn
- Sinaasappelschil
- Schijfje sinaasappel
- Kopje warm water

• Lavendel + gember + honing

- 1 theelepel lavendelbloemetjes
- 3 schijfjes gember
- 1 theelepel honing
- Kopje warm water

• Fruitthee + kaneel

- 1 eetlepel fruitthee, thee naar keuze of zwarte thee
- 1 theelepel kaneel of 1 kaneelstokje
- Kopje warm water

• Pepermunt + zoethout

- 1 eetlepel gedroogde pepermunt
- 1/2 stokje zoethout
- Kopje warm water

We werken met verse ingrediënten. Dat geeft meer smaak, maar is ook een tikkeltje meer werk.

Heb je een favoriete thee? Zorg dan dat je een gedroogde mengeling in huis hebt voor een instant kopje geluk.

Je kan werken met gedroogde kruiden, of ze zelf drogen. Je hebt er alleen een oven voor nodig en heel wat geduld.

Zet de oven op de laagste stand, leg er de kruiden in en steek een blokje tussen de deur van de oven zodat het vocht eruit kan. Bak de kruiden in 2 tot 4 uur droog. Al raden we aan om voor citroen en sinaasappel met vers sap en verse schil te werken voor de beste smaak.

BAKKERIJ YLDRIS

DIESTSESTEENWEG 207
3293 DIEST - 013/66.61.06

Als sponsor van SamAc bieden wij u een
gratis vergelijking van al uw verzekeringen!
Zo helpen wij u geld besparen!
Interesse? Contacteer ons gauw.



Zakenkantoor SHS

Bel Zakenkantoor SHS op **0473/44 93 68** of surf naar **www.zakenkantoorschshs.be**
U kan zelfs via mail (**eddy.vangelder@pv.be**) een afspraak bij u thuis aanvragen op
een uur dat u best past. **Tot binnenkort.**

Onze P&V Agenten staan voor u klaar:
Peggy Hermans en Eddy Van Gelder

Exclusief verbonden verzekeringsagent
P&V Verzekeringen cvba
Inschrijvingsnummer FSMA 064421 cA - ON 0874384922



Met u, altijd en overal



**De beste verdediger
van jouw gezondheid!**

Sportvoordeel

€45

Ons kantoor in Diest

Grote Markt 31 / ☎ 013 33 41 61

Bekijk onze openingsuren op:

www.solidaris-brabant.be

GOUDEN SPONSOR



APP 112 BE

Eén app voor brandweer, ambulance of politie

De **app 112 BE** is een van de mogelijkheden om de noodcentrales te contacteren als je in nood bent en dringend hulp nodig hebt van brandweer, ambulance en/of politie in België.

Het belangrijkste voordeel van deze app is dat je de noodnummers niet moet onthouden en je deze dus ook niet kan vergeten als je in paniek bent. Je klikt gewoon op het icoontje van brandweer, ambulance of politie afhankelijk van welke hulp je nodig hebt.

Natuurlijk blijven de noodcentrales ook bereikbaar via vaste telefoon en GSM.

Lokalisatie

De noodcentrales kunnen je dankzij deze app makkelijker terugvinden. Op een afgelegen plaats, in het midden van een bos of een ingewikkeld netwerk van autostrades kan je vaak zelf niet meteen doorgeven waar je bent. De app stuurt je positie naar de noodcentrale zodra je belt en stuurt daarna elke 30 seconden een update van je positie. De app kan zo een kostbare tijdsinstaat opleveren. Heb je de noodcentrales gebeld en reageer je daarna niet meer, laten de noodcentrales je smartphone rinkelen zodat de hulpdiensten je makkelijker kunnen terugvinden en helpen.

Chatfunctie

Doven, slechthorenden en mensen met een spraakstoornis kunnen eenvoudig in de app aangeven dat zij niet kunnen telefoneren. Zij kunnen dan via berichten met de noodcentrale communiceren.

Als je niet doof of slechthorend bent en geen spraakstoornis hebt, zal de noodcentrale slechts uitzonderlijk de chatfunctionaliteit activeren als de operator de oproeper niet kan verstaan. Dit kan bijvoorbeeld als er te veel achtergrondlawaai is of als de oproeper geen van de landstalen of Engels praat.

Berichten in een andere taal worden automatisch vertaald voor de operator en omgekeerd. Berichten versturen duurt echter langer dan praten en de operator kan bijvoorbeeld ook niet even makkelijk instructies geven hoe iemand te reanimeren als dit nodig zou zijn bijvoorbeeld.

Extra informatie

De registratie in de app brengt, behalve bovenstaande toepassingen, nog een aantal voordelen met zich mee. Je kan bepaalde medische info doorgeven, zoals hartproblemen, allergieën (aan medicatie), epilepsie, diabetes... De operator heeft deze informatie nog voordat je iets gezegd hebt en kan dit doorgeven aan de hulpdiensten die ter plaatse komen.

Download en registreer

Met een goede internetverbinding duurt het maar 112 seconden om de app op je smartphone te downloaden, te installeren en je te registreren. Hiervoor ga je naar de app store of play store op je smartphone, je geeft "app 112 BE" in als zoekopdracht en je downloadt de app.

Na installatie van de app zet je deze best meteen op het onthaalscherm van je smartphone zodat je deze makkelijk kan terugvinden als je in nood bent. Daarna moet je je enkel nog registreren. Deze registratie bestaat uit slechts 2 schermen met een aantal korte vragen.

We hopen natuurlijk dat je de app nooit nodig zal hebben, maar registreer je toch maar opdat ook jij de noodcentrales via app kan contacteren als jij, je familie of je vrienden dringend hulp nodig hebben.

Opgelet: de app 112 BE werkt enkel in België



112

**Dringend hulp nodig?
Bel de noodcentrales nu
ook via App.**

Download de App **112 BE**
en registreer je

WIL JE SAMAC AANBEVELEN AAN FAMILIE, VRIENDEN OF KENNISSEN?

Met SamAc hebben we weer mooie toekomstplannen klaar voor onze enthousiaste leden. We voorzien ook weer voor 2024 gezellige namiddagen, muzikale momenten, culturele reizen en uitstappen, ... Allemaal fijne momenten waar we elkaar hopelijk weer mogen ontmoeten.

Ben jij als SamAc-lid tevreden over onze werking en inspanningen? Wil je SamAc aanbevelen aan familie, vrienden of kennissen? Laat dan van je horen.

We hebben leuke promopakketjes* ter beschikking om nieuwe leden aan te werven.

Geef gerust een seintje via mail naar info@samac.be, laat een berichtje achter op onze [Facebookpagina](#) of doe een belletje naar 013/33.65.44. Dan komt het campagnemateriaal jouw richting uit.

Alvast hartelijk bedankt voor je inzet om nog meer mensen te laten genieten van ons SamAc-aanbod!

*max. 2 pakketjes per persoon



WORDT JE VRIEND OF KENNIS LID VAN
SAMAC, DAN ONTVANG JIJ ONZE UNIEKE
SAMAC DRINKFLES*

*actie geldig tot uitputting voorraad.

SamAc kort



WIJ AANVAARDEN DE CULTURCHEQUE VAN DE STAD DIEST

Met de cultuurcheque geniet je van **5 euro korting** op de toegangsprijs van onze activiteiten,

Met de cultuurcheque geniet je dus van 5 euro korting op je toegangsticket op activiteiten naar keuze.

Wie komt in aanmerking?

- Jongeren onder 18 jaar en studenten tot 25 jaar: zij moeten de kans krijgen om kennis te maken met cultuur, want zij zijn onze culturele toekomst!
- Mensen met een laag inkomen: omdat het financiële geen drempel mag zijn om al dan niet aan cultuur te doen.
- Kortingen zijn niet cumuleerbaar.

Voor meer info en voorwaarden neem je contact op met de dienst cultuurbeleid op tel. 013 460 648, of via cultuurbeleid@diest.be.

Je kan het reglement en het aanvraagformulier downloaden via www.diest.be.



MIJN RECEPT

VARKENSHAASJE IN BLADERDEEG MET POMPOENPUREE

Recept voor 4 personen
Bereidingstijd: 50 min

De pancetta en het bladerdeeg zorgen voor een krokant korstje rond het malse varkenshaasje. Met een vulling van champignons en pompoenpuree als bijgerecht serveer je een feestelijk hoofdgerecht.

Ingrediënten

- 800 g varkenshaasje
- 2 vellen bladerdeeg
- 120 g pancetta
- 500 g bloemige aardappelen
- 300 g pompoenen
- 2 el fijngehakte peterselie
- 2 el fijngehakte salie
- 1 sjalot
- 250 g champignons
- 1 eidooier
- boter
- 120 g zure room
- 1 tl currypoeder
- olijfolie
- peper/zout

BEREIDINGSWIJZE

- Maak de champignons schoon en snijd ze heel fijn. Pel en snipper de sjalot. Bak de sjalot met de champignons in olijfolie goudbruin tot al het vocht verdampt is. Voeg de peterselie toe, kruid met peper en zout en meng onder elkaar.
- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Kruid het vlees met peper en zout. Schroei rondom aan in boter. Haal het vlees uit de pan en laat afkoelen.
- Rol het bladerdeeg uit, verdeel er het champignonmengsel over, leg er de plakjes pancetta op en leg het varkenshaasje er bovenop. Vouw de deegranden naar binnen en rol stevig dicht. Sluit de randen goed met wat water. Roer de eidooier los en bestrijk er het bladerdeeg mee. Leg de rol op een met bakpapier beklede bakplaat en zet 20 minuten in de oven.
- Schil de aardappelen en halveer ze. Snijd de pompoen in blokjes en kook ze samen met de aardappelen gaar. Giet af en laat uitdampen. Stamp de groenten met wat boter en de zure room tot puree. Schep er de salie onder en kruid met de currypoeder, peper en zout.
- Snijd het vlees in plakken en serveer met de pompoenpuree.



HET VAKANTIEHUIS
UW CRUISE
SPECIALIST

WWW.HETVAKANTIEHUIS.BE
 013/77.12.09

TUI
 AGENT

het vakantiehuis

Hairstyling Sewela

Com. Neyskenslaan 20 - 3290 Diest
 ENKEL OP AFSpraak

013/46.23.33

XL mode

MANNENBERG 32A
3270 SCHERPENHEUVEL-ZICHEM
013/31.27.66 - www.xl-mode.be

GOUDEN SPONSOR

WWW.BLOEMENLOTUS.BE

BLOEMEN
LOTUS

- Verjaardagsboeketten
- Rouwboeketten
- Beterschapsboeketten
- Verse seizoensboeketten

KONING ALBERTSTRAAT 29
 3290 DIEST
013-31.27.66

KERSTCONCERT
DANA WINNER

Halleluyah

Na het succesvolle kerstconcert van Dana Winner in 2022 is de intussen bijna iconische zangeres ook in 2023 weer te gast bij SamAC met een intiem en adembenemend concert, begeleid door haar live band.

Afgewisseld met het kerstrepertoire brengt Dana Winner ook enkele van haar grote hits.

Onze nationale trots Dana Winner staat reeds 30 jaar op de planken. Ze verkocht wereldwijd meer dan 3,5 miljoen albums en kan dus gerust tot één van onze grootste Nederlandstalige zangeressen worden gerekend.

Wil jij er graag bij zijn? Bestel dan nu snel je tickets.

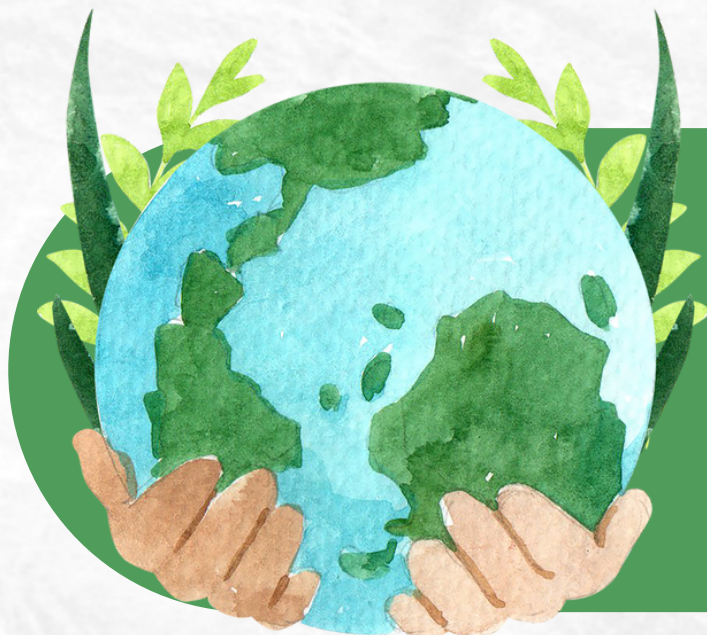
WWW.SAMAC.BE

Donderdag 21 december 2023
CC Den Amer - Nijverheidslaan 24 - Diest
20:00 uur
Inkom vvk €40 leden - €45 niet leden
Kassa €50

7 TIPS OM DEZE WINTER ENERGIE TE BESPAREN

Alles wordt duurder. Vooral de energieprijzen voor elektriciteit, gas en warmte wegen voor heel wat gezinnen door.

Wij verzamelden onze beste tips om energie te besparen. Zo kom je zuinig én comfortabel de winter door.



1. Haal alles uit je verwarming

Je hoeft niet altijd grote aanpassingen te doen om energie te besparen.

Een paar kleine, slimme tips – bijvoorbeeld voor je verwarming – kunnen al snel een groot verschil maken in je afrekening.

- Zet je verwarming 1 graad lager.
- Dat spaart je tot wel 7 % energie uit.
- Sluit 's nachts je gordijnen of rolluiken.
- Zo hou je de warmte binnen.
- Leeg huis? Zet de verwarming op 16 °C.
- Dat is ruim voldoende om het warm te houden als er niemand thuis is of als iedereen slaapt.
- Verlucht kort maar krachtig.
- Zet meerdere ramen tegelijk 3 minuten lang open. Zo ververs je de lucht in huis zonder te veel warmte te verliezen.

2. Kies voor energiezuinige verlichting

Op donkere dagen kan het gezellig zijn een sfeerlampje aan te steken, maar door de hoge energieprijzen is ook verlichten deze winter een stuk duurder geworden.

Gelukkig kan je ook hier met slimme aanpassingen heel wat energie besparen.

- Vervang je gloeilampen door spaar- of ledlampen.
- Die verbruiken heel wat minder energie.
- Doe het licht uit als je een kamer verlaat.
- Want de goedkoopste lamp is een lamp die níet brandt.

3. Investeer in toestellen met een A+++-label

Is het tijd voor een nieuwe koelkast, wasmachine of ander huishoudtoestel? Let dan goed op het energielabel: toestellen met een A+++-label verbruiken het minste energie, apparaten met een G-label het meeste.

Die laatste kosten je doorheen de jaren dus een stuk meer in verbruik – een verschil dat voor bepaalde toestellen kan oplopen tot meer dan 50 euro per jaar.

Extra pluspunt: toestellen met een A+-label of zuiniger kan je kopen met ecocheques.

Want de goedkoopste lamp is een lamp die níet brandt.



4. Was minder vaak en niet te warm

Wist je dat de meeste wasmachines vaak halfvol draaien? Door stil te staan bij wanneer je wast én hoe warm, kan je op termijn heel wat energie besparen.

- Wacht tot je wasmachine vol zit.
- Een volle wasmachine laten draaien is veel zuiniger dan 2 keer een halfvolle. Bovendien spaar je er zowel energie als water mee uit.
- Was niet te warm.
- Wassen op lagere temperaturen is een stuk zuiniger. Voor witte was is 60 °C meer dan voldoende. De meeste andere kleuren kan je perfect op 40 °C of zelfs 30 °C wassen. Kies enkel hogere temperaturen als het echt nodig is.



Hoe meer je in je koelkast stopt, hoe meer ze verbruikt. Een diepvriezer kan je daarentegen best zo veel mogelijk vullen. Hoe meer er in je diepvriezer zit, hoe minder hard hij moet werken om op temperatuur te blijven



6. Gebruik je koelkast en diepvriezer zo efficiënt mogelijk

Is het tijd voor een nieuwe koelkast, wasmachine of ander huishoudtoestel? Let dan goed op het energielabel: toestellen met een A+++-label verbruiken het minste energie, apparaten met een G-label het meeste.

Die laatste kosten je doorheen de jaren dus een stuk meer in verbruik – een verschil dat voor bepaalde toestellen kan oplopen tot meer dan 50 euro per jaar. Extra pluspunt: toestellen met een A+-label of zuiniger kan je kopen met ecocheques.

Want de goedkoopste lamp is een lamp die niét brandt.

7. Vermijd sluipverbruik

Wist je dat 10 % van je elektriciteitsverbruik sluipverbruik is? Dat is het verbruik van toestellen die je op dat moment niet gebruikt, maar die wel nog aan staan. Denk bijvoorbeeld aan de lampjes van je digicorder, televisie en modem.

Door die toestellen volledig uit te zetten of de stekker uit het stopcontact te halen, kan je heel wat energie besparen.

- Trek de stekker uit als je elektronische toestellen of huishoudtoestellen niet meer gebruikt en haal ongebruikte opladers uit het stopcontact.
- Boiler in de keuken? Ook die verbruikt vaak veel energie in stand-by. Zet hem enkel aan als je warm water nodig hebt.

5. Bespaar energie tijdens het koken.

Een heerlijke maaltijd brengt het hele gezin samen, en daar hebben we deze winter meer dan ooit nood aan. Bovendien kan je met deze slimme tips ook je energieverbruik in de keuken zo veel mogelijk beperken.

- Zet je kookplaat en oven sneller uit.
- Je kookplaat en je oven blijven nog een tijdje warm nadat je ze hebt gebruikt. Door ze uit te zetten net voor je klaar bent met koken, kan je de warmte die anders verloren gaat gebruiken om je ingrediënten verder te garen.
- Gebruik een microgolfoven.
- Voor kleine maaltijden verbruikt een microgolfoven tot wel 50 % minder energie dan een gewone oven.
- Kook met het deksel op de pot.
- Als je kookt met het deksel op je pot of pan, dan houd je de warmte beter vast. Zo kost het 2 tot 3 keer minder energie om je ingrediënten te garen.
- Nieuwe kookplaat nodig? Koop dan inductie.
- Inductiekookplaten zijn de meest zuinige kookplaten. Ze verbruiken tot 40 % minder energie dan standaard elektrische kookplaten.
- Gebruik een vaatwasser voor de afwas.
- De meeste nieuwe vaatwassers zijn uitgerust met sensoren die zelf berekenen hoeveel water en welke temperatuur er nodig is om de afwas te doen. Zo verbruiken ze een stuk minder water dan als je zelf een sopje zou maken.
- Vergeet je dampkap niet.
- Je dampkap voert niet alleen geurtjes, maar ook warmte af. Zet ze dus niet op volledige sterkte als dat niet écht nodig is en laat ze niet te lang aan staan. Maak de filters regelmatig schoon, zodat je dampkap goed blijft werken.



SEIZOENGROENTEN EN FRUIT

Aardbeien WEEK

VOOR AL UW STREEKPRODUCTEN



HET SALON

JORDENS HARRY
KONING ALBERTSTRAAT 13 - 3290 DIEST
TEL. 013.33.54.94

ENKEL OP AFSpraak

Als sponsor van SamAc bieden wij u een gratis vergelijking van al uw verzekeringen!
Zo helpen wij u geld besparen!
Interesse? Contacteer ons gauw.



Zakenkantoor SHS

Bel Zakenkantoor SHS op 0473/44 93 68 of surf naar www.zakenkantoorshs.be
U kan zelfs via mail (eddy.vangelder@pv.be) een afspraak bij u thuis aanvragen op een uur dat u best past. Tot binnenkort.

Onze P&V Agenten staan voor u klaar:
Peggy Hermans en Eddy Van Gelder



Met u, altijd en overal

Exclusief verbonden verzekeringsagent
P&V Verzekeringen cvba
Inschrijvingsnummer FSMA 064421 cA - ON 0874384922
GOUDEN SPONSOR



Traiteur Gaston

Ringlaan 67 - 3560 Lummen
tel / fax 013 52 16 59
traiteurgaston@live.be

Vier jouw
erjaardag
erloving
rienschap
erenigingsfeest
analles en nog wat
met een lekker en smakelijk etentje

Voor elke feestgelegenheid

Zaterdag 2 december 2023
KERSTMARKT DÜSSELDORF
DE MOOISTE KERSTMARKT VAN DUITSLAND!



Het sfeervolle oude stadscentrum wordt elk jaar omgetoverd in de leukste kerstmarkt van Duitsland. Op zes verschillende pleinen staan allerlei kraampjes met leuke kerstspulletjes, heerlijke glühwein en lekkere hapjes. De pleinen staan met elkaar in verbinding. De reusachtige kastanjabomen zijn tijdens de kerstmarkt met prachtige lichtjes versierd.

Locatie van deze Kerstmarkt in Duitsland

De schitterende kerstverlichting leidt u naar alle delen van de kerstmarkt. Elk plein heeft een geheel eigen karakter. Zo zijn de kraampjes op de **Marktplatz** in dezelfde historische stijl neergezet als de pandjes in de omgeving. Het ruitersstandbeeld van Jan Wellen laat zijn kritische blik over de feestvreugde gaan.

De kerstmarkt op de **Heinrich-Heine Platz** is geheel in jugendstil stijl. Zo is elke kerstmarkt weer heel anders. Zes verschillende stijlen in 1 stad in combinatie met de gezellige kroegjes en restaurantjes in de omgeving. Dat maakt de kerstmarkt in Dusseldorf zo bijzonder.

Zaterdag 2 December 2023

Vertrek: 09u00 gemeentehuis Scherpenheuvel en vervolgens de gekende opstapplaatsen.

Deelname €20 leden - €25 niet leden
(Busvervoer, vergoeding chauffeur inbegrepen)

Kom schaatsen!

Niet alleen de gezellige kerstmarkt is een bezoekje waard. Ook de immense ijsbaan trekt jaarlijks de nodige bezoekers. Op de **Gustaf Grundgens Platz** is een schaatsbaan van 450m2 neergezet. Terwijl de kinderen zich op het ijs vermaken, kan het publiek zich verwarmen met een heerlijk glaasje glühwein.

Kerstmarkt Dusseldorf; ook leuk voor de kleintjes!

De kerstmarkt in Dusseldorf is het ideale uitje voor het hele gezin. De kerstmarkt is met al haar gezelligheid voor iedereen aantrekkelijk. Gezellige muziek en mooie lichtjes maken de kerstmarkt ook voor kinderen leuk.

Daarnaast is op de **Shadowplatz** speciaal voor de allerkleinsten een overdekt poppentheater ingericht. Na afloop kunt u nog even zwierig nagenieten in de draaimolens op het plein.

Terugblik

Onze werking draait weer op volle toeren. Het voorbije kwartaal konden we weer genieten van de alom gekende SamAc-sfeer. Onze uitstap naar de het witte paard, de ode aan Wil Tura en Johny White, onze fietstocht en onze vliegtuigreis naar Gran Canaria..

Voor de afwezigen tonen we graag enkele sfeerbeelden :



KANOTOCHT



KANOTOCHT



ODE AAN WILL TURA EN JOHNY WHITE



WEEKEND AAN ZEE



FIETSTOCHT



INCHECKEN, REIS GRAN CANARIA

Vooruitblik



Ook het volgend kwartaal hebben we weer heel wat te bieden voor onze leden.

We plannen opnieuw een waaier van activiteiten waarvan we hopen dat iedereen er zijn gading kan in vinden.

Ons Valentijnsbal, het Valentijnsconcert met **Michael Lanzo** en **Vocalix** of ons Lentefeest met optredens van o.a **Lia Linda** en **Albert, Ianthe** en showballet, beloven weer namiddagen vol sfeer en muzikale omlijsting te worden.

Ook onze jaarlijkse kiennamiddag en de nieuwjaarswandeling met winterbarbecue garanderen weer meer dan een sfeervolle namiddag te worden.

Of heb je meer zin in een weekendje weg? Ook dat organiseren we in het volgende kwartaal.

Voor alle informatie verwijzen we graag naar ons volgend magazine, naar onze website **samac.be** of onze facebookpagina.





Clown Rocky te gast bij SamAc

Clown Rocky wordt 70 jaar, staat al 55 jaar op het podium maar denkt nog niet aan stoppen

Serpentines, tromgeroffel, champagne: Clown Rocky de meest geboekte Clown in Vlaanderen

Precies 70 jaar geleden verblijdde Eddy Herman de wereld met zijn eerste huilbui. Wat volgde was een leven waarbij Eddy, in diverse personages en typetjes, de mensen liet huilen van het lachen. Vooral als Clown Rocky wist hij jong en oud heerlijk te amuseren en dat doet hij nog altijd want Eddy is nog steeds dat spiritueel en gek jongetje van 18 gebleven. Hartelijk gefelici'taart'!

Hoe begon je carrière?

'Het begon stomweg in de turnkring met een bonte avond met sketches. Ik was een grote fan van Gaston Berghmans en in die tijd had ik ook een grote bewondering voor conferencier Gust Lancier.

We zaten met de Aardbeifeesten in Melsele. Ik zag Gust Lancier daar aan het werk. Ik vond dat tof. Zo begon mijn interesse om animator te worden. Op achttienjarige leeftijd ging ik iedere week naar de AB kijken. Ik verzeilde in die wereld van al die 'oude' artiesten. Ik toerde zeven jaar met La Esterella, ook met Yvonne Verbeeck en Paul Severs en trad op met heel wat Antwerpse Revue artiesten.

In de tijd van Etienne Thienpont van Tienpondt's Theater begon ik met een kinderprogramma met een poppenkast. Ik kreeg al contracten, terwijl ik nog niets had qua materiaal (licht). Ik moest nog vlug een poppenkast maken. Ik begon op veertienjarige leeftijd als meubelmaker te werken in de fabriek en dat deed ik 19 jaar, tot de fabriek werd gesloten.

Tijdens de weekends en ook op andere vrije momenten ging ik optreden in Franse circussen. Iemand zag mij optreden en vroeg om bij hem te werken in het circus van de Olmense Zoo, nu Pakawi Park in Olmen/Balen. Die man wilde mij als presentator voor zijn circus en ik werkte daar vier jaar."

En hoe verliep het verder?

Ik werkte samen met de man achter de Golden Lifetime Awards. Hij deed een honeymoonshow aan de kust in de vakantieparken. Hij zocht iemand om de verliefde, verloofde, getrouwde koppels uit de zaal te halen. Ik had een maquillage van carnaval, maar dat paste niet.

Ik begon mij dan maar te schminken naar een idee van Achille Zavatta van Frankrijk. Ik deed de zomertour, maar dat was een programma voor volwassenen. Aan de kust heb je echter ook kinderen. In 1991 deed Paul Peeters dat niet meer en dus begonnen we zelf met een familieshow aan de kust en het was een schot in de roos

Clown Rocky werd een begrip

"Ik begon als animator, maar langzaam bouwde ik Clown Rocky uit. Dit jaar sta ik 55 jaar op het podium, waaronder 50 jaar als Clown Rocky.

Vanaf 1988 werden we zelfstandig en nu werken we nog altijd op zelfstandige basis.

We hebben eveneens al méér dan 20 jaar ons eigen boekingskantoor. Check gerust eens onze website www.ehsproducties.be.

Som eens je mooiste momenten op in al die jaren?

“Schone momenten?

Ik maakte zoveel mooie momenten mee met ons monument La Esterella, Yvonne Verbeeck... En de revues die we nu brengen, zoals bij SamAc vind ik nog altijd supertof.”

SamAc, waar we ooit begonnen in een klein zaaltje, dan verhuisd zijn naar de Lakenhalle, dan naar Karteria en nu zijn we beland in Den Amer. Dankzij deze mooie samenwerking werd de band met Samac heel hecht.”

Ben je tevreden over die voorbije jaren? Of zeg je nu: soms heb ik de trein gemist. Ik kon het nog verder hebben gebracht.

We hebben zeker geen trein gemist, want we maakten de goede tijd mee. Ik maakte mee, wat ik wilde meemaken. Weet jij, wij zijn een uitstervend ras.

Wat wij brengen is variété. Naar kinderen toe bracht ik vijf eigen cd's uit, zonder op tv te komen. Dat is toch ook een prestatie. Kom ik ergens toe, dan is Clown Rocky bekend, zelfs nu nog.”

De persoon Clown Rocky bestaat dus wél degelijk nu al meer dan vijftig jaar

“Ik speelde de eerste keer als clown in 1972 en dat was in het leger. En ik bleef dat eveneens erna doen.

Ik had veel steun van internationale artiesten en werkte ook vaak samen met nationale artiesten.”

Je hebt al 23 jaar een verblijf aan onze kust in De Haan, en daar woon je nu al drie jaar definitief. Zin om wat meer te genieten aan onze kust, zonder optredens?

“Och, ik denk dat ik zonder optredens in een zwart gat zou vallen. Nu zitten we al in een periode dat we selecteren, dat we enkel nog doen wat we graag doen. We maakten tijdens corona mee dat het van de ene op de andere dag stil viel.

Dat was een periode, maar je kan niet blijven kuisen, schilderen of wat tuinwerk doen. We kennen iemand die met pensioen ging op school. Eén dag later werd ze wakker en vroeg ze zich af wat ze ging doen...

Maar wij vielen in corona stil na een lange periode zoals een TGV die toen aan het bollen was. Het was een heel drukke periode geweest en dan plots kwam die lockdown er.

Eerlijk, het deed mij niets. Ik verveelde mij geen dag. We hadden geen werk en het was zo. Anderhalf jaar later mochten we terug beginnen, maar dat was een serieuze aanpassing.

We waren kleine zaakjes vergeten. We waren die routine kwijt. Ik moest even een mopje herdoen. Anders vertelden we iedere dag hetzelfde hé.



Dromen

Eddy zingt als Clown Rocky op het podium zijn vele liedjes in de hoogste en meest blijde tonen die een notenbalk rijk is. In zijn alter ego van Eddy heeft hij niet de brandende ambitie om 'het te wezen'.

Zijn zaligmakend gedachtegoed bestaat uit een lekker etentje, een leuke babbel met de burens en thuis werken aan zijn vele kostuums. Geen glad commercieel gedoe, geen tv-panels, geen boekjes, geen catwalk...

Eddy maakt graag de wereld wat mooier voor anderen en dat is een van zijn grootste verdiensten. Ook nu nog blijft hij een onverminderd een zestiger met dromen en dat koestert hij.

Copyright Padi show/krant van West Vlaanderen

Jouw verhaal in ons volgend magazine!

Bij SamAc zijn we heel erg trots op ons groot aantal leden. Dagelijks staan we met hart en ziel voor ze klaar.

Omdat elk lid zo uniek is, levert dat vele exclusieve en boeiende verhalen op.

Bent je al jaren lid, of pas sinds kort en wil je daar iets over vertellen? Stuur ons dan je verhaal of contacteer ons.

Misschien wordt jouw verhaal opgenomen in één van onze volgende edities en inspireer jij zo nieuwe leden.



THE JUNGLE

FRIETUR, KOUDE EN WARMЕ BROODJES
HAMBURGERS, SALADES.
KETELSTRAAT 4 DIEST
0493/ 48 06 66

TOSTE

ALLES VOOR
UURWERKEN & SIERADEN

OP UW WEKELIJKSE MARKT

Woensdag : Diest
Zaterdag : Scherpenheuvel

PELIKAANCARS
016/ 63.41.47

BUSREIZEN OP MAAT !



www.pelikaancars.be

Gouden Sponsor

Huis Jannes
BEGRAFENISSEN

KONING ALBERTSTRAAT
3290 DIEST - 013/ 31 11 37



BETAAL ONLINE, MAKKELIJK EN VEILIG

Leden die zich inschrijven voor één van onze activiteiten kunnen meteen online betalen.

Snel, eenvoudig en veilig. Voor onze leden gaat dit met de kaartlezer en gewone bankkaart via Bancontact.

Betalen via bankoverschrijving

Betaal je liever niet meteen online? Dan kunt je nog steeds kiezen voor een betaling per overschrijving. Je krijgt dan na de reservatie een e-mail met het overzicht van je inschrijving en een aanvraag tot betaling binnen de 14 dagen. Vergeet de gestructureerde mededeling niet anders kunnen wij je inschrijving niet verwerken.

Eenvoudiger én efficiënter

Eigenlijk verandert er niet veel voor jou, maar dankzij dit vereenvoudigde systeem kan **SamAc** je inschrijving meteen bevestigen. Ook worden de facturatie en de betalingen zo automatisch opgevolgd. Een hele vooruitgang van onze diensten!

Op je bankafschriften zal je 'Mollie' of Stg Mollie Payments' onze betaalpartner terugvinden.

WOORDZOEKER

Deze editie geen prijs te winnen maar gewoon een woordzoeker.

W	E	L	R	K	K	I	N	D	E	R	E	N	Z
E	O	O	K	E	V	I	D	E	O	C	L	I	P
L	O	E	I	E	J	U	B	I	L	E	U	M	Z
K	M	Z	N	O	K	R	I	T	G	Q	E	I	N
O	U	S	D	S	A	A	S	T	L	L	U	S	R
M	I	I	E	K	D	E	L	E	J	Q	Z	T	E
V	O	N	R	I	E	A	B	E	I	E	I	O	G
A	P	S	K	F	Z	J	G	J	N	W	N	P	E
K	T	T	O	A	I	O	O	A	K	D	G	P	N
A	R	A	O	B	K	M	E	E	V	R	E	E	B
N	E	G	R	W	E	O	R	N	D	O	N	R	O
T	D	R	F	A	C	E	B	O	O	K	N	S	G
I	E	A	R	E	P	E	T	I	T	I	E	D	E
E	N	M	S	O	N	G	T	E	K	S	T	E	N

BIJBELQUIZ
EMOJIQUIZ
FACEBOOK
FEEST
INSTAGRAM
JUBILEUM
KALENDER
KINDEREN
KINDERKOOR
KOOR
MUZIEK
OPTREDEN
REGENBOGEN
REPETITIE
SEIZOEN
SONGTEKSTEN
TOPPERS
UITJE
VAKANTIE
VIDEOCLIP
WELKOM
WOENSDAGAVOND
ZINGEN

PRAKTISCH

Iedereen kan lid worden van SamAc en zo op de hoogte blijven van onze activiteiten.



Opstapplaatsen

Daguitstap :

Gemeentehuis Scherpenheuvel -
Zwembad Diest - St Jansveld Diest -
politiekantoor Diest

Meerdaagse uitstappen :

Carrefour parking - Leuvensestwg te
Diest

Bijdrage :

De jaarlijkse bijdrage bedraagt €15
euro voor leden, €20 voor sportleden,
€25 voor beschermend lid, €50 voor
sponsor en € 125 voor gouden
sponsor.

Online reserveren

Reserveer je plaatsen voor onze
activiteiten via www.samac.be

Hoe werkt het?

- ga naar www.samac.be en klik op de activiteit van je keuze
- klik vervolgens op 'inschrijven'
- vul hier de gegevens in van jezelf en iedereen die wenst deel te nemen (via mijn SamAc reeds ingevuld);
- klik op 'verzenden'.

Jouw reservatie is nu afgesloten en je ontvangt een bevestiging van je reservatie via mail.

De inschrijving is pas definitief na ontvangst van het voorschot. Het saldo van elke activiteit dient één maand voor aanvang betaald te worden.

Je deelnamekaart of factuur wordt je eveneens via mail toegestuurd.

Betaal online

Heb je een openstaande factuur te betalen of staat jouw lidgeld klaar om af te rekenen? Dan kan je alle openstaande kosten makkelijk online afrekenen.

Je betaalt snel, handig en contactloos met Bancontact of als je dat wil met kredietkaart.

Terugbetalingen gebeuren enkel op voorlegging van een medisch attest, opgesteld vóór de activiteit. Ongeacht de reden van annulatie dient er steeds €25 annulatiekost per persoon betaald te worden.

De week voor vertrek worden geen terugbetalingen meer toegestaan. Alle activiteiten zijn onder voorbehoud.

SamAc behoudt zich het recht activiteiten te wijzigen of annuleren.

Domiciliëring

Wij maken het je graag gemakkelijk!

Met een domiciliëring betaal je facturen zoals gas- of elektriciteitsrekening automatisch. Waarom zou je je lidgeld van SamAc ook niet betalen via deze weg ?

Uw voordelen:

- Tijdwinst: je betaling wordt automatisch uitgevoerd;
- Handig: je betaalt altijd op tijd en vermijdt dat je lidmaatschap zou vervallen door een eventuele laattijdige betaling;
- Eenvoudig: wij regelen alles met jouw bankinstelling.
- Betalen via domiciliëring is volledig gratis



Alle activiteiten zijn onder voorbehoud.
SamAc behoudt zich het recht activiteiten
te wijzigen of annuleren.



OKTOBER - NOVEMBER - DECEMBER

- ZON 01/10** **MUSICAL RED STAR**
Dé grote opvolger van de iconische musical 40-45
- ZON 15/10** **HALLOWEENFEEST**
Met optredens van Salim Seghers, 4TACT (brengen de grootste Strangers-hits), Micha Mara en het showballet Stardancers
- VRIJ 27/10** **SAMAC SWINGT**
Er kan gedanst worden op de hemelse klanken van Ariane en Roland
- ZON 29/10** **DAUWWANDELING**
Met deze dauwwandeling leer je de natuur in de vroege ochtend op een unieke manier kennen. Aansluitend genieten we van een lekker ontbijt
- ZAT 04/11**
ZAT 11/11 **CULTURELE REIS NAAR OMAN**
Oman, een nieuwkomer in de toerisme-wereld, waar uitgestrekte zandwoestijnen, azuurblauwe valleien en palmoasen elkaar afwisselen
- DINS 14/11** **MUZIKANTENSTAD**
Shownamiddag vol muziek, sfeer en dans
- ZAT 02/12** **KERSTMARKT DUSSELDORF**
Het sfeervolle oude stadscentrum van Dusseldorf wordt elk jaar omgetoverd tot de leukste kerstmarkt van Duitsland
- ZON 03/12** **GROTE SINTERKLAASSHOW**
De Sint heeft vanuit Spanje aangekondigd dat hij op 3 december 2023 samen met zijn roetpieten het Antwerpse Sportpaleis op stellen zal zetten
- ZAT 09/12** **WINTERREVUE**
Onze Winterrevue is meer dan een sfeervolle shownamiddag
- DOND 21/12** **KERSTCONCERT DANA WINNER**
Dana Winner te gast bij SamAc met een intiem en adembenemend concert, begeleid door haar live band



SAMAC - VZW

Bruisende vereniging voor mensen met pit!

SamAc een vereniging die zich richt naar iedereen met pit die zijn vrije tijd op een aangename en plezierige manier wil doorbrengen of die nog op de één of andere wijze actief wil zijn.

SamAc heeft een aanbod aan feesten en shouwnamiddagen, wandelingen, reizen in binnen en buitenland, dagtrips, weekenduitstappen, concerten en activiteiten voor de allerkleinsten.

