

Wandelclub Opsinjoorke Mechelen vzw

Verantw. uitgever: Marie-Jeanne Kox
Kardinaal Cardijnstraat 11, 2800 Mechelen

Met

Opsinjoorke op stap



Driemaandelijks tijdschrift - P 002948

Nr. 4 - Oktober 2025 - Jaargang 42

Bestuurssamenstelling

VOORZITTER

RICHARD BOSMAN
GESTELLEI 21
2820 BONHEIDEN
Gsm 0497/263975
richard.bosman001@gmail.com



ONDERVOORZITTER

EDDY SEELDE
ELEKTRICITEITSTR. 31 B601
2800 MECHELEN
Gsm 0499/15.39.30
eddyseelde@skynet.be



SECRETARIS

MARIE-JEANNE KOX
KARDINAAL CARDIJNSTRAT 11
2800 MECHELEN
Gsm 0473/97.95.95
mariejeanne.kox@gmail.com



PENNINGMEESTER / FEESTVERANTWOORDELIJKE

MARTIN VAN VEEN
HOLLANDSVIN 11
3120 TREMELO
Gsm 0469/21.32.96
martin.van.veen@telenet.be



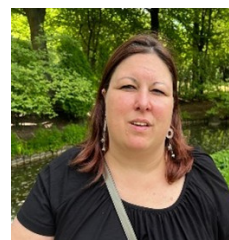
BESTUURSLID

FERNAND OST
KARDINAAL CARDIJNSTRAT 11
2800 MECHELEN
Gsm 0475/31.11.85
fermand.ost@gmail.com



BESTUURSLID

KJELL SPINNAEL
MOLENSTRAAT 18
1760 ROOSDAAL-PAMEL
Gsm 0477/96.11.25
Kjell.spinnael@telenet.be



ADRES BRIEFWISSELING:

WANDELCLUB OPSINJOORKE MECHELEN VZW
KARDINAAL CARDIJNSTRAT 11
2800 MECHELEN
Email: info.wandelclubopsinjoorke@gmail.com

Rekeningnummer : Iban BE86 0004 1817 2050

Bic BPOTBEB1

Bezoek onze website : www.opsinjoorke.be

Voorwoord



Beste leden,

Onze Maneblusser Wandeltocht was nu precies geen knaller, maar toch kwamen er met dit kwakkelweer toch bijna 600 wandelaars op af. Er was natuurlijk ook datzelfde weekend openbedrijvendag waar uiteraard veel volk naartoe ging, zoals bijvoorbeeld de brandweerkazerne achter onze startplaats.

Nogmaals mijn dank aan de medewerkers en vrijwilligers die uitstekend hun bijdrage hebben geleverd. Bij deze een oproep voor onze volgende wandeling, de Gouden Carolus Christmaswandeling op 20 december 2025 (Mechelen in den doenker). Als er leden zijn die zich geroepen voelen om een handje toe te steken, helpende handen maken de druk wat minder. Verder verwachten wij dan ook veel wandelaars op deze sfeervolle tocht tijdens de kerstperiode met alles erop en eraan. Meer info verder in dit boekje.

Bij deze wenst het bestuur en ikzelf jullie een fijn eindejaarsfeest toe, een zalige kerst en een voorspoedig nieuwjaar 2026 en vooral een goede gezondheid en veel wandelplezier.

Met sportieve groeten.

Richard Bosman
Uw voorzitter

Busuitstap naar de Dahliawandeltocht

Op zondag 24 augustus jl. trokken we met 28 leden van de wandelclub naar Klein Zundert in Nederland om deel te nemen aan de Dahliawandeltocht.

Iedereen ging voor de tocht van 15 km door de omgeving van Zundert en natuurlijk dwars door de vele dahliavelden die voor het bloemencorso speciaal worden gekweekt.



Het buurtschap Klein-Zundert, de organisator van de wandeling, is een van de 20 deelnemende verenigingen van het wereldberoemde corso van Zundert. In de werkplaats konden we de ruwbouw van de wagen alsmede het schaalmodel van dichtbij bewonderen. Buiten konden we de foto's van de overige ontwerpen van de wagens bekijken.

We starten aan de wandeling, na ca 2.5 km komen we aan de bouwhal van LAER-AKKERMOLEN die druk bezig zijn aan de bouw van VISITORS, een gewaagd bouwsel met een ware ufo die beweegt.

Na een volledig uitleg gaan we verder tot op ca 8 km voor een heerlijke bakkie koffie met koekje (Hollandse rustpost) om even op adem te komen.

Terug weer op pad om meer werkplekken te bezoeken.



Op 10 km komen we aan de loods van buurtschap MARKT die druk bezig zijn aan de bouw van KRAMPUS. Sommige van onze wandelaars kregen het aanbod om mee te helpen aan de versiering van de bellen en kettingen. Maar hier werd van afgezien daar het echt een monnikenwerk is. Blaadje voor blaadje worden opgeplakt, zie foto.



Na uiteindelijk 16 km kwamen we weer aan bij de start/finish locatie en konden we genieten van de hapjes en drankjes.

De organisatie en de bouwers van buurtschap Klein Zundert waren ons zeer dankbaar en bleven ons aanbevelen om eens het corso te bezien.

Om 16.30 uur vertrokken 28 dol enthousiaste wandelaars met vele bossen dahlia's terug naar Mechelen.

Martin van Veen



Buitenlucht

Is het fris of zelfs koud buiten dan is het verleidelijk om gezellig binnen te blijven. Maar regelmatig naar buiten gaan is juist erg belangrijk. De buitenlucht heeft een positieve impact op je gezondheid en helpt om je beter te voelen. Frisse buitenlucht doet deugd. Bij kouder weer is dat niet anders! Trek een dikke jas aan en maakt even een wandeling.

Wie vaker naar buiten gaat beweegt ook meer. Wandelen in de buitenlucht is gezond, je ademt meer zuurstof in, gebruikt je spieren en bevordert je bloedcirculatie. Al die dingen versterken je lichaam en je immuunsysteem. Een halfuurtje matig intensief wandelen is al voldoende.

In de winter hebben veel mensen last van hun neus en keel. Dat komt bijvoorbeeld omdat de verwarming de lucht binnen droger maakt. Als je naar buiten gaat en frisse lucht inademt blijven je slijmvliezen beter werken. Dat voelt niet alleen fijner, het helpt je lichaam ook om ziektekiemen sneller kwijt te raken.

In de herfst en winter zijn de dagen korter en donkerder. Daarom is het zo belangrijk om van het daglicht te genieten. Daglicht helpt om je slaapritme te regelen. Als je genoeg daglicht krijgt, blijft je lichaam in zijn natuurlijke ritme. Voeg daar nog wat beweging aan toe in je dagelijkse routine en het zal bijdragen aan een betere nachtrust en meer energie overdag.

Heb je koud, ga even naar buiten voor een wandeling. Je bloed gaat sneller stromen en je spieren komen in beweging, waardoor je opwarmt. Is het net te warm binnen door de verwarming, ga naar buiten en koel af in de frisse lucht. Elke dag een beetje buiten zijn helpt je om je lichaamstemperatuur in balans te houden.

Tijdens de maanden waarin de dagen kort en donker zijn, voelen we ons sneller somber. Dat komt omdat er minder daglicht is. Daglicht stimuleert de aanmaak van endorfine. Ook wel 'gelukshormonen' genoemd. Die geven je een opgewekt gevoel. Ga dus elke dag even buiten om de aanmaak van die endorfine te stimuleren. Ze zorgen niet alleen tijdens het wandelen, maar ook nog geruime tijd erna voor een fijn gevoel en verminderen je stressniveau. Deze gelukshormonen worden al na een halfuurtje bewegen aangemaakt, dus je hoeft alvast geen kilometerslange wandeling te maken om van het positieve effect te profiteren.

Naar buiten gaan, een goede gewoonte.

Probeer elke dag even naar buiten te gaan, ook al is het maar voor een korte wandeling.

Het helpt je lichaam om fit te blijven en je geest om te ontspannen. Een paar minuten frisse lucht kunnen je al goed doen.

De voordelen zijn:

- Beter immuunsysteem
- Gezondere slijmvliezen
- Betere slaap
- Gebalanceerde lichaamstemperatuur
- Blijer gevoel

Wandelen geeft je meer veerkracht!

Hoekje gezondheid

WONDVERZORGING

Hoe verschillende wonden verzorgen?

Bij kleine wondjes doet men er gewoonlijk wat ontsmettingsmiddel ISOBETADINE op en een pleister. Niets is minder waar!!!

Elke wonden moet met zorg behandeld worden om zeker geen infecties op te lopen.

Een ongelukje in de keuken of op het werk is snel gebeurd. Geschaafde knieën of sneden in de vinger en dergelijke komen vaker voor dan je zelf zou willen. Niet alleen is er dan nood aan een milde verzorging die infecties en een snelle wondheling versnelt, maar je vermindert ook de risico's op littekens. Specifieke behandelingen variëren naargelang de wond.

Bij een schaafwond of snijwond ontsmet je de wond met ISOBETADINE of ZUURSTOFWATER. Daarna doe je er best wondhelende zalf of gel op, zoals BEPANTHEN (3 in 1), CETAVLEX, FUCIDINE, FLAMIGEL, dekt daarna de wond af met een steriel kompres, pleister, desnoods met een verband naargelang de grote van de wonde.

Snijwonden en open wonden spoel je best eerst met stromend lauw water, daarna droogdeppen en hetzelfde ritueel zoals beschreven hierboven. Is de snijwonde te diep, best uw huisarts raadplegen of naar de spoed.

Wat bij wandelaars veel voorkomt zijn blaren (blein). De blaar of blein is een ophoping van de opperhuid die gevuld word met lymfevocht. Meestal ontstaat ze door aanhoudende druk of wrijving op dezelfde plaats onder de voet of hiel en handpalm. Voorafgaand ervaar je een branderig gevoel. Wanneer de bovenste huidlagen van elkaar loskomen verschijnt er een holte met helder vocht en spreken we over een blaar. Hoe langer de druk aanhoudt, des te meer de blaar in omvang toeneemt. Je kan blaren voorkomen door steeds propere sokken te dragen die lang genoeg zijn. Vermijd nieuwe schoenen wanneer je lange wandelingen doet. Selecteer in de plaats een paar dat reeds ingelopen is. Plak een tape of een blarenpleister(COMPEED) op kwetsbare drukpunten. Voel je blaren opkomen bijvoorbeeld tijdens het wandelen, zet je activiteit stop indien mogelijk en voorkom dat de situatie verergerd.

Volgende in deze rubriek is: HOE VERZORG IK EEN BLAAR.
Wordt dus vervolgd.

Uw verpleegkundige,

Richard



De insectengids (vervolg)

Overige steekinsecten:

- **Mieren**

Ook mieren kunnen bijten of steken. En niet alleen de bekende rode mier bijt: de veelvoorkomende zwarte mier bijt ook, maar zo zachtjes dat je het vrijwel niet voelt. Alle mierensoorten bijten uit zelfverdediging. Blijf je bij hun leefomgeving uit de buurt, dan loop je geen risico. Loop dus liever met een boog om mierenhopen heen. Mieren kunnen voor flinke overlast zorgen, zowel thuis als op een camping of ander vakantieadres. Ze komen namelijk nooit in hun eentje, maar met een flinke kolonie tegelijk.

Er zijn verschillende manieren om ze zo veel mogelijk te voorkomen en verjagen:

- Ruim etensresten gauw op. Hier komen mieren namelijk op af.
- Dicht kieren en naden in je huis, zodat mieren niet kunnen binnenkomen.
- Mieren volgen een geurspoor. Haal daarom de geur van voedsel weg met schoonmaakmiddel en voeg een opvallende geur toe aan hun route. Dit maakt ze in de war, waardoor ze mogelijk een andere route kiezen. Producten die goed werken zijn onder meer koffiedik, lavendel en munt.
- Om een mierennest te verjagen, kan je het nest overgieten met koud of kokend water. Vaak helpt koud water al voldoende om de mieren te verjagen, kokend water tast naast de mieren ook de omliggende beplanting aan en is daardoor een mindere keuze.
- Zet een omgekeerde bloempot gevuld met aarde op het mierennest om het nest te verplaatsen. Mieren zullen hun nest naar de pot verplaatsen in ongeveer 10 dagen. Hierna kan je de pot elders in je tuin of in de compostbak legen.
- Mierenlokdoosjes behoren ook tot de opties om mieren te bestrijden. Hier gaan ze in en nemen ze gif uit mee naar het mierennest. Door het hier te delen met andere mieren sterft een mierennest uit.

Ben je toch gebeten en heb je een rood plekje dat jeukt? Ontsmet dan de beet en koel het bultje zo'n 10 minuten.

- **Spinnen**

Hoewel spinnen officieel geen insecten zijn, mogen ze in deze gids niet ontbreken. Ze komen op vergelijkbare plekken voor als veel insecten en kunnen bijten. Er worden door klimaatverandering zelfs steeds meer giftige spinnen gesignaleerd in België. Zowel in de natuur als in huis komen dit soort spinnen voor. De meeste spinnen bijten alleen als ze zich bedreigd voelen. Vermijd je dus contact met spinnen en laat je ze met rust, dan is de kans klein dat een spin je aanvalt.

En hoewel je vervelende ziekteverschijnselen kan hebben na een spinnenbeet, trekken de klachten over het algemeen na verloop van tijd weer weg.

- **Vlooien**

Het komt minder vaak voor, maar ook vlooien en mieren kunnen mensen bijten. Vlooien komen over het algemeen overgesprongen van (huis)dier naar mens, zoals via een hond of kat. Ze veroorzaken – net als veel andere insectenbeten – een rode vlek die voor veel jeuk kan zorgen.

Niet-bijtende insecten

Bijtende insecten zijn natuurlijk erg vervelend, maar ook niet-bijtende insecten zorgen regelmatig voor overlast. Niet alleen in en om huis, maar ook tijdens een wandeling, tijdens het kamperen of op een vakantieadres kan je hinderlijke insecten tegenkomen. Denk bijvoorbeeld aan vliegen of kakkerlakken.

• Vliegen

Vliegen en fruitvliegjes weten meestal makkelijk binnen te komen, maar vinden het vaak lastig om weer de weg naar buiten te vinden. Ze doen meestal geen kwaad, maar het vervelende gezoem kan behoorlijk storend zijn. Je kan er een aantal dingen tegen doen:

- Ruim etensresten gauw op. Vliegen komen af op geuren, vooral van bedorven voedsel.
- Gebruik ook vuilnisbakken die goed afsluitbaar zijn, zodat vliegen de geur niet meer ruiken als de prullenbak dicht zit.
- Net als mieren kunnen vliegen niet tegen bepaalde geuren, zoals die van lavendel, basilicum of knoflook. Leg dit bij je fruitschaal om het minder aantrekkelijk te maken voor vliegen.
- Om vliegen buiten de deur te houden, zijn horren een goede oplossing. Plaats horren niet alleen bij de ramen, maar ook bij deuren die regelmatig open en dichtgaan.
- Vliegenmeppers zijn een simpel en effectief middel tegen een enkele vlieg. Maar heb je last van veel (fruit)vliegen, dan is het waarschijnlijk niet afdoende. Vliegenvallen of -vangers kunnen dan helpen om de overlast te verhelpen.

• Kakkerlakken

Kakkerlakken kom je in België gelukkig niet zo gauw tegen. Maar op vakantiebestemmingen, met name in warmere klimaten, komen ze wel regelmatig voor.

Als je kakkerlakken hebt – of dat nu bij jou thuis, op je vakantieadres of bij je burens is – kan je verschillende maatregelen nemen:

- Zet de thermostaat lager. Kakkerlakken houden namelijk niet van kou.
- Maak het huis goed schoon. Alle eetresten, hoe klein ook, kunnen kakkerlakken aantrekken. Verwijder daarom alle kruimels en vlekken die door voedingsmiddelen veroorzaakt zijn.
- Leg 's nachts een natte dweil of dikke doek op de grond. Kakkerlakken komen hierop af, waardoor ze de volgende ochtend allemaal bij elkaar zitten. Je kan ze hierna makkelijker doden en weggooien.
- Ook een bakje water trekt kakkerlakken aan. Doe er wat zonnebloemolie in, waardoor ze verdrinken.
- Blijf dagelijks stofzuigen, ook nadat je alle kakkerlakken hebt gedood. Zo zuig je de eventuele eitjes die ze nog gelegd hebben op.

Omgaan met ongewenste insecten

Of je nu last hebt van insecten in huis, als je kampeert of tijdens een wandeling: bovenstaande tips geven je hopelijk handvatten om hier op een juiste manier mee om te gaan. Als je naast jeuk last krijgt van andere symptomen na een insectenbeet, neem dan altijd contact op met je (huis)arts voor advies.

Alle genoemde informatie is zorgvuldig samengesteld. Wel kunnen aan de genoemde informatie geen rechten worden verleend. Het gebruik van de informatie is volledig de verantwoordelijkheid van de lezer. Kruidvat staat niet in voor medische correctheid en volledigheid.

Twijfel je over klachten na een insectenbeet en wat je het beste kunt doen?

Neem dan contact op met een deskundige, zoals een (huis)arts.

Memo's

De wandelfederatie heeft het **ledenjaar 2025 afgesloten** en het wandeljaar 2026 opgestart. Wandelclub Opsinjoorke Mechelen heeft zijn wandeljaar 2025 afgesloten met 224 leden, een mooi resultaat. Niet tegenstaande er elk jaar verschillende leden zijn die hun lidgeld voor uiteenlopende redenen niet meer vernieuwen, zien we elk jaar ook weer nieuwe leden bij de club toetreden. Het zijn vooral de oudere generatie die vaak om medische redenen de club verlaten. Onder de nieuwe leden zijn er ook wel enkele die zeer gedreven zijn om hun medewerking te verlenen bij de organisatie van onze wandeltochten. En dat is goed nieuws, want deze zeldzame mensen hebben we hard nodig voor de continuïteit van de vereniging.

Dit gezegd zijnde kunnen we beginnen met de vernieuwing van het lidgeld.

De herfst is ondertussen in het land en hiermee breekt ook de tijd aan voor het **hernieuwen** van het **lidgeld**. Tegen het einde van de maand oktober zal ieder lid een hernieuwingsbrief in zijn mailbox krijgen om zijn lidgeld te vernieuwen.

Zoals we verleden jaar hebben beloofd wordt het lidgeld behouden zoals ze is, namelijk:

- **Lidgeld** voor **2026** bedraagt **20 euro**
- **Kinderen onder de 12 jaar** betalen **12 euro**.

De betaling van het lidgeld kan gestort worden op de clubrekening **BE86 0004 1817 2050** biccode BPOT BEB1 met als mededeling "**lidgeld 2026**" vooral niet vergeten met de vermelding van de naam en voornaam van het lid.

De documenten worden u daarna bezorgd, vergeet ook niet dat het attest voor de mutualiteit pas vanaf 01/01/2026 kan aangeboden worden aan de ziekenkas.

Het bestuur is druk in de weer om zijn **wandelprogramma 2026** samen te stellen.

De eigen wandelorganisaties staan vast en de datums zijn aanvaard door de wandelfederatie.

Alle start- en controlezalen zijn aangevraagd, hopelijk komen we niet meer voor nieuwe verrassing te staan als blijkt dat er een zaal niet vrij is op de datum.

Om niet telkens in herhaling te vallen zijn we op zoek naar nieuwe ideeën om in clubverband te organiseren. We denken eraan om eens iets anders te organiseren dan een kaas- en wijnnamiddag. Waarheen gaan we voor een gratis wandeling of met de bus.

Hierbij een oproep aan de leden die eventuele voorstellen hebben, ze mogen deze zeker kenbaar maken. Er wordt zoveel mogelijk rekening gehouden met de wensen van onze leden, maar het moet natuurlijk wel uitvoerbaar blijven.

In elk geval in ons volgend clubblad zal er niet nagelaten worden om het programma 2026 te vermelden. Hou het in gedachten.

Gelieve niet na te laten om alle **veranderingen van gegevens** mede te delen aan het secretariaat.

Denk hierbij aan adres, telefoonnummer, mailadres enz.

Deze zijn belangrijke gegevens die ons in staat stellen om alles correct te verzenden en om u eventueel te contacteren indien nodig.

Op **20 september 2025** organiseerde de club een **kaas- en wijnnamiddag** voor haar leden. Voorafgaande werd er onder begeleiding gewandeld in twee groepen. Naar gebruikelijke gewoonte konden de deelnemers kiezen tussen een wandeling van 5 km of eentje van 10 km. Een verrassende wandeling langs de trage wegen van Hofstade die het Vriezenbroek doorkruisen. De 10 km ging door de Ambroosvoetweg naar de middendam van het recreatiedomein van Hofstade, om daarna het Vriezenbroek te verkennen. Even paniek als het bij het vertrek regende, maar al vlug hielden de regendruppels op en kwam er een zalig zonnetje tevoorschijn. Vele vonden het een mooie rustige wandeling, bepaalde mensen die nochtans de omgeving kennen, zijn op plaatsen geweest die ze nog niet kenden. Enkele vonden het zo betoverend dat ze dachten van in Luxemburg te vertoeven. De parcoursmeester is weerom geslaagd in zijn opzet. Na de wandeling en nadat men zich wat verfrist heeft, namen 31 deelnemers plaats aan tafel voor een verzorgd kaas- en charcuteriebuffet. Met een hapje en een drankje werd het een gezellig onderonsje en konden we kennis maken met enkele nieuwkomers.

Oktober staat in het teken van onze wandelorganisatie "**De Maneblusserswandeling**". Deze tocht ging door op 05 oktober jongsleden. Waar er de dagen voordien voor gevreesd werd is werkelijkheid geworden. Kwakkelweer met hevige wind en stevige regenbuien. Weerom pech met het weer en de opkomst van de wandelaars. Toch mogen we ons gelukkig prijzen met 592 inschrijvingen en de komst van twee bussen. Veel koffie en soep is er gedronken, de rest was wat minder. Al hoewel met een mooie omzet. Wandelaars waren zeer tevreden over de parcours. Verbaasde er zich over dat er zoveel groen is buiten de stadskern. Hoe rustig is het wandelen op het jaagpad langs de Dijle. De stadswandeling viel ook in de smaak, vooral de parkjes met zijn vlietjes werden verkend. Een organisatie met een dubbel gevoel.

Wandelen en aandacht voor verkeersveiligheid gaan hand in hand. Bij **wandelen tijdens de donkerste periode** van het jaar moet iedere weggebruiker extra oplettend zijn.

Bij veilig wandelen ligt de focus op drie hoofdthema's:

- Ik val op
- Ik let op
- Ik stap waar het moet

Het is essentieel dat je goed zichtbaar bent voor andere weggebruikers. Als wandelaar blijf je een kwetsbare weggebruiker. Zorg er dus zelf goed voor dat je opvalt en een reflecterend hesje en/of reflecterende accessoires draagt. Zelfs overdag ben je in slecht weer ook beter zichtbaar als je felgekleurde kleding draagt. Hou er rekening mee dat in de regen het zicht voor automobilisten een stuk minder kan zijn dan voor jou als wandelaar.

Het bekendste en het makkelijkste om je zichtbaarheid te verbeteren in het verkeer is een fluoehesje dragen. De hesjes werken zeer effectief, want ze combineren fluoresceren en reflecterend materiaal. Toch is niet elke wandelaar overtuigd om het wat onhandige en soms weinig flatterende hesje te dragen. Er bestaan gelukkig nog heel wat andere mogelijkheden om op te vallen in het verkeer. Denk maar aan de vele gadgets en accessoires die op de markt zijn: reflecterende sleutelhangers, arm- en beenbanden, stickers, tape, petjes,...

Je kan uiteraard ook bewust je wandeluitrusting gaan kiezen. Heel wat jassen, softshells, rugzakken, maar ook broeken en schoenen hebben vaak ingewerkte reflecterende elementen.

Wandelsuggesties

Zaterdag 25 oktober

Bosgeuzen-Voorkempen vzw

Fortentocht

Fortvissers Borsbeek, Frans Beirenslaan 2A, 2150 Borsbeek

8u - 15u

Inschrijfgeld: 1,50€

5-10-15-20-25 km

Zondag 26 oktober

WSV De Kadodders SKW vzw

BelOrta-wandeling

BelOrta, Mechelsesteenweg 120, Sint-Katelijne-Waver

8u - 15u

Inschrijfgeld: 1,50€

6-11-16-20 km

Zondag 2 november

Singelwandelaars Strombeek-Bever

Singeltochten

Feestzaal Den Douwe, Antwerpselaan 1, 1853 Strombeek-Bever

7u30 - 15u

Inschrijfgeld: 1,50€

5-9-14-18-24-30 km

Zaterdag 8 november

De Trekplusters Zellik-Asse

5e Geuzetocht

Don Bosco, Brusselstraat 283, 1700 Groot-Bijgaarden

8u - 15u

Inschrijfgeld: 1,50€

6-12-18-24 km

Zondag 9 november

Wandelclub Tornado vzw

Wandel Mee Dag

Gildezaal, Dorpplaats, 3190 Boortmeerbeek

7u30 - 15u

Inschrijfgeld: 1,50€

5-10-12-15-20-24 km

Zondag 9 november

WSV Schelle vzw

22e Octaafocht

TA Den Biezerd, Wirixstraat 56, 2845 Niel

7u30 - 15u

Inschrijfgeld: 1,50€

5-7-12-17-21-28 km

Zondag 16 november

WSV De Vossen vzw

Herfsttocht

Zaal Nicolaas, Jachtweg 1, 9255 Buggenhout

7u - 15u

Inschrijfgeld: 1,50€

6-12-16-20 km

Zaterdag 23 november

WSV De Schorrestappers

Potjeir-Walk

Lokaal PC Boom (ingang naast nr. 88), Kerkhofstraat, 2850 Boom

8u - 15u

Inschrijfgeld: 1,50€

6-10-12-15-22-25 km

Zondag 30 november

WSV De Ranstuilen Ranst vzw

Uilentocht

Gildenzaal Nijlen, Gemeentestraat 24, 2560 Nijlen

8u - 15u

Inschrijfgeld: 1,50€

5-8-10-15-18-25 km

Zondag 7 december Wiekevorstse Stappers 18e Kempische Ardennen-wandeling Café Sportbar, Industriepark 3, 2235 Hulshout	7u - 15u Inschrijfgeld: 1,50€ 5-10-15-20-25-42 km
Zaterdag 13 december WSP Heverlee-Leuven vzw City Walk Leuven Koninklijk Atheneum, Redingenstraat 90, 3000 Leuven	13u - 15u Inschrijfgeld: 1,50€ 6-7-8-13-14-15-21 km
Zondag 14 december De Bollekens vzw Rotselaar Koude Neuzentocht Montfortcollege, Aarschotsesteenweg 39, 3110 Rotselaar	7u - 15u Inschrijfgeld: 1,50€ 5-8-12-16-20 km
Zondag 21 december Bosgeuzen-Voorkempen vzw Donkeredagentocht Zaal De Wip, Speelhofdreef 4, 2970 Schilde	8u - 15u Inschrijfgeld: 1,50€ 4-6-12-16-22 km
Donderdag 25 december WSV Horizon Opwijk 33e Kersttocht Zaal De Boot, Heiveld 61, 1745 Opwijk	8u - 15u Inschrijfgeld: 1,50€ 5-10-16-21 km
Vrijdag 26 december Wandelclub Kwik Bornem Eindejaarstocht Gemeenschapshuis Branst, Luipegem 160, 2880 Bornem	8u - 15u Inschrijfgeld: 1,50€ 6-12-18 km
Zondag 28 december WVK Puurs vzw Eindejaarstocht Polyvalente zaal Liezele, Turkenhofdreef 3, 2870 Liezele	7u30 - 15u Inschrijfgeld: 1,50€ 5-10-14-20 km
Zondag 28 december W.S.V. Holsbeek vzw Wintertocht Gildezaal, Gildestraat 5, 3220 Kortijk-Dutsel	7u - 15u Inschrijfgeld: 1,50€ 4-6-12-20-25 km
Zondag 4 januari RWK De Morgenstond Humbeek vzw Wintertocht Parochiezaal Zemst-Laar, Humbeeksebaan 190, 1980 Zemst	8u - 15u Inschrijfgeld: 1,50€ 5-7-12-20 km

Gratis wandeling

De gratis wandeling op **16 november 2025** brengt ons naar 900 jaar van de Abdij van Vlierbeek, georganiseerd door **WSP Heverlee-Leuven vzw**.

Start & Aankomst: Westerpoort (Abdij van Vlierbeek), Abdij van Vlierbeek 13, 3010 Kessel-Lo
OF bijkomende startplaats: Zaal Genadedal, Velderblok 2A, 3010 Kessel-Lo.

Afstanden: 5 – 6 – 10 – 12 – 15 – 20 km

Rustpunten onderweg: voor elke afstand zijn er 1 of meer rustposten voorzien.

Starturen: tussen 07u30 en 15 uur.

De korte afstanden 5 en 6 km passeren aan beide startplaatsen (die doen dus ook dienst als controlepost) en lopen door het Provinciaal recreatiedomein, een familiepark in een groene omgeving en het Ploeterbos.

De langere afstanden 12, 15, 20 km vertrekken naar de Kesselberg en genieten van het panoramisch zicht. Verder door het Sint-Gertrudisbos komen we bij de controlepost in Holsbeek. Vanaf hieruit kunnen we kiezen voor een bijkomende lus van 4,8 km naar de Speelberg en het Chartreuzenbos (met mooie holle wegen en bruine ijzerzandsteenbanken in de flanken). Tot voor de Franse revolutie was dit bos eigendom van de Kartuizerorde ('Les pères Chartreux'), vandaar de naam. Nadat we een drankje en een broodje genuttigd hebben in de controlepost, stappen we langs de Meesberg en Wijnbergen terug naar de aankomst.

Waardebon

Goed voor 1 inschrijving en 1 consumptie (laagste prijs) voor onderstaande wandeling :
900 jaar Abdij van Vlierbeek te Kessel-Lo bij WSP Heverlee-Leuven vzw
op zondag 16 november 2025



Kleef hier uw naamklever

Wandelclub
Opsinjoorke
Mechelen

Gelieve deze bon te overhandigen aan de inschrijftafel

Waardebon

Goed voor 1 inschrijving en 1 consumptie (laagste prijs) voor onderstaande wandeling :
900 jaar Abdij van Vlierbeek te Kessel-Lo bij WSP Heverlee-Leuven vzw
op zondag 16 november 2025



Kleef hier uw naamklever

Wandelclub
Opsinjoorke
Mechelen

Gelieve deze bon te overhandigen aan de inschrijftafel



www.slagerij-bruynseels.be

SLAGERIJ - TRAITEUR
BRUYNSEELS - COLPIN



IJZERENVELD 137
2860 SINT-KATELIJNE-WAVER
Tel&fax 015 55 35 76



Wandelclub Opsinjoorke Mechelen



De Gouden Carolus Christmaswandeling *Mechelen in kerstsfeer en in den doenker* Zaterdag 20 december 2025

Startplaats: Zaal De Loods
Douaneplein z/n
2800 Mechelen

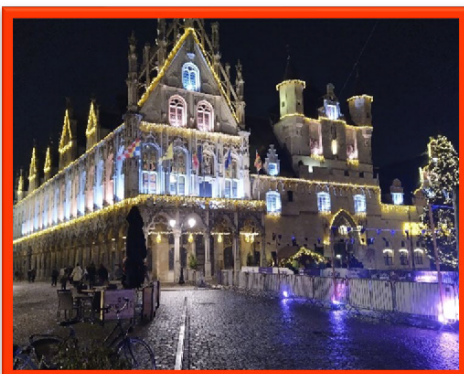
Afstanden: 5 en 10 km

Inschrijving: Vanaf 15u00 tot 21u00

Inschrijfgeld: 1,50 euro leden erkende wandelclub
3,00 euro niet-leden

Laatste aankomst: Om 23u00

Info: Martin van Veen +32(0)469 21 32 96
info.wandelclubopsinjoorke@gmail.com



Sfeervolle wandeling door de Mechelse historische binnenstad met zijn kerstverlichting, spectaculaire optredens en prachtige vuurkunstwerken.
Op verschillende pleintjes zijn er kerstmarktjes geïnstalleerd, Onder-Den-Toren, Korenmarkt, Vismarkt, Haverwerf...
Ontdek de warmte en gezelligheid, geniet van de sfeervolle marktjes en kraampjes.
Levende kerststal vanaf 18u00 tot 21u00 op het binnenplein van Brouwerij "Het Anker".

Start bereikbaar met openbaar vervoer: Mechelen-Station en De Lijn bus 25 Mechelen - Aarschot, deze stopt aan het douaneplein op 50 meter van de startplaats.

Met de wagen: Neem de E19 afrit 10 Mechelen-Zuid via de Tangent-tunnel naar het Douaneplein, volg de wandeltochtpijlen.

Organisatie: Wandelclub Opsinjoorke Mechelen vzw - WSVL 1129 met medewerking van brouwerij Het Anker – De Gouden Carolus en het buurtcomité Groot-begijnhof.

Bezoek onze website: www.opsinjoorke.be



Slagerij
Bruynseels
Colpin



Afzender:

Wandelclub Opsinjoorke Mechelen vzw
Marie-Jeanne Kox
Kardinaal Cardijnstraat 11
2800 Mechelen

Driemaandelijks tijdschrift P 002948
Afgiftekantoor 9340 Lede

Nr. 4, oktober 2025, jaargang 42



Verpakkingen - Houthandel



N.V. KEULEERS & CO

Berlaarbaan 100
2820 – Bonheiden
+32 (0) 15 560 590
www.keuleers.be