

Knokke-Heist, 23 april 2026

Beste Neos-vrienden,

°Volgende voordracht op 5 mei “Gezond eten, gezond ouder worden” door dr.ir. Eric De Maerteleire.

Eric De Maerteleire is bio-ingenieur en doctor in de Landbouwkundige en Toegepaste Biologische Wetenschappen aan de UGent.

Met zijn ervaring als hoofd van het Stadslaboratorium Gent, lid van de Hoge Gezondheidsraad en erkend scheikundig-microbioloog voor de rechtbanken, heeft hij een grote interesse voor de relatie voeding-gezondheid. In deze voordracht geeft hij ons inzicht in de functie en de tekorten van koolhydraten, vitamines en spoorelementen, vooral bij senioren, alsook in de functie van ons immuunsysteem in relatie tot onze voeding.

Locatie: 't Kursaal'tje, Kerkstraat 5, 8301 Knokke-Heist
Start 14.30h

Toegangsprijs is € 10 voor leden en € 20 voor niet-leden, inclusief koffie/thee en taart.
Inschrijven en betalen bij voorkeur via onze website <http://www.neosvzw.be/knokke-heist> voor 1 mei 2026 of, desgevallend, door over te schrijven op rekening van Neos Knokke-Heist rek.nr. BE57 0012 3943 0735 voor 1 mei 2026 met vermelding van de naam van alle deelnemers waarvoor betaald wordt en de datum van de voordracht.

°Nieuw instapmoment voor de verzekering “fietspechbijstand”

Onze fietsende leden krijgen 50% Neos-korting op de normale prijs van de fietsbijstandsverzekering.

Dankzij onze samenwerking met Sportievak kunnen onze leden genieten van een goedkopere fietspechverzekering. Als Neos-lid betaal je slechts €30 per persoon in plaats van de normale prijs van €59. Het volgende instapmoment is op 1 juli en de uiterste intekendatum is 10 juni.

Betaling gebeurt door 30€ te storten op de rekening BE57 001239430735 van Neos Knokke-Heist en dit voor 10 juni.

Wil je graag intekenen? Neem dan contact op met didier.bourgoy@telenet.be, onze secretaris. Hij stuurt dan de lijst met deelnemende leden door naar Sportievak.

Opgelet: dit geldt enkel voor nieuwe inschrijvingen, de lopende aansluitingen die vervallen op 1 juli, krijgen begin juni een bericht van Sportievak, met andere woorden, de leden die nu al deze fietspechverzekering hebben, hoeven enkel te wachten op een schrijven van Sportievak (begin juni) en daarop te reageren.

°Friesland en de beroemde Elfsteden, meerdaagse reis van 19 tot 22 mei 2026

Inschrijvingsperiode afgesloten. Contact : herman.devriendt@telenet.be. Verslag en foto's worden na afloop van de reis op onze website geplaatst.

°Zwin wandeling, 26 mei 2026:

Pracht van dicht bij ons: wandeling met gids door het unieke landschap van het Zwin

We komen samen aan de ingang van het natuurpark om 14.30h. Daarna vertrekken we voor een wandeling over de Zwinvlakte van ongeveer 1h15 min met uitleg over de typische fauna en flora. Bij voorkeur waterdichte schoenen dragen.
Het parkeerticket kan gevalideerd worden bij het onthaal.

Deelnameprijs : 25 euro, incl drankje in het Nest Zwin Bistro (recentelijk heropend met nieuwe uitbater), inschrijving/betaling via de website <http://www.neosvzw.be/knokke-heist> of door storting op rekening van Neos Knokke-Heist **BE57 0012 3943 0735** voor **18 mei 2026**.

MAXIMUM AANTAL DEELNEMERS = 40 (2 groepen van 20).

Datum van inschrijving met betaling is bepalend.

Locatie: Het Zwin natuurpark, Graaf Léon Lippensdreef 8, 8300 Knokke-Heist

°Quiz, 2 juni 2026: meer details in de maanbrief van mei!

°Zeecruise “Noorse Fjorden”, met Holland America Line, vanaf Rotterdam, van 21 tot 28 juni 2026 : Inschrijvingsperiode afgesloten. Contact : herman.devriendt@telenet.be. Verslag en foto's worden na afloop van de reis op onze website geplaatst.

°Donau riviercruise, van 27 mei tot 4 juni 2027: Contact : herman.devriendt@telenet.be of didier.bourgoy@telenet.be

°VRIENDELIJKE HERINNERING : Tijdig inschrijven en deelnameprijs betalen

Indien u wenst deel te nemen aan één van onze activiteiten, zien wij graag dat u zich tijdig inschrijft en ook tijdig de deelnameprijs betaalt.

Bij de meeste activiteiten geven wij in de aankondiging aan voor welke datum dient ingeschreven/betaald te worden. Dank deze deadline te respecteren.

Wat betreft activiteiten voor een beperkt aantal deelnemers is de plaats alleen gegarandeerd na betaling. Zo lang niet betaald is hebben latere inschrijvingen met betaling voorrang.

****Bij voorkeur Inschrijven via website**

Zie ook het laatste Neos magazine, 1st trimester 2026, pagina 14 “Digitaal Neos = vlot en veilig online inschrijven en betalen”.

Met vriendelijke groeten.

Didier Bourgoy
Secretaris
Zeedijk Heist, 123/8.2, 8301 Knokke-Heist
0475/252034

Gisele Huybrechts
Voorzitter
Vuurtorenstraat 4/69, 8301 Knokke-Heist
0478/803086