



## zo 28/06 Tentoonstelling De beste stuurlui

Pik de zomertentoonstelling in de Venetiaanse Gaanderijen mee! Deze tentoonstelling geeft een historisch overzicht op vier domeinen: handel, visserij, het militaire belang en mobiliteit. Daarbij wordt gefocust op belangrijke personen, netwerken en producten. Er is aandacht voor het smokkelen als economische activiteit, de georganiseerde kaapvaart, de Wagon-lits, de Spaanse Armada,...

De dienst Cultuur biedt ze je aan op zondag 28 juni om 10.00 uur.

Onder de kinderen verloten we een mooie prijs.

Na de tentoonstelling kun je genieten van een gratis drankje.

*Inschrijven kan tot 17 juni. Deze activiteit is gratis voor VSPO-leden. Niet-leden betalen 5 euro.*



## vr 30/10 Night of the Proms

VSPO trekt naar de 25ste editie van de Night of the Proms in het Antwerpse Sportpaleis.

Volgende namen staan op de affiche: Roxette, Sharon den Adel, Toots Thielemans, John Miles en de achtergrondtonen van Fine Fleur. **Mis dit muzikale feest niet!**

Inschrijven kan nog tot eind juni.

*VSPO-leden betalen voor ticket én rit heen en terug 55 euro. Niet-leden betalen 60 euro.*

Het kan haast niet anders: nu je bOOST03 in handen hebt, moet de vakantie wel in aantocht zijn. Voor VSPO traditioneel een kalme periode. Mogen we van de gelegenheid gebruikmaken om jullie allemaal een deugddoende vakantie toe te wensen? Hopelijk zal iedereen goed uitgerust en dus meteen in topvorm zijn voor de Sportdagen in september. Wie op vrijdag 30 oktober mee wil naar de Night of the Proms, moet wel nog vóór de vakantie contact opnemen met Katrien. Maar lees vooral verder.



## za 20/06 Vijfde Grote Rommelmarkt

De Rommelmarkt van VSPO vindt dit jaar opnieuw plaats op het parkeerterrein van het Stadhuis.

De inschrijvingen waren alvast een overdonderend succes: alle standplaatsen werden in geen tijd ingenomen.

Wij nodigen je vriendelijk uit om een bezoekje te brengen.

Trommel familie en vrienden op.

Je kunt er van 7.00 uur tot 18.00 uur rondsnuffelen in een gezellige sfeer. Misschien ontdek je wel dat ene hebbeding dat je al zo lang wou.

VSPO zorgt alvast voor een "zomers" tintje:

Rachel bereidt voor ons Afrikaanse oliebolletjes en bakbanaan.

Haar Chinese vriendin zorgt voor loempia. Hopelijk is de zon ook van de partij.

Gekoelde dranken zijn te verkrijgen tegen democratische prijzen.

**Tot dan!**

### CONTACT

Marc Van de Poel, *voorzitter*  
dienst Sport, T 059/50.05.29  
Mieke D'Hondt, *ondervoorzitter*  
dienst Financiën, toestelnr. 2502  
Fernand Mus, *penningmeester*  
ferre.mus@skynet.be,  
T 0473/86.21.07  
Katrien Deschacht, *secretaris*  
dienst Personeel, toestelnr. 2329, vriendenkring@oostende.be  
rekeningnummer: 979-6397150-05

[www.vspo.be](http://www.vspo.be)

## vr 26/06 Infoavond Banjulreis 2009

VSPO overweegt om voor de tweede maal een tiendaagse stedenbandreis te organiseren naar Banjul. De vermoedelijke reisperiode zou zijn van 19 november tot en met 29 november 2009. Voor wie belangstelling heeft, organiseren we een geheel vrijblijvende infoavond met een expert ter zake: Peter Vanslambrouck, onze stedenbandcoördinator. Hij legt ons uit wat de reis inhoudt, waaraan je je kunt verwachten, en brengt een *koffer* vol praktische informatie mee.

Steek je licht op om 19.30 uur in de Antonyzaal. Afhankelijk van de interesse zal VSPO verdere stappen ondernemen. Gelieve je aanwezigheid op deze infoavond te bevestigen aan Katrien.

Geïnteresseerd om mee te reizen, maar je kunt niet aanwezig zijn op de infoavond? Geef je naam op bij Katrien want dit kan belangrijk zijn bij het smeden van verdere plannen.

## 30/09 & 21/10 & 18/11 Patchwork

Ontdek de wereld van *patchwork* in drie lessen. Linda leert je de knepen van het vak. Daarna laat je je fantasie de vrije loop.

Patchwork is tegenwoordig helemaal in. Zelfs bij Valentino en Dolce & Gabbana zijn ze fan van deze mix-and-match trend.

De cursus zal plaatsvinden in het Stadhuis op woensdag 30 september, woensdag 21 oktober en op woensdag 18 november, telkens van 19.00 tot 21.30 uur.

Deze activiteit is gratis. Het materiaal koop je zelf aan. Een lijstje van benodigheden vind je ook bij Katrien. Voor een 'groter' stuk mag je rekenen op een prijs van 15 à 35 euro.

Alvast veel plezier met het uitzoeken van de geschikte stofjes!

## za 28/11 & zo 29/11 Champagneweekend

Er zijn nog enkele plaatsen voor dit unieke aanbod. Rantour Voordeelreizen neemt je mee naar Reims en de streek van de champagne. Een ambiancevol weekend gegarandeerd, inclusief één overnachting met ontbijtbuffet, volpension met rijkelijke maaltijden vanaf het middagmaal op zaterdag tot en met het middagmaal op zondag, bezoek aan een champagneproducent en diverse champagneboeren met proeverijen, Nederlandstalige begeleiding en véél gezelligheid. Mogelijkheid tot aankoop van het sprankelende nat tegen een voordelige prijs.

Voor 195 euro (op basis van een tweepersoonskamer) ben ook jij erbij. Gedetailleerde info bij Martine Landuyt. Inschrijven bij Katrien.



### Wat die aap mij vroeg

"Beste vriend, we zijn een maand verder. Wat nieuws?"

Aha, geloof het of niet maar het is weeral prijs. In Mexico heeft een varkentje met een gewone griep samengehokt met een varkentje met de vogelgriep en voila! Neen, geen biggetjes, maar wel een nieuw soort griepvirus. Daarvan kan een pandemie komen, zeggen ze.

"Een pandemie wat is dat?" vraagt mijn harige vriend.

Wel, een nieuw soort griep (hier in dit geval de Mexicaanse) waar er nog geen vaccin tegen bestaat en die overal ter wereld de mensen zou aansteken.

"Zoiets als de cholera of malaria hier in Afrika?"

Dat is het eigenaardige van de zaak. Malaria en zo treft veel meer mensen, en de grieppandemie is nog allerm minst een feit, maar wat komt alle dagen in het nieuws? Niet de ziekten die je vernoemt, maar de eventuele pandemie van de Mexicaanse griep (raar hé?).

"Wat ga je tegen de griep doen?"

Ja, het vaccin ertegen is nog niet klaar, maar weet je... na de grote oorlog van '14-'18 was er ook een pandemie: de Spaanse griep. Miljoenen mensen stierven, maar Koning Alfonso 13 van Spanje had koorts en dacht besmet te zijn. Hij dronk een volledige fles Baccardi rum en hij was er vanaf. Nu, op een vrijdagavond hebben we met VSPO een leuke trappistenavond gehad. Na al die flesjes geproefd te hebben, zullen we wel immuun zijn, zeker? Zeg, ik heb een standbeeldje gezien van jou in Mons, we zijn daar op bezoek geweest met de Vriendenkring en de gidsen vertelden ons dat als we met de linkerhand op je kopje wreven en een wens deden, die ook zeker vervuld zou worden. Maar waarom wensen al die mensen dat ze de lotto zouden winnen? Alles wat telt is toch een goede gezondheid en geen griep?



"Allez, ik ben heel vereerd dat ze in Mons een standbeeld voor mij hebben opgericht."

Hela, niet overdrijven hé. Zo groot is dat standbeeld nu ook weer niet. Ze weten ook niet hoe het daar gekomen is. Misschien was één van je voorvaders daar op doortocht? Het zou ook gediend hebben om stoute kindjes eraan vast te binden en ze zo publiekelijk te schande te stellen. Je hebt daar dus gediend als schandpaal, beste vriend.

*F. Sparrow*



## di 08/09 & ma 14/09 Sportdagen

Begin september krijgen de personeelsleden opnieuw de kans om zich sportief uit te leven en kennis te maken met een waaier aan sporten.

Ook dit jaar wordt gekozen voor een ander concept op diverse locaties. Het centrale punt is de Sport Nautique (KRNSO) aan het kanaal Oostende-Brugge. Je raadt het al: we gaan het water op! Daarnaast maken we gebruik van de sportzaal de Spuikom. Traditiegetrouw wordt er een recreatieve dagfietstocht gepland. Dit jaar in het kader van Beaufort 2009. Ook voor wandelaars wordt een programma uitgewerkt.

Meer gedetailleerde informatie en het inschrijvingsformulier krijg je via omzendbrief.

## za 17/10 Halloween pompoensnijden

Noteer alvast deze datum in je agenda.

VSPO nodigt alle kinderen jonger dan 12 jaar uit om hun eigen pompoen te versieren voor Halloween. De pompoen en versiering krijg je van VSPO. Materiaal meebrengen voor het aanbrengen van je eigenste toets mag natuurlijk ook.

Met een drankje en een koek maken we er een gezellige knutselmiddag van.

Alle deelnemers ontvangen een leuke attentie.

## za 14/11 Daguitstap *Flanders Fields*

Maak met VSPO een themautstap naar de Westhoek. De reis gaat richting Ieper en de streek van "den Grooten Oorlog". We brengen er onder meer een bezoek aan het Memorial Museum Passchendaele, Tyne Cot Cemetery en in Ieper wonen we de Last Post bij.

Een brok geschiedenis die niemand onberoerd laat. Een aanrader voor groot en klein. We garanderen een boeiende en leerrijke dag voor een democratische prijs. Meer details volgen in bOOST04.

*Wacht niet af, maar schrijf nu al in bij Katrien.*



## Voordelen

- De Zeepaardjes, wielertoerisme, vanaf mei, gratis voor leden.
- fIZIX, fitnesscentrum, korting voor leden.
- GetFit, fitness, x-biking en zonnebank, korting voor leden.

Quiz09



## Paaseierenraap

