bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE
P004990

't KRANTJE

DRIEMAAND. TIJDSCHRIFT UITGEGEVEN DOOR DE VRIENDENKRING NIERPATIËNTEN ROESELARE
V.U.: SEGAERT ANDRÉ, VAN ARTEVELDESTRAAT 5, 8830 HOOGLEDE - KANTOOR VAN AFGIFTE: ROESELARE
26° JAARGANG: NR. 4 - OKTOBER - NOVEMBER - DECEMBER 2015

VRIENDENKRING

NIERPATIËNTEN

ROESELARE

VRIENDENKRING NIERPATIENTEN ROESELARE V.Z.W.

Telefoon 051/40 55 51
Telefax 051/40 64 20
E-mail: tielttravel@tielttravel.be

Verg. kat. A-1979

n.v. TIELT TRAVEL

n.v. TIELT TRAVEL
Bruggestraat 9, 8700 Tielt (Belgium)

UIT SYMPATHIE

COLOFON

26ste Jaargang, nummer 4 - 2015

V.U.:
Segaert André, Van Arteveldestr. 5, 8830 Hooglede

Eindredactie:
Segaert André Tel. 051/22 22 78
E-mail:
andre-en-magda.segaert@telenet.be

Werkten mee:

Gino Matthys, Maurice Debusschere, Stefaan Maddens, Jintje Vanderbie, Dr. An Vanacker, An Defour, Sonja Bourgeois, Veerle Calis en Stefanie Azou.

Doelstellingen van de VZW:
Begeleiden en informeren van patiënten
Geven van advies.
Communicatie bevorderen.
Dienstverlening.

Giften kan u storten op rekeningnummer:
BE 89 4675 0322 6185

Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen zonder voorafgaandelijke toestemming van de uitgever. Gepubliceerde artikels binden slechts de auteurs en engageren de VZW niet.

Voorzitter:
Matthys Gino GSM 0476/ 944 522
E-mail: gino.matthys@telenet.be

Ondervoorzitter:
Meersseman Jean-Paul

Penningmeester:
Matthys Gino

Secretaris:
Maddens Stefaan

Maatschappelijke zetel:
Eugeen de Grootelaan 72, 8650 Houthulst 051/ 7000 84

Website:
www.nierpatientenroeselare.be

EDITORIAAL

Beste Vrienden,

Met het traditionele (nou ja, zo traditioneel was het dit jaar niet, meer info verder in Krantje) bezoek van Sinterklaas en Zwarte Piet aan de dialyse sloten we het drukke werkjaar 2015 af.

Tijd om even terug te kijken op het voorbije jaar. We stellen vast dat er gelukkig nog altijd heel veel interesse is voor onze activiteiten. En dat doet ons heel veel plezier want door het wegvallen van Sabine en Jimmy (een heel trouw bestuurslid, ons jammerlijk veel te vroeg ontvallen) zijn we met een kleine "harde" kern overgebleven. Een kern echter die nog altijd gemotiveerd is om het (ook al zeg ik het zelf) vele mooie werk van de voorbije jaren verder te zetten.

Jullie hoeven dus zeker nog niet te twijfelen aan het verdere voortbestaan van deze mooie vereniging. Versterking is natuurlijk altijd welgekomen en indien er interesse is om ons bestuur te komen versterken, mag je mij altijd contacteren.

Ik wil bij deze "mijn" bestuur hartelijk bedanken voor hun inzet.

Ook een dankwoord verdienen onze talrijke sponsors (denken we maar het Kubbing tornooi memorial Bart Vandoorne), onze talrijke verkopers van lotjes voor onze tombola (dank zij jullie allen zal onze tombola ook dit jaar een succes zijn) en de verpleegkundigen (zonder hun hulp zouden veel activiteiten niet langer mogelijk of veel moeilijker zijn).

Ik had het daarjuist over het wegvallen van Jimmy, maar samen met hem zijn er ook dit jaar weer velen van ons heengegaan. We denken aan hen.

Verderop in het Krantje vind je heel veel terug over de voorbije elfdaagse. Toch kon nog niet alles gepubliceerd worden wegens plaatsgebrek. Jullie vinden de rest van de artikels terug in het volgende nummer.

Ik kijk dan ook al uit naar 2016! Ik hoop jullie dan allen in een zo goed mogelijke gezondheid terug te zien, op één of andere activiteit.

Gino

ELFDAAGSE NAAR TORRIMOLINOS

Donderdag 1 oktober

Ontiegelijk vroeg, dat is zowat de meest veelzeggende omschrijving van het tijdstip waarop we de eerste oktober om 1 uur in de Wilgenstraat verzamelden om met de VNR op reis te gaan.

We waren met 57 waaronder 15 dialysepatiënten, 11 getransplanteerden en 6 verpleegkundigen. Iedereen was op tijd, de meesten weliswaar niet helemaal fit, maar het was een hartelijk weerzien daar in die nachtelijke straat.

Er woei een fris windje maar het regende niet. De bus was op tijd, het inladen van de bagage en de rolstoelen liep van een leien dakje, het instappen was een fluitje van een cent en weg waren we, richting luchthaven Brussel Nationaal.

De rit verliep vlot want er was bijna geen verkeer en in de bus was het aan de stille kant, begrijpelijk. Wie verwacht had dat het op de luchthaven ook rustig zou zijn was eraan voor de moeite. Maar het inchecken verliep zonder grote problemen en dank zij de licht slaperige roes waarin velen verkeerden geraakten we bijna ongemerkt in het blauwe Jetairvliegtuig.

Het enige noemenswaardige van de vlucht was de prachtige zonsopgang, daar op een slordige elfduizend meter hoogte, waarvan zij die aan de linkerzijde zaten konden genieten.
Het ophalen van de bagage op de luchthaven van Málaga verliep prima, er stonden twee bussen klaar om ons naar hotel

Zonsopgang van op meer dan 11.000m hoogte

Sol Don Pedro in Torremolinos te brengen en ook die rit gebeurde vlekkeloos.

Sol Don Pedro, het middelste van een complex van 3 hotels

Tegen 10 uur hadden we onze bestemming bereikt maar ... vóór 14 uur mochten we niet naar onze kamers. De meesten waren "op zijn Belgisch" gekleed terwijl de temperatuur "op zijn Spaans" was maar iedereen was moe en een vleugje fatalisme deed wonderen om de eerstkomende uurtjes door te komen. De een ging op verkenning in het hotel, de ander in de omgeving ervan, sommigen gingen op zoek naar een drankje en anderen naar een hapje.

Een mooi strand in Torremolinos.

Palmbomen en kleurige bloemen versterken het vakantiegevoel

Torremolinos was vroeger een vissersdorp maar werd de eerste toeristische trekpleister van Spanje en is in de jaren zeventig van vorige eeuw uitgegroeid tot een van de belangrijkste toeristische plaatsen van Andalucia. Bij de laatste telling (2007) had de gemeente 60.000 inwoners. Heel wat gepensioneerden, vooral Britten, hebben er hun vaste stek.

In Spanje was het vroeger heel goedkoop leven en daardoor kwamen er al heel vroeg vakantiegangers naartoe. De eerste toeristen kwamen al in de jaren 50 van vorige eeuw naar Torremolinos maar de grote "boom" kwam er in de sixties.

Eens we naar onze kamers mochten en iedereen zich kon verfrissen en omkleden in meer "aangepaste" stijl begon de vakantie pas echt.

Het werd al snel duidelijk dat er in de omgeving van het hotel heel wat bezienswaardigs was maar dat zich verwijderen van de kust een hele klim betekende. Gelukkig is er op korte afstand van het hotel een lift die je al een stuk hoger brengt, in de pittoreske winkelstraatjes waar ook gezellige terrasjes te vinden zijn. In die omgeving bevinden zich ook het spoorwegstation en de stopplaatsen van bussen.

Het restaurant in het hotel was gezellig en druk, het avondmaal was lekker en de keuze was uitgebreid en wie dat wenste kon in de bar terecht voor een slaapmutsje of iets meer of om van een show te genieten. Dat laatste kon ook elke avond bij het zwembad van het naastliggende Sol Don Pablo.

Velen zochten echter al snel hun kamer en hun bed op om de verloren slaap van de heenreis in te halen en te proberen fris te zijn voor de eerste excursie van deze vakantie.

Vrijdag 2 oktober

Om 10 uur vertrokken we met een bus naar het naastgelegen stadje Benalmádena. Tijdens de korte rit maakte Stefaan aan iedereen de groeten over van Gino, Marijke en Nand, Ada, Ann Defour, Griet Haelwyn, Samya en Peter. Allen bekenden die dit jaar de VNR-elfdaagse niet konden meemaken maar in gedachten bij ons vertoefden. Er volgde een warm applaus.

Benalmádena heeft meegeprofiteerd van de toeristische "boom" in die zin dat veel vakantiegangers naar daar uitgeweken zijn wegens de al maar toenemende drukte in Torremolinos. De rust die zij

daar vonden was evenwel van korte duur. Intussen telt ook deze gemeente (2012) bijna 66.000 vaste inwoners; dit komt overeen met gemiddeld 2443/km^2. Ter vergelijking: Roeselare telt ook ca. 60.000 inwoners wat overeenkomt met 999/km^2.
De acteur Antonio Banderas is hier geboren.

Benalmádena bestaat uit drie delen: Een stukje kust, Benalmádena Costa met een haven en Benalmádena Pueblo, het oorspronkelijke dorp dat een 300-tal meters bergopwaarts ligt en daardoor ontsnapte aan bouwwoede en massatoerisme. In Arroyo de la Miel (letterlijk vertaald: Honingbeek) is er op vrijdagochtend de meest bekende markt van de omstreken. Dat was dan ook de bestemming van onze groep.

Waar onze bus stopte zagen we ook een attractiepark Tivoli World en de vertrekplaats van een kabelbaan die je naar de top van een berg bracht. Hier zouden sommigen nog terugkomen.
Op de nogal uitgebreide markt heerste een gezellige drukte door een mix van plaatselijke bevolking en toeristen. Stefaan had op voorhand verwittigd om op te letten voor "pique pockets", neen geen polo's maar gauwdieven of zakkenrollers, het ongewenste soort volk dat je overal vindt waar het druk is. Gelukkig had iedereen deze goede raad ter harte genomen.
Dat nam niet weg dat Martine De Messemaeker een dag later en in het hotel van haar gsm werd beroofd waar heel wat foto's van haar pas overleden moeder op stonden. Ook een jurk van Ingeborg D'Hooghe verdween enkele dagen later aan het zwembad. Oneerlijke mensen werken altijd, blijkbaar ook op vakantie.

Na de markt gingen we de bus weer op en reden naar het eerder vermelde Benalmádena Costa voor een bezoek aan de haven of een natje en een droogje op een terrasje van de vele gezellige restaurantjes.

De haven van Benalmádena is vooral een plezierhaven

De haven is vooral een plezierhaven waar jachten van alle grootten en prijzen liggen, ook enkele oudere bezienswaardige (al dan niet authentieke) houten schepen maar ook een drijvende bar en restaurant in een gerestaureerde Mississippi stoomraderboot waarmee op sommige dagen en avonden rondvaarten in de haven worden gehouden.

Zelf deed ik een wandeling op de havenmuur maar vond de andere kant van de haven interessanter wegens de mooie gebouwen die daar stonden, het Sealife Center, een klein maar mooi parkje en enkele gezellige eethuisjes.

Volgende bestemming van die dag was de Estupa de la Iluminación, de grootste Boeddhistische stupa van de westerse wereld. Deze Boeddhistische tempel werd in 2003 ingehuldigd. Het sneeuwwitte gebouw met zijn indrukwekkende gouden koepel is meer dan 33m hoog, heeft een vierkante basis van 25,8m zijde en binnen is de meditatieruimte groter dan 100 m^2.
De stupa kijkt uit over de Middellandse Zee. Men betreedt het gebouw via trap-

pen maar onze rolstoelpatiënten mochten langs een hellend vlak naar de kelder en met de lift naar de meditatieruimte.

Bezoek aan een stupa. De wanden verhalen de levensgeschiedenis van Boeddha

Op de wanden van die ruimte is de levensgeschiedenis van Boeddha geschilderd, geboren als de Nepalese prins Buddha Shakyamuni.

De Spaanse Liz, die ons bezoek toelichtte deed dat in haar taal, verhaalde de levensloop van Boeddha en de principes van het boeddhisme als religie en levensfilosofie. Zij vertelde ons ook over de stupa en de stichter ervan. Zo kwamen we ook te weten dat de meeste stupa's uit een ontoegankelijke kubus bestaan die de schatkamer vormt en waarbij de gelovigen rond de tempel wandelen terwijl ze mantra's opzeggen. Stefaan vertaalde haar woorden voortreffelijk en deed dit met dezelfde nederige waardigheid als zij.

De volledige ruimte boven deze gebedszaal is de voor altijd dichtgemetselde schatkamer gevuld met o.a. 6.000 Boeddhareliëfs uit klei gemaakt door twee westerse leerlingen van Rinpoche, de inmiddels overleden Nepalese stichter van deze en vele andere stupa's.
Verder maken een halve ton Boeddhistische gebeden op katoenpapier, 108 boekdelen met de leer van Boeddha Shakyamuni, ontelbare heilige voorwerpen en relieken en een kleine elfde eeuws reliëf uit klei deel uit van de inhoud.
In die schatkamer bevindt zich ook de levensboom, een 17m lange, speciaal voor deze stupa gemaakte en vertikaal geplaatste boom die symbool staat voor Boeddha's wervelkolom in de interpretatie van de stupa als Boeddha's lichaam of als de as van de wereld in de beschouwing van de stupa als het hele universum.

Onder de meditatieruimte bevindt zich nog een zaal voor tentoonstellingen betreffende Tibetaans Boeddhisme, Himalayacultuur en andere stupa's elders in de wereld.
Na een bezoek aan de tentoonstelling Color & Luz (kleur en licht) in de tentoonstellingsruimte gingen nog enkele mensen van onze groep een souvenir kopen in het winkeltje of iets drinken in het café dat bij de stupa behoort.

Hierna begaven we ons te voet naar de nabij gelegen vlindertuin, naar het heet een van de grootste van Europa met meer dan 1.500 vlinders. Het gebouw is een enorme serre, bloedheet en vochtig waarin de prachtigste exemplaren vlinders, afkomstig uit de hele wereld leven. Het is waarschijnlijk de plaats waar de meeste foto's van de hele vakantie werden gemaakt. De kleurige diertjes fladderden rond en kwamen op alle mogelijke lichaamsdelen van de bezoekers zitten.

Naast vlinders zagen we er ook een vijvertje met vissen. Een fel gekleurd vogeltje dat uit een schotel kwam eten bleek een soort Australische vink te zijn. En er huppelde ook een Tammarwallaby rond eveneens afkomstig uit het zuiden van Australië. Er blijken ook nog een

schildpad, een kameleon en enkele leguanen te zitten. Benieuwd of iemand die gezien heeft.
Terug buiten bleek een groot deel van onze groep het beschaduwde terras al te hebben ontdekt en was er aan het bekomen van de tropische ervaringen binnen. Zo zat onze eerste excursie erop, het was een korte terugrit naar het hotel.

De vlinders kwamen op de bezoekers neerstrijken

Zaterdag 3 oktober

Eerste dialysedag van de vakantie. Onze dialysepatiënten bleken te talrijk om in één beurt behandeld te kunnen worden. De meesten moesten dan ook om 8 uur klaarstaan om naar het dialysecentrum gebracht te worden maar 4 moesten maar om 13 uur vertrekken. Op die eerste dag reed de bus echter verloren zodat de patiënten later aanlagen dan voorzien. Er waren wat problemen bij het aanprikken en anderen moesten langer dan normaal aanliggen. Zo liep ook de "namiddagshift" wat uit en kwamen ook die patiënten pas later terug in het hotel. Die eerste dialysedag verliep dus met nogal wat ergernis voor de patiënten en hun partners.

Annemie Dere aan de dialyse

Voor de anderen was die zaterdag een vrije dag. En het was een warme dag. Sommigen genoten van wat het hotel te bieden had, anderen kuierden naar en op het strand, weer anderen verkenden het stadje, zijn drukke winkelstraatjes en bezienswaardigheden. Enkelen huurden een fiets in de buurt van het hotel en trokken erop uit. De fietsen bleken minder goed dan de eigen, vertrouwde fietsen thuis en sommige hellingen bleken steiler en lastiger dan gedacht maar al bij al werd het een gezellige trip.

Zelf had ik gepland om na het ontbijt het strand te volgen naar Benalmádena en er de kabellift te nemen die we de vorige dag hadden gezien. De wandeling viel reuze mee tot in de nabijheid van de haven. De klim naar het binnenland was langer en lastiger dan verwacht en bovendien ging mijn sandaal kapot en zat er niets anders op dan terug naar de kust afdalen en blootsvoets in het rulle zand terug naar het hotel terugstappen. Gelukkig kon ik in een winkelstraat nieuwe sandalen kopen maar het was intussen te laat voor het geplande avontuur. Maar enkele foto's schieten van de vele kwetterende parkieten langs het kustboulevard zat er nog wel in en zo werd het toch nog plezierig.

Zondag 4 oktober

Na het ontbijt vertrokken we opnieuw stipt om 10 uur voor een busrit naar het stadje Nerja (uitgesproken nercha).
We volgden de kust in oostelijke richting, passeerden Málaga, volgden de richting

naar Motril, waar wijlen koning Boudewijn zijn buitenverblijf had en bereikten onze bestemming na een uurtje.

Nerja is het meest oostelijke punt van de Costa del Sol. Het stadje telt ca. 20.000 inwoners en heeft, behalve enkele prachtige stranden, als bezienswaardigheid het Balcón de Europa, een promenade in het centrum die over een klif die in zee steekt loopt en van waar je een prachtig vergezicht over de Middellandse zee hebt.

De bus zette ons af bij een mooie fontein aan de Plaza Cantarero en via de Pintada, een vlakke winkelstraat, wandelden we kustwaarts.

Stefaan had al gewaarschuwd om samen te blijven tot na het "Balcón" gelet op de drukte die daar altijd heerst en het gevaar om in de mensenmassa verloren te lopen en dat bleek niet overbodig te zijn geweest. Wat niemand van ons wist was dat er die dag op die bewuste plaats een snelwandelwedstrijd aan de gang was. Daardoor was passeren, zeker met rolstoelen, haast onmogelijk geworden. Gelukkig was er een politieman die zo vriendelijk om ons een eindje te begeleiden.

Het team verpleegkundigen op het Balcón de Europa in Nerja

Wie na het Balcón niet opzag tegen de steile afdaling en dito klim achteraf kon zich eens naar het strand begeven.
Ook het nabij gelegen barokke El Salvadorkerkje uit 1697 met zijn vierkante klokkentoren uit 1724 bleek een bezoekje waard.

De sportmanifestatie was een geweldige publiekstrekker. De jonge en minder jonge deelnemers werden begeleid door politiemotards die met loeiende sirene de weg vrijmaakten. Zowel de eerste als de laatste deelnemers werden aangemoedigd en kregen een daverend applaus uit het publiek en als afsluit liepen ook heel kleine peutertjes aan de hand van papa, mama, oma of opa mee.

Door de drukte was het moeilijk om nog meer bezienswaardigs van het mooie stadje te bezoeken waar de hoogbouw nog geen voet aan grond heeft gekregen. Maar we hadden onze inwendige mens kunnen versterken en onze dorst lessen en zo werd het tijd om terug te wandelen naar de bus en naar onze volgende bestemming te rijden, het enkele kilometers noordwaarts gelegen bergdorpje Frigiliana.

Het van oorsprong Moorse dorpje van nauwelijks 3.000 inwoners werd in de jaren 1990 enkele keren uitgeroepen tot mooiste dorp van Spanje. In de zomer wordt er elk jaar een bloemenfeest geor-

Met een treintje bergop naar het dorpje Frigiliana

ganiseerd. Het ligt aan de rand van het natuurgebied Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama.
We reden naar boven in een toeristisch treintje. De steile weg liet het beestje af en toe naar adem happen en de ongeruste chauffeur en gids - Stefaan vertaalde - liet menigmaal horen dat er eigenlijk een vijftal mensen te veel meereden. Niemand voelde zich evenwel geroepen om af te stappen. Soms was er nauwelijks nog een tiental centimeters tussen de wagentjes en de geparkeerde auto's. Maar de rit loonde de moeite, niet alleen omwille van wat we zagen maar - niet in het minste - omdat we niet zelf moesten klimmen.

Enkelen van ons maakten nog een korte wandeling maar de meesten zochten meteen een plaatsje op een terrasje. En men herinnerde zich van uit Gino's reisbrochure dat ze hier goede sherry hebben.

Maandag 5 oktober

Reizen is lastig, twee excursies na elkaar is voor sommige medereizigers iets te veel van het goede. Daarom was er beslist pas om 13.45 naar Málaga te vertrekken, een korte rit. Voor wie dat wilde zouden we om 11 uur een korte wandeling langs de kust maken en daar een restaurantje aandoen voor een vrij middagmaal. Het lot besliste daar evenwel anders over. Pas vertrokken kwam het bericht dat er iemand onwel was geworden. Stefaan keerde op zijn stappen terug en de wandeling werd afgebroken want niemand had er nog zin in. Er werd dan maar in de omgeving van het hotel iets gegeten.

De busrit vertrok op tijd en verliep zonder problemen.
Waar nu de stranden tussen Torremolinos en Málaga liggen werd vroeger hoofdzakelijk rietsuiker geteeld. Er stonden ook olijf-, amandel- en vijgenbomen. In de omgeving van het vliegveld stond een suikerfabriek.

Spanje bestaat uit 17 grote autonome regio's (Andalucia, Aragon, Galicia, Navarro, Castilla y Leon, Catalunia, Extremadura, Pais Vasco (Baskenland), ...) elk onderverdeeld in provincies. Málaga is een provincie van regio Andalucia.

De regio Andalucia bestaat in het binnenland hoofdzakelijk uit de Sierra Nevada en een aantal grote historische steden zoals Sevilla, Cadiz en Granada. De Costa del Sol heeft lange zandstranden. De grootste kuststad is Málaga, hoofdstad van de gelijknamige provincie. Ook Motril waar koning Boudewijn zijn buitenverblijf had is een bekende plaats.

Málaga ligt op slechts een 7-tal km van Torremolinos. Aan de kustboulevard loopt de ene stad naadloos over in de andere.

Málaga is een aangename, relatief rustige stad omgeven door de "Heuvels van Axarquía" en doorkruist door de rivieren, Guadalmedina en Guadalhorce die uitmonden in de Middellandse Zee.

De plaats ontstond zo'n 3000 jaar geleden en werd achtereenvolgens bezet door Feniciërs, Carthagers, Romeinen, Visigoten (Germanen) en vanaf de 8-ste door de Moren (Arabieren) die het Iberische schiereiland veroverden. "Malaqah" werd een deel van het islamitische rijk Al Andaluz.
In de 15-de eeuw, tijdens de reconquista, heroverden de katholieke koningen Spanje maar de strijd om Málaga verliep traag en bloederig.
Van de 16-de tot de 18-de eeuw groeide de stad gestaag spijts pestepidemieën, natuurrampen en gewapende conflicten.

Koning Filips II liet de haven uitbreiden die in de volgende eeuwen steeds belangrijker zou worden.
Na een korte bezetting door Napoleon Bonaparte werd Málaga weer Spaans.
Tijdens de industriële revolutie werd Málaga de belangrijkste industriestad van Spanje en kreeg de bijnaam "Fabrieksstad". Waar nu strand is lag toen industriegebied. In 19-de en begin 20-ste eeuw was er staalindustrie gevestigd. Het huidige strand, kunstmatig aangelegd, is er pas sedert 1992. De schoorstenen staan er nog als decorum.
In Zuid-Spanje vindt men wel ijzererts maar geen steenkool, die moet uit het noorden gehaald worden en daardoor is de staalindustrie ter ziele gegaan. In de jaren 1950-1960 werkten de fabrieken echter nog.

De 19e eeuw was een roerige periode in de Spaanse geschiedenis, en Málaga was de uitvalsbasis voor vele revolutionaire bewegingen in opstand tegen de regering. Op 11 februari 1873 deed koning Amadeus van Savoye troonsafstand en ontstond de "Eerste Spaanse Republiek". Málaga was fel tegen deze Spaanse eenwording, en verklaarde zichzelf tot "kanton", wat het begin van de "Kantonnale Revolutie" in Spanje betekende.

Tijdens de Spaanse Burgeroorlog (1936-1939) werd Málaga gebombardeerd door de fascistische Italiaanse luchtmacht, omdat Mussolini de opstand van Franco steunde. De bevolking vluchtte massaal naar Almeria.
De Francodictatuur was voor Málaga een relatief stabiele periode. De stad onderging in de jaren '50 en '60 een economische "boom" door de opkomst van het toerisme aan de Costa del Sol.
In 1972 werd de Universiteit van Málaga opgericht, voorheen had de stad alleen een faculteit van de Universiteit van Granada, en was het de enige stad van Europa met meer dan 300.000 inwoners zonder eigen universiteit.

Na de val van het Francoregime, heeft Málaga zich opgewerkt tot een van de grootste economische centra van Spanje. Het zorgt voor ongeveer de helft van de handel in Andalusië, de haven is de belangrijkste bron van inkomsten en is ook een belangrijke stop/startplaats voor cruiseschepen die de Middellandse Zee bevaren. Die haven wordt nog getransformeerd en moet een van de belangrijkste van Zuid-Europa worden.

Zicht op de haven van Málaga, aan de kade liggen enkele cruiseschepen

Er wordt verwacht dat Málaga nog zal groeien na de uitbreiding van het vliegveld, de nieuwe hogesnelheidslijn naar Madrid en de aanleg van een metronetwerk.

Sinds het jaar 2000 heeft het een belangrijke positie ingenomen op cultureel en economisch gebied. De stad heeft haar eigen Picassomuseum en een Moderne Kunstmuseum.

Toen onze bus Málaga inreed zagen we aan de linkerkant enkele moderne industriezones, het congresgebouw, de universiteitscampus en het justitiepaleis.
De bus stopte in de nabijheid van het ajuntamiento, het stadhuis van Málaga.
Aan de overzijde van de laan bevond

zich een botanische tuin.

Een grote groep ging een wandeling maken doorheen het relatief vlakke historische centrum met de kathedraal, anderen hielden het bij de rustige botanische tuin.
Zelf waagde ik mij aan de Gibralfaro, een 130m hoge heuvel die deel uitmaakt van de bergketen Cordillera Penibética. Hierop werd in de veertiende en vijftiende eeuw een kasteel gebouwd om het elfdeeeuwse alcazaba, een Arabisch fort te verdedigen.
Het werd een hele klim met heel veel rustpauzes maar het uitzicht op de stad met zijn de haven waarin verschillende cruiseschepen aangemeerd lagen en op de Middellandse zee was adembenemend.

De terugweg vatte ik aan langs de gewone baan en kwam aan de zuidoostkant van Málaga uit. Zo dwarste ik ook het historisch centrum en maakte er het voornemen om hier de volgende dag terug te komen.

In de botanische tuin wisselen tropische bomen en kunstige beelden elkaar af

Er bleef nog net genoeg tijd over voor een wandeling door de eerder vermelde botanische tuin met zijn vele tropische bomen en planten, waarvan sommigen nog volop in bloei stonden. Hier vond ik enkele leden van ons reisgezelschap terug.

De terugrit verliep net zo kort en vlot als de heenrit. Van de mensen die niet waren meegegaan werd er nog iemand onwel en moest naar het ziekenhuis maar beide pechvogels konden na verzorging weer weg en er was niets ergs aan de hand.
Die avond viel een deel van het hotel even zonder elektriciteit.

Dinsdag 6 oktober

Dit was de tweede dialysedag en die verliep, gelukkig maar, zonder de problemen van de eerste.

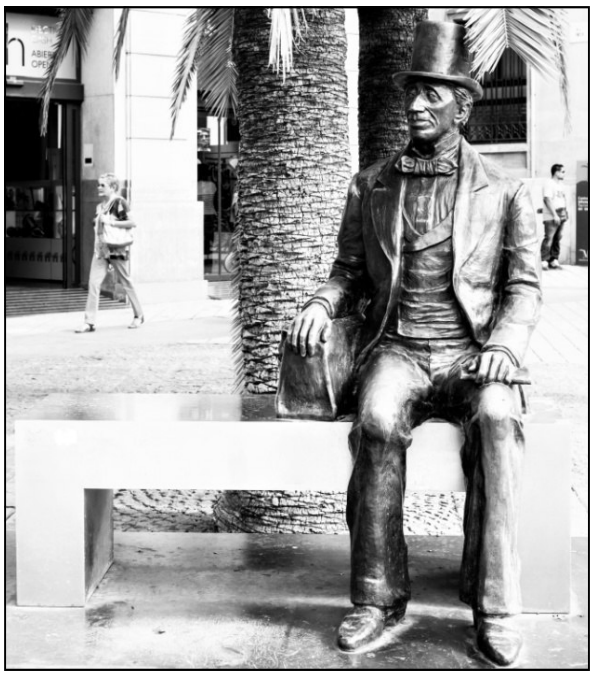
Zelf ging ik nog eens terug naar Málaga. Een poging om dit met een bus te doen mislukte: enkele Spaanse madammen beweerden dat het niet mogelijk was een ticket te kopen op de bus. Ik had er mijn twijfels over maar koos dan maar voor de trein en dat bleek een goede beslissing. De rit in een nette en comfortabele trein met airco verliep grotendeels ondergronds en duurde hooguit een half uur. Het station Málaga Centro Alameda ligt aan de (droogstaande) rivier Guadalmedina, dicht bij de haven en de plaats waar de rivier in de Middellandse zee uitmondt.

Het was maar een korte wandeling naar het oude stadsdeel. In veel smalle straatjes is heel wat graffiti te zien, soms echte kunstwerkjes. Het zal je als eigenaar echter maar overkomen dat zo'n spuitbusartiest je gebouw uitkiest om zijn hersenspinsels te ventileren.

Een overdekte markt, de Mercado Atarazanas is gevestigd in een eertijdse hal van een Moorse scheepswerf. Het was er een drukte van jewelste, een onbeschrijfelijke sfeer en zowat alles wat eetbaar is

werd er verkocht. Maar het allermooiste was wel het reusachtige glasraam dat de geschiedenis van de oorspronkelijke bestemming van het gebouw vertelt.

Wat verderop waren enkele mooie pleinen, fonteinen, gebouwen en standbeelden te bewonderen, o.a. dat van Hans Christian Anderson, fijne herinneringen uit vervlogen maar niet helemaal vergeten kinderjaren.



Het levensgrote beeld van de Deense schrijver van kinderverhalen Hans Christian Anderson werd besteld door de Deense Koninklijke familie en in 2005 aan Malaga geschonken

Vlakbij ligt de 16-de eeuwse San Juan Bautistakerk. Het schip van de oorspronkelijke kerk is in gotische stijl met Moorse pilaren en bogen en een barokke toren. Later werd het schip verlengd en kreeg spitse bogen. Het altaar, de preekstoel in roze marmer en de zijkapellen zijn heel mooi.
Naar de kathedraal van Málaga is maar een steenworp ver. Je kan er niet naast kijken, de koepel is bijna van in elke straat zichtbaar. Deze imposante episcopale kerk, blijkbaar de grootste van Spanje, was door de meesten van onze reisgroep al de dag voordien bezocht. Ik liep eerst even rond het monumentale gebouw en kwam zo het bisschoppelijk paleis tegen, een opvallend barok gebouw waaraan van de 16-de tot de 18-de eeuw werd gebouwd en dat uiteindelijk pas in 1961 werd voltooid.

Aan wat de Malagueños "La Manquita" noemen, de eenarmige of de manke dame is meer dan 200 jaar gebouwd. In 1528 begon men te bouwen op de fundering van een oude moskee maar de bouw werd meermaals onderbroken door geldgebrek. In 1782 is men, opnieuw door financiële problemen definitief gestopt met bouwen. De rechtse toren was maar half af en zo bleef de kathedraal met anderhalve toren staan, vandaar haar bijnaam.

La Manquita, de kathedraal met een hele en een halve toren

Door de lange bouwtijd heeft het ge-

bouw ook verschillende stijlen: Gotisch onderaan, renaissance in een van de deuren en barok in de decoratie van de lateien (tussenvensterbalken) en de voorgevel.
In de kathedraal vond ik vooral de orgels adembenemend mooi. Het zijn twee identieke instrumenten, gebouwd in 1783 door Julian de la Orden, meesterorgelbouwer en geboren en getogen Malagueño.
Beide hebben zowel aan de voor- als aan de achterzijde een front. Ze hebben 3 klavieren en 107 registers en samen meer dan 4.000 pijpen.
Later, na de reis, heb ik vernomen dat het sinds dit jaar ook mogelijk is om een kijkje op het 50m hoge dak van de kathedraal te nemen, waarschijnlijk alleen maar onder begeleiding van een gids en in groep. Wel bezocht ik ook het op een bovenverdieping gelegen museum.

Vlakbij de kathedraal staat nog een in het oog springend gebouw, het museum Revello de Toro, de vroegere werkplaats van Pedro de Mena (1628-1688), een Spaanse beeldhouwer, geboren en getogen in Málaga en van wie in bijna elke kerk van de stad werken te vinden zijn.

Uit de tijd van keizer Augustus (63v.C. - 1n.C.) dateert het Romeinse amfitheater, het oudste monument van Málaga en een van de weinige intact gebleven overblijfselen uit de Romeinse tijd in Andalusië. In de 8-ste eeuw gebruikten Moorse kolonisten marmeren zuilen ervan bij de bouw van het Alcazaba. In de loop der eeuwen werd het bedolven onder puin en geraakte in de vergetelheid. Maar in 1951 werd het herontdekt door bouwvakkers. Het werd in zijn volle glorie hersteld en in de zomer wordt het opnieuw gebruikt als openluchttheater.

Na een bezoek aan dit 2.000 jaar oude halfrond was het haast onmogelijk om het ernaast gelegen Alcazaba voorbij te lopen. Dit paleis van de Moorse heersers over Málaga werd in de 8-ste en 9-de eeuw gebouwd in Arabische stijl met Romeinse invloeden. Zo werden er Romeinse marmeren zuilen uit het amfitheater onder Arabische bogen geplaatst. In de 11-de eeuw werd het uitgebreid om deel uit te maken van de versterkte vestingen rond de stad. De vesting werd verdedigd vanuit het hoger gelegen Gibralfarokasteel.

Tekenen van twee culturen vlak naast elkaar en vermengd door de geschiedenis: het Romeinse amfitheater en het Moorse alcazaba

Wie ooit het Alhambra in Granada heeft bezocht zal misschien minder onder de indruk komen van dit veel kleinere Alcazaba maar het loont zeker wel de moeite en niet in het minste door het uitzicht dat het biedt over het historisch centrum van Málaga.

Het Pablo Picassomuseum ligt dicht bij het geboortehuis van de kunstenaar (°Málaga 25 okt. 1881, +Mougins (Fr.) 8 apr. 1973). Dit museum werd in 2003 geopend met de steun van de familie Picasso. Het is ondergebracht in het Palacio Buenavista, dat in de eerste helft van de 16-de eeuw werd gebouwd op de ruïnes van een Moors paleis waarvan de toren aan de oostzijde overblijft.
Het twee verdiepingen tellende gebouw

heeft een open binnenplaats in het midden.
De permanente collectie is grotendeels familiebezit en omvat een 200-tal schetsen, schilderijen, keramiek en beeldhouwwerk uit de begin- en laatste periode van Picasso; het zijn de minder door het grote publiek gekende werken.
In de kelder van het Picasso museum zijn overblijfselen te zien afkomstig van opgravingen van constructies uit de tijd van de Feniciërs en de Romeinen.
Wie het museum wil bezoeken moet handtassen, rugzakken, ... achterlaten aan de ingang. Fototoestellen mogen mee naar binnen maar het is verboden de werken te fotograferen (begrijpelijk) en in elke zaal houden suppoosten hierop toezicht.

Bij het uitlopen van het vroegere joodse stadsdeel van Málaga kwam ik nog langs de Santiagokerk die met haar ruim 500 jaar de oudste kerk van Málaga heet te zijn. Ze zou gebouwd zijn op de resten van een Moorse moskee met het minaret van die moskee als toren. In die kerk werd Pablo Picasso gedoopt.

Het was al ver in de namiddag en ik wilde nog graag naar een botanische tuin waarnaar ik die morgen wegwijzers had gezien langs de Guadalmedina. Dit zou een natuurpark zijn waar flamingo's, zwarte ooievaars en allerlei wilde eendjes overwinteren. Maar hoe ver ik ook in de aangegeven richting stapte, dat park vond ik niet. Bij het voetbalstadion van Málaga besloot ik dan maar langs de andere rivieroever terug te lopen naar het station en richting Torremolinos te sporen.

Andere medereizigers hadden hun dag naar eigen goesting doorgebracht, op het strand, met een bezoek aan een krokodillenfarm of aan een van de vele andere bezienswaardigheden dat Zuid-Spanje rijk is.

De krokodillenfarm van Torremolinos genoot veel belangstelling...

De verpleegkundigen die niet mee waren naar de dialyse hadden enkele medereizigers gelukkig gemaakt door hen een prettige en verfrissende dag te bezorgen in het zwembad van het hotel.

Die avond was er in de Sol Don Pablo een show van drag queens.

... maar ook de in madammen verklede heren werden geapprecieerd

Woensdag 7 oktober

We vertrokken opnieuw om 10 uur met bestemming Ronda. Vandaag reed er een gids mee. José was zijn naam.
In Zuid-Spanje kosten gidsen duur, rond 500 euro per dag. En ook bij de VNR laat de crisis zich voelen. Vandaar dat er op deze reis beslist was om maar voor twee dagen een gids in te huren.

José sprak een afschuwelijk soort Hollands dat de meesten van ons maar moeilijk verstonden. De man had boven-

dien weinig interessants te vertellen en bleef de hele heenrit maar doordrammen over stierengevechten. Iedereen was dan ook algauw van mening dat hij zijn geld niet waard was.
José was bovendien erg eigenzinnig, weigerde de uitgestippelde weg langs Marbella te volgen en deed dat dan toch op de terugweg, mits een eigen aanpassing.

Voor de heenreis reden we via Málaga en vernamen eigenlijk niets dat we niet al wisten van de vorige uitstappen.
Al vlug bleek onze gelegenheidsgids noch voor- noch tegenstander van stierengevechten te zijn maar volgens de leer van José hadden stierengevechten zowel op ecologisch als op economisch vlak alleen maar voordelen.

Na een tweetal uren rijden stonden we op de Plaza de Toros, aan de oudste (gebouwd in 1784) nog bestaande stierengevechtenarena van Spanje, het hele jaar door een museum maar waar jaarlijks in de maand september nog 3 stierengevechten plaatsvinden.

Voor de ingang van de arena stond een standbeeld van een enorme vechtlustige stier, geflankeerd door een levend opgetuigd paard dat er in de felle zon moest staan wachten tot toeristen voor een ritje wilden betalen aan het als picador vermomde baasje. Heel wat mensen in ons gezelschap hadden compassie met het arme dier dat er allesbehalve gelukkig bij stond, met gebogen hoofd.

We betraden de arena, kwamen langs een plaats waar paarden werden verzorgd en stonden in het fel oranje zand van het ronde gebouw dat er ook zonder reusachtige gehoornde kolossen indrukwekkend uitziet, zeker voor het schieten van foto's.
We bezochten ook het museum dat rond het strijdperk en onder de zitplaatsen van de toeschouwers ligt.

In het zand van de oudste nog bestaande stierenvechtarena van Spanje

Hierna wandelden we naar de vlakbij gelegen Puente Nuevo, de Nieuwe Brug (daterend van eind 18-de eeuw) over de Tajo, een diepe rotskloof uitgesleten door de rivier Gadalevín die Ronda in twee splitst. Vanaf de omgeving van de brug waren er heel wat mooie vergezichten te bewonderen.

De brug over de Tajokloof die Ronda in twee snijdt

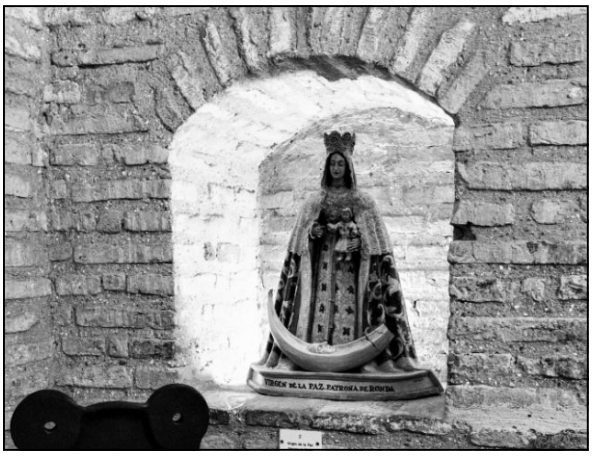
In het stadje zelf bestaat de grondbedekking bijna uitsluitend uit kleine langwerpige kasseitjes waarop de rolstoelen werkelijk voortdokkerden.

Bij de bekende Rondanezen behoren en-

kele flamencozangeressen en enkele toreros waarvan Pedro Romero de beroemdste is.
Enkele standbeelden herinneren ook aan twee niet Spaanse beroemdheden die veel in Ronda hebben verbleven. Avonturier, journalist en auteur Ernest Hemingway schreef er zijn "Voor wie de doodsklok luidt" een aanklacht tegen de moorden door de nazi's tijdens de Spaanse burgeroorlog.
Orson Welles verbleef er voor het draaien van een film over Don Quichote die hij nooit afmaakte en kwam er ook meerdere keren om op zijn positieven te komen wanneer hij het in Hollywood weer eens aan de stok kreeg met producers. Na zijn dood in 1985 werd zijn as begraven op het landgoed van zijn goede vriend, de stierenvechter Antonio Ordoñez.
Hier schreef de Britse auteur George Eliot (pseudoniem voor Mary Ann Evans) er zijn/haar "Daniel Deronda".
Verder verbleef de Duitse dichter Rainer Maria Rilke er geregeld voor langere tijd in hotel Reina Victoria, altijd in dezelfde kamer die nu als minimuseum is ingericht en kwam Giorgio Armani er een kostuum ontwerpen voor stierenvechter Cayetano Rivera Ordóñez.
Last but not least nam onze Belgische groep dEUS er hun plaat "The Ideal Crash" op.

In de Santa Maria la Mayorkerk staat een beroemd Mariabeeld, Nuestra Señora de la Paz (Onze-Lieve-Vrouwe-van-de-Vrede) maar wellicht was iedereen intussen te bevangen door de warmte en ging de voorkeur uit naar een lekker koel terrasje. Het was overigens overal erg druk en niet eenvoudig om nog een vrij plaatsje te vinden in het centrum van Ronda.

Zoals gezegd reden we met de bus terug naar Torremolinos via Marbella, bad-



Het kleine maar beroemde beeldje van de patrones van Ronda

plaats voor hoofdzakelijk kapitaalkrachtige mensen en bereikten we, na een korte sanitaire tussenstop ons hotel via Benalmádena. Gezien het aantal slapers op de bus moet de door José gebrabbelde uitleg weinig mensen hebben geboeid.

Donderdag 8 oktober

Wie niet naar de dialyse moest, of dat pas met de namiddagshift moest, kon genieten van het zwembad of ...

In het hotelzwembad, een foto die meer zegt dan woorden

Zelf ondernam ik een nieuwe poging om met "el teleferico" mee te gaan in Benalmádena.
Voor de heenreis nam ik de bus, kon zonder probleem een kaartje kopen bij de chauffeur en had zelfs nog een zit-

plaats. Bij alle volgende haltes tot Arroyo de la Miel stapten er evenwel meer mensen op dan er afstapten en moest de chauffeur de hele tijd aanmanen om door te schuiven, vergeefs want een sardienendoos bood meer plaats dan deze bus. In Arroyo was het een heel avontuur om te kunnen afstappen en kwam er veel duwen en wringen aan te pas en het gescheld was erbij te nemen. Was niet vatbaar voor herhaling.

De kabellift vertrekt vlakbij de plaats waar we een week eerder de markt hadden bezocht.

Den teleferiek bespaart je de hele klim; beneden ligt Benalmádena

Hij bracht me in ca. een kwartier naar de zowat 3 km verder en 771 m boven zeeniveau gelegen top van de Monte Calamorro, een heuvel die deel uitmaakt van het Mijasgebergte en van de Penibéticabergketen. Het gedeelte van de heuvel boven de 300m is beschermd om dit unieke waardevolle natuurgebied te vrijwaren.
Het was mistig en de wolken hingen laag wat niet zo gunstig was om vergezichten te bekijken maar het leverde toch enkele bijzondere foto's op. Maar het was er killig en frisjes.

Ik ontmoette er nog enkele leden van onze reisgroep: Ronny Claerhout met partner Veronique en Eric Vandekerckhove waren ook de wereld vanuit de hoogte komen bekijken.
Over de heuveltop lopen tal van uitgestippelde en afgebakende wandelpaadjes naar de diverse uitkijkpunten.

Om 13 uur begon een roofvogelshow waarin een tiental valken, arenden en gieren hun kunsten vertoonden, toch wel het zien waard temeer omdat de vogels ook op de armen en hoofden van de toeschouwers kwamen zitten. Het was genieten aangezien het weer intussen opgeklaard en de temperatuur gestegen was. Na de show waren er vanaf de verschillende uitkijkpunten prachtige vergezichten te bewonderen en te fotograferen van Málaga tot de rots van Gibraltar. Blijkbaar is op heel heldere dagen zelfs de Noord-Afrikaanse kust zichtbaar.

Roofvogeltje vangt Belgische toerist

Voor de terugrit naar Torremolinos nam ik de trein, een aangename en comfortabele variant van het Spaans openbaar vervoer.

Vrijdag 9 oktober

Voor deze laatste excursie van onze reis trokken we naar Antequera in het binnenland van Andalucia en moesten we vroeg opstaan want de bus vertrok vandaag al om 9 uur. Gids van dienst was de in Amsterdam geboren Juliette, een dame "op leeftijd". De chauffeur was, net als bij de andere uitstappen António.

Het was zowat een uur rijden en zoals meestal vertrokken we langs de kust richting Málaga. Juliet vertelde heel wat wetenswaardigheden over de plaatsen waar we langskwamen.

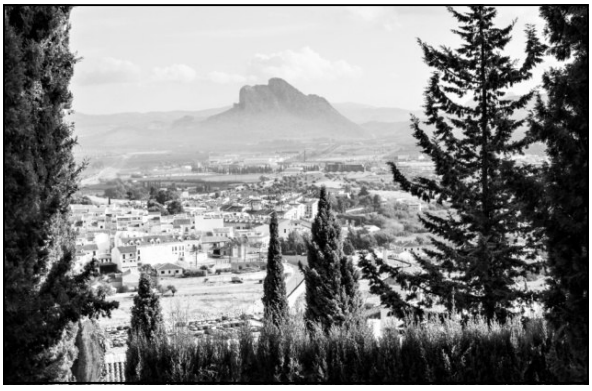
Zo vernamen we over de eigenaardige rondbuikige bomen met de prachtige bloemen die we overal langs het kustboulevard zagen dat het Chorisia zijn, van oorsprong Zuid-Amerikaanse bomen die hier in oktober nog steeds bloeiden dank zij het subtropische klimaat van Andalucia en omdat het op dat tijdstip in hun thuisland lente was.
De Chorizia Insignis heet in het Nederlands de kapokboom. Typisch is de rondbuikige stam met dikke stekels waarin de boom water opslaat voor droge tijden. Als je er op klopt klinkt het als een tonnetje wijn. Daarom noemen de Spanjaarden hem Palo Borracho, dronken paal. Tijdens de bloeitijd draagt de boom grote crêmekleurige tot gele bloemen. Wanneer de ovale vruchten openbarsten, komt er kapok uit waar onder andere kussens mee worden gevuld. De stam is groen omdat hij veel chlorofyl bevat.

We kwamen aan in Anteqera en werden afgezet op de busparking. Vandaar ging het te voet naar onze eerste bestemming het Alcazaba. Als een bezettingsleger, over de volle breedte van de straat, met de rolstoelen als strijdwagens trok de VNR op, een indrukwekkend zicht. Best dat het nog rustig was op dit ochtendlijk uur pas halfweg de voormiddag, de Spanjaarden zouden zich anders een hoedje geschrokken hebben.
Antequera is een stad met ca. 30.000 inwoners een 50-tal kilometers ten noorden van Málaga, aan de voet van de bergketen El Torcal en El Arco Calizo Chimenea, 575m boven zeeniveau.

Aan de overzijde van de Guadalhorce ligt de Peña de los Enamorados (Rots der

Het VNR-leger viel Antequera binnen met infanteristen en strijdwagens.
Gids Juliette en enkele verkenners vormden de voorhoede

Geliefden), naar de legende van een jonge christen en zijn Moorse geliefde die samen van de rots sprongen toen zij werden achtervolgd door Moorse soldaten. In de rots herkende onze gids een slapend meisje met kleine borstjes terwijl de meesten van ons er alleen het hoofd van een liggende reus in herkenden. In de volksmond wordt de rots dan ook "de slapende reus" genoemd.



Peña de los Enamorados, meisje met kleine borstjes of slapende reus?

Waar de voornaamste bron van inkomsten vroeger in de verwerking van agrarische producten lag (olijven, graan en wol) en in de productie van meubels is dat nu het toerisme. De musea van Antequera bezitten 80% van de kunstschatten van de provincie Málaga.
Antequera bezit waardevol archeologisch

erfgoed dat teruggaat tot 2.500v.C. en in het oosten van de stad ligt de Dolmen de Donga uit de bronstijd, een van de grootste grafheuvels van Spanje waarvan de grafkamers tot 20m diep werden uitgegraven. Ook de Dolmen de Viera en Dolmen del Romeral kan men bezoeken.

Op een heuvel in het historisch stadsdeel verheft zich een Moorse vesting. Het murenstelsel van de vroegere islamitische medina bestaat uit de Alcazaba die de volledige heuveltop in beslag nam, en een tweede ring, die naar beneden gaat en terug nabij de 'Torre Blanca' (Witte Toren), de woontoren.
De vierkante 'Torre del Homenaje', werd gebruikt door de soldaten. Men betreedt de toren via een valpoort met aan weerszijden twee gladde zuilen. De toren heeft verschillende verdiepingen. In 1582, na de herovering van Antequera op de Moren werd boven op de toren een klokkentoren gebouwd die nog altijd de grootste klokken van de stad herbergt.
In 1585 werd bij de ingang van de Alcazaba een indrukwekkende triomfboog, de 'Arco de los gigantes' gebouwd.

Zicht op Antequera vanaf het alcazaba

Het Alcazaba was onze eerste bestemming, een hele klim zoals meestal in versterkte vestingen. Maar het uitzicht over de daken van de benedenstad maakte het absoluut de moeite waard. De vele prachtige kerken - Antequera heeft er niet minder dan 26 en 7 kloosters - waarvan de meest opvallende de 16de eeuwse Iglesia de San Sebastian met een renaissancegevel en een barokke klokkentoren.
Wie het langst in het Alcazaba bleef hangen kreeg nog zicht op een mooi groot terras beneden, dat bezet werd door de overgrote meerderheid van onze groep. Stefaan's "Ge goat under moet'n oast'n of ge goa geen meer ein" deed wonderen. We begaven ons te voet weer naar de bus en het werd een korte rit naar "El Mirador" voor het enige middagmaal dat dit jaar in de reis inbegrepen was.
Het was een gezellig eethuis en de bediening verliep vlot en "bijna" perfect. Het apero, voor- en hoofdgerecht met bijhorende dranken, het dessert en de koffie (klein en sterk) gaven ons de nodige sterkte voor wat ons in de namiddag nog te wachten stond.

In El Mirador: nieuwe leden en 90-plussers Willy Dewith en Roger Seys
De jarige Lia Gelaude krijgt felicitaties voor haar 82ste verjaardag

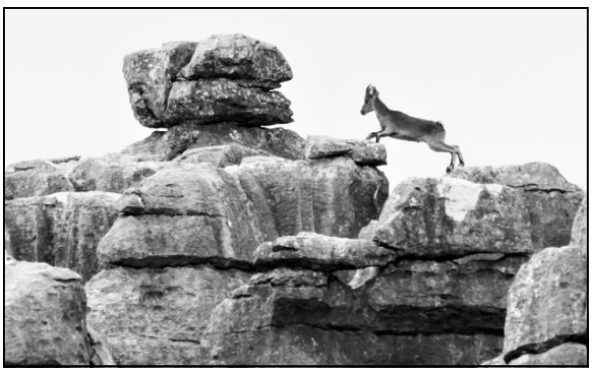
Na nog een korte busrit naar de rand van Antequera stonden we aan het natuurgebied El Torcal.

In het dal de Nacimiento del Río de la Villa ontspringt het riviertje dat door Antequera stroomt en voor de stad van zeer groot belang is aangezien hier het water uit de grond opborrelt dat als haar drinkwatervoorziening wordt gebruikt.
De plek is ingericht als recreatiegebied met bankjes, een kunstmatig meertje en een camping.
Het natuurgebied Torcal de Antequera is in 1989 uitgeroepen tot natuurpark, waardoor het speciale bescherming geniet.

De merkwaardige rotsformaties van het gebergte waren ooit zeebodem en zijn ontstaan door de opwaartse druk van vulkanische activiteit in combinatie met winderosie. Het gebied kent een bijzondere flora en fauna. Een relatief klein (11,7 km²) deel van het natuurgebied vormt een van de meest indrukwekkende kalksteenlandschappen in Europa.
Met een veertiental, Juliette stapte ook mee, waagden we ons aan de groene wandeling, een 1440m lange tocht over en tussen de grillig gevormde kalkrotsen, een maanlandschap waardig. Het was bewolkt en er stond een koele wind waar wij door onze inspanningen niet al te veel last van hadden. Zij die achtergebleven waren leden meer koude. Zij konden wel de werkzaamheden volgen van een Belgische filmploeg die een programma met VRT-presentator Bruno Wyndaele aan het opnemen waren.
Er moest af en toe eens een steuntje verleend worden aan iemand maar zoals bij een goed team past verliep dat vlekkeloos.
De geboorte van dit landschap waar we doorwandelden vond ongeveer 150 miljoen jaar geleden plaats als kalksteenlagen die toen de bodem van een niet meer bestaande zee vormden. Dat was de Tethyszee, een soort voorloper van de Middellandse Zee uit de tijd dat de dinosaurus hier rondkuierde en de ammoniet (verwant aan de nautilus inktvis) in het lauwwarme water dobberde. Tektonische krachten duwden de lagen kalksteen 20 miljoen jaar geleden langzaam omhoog tot uiteindelijk zo'n 1300 meter boven het huidige zeeniveau. Vanaf die tijd zijn ze gemodelleerd door weer, wind en water - een proces dat nog onverminderd doorgaat - resulterend in een netwerk van kleine rotspartijtjes waar je tussendoor kan wandelen.

Flora en fauna zijn erg veelzijdig. Maar liefst 664 plantensoorten uit honderd families hebben zich tussen de rotsen weten te nestelen, waaronder dertig verschillende soorten orchideeën.
Een kleine tachtig mossoorten vormen hier en daar zachte, groene tapijten ter afwisseling van de kale grijze stenen.

Een staaltje van teamspirit in El Torcal



El Torcal, waar berggeiten zich thuis voelen

Hier en daar kwamen we felgekleurde bloemen tegen tussen de rotsen. Dassen, berggeiten, everzwijnen, vossen, roofvogels en reptielen verbergen zich tussen de steeneiken, vuurdoorns, vlierstruiken en esdoorns. Wij zagen onderweg meerdere berggeiten die een heel eind boven ons - en veel leniger - van rots naar rots sprongen.

Op sommige plaatsen werd de hoorbare stilte een tijdlang doorboord door concerten van zangvogeltjes die ons, mensen blijkbaar als hun gelijke beschouwden en hoog boven ons zagen we af en toe roofvogels, adelaars en vermoedelijk gieren cirkelen.
Samen uit, samen thuis. Na een goed uur waren we rond en vonden de rest van het gezelschap terug.
En zo eindigde deze laatste excursie en namen we vóór ons hotel afscheid van gids Juliette en chauffeur António.

Zaterdag 10 oktober

Hoe eindeloos lang 11 dagen ook lijkt aan het begin van de vakantie, op een dag is de laatste aangebroken. Dat was vandaag dus want morgen zouden we al voor het licht werd op de bus stappen naar de luchthaven.

Voor de mensen die naar de dialyse moesten was er weinig keuze. De anderen gingen nog eens pootje baden in de Middellandse zee of slenteren langs de kust, de souvenirwinkeltjes langs om nog snel een cadeautje voor de dierbaren aan het thuisfront. Weer anderen genoten die laatste dag aan of in het zwembad. Misschien waren er wel die de valiezen al begonnen te vullen of ...

In het dialysecentrum van Torremolinos

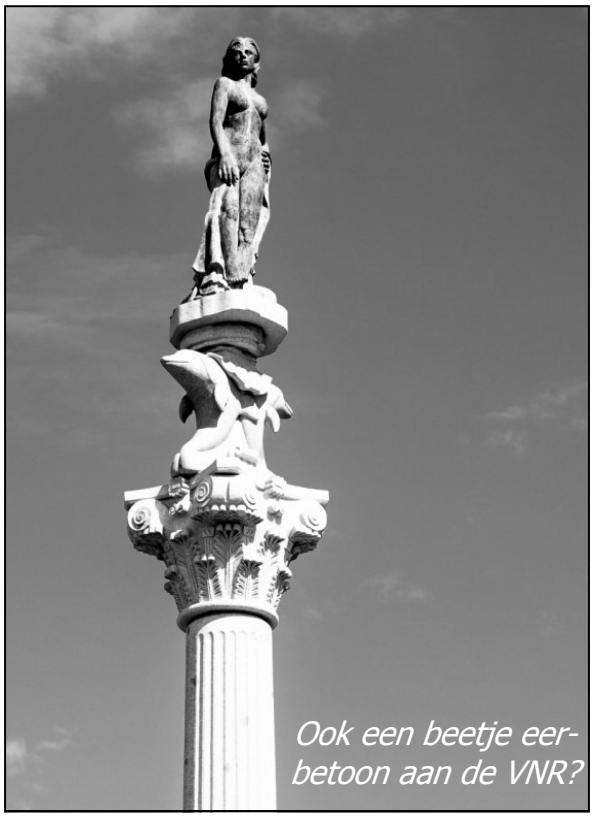
Zelf trok ik er nog eens op uit in Torremolinos, met de bedoeling een gekende botanische tuin die "El Jardín Botánico Molino del Inca" wordt genoemd en die een van de belangrijkste botanische tuinen van Spanje is. Er staan meer dan 500 soorten bomen, kleurrijke bloemen, vijvers en fonteinen en een watermolen waarnaar het park genoemd is. Er is een Japanse tuin en er zijn ook nog een aantal exotische vogels te bewonderen.

Het hotel uit en meteen bergop, langs de "Fuente de los caballos", een fontein versierd met paarden, die 's nachts verlicht wordt en waar rond kerstmis nocturnes bij gehouden worden.

Verderop stond de "Iglesia de la Virgen del Carmen" een moderne kerk die in 1979 gebouwd werd op de fundamenten van een oude kapel , de "Capilla del Carmen de La Carihuela".

De bezienswaardigheid die ik zocht staat aangeduid op wegwijzers. Daarom volgde ik een lange brede baan die me een eind buiten het centrum bracht, voorbij Aqualand en voorbij een krokadillenfarm die verschillende medereizigers hadden bezocht. Langs het Castillo San Miguel vond ik wel een groot terrein waar vele soorten pijnbomen worden gekweekt. Toen we alweer thuis waren ben ik te weten gekomen dat dit deel uitmaakte van wat ik zocht en eraan paalde. Een bezoek aan de "Molen van de Inca" zal dus voor een volgende vakantie in Torremolinos zijn, misschien kunnen we er dan met zijn allen naartoe.

Op de terugweg kwam ik langs een rotonde met in het midden een meer dan 20m hoge witte paal waarop een bronzen blote madam staat en die het "Monument aan de toerist" heet, een eerbetoon aan zij die Torremolinos groot en welvarend maken en wij, VNR-leden horen daar dus bij. Of niet soms?

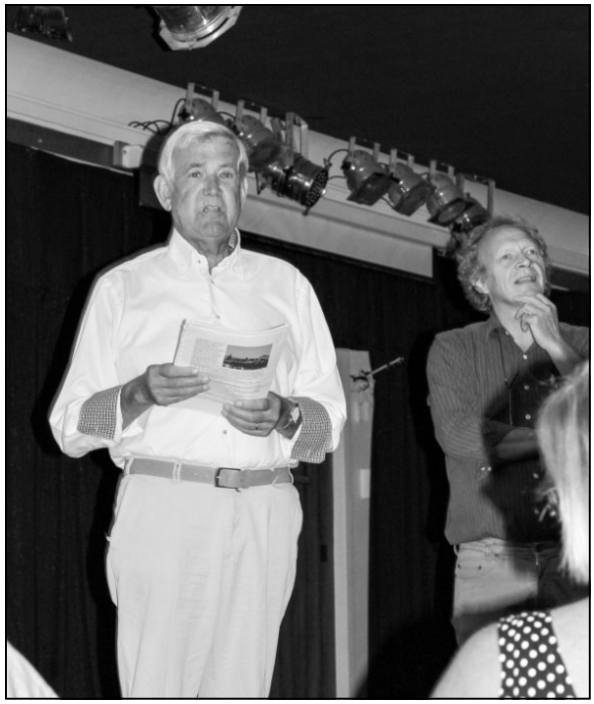


Ook een beetje eerbetoon aan de VNR?

Vandaar ging het bergaf, de weg althans, voorbij een kunstwerk van Pablo Picasso terug naar de winkelstraatjes, het witte kerkje van San Miguel Arcangel, patroonheilige van Torremolinos en de toren aan dewelke Torremolinos zijn naam dankt en zo terug naar het hotel.

Na een duik in het zwembad werd het tijd voor de traditionele groepsfoto, aan de ingang van de drie Sol Don hotels en genomen vanaf het zwembad van de Sol Don Marco.
Hierna begon de traditionele afscheidsreceptie die dit jaar heel wat voeten in de aarde en kopbrekens voor Stefaan had gekost. Uiteindelijk ging de receptie toch door in een bar van het prachtige Sol Don Pablo.

Na de dankbetuigingen aan iedereen die deze reis tot een goed einde had gebracht, in eerste plaats de verpleegkundigen voor hun nimmer aflatende inspanningen en in algemene zin aan iedereen die door goed humeur, begrip, hulpvaardigheid en stiptheid had bijgedragen tot deze prachtige reis kwam er nog een onverwacht toetje. Louis Demyttenaere, helemaal geïnspireerd door vlinders droeg nog een tekst voor die aan iedereen een lach en een traan ontlokte.



Louis Demyttenaere bracht een pakkende ode met heel veel vlinders

De apotheose werd een kleine sangria die door iedereen werd gesmaakt en vooral gedronken op het welslagen van deze VNR-vakantie waarvan het leukste deel hic et nun eindigde.

Zondag 11 oktober

Na een vroeg ontbijt dat onze groep uitzonderlijk al om 6.30 uur had mogen ne-

men verzamelden we in de lobby van het hotel. Bagage en rolstoelen werden in de bus geladen, daarna klommen wij erin, hier en daar iemand met een beetje hulp.

De matinale rit verliep bijzonder stil en zonder problemen, het inchecken op de drukke luchthaven van Málaga ook, ... of toch bijna. Iemand had zijn identiteitskaart vergeten op te halen aan de balie van het hotel. Voor Stefaan kwam er nog een snelle taxirit aan te pas om het probleem op te lossen. Maar uiteindelijk zaten we allemaal veilig en wel in het vliegtuig. Bye bye España.

De vlucht verliep vlekkeloos, iedereen vond zijn bagage terug en voor we het beseften stonden we aan de bus.
En net zo vlot geraakten we in Roeselare en stond iedereen in de zonnige Wilgenstraat bij een nazomerse temperatuur van ... 8°C.

Wel thuis iedereen en hopelijk tot nog eens.

Maurice Debusschere

GROOT AMBACHTELIJKE BAKKERIJ

bvba

Ranson - Cannière

Industrie zone Noord
Lamsakker 4, 8700 Tielt
Tel 051 633489 - Fax 051 635421
BTW BE 0435.449.232
info@ranson-canniere.be
www.bakkerijranson.be

VLEESWAREN
HAVA

ZWAAIKOMSTRAAT 70
8800 ROESELARE
Tel. 051/ 20 19 39
Fax 051/ 20 91 07

UITSLAG TREKKING TOMBOLA 2015 VNR

Winnende loten binnenbrengen op de dienst dialyse 2, H. Hartziekenhuis Roeselare, met vermelding van uw naam en telefoonnummer op de achterzijde of bel 051/237701.
Prijzen niet afgehaald vóór 1 maart 2016 blijven eigendom van de vereniging.

1. Aankoopbons (300 €) 016096
2. Aankoopbons (200 €) 013817
3. Aankoopbons (150 €) 008938
4. Aankoopbons (100 €) 006177
5. Aankoopbons (100 €) 000751
6. Aankoopbons (50 €) 018336
7. Aankoopbons (50 €) 012406
8. Aankoopbons (50 €) 008897
9. Aankoopbons (50 €) 006322
10. Aankoopbons (50 €) 002884
11. Fotoboek dr. J. Verbanck 001614
12. Fotoboek dr. J. Verbanck 004913
13. Bon De Boksneuze 30 € 008229
14. Bon De Boksneuze 30 € 012737
15. Bon De Boksneuze 30 € 018510
16. Bon De Boksneuze 30 € 002583
17. Bon De Boksneuze 30 € 005617
18. Bon De Boksneuze 30 € 009673
19. Bon De Boksneuze 30 € 012123
20. Bon De Boksneuze 30 € 016377
21. Bon De Boksneuze 30 € 017924
22. Bon De Boksneuze 30 € 014129
23. Bon Mediamarkt (30 €) 010707
24. Bon Mediamarkt (30 €) 009695
25. Aankoopbon (25 €) 004748
26. Aankoopbon (25 €) 002550
27. Aankoopbon (25 €) 000075
28. Aankoopbon (25 €) 004075
29. Aankoopbon (25 €) 011094
30. Aankoopbon (25 €) 013308
31. Aankoopbon (25 €) 016498
32. Aankoopbon (25 €) 001314
33. Aankoopbon (25 €) 006702
34. Aankoopbon (25 €) 011209
35. 2 t-shirts Sportline 013895
36. 2 t-shirts Sportline 017877
37. 2 t-shirts Sportline 003085
38. 2 t-shirts Sportline 005339
39. 2 t-shirts Sportline 008987
40. 2 t-shirts Sportline 012444
41. 2 t-shirts Sportline 001526
42. 2 t-shirts Sportline 001334
43. 2 t-shirts Sportline 006419
44. 2 t-shirts Sportline 011101
45. KBC-verrassingspakje 012313
46. 1 kg. koffie 018890
47. 1 kg. koffie 002844
48. 1 kg. koffie 005477
49. 1 meringuetaart 008293
50. 1 meringuetaart 010469
51. 1 meringuetaart 012283
52. 1 meringuetaart 016921
53. 1 meringuetaart 017998
54. 2 flessen Palm 75cl 014923
55. 2 flessen Palm 75cl 011051
56. 2 flessen Palm 75cl 004810
57. 2 setjes kasteelbier + glas 002827
58. 2 setjes kasteelbier + glas 006587
59. 2 setjes kasteelbier + glas 010429
60. 2 setjes kasteelbier + glas 013892
61. 2 setjes kasteelbier + glas 018422
62. 2 setjes kasteelbier + glas 003230
63. 2 setjes kasteelbier + glas 005489
64. 2 setjes kasteelbier + glas 008951
65. 2 fles Cuvee Du Chateau 75cl 013417
66. 2 fles Cuvee Du Chateau 75cl 012379

67. 2 fles Cuvée du chateau 75cl 016150
68. Aankoopbon (10 €) 000421
69. Aankoopbon (10 €) 004530
70. Aankoopbon (10 €) 001462
71. Aankoopbon (10 €) 009077
72. Aankoopbon (10 €) 012602
73. Aankoopbon (10 €) 000714
74. Aankoopbon (10 €) 004767
75. Aankoopbon (10 €) 009014
76. Aankoopbon (10 €) 008361
77. Aankoopbon (10 €) 015490
78. Aankoopbon (10 €) 016625
79. Aankoopbon (10 €) 001205
80. Aankoopbon (10 €) 006528
81. Aankoopbon (10 €) 008792
82. Aankoopbon (10 €) 010446
83. Aankoopbon (10 €) 012441
84. Aankoopbon (10 €) 016258
85. Aankoopbon (10 €) 003376
86. Aankoopbon (10 €) 005592
87. Aankoopbon (10 €) 008547
88. Aankoopbon (10 €) 013398
89. Aankoopbon (10 €) 016737
90. Aankoopbon (10 €) 003313
91. Aankoopbon (10 €) 005679
92. Aankoopbon (10 €) 008213
93. Aankoopbon (10 €) 012623
94. Aankoopbon (10 €) 000157
95. Aankoopbon (10 €) 005285
96. Aankoopbon (10 €) 009609
97. Aankoopbon (10 €) 014546
98. Aankoopbon (10 €) 019493
99. Aankoopbon (10 €) 000873
100. Aankoopbon (10 €) 006241
101. Aankoopbon (10 €) 010475
102. Aankoopbon (10 €) 014356
103. Aankoopbon (10 €) 016070
104. Aankoopbon (10 €) 001030
105. Aankoopbon (10 €) 006131
106. Aankoopbon (10 €) 008320
107. Aankoopbon (10 €) 015001
108. Aankoopbon (10 €) 018471
109. Aankoopbon (10 €) 003050
110. Aankoopbon (10 €) 002182
111. Aankoopbon (10 €) 005694
112. Aankoopbon (10 €) 010436
113. Aankoopbon (10 €) 012502
114. Aankoopbon (10 €) 016494
115. Aankoopbon (10 €) 000899
116. Aankoopbon (10 €) 006872
117. Aankoopbon (10 €) 010851
118. Aankoopbon (10 €) 014842
119. Aankoopbon (10 €) 012324
120. Aankoopbon (10 €) 018843
121. Aankoopbon (10 €) 003027
122. Aankoopbon (10 €) 004644
123. Aankoopbon (10 €) 009516
124. Aankoopbon (10 €) 013780
125. Aankoopbon (10 €) 017834
126. Aankoopbon (10 €) 000930
127. Aankoopbon (10 €) 004222
128. Aankoopbon (10 €) 008907
129. Aankoopbon (10 €) 012666
130. Aankoopbon (10 €) 018624
131. Aankoopbon (10 €) 000426
132. Aankoopbon (10 €) 007040
133. Aankoopbon (10 €) 009156
134. Aankoopbon (10 €) 013875
135. Aankoopbon (10 €) 018349
136. Aankoopbon (10 €) 002722
137. Aankoopbon (10 €) 006723
138. Aankoopbon (10 €) 010160
139. Aankoopbon (10 €) 014163
140. Aankoopbon (10 €) 016278
141. Aankoopbon (10 €) 001374
142. Aankoopbon (10 €) 006868
143. Aankoopbon (10 €) 010360
144. Aankoopbon (10 €) 014721
145. Aankoopbon (10 €) 017746
146. Aankoopbon (10 €) 000772
147. Aankoopbon (10 €) 006315
148. Aankoopbon (10 €) 008965
149. Aankoopbon (10 €) 012738
150. Aankoopbon (10 €) 013421
151. Aankoopbon (10 €) 016703
152. Aankoopbon (10 €) 000296
153. Aankoopbon (10 €) 006428
154. Aankoopbon (10 €) 008729
155. Aankoopbon (10 €) 001143
156. Aankoopbon (10 €) 014291
157. Aankoopbon (10 €) 017930
158. Aankoopbon (10 €) 001440
159. Aankoopbon (10 €) 007091
160. Aankoopbon (10 €) 011341
161. Aankoopbon (10 €) 014922
162. Aankoopbon (10 €) 017888
163. Aankoopbon (10 €) 001288
164. Aankoopbon (10 €) 004807

165. Aankoopbon (10 €)	008591
166. Aankoopbon (10 €)	010034
167. Aankoopbon (10 €)	013161
168. Aankoopbon (10 €)	018795
169. Aankoopbon (10 €)	000571
170. Aankoopbon (10 €)	004374
171. Aankoopbon (10 €)	009159
172. Aankoopbon (10 €)	014009
173. Aankoopbon (10 €)	013919
174. Aankoopbon (10 €)	019069
175. Aankoopbon (10 €)	000511
176. Aankoopbon (10 €)	007355
177. Aankoopbon (10 €)	008629
178. Aankoopbon (10 €)	010584
179. Aankoopbon (10 €)	013753
180. Aankoopbon (10 €)	016520
181. Aankoopbon (10 €)	003087
182. Aankoopbon (10 €)	006491
183. Aankoopbon (10 €)	010458
184. Aankoopbon (10 €)	013261
185. Aankoopbon (10 €)	015396
186. Aankoopbon (10 €)	012032
187. Aankoopbon (10 €)	016331
188. Aankoopbon (10 €)	001718
189. Aankoopbon (10 €)	006924
190. Aankoopbon (10 €)	008534
191. Aankoopbon (10 €)	011454
192. Aankoopbon (10 €)	014437
193. Aankoopbon (10 €)	002609
194. Aankoopbon (10 €)	005510
195. Aankoopbon (10 €)	009141
196. Aankoopbon (10 €)	010617
197. Aankoopbon (10 €)	013049
198. Aankoopbon (10 €)	017373
199. Aankoopbon (10 €)	000085
200. Aankoopbon (10 €)	002836
201. Aankoopbon (10 €)	004900
202. Aankoopbon (10 €)	009964
203. Aankoopbon (10 €)	008797
204. Aankoopbon (10 €)	010715
205. Aankoopbon (10 €)	014267
206. Aankoopbon (10 €)	017465
207. Aankoopbon (10 €)	001890
208. Aankoopbon (10 €)	005445
209. Aankoopbon (10 €)	010467
210. Aankoopbon (10 €)	008716
211. Aankoopbon (10 €)	012126
212. Aankoopbon (10 €)	015064
213. Aankoopbon (10 €)	016067
214. Aankoopbon (10 €)	003465
215. Aankoopbon (10 €)	004177
216. Aankoopbon (10 €)	014447
217. Aankoopbon (10 €)	002480
218. Aankoopbon (10 €)	006139
219. Aankoopbon (10 €)	008089
220. Aankoopbon (10 €)	013020
221. Aankoopbon (10 €)	014515
222. Pakket SOUBRY	018413
223. Pakket SOUBRY	003005
224. Pakket SOUBRY	005301
225. Pakket SOUBRY	008345
226. Pakket SOUBRY	009280
227. Pakket SOUBRY	013759
228. Pakket SOUBRY	017651
229. Pakket SOUBRY	001704
230. Pakket SOUBRY	006758
231. Pakket SOUBRY	000901
232. Pakket SOUBRY	014766
233. Pakket SOUBRY	018281
234. Pakket SOUBRY	000298
235. Pakket SOUBRY	000082
236. Pakket SOUBRY	011077
237. Pakket SOUBRY	015342
238. Pakket SOUBRY	019034
239. Pakket SOUBRY	000357
240. Pakket SOUBRY	008322
241. Strandtentje	013174
242. Schoenrekje	014337
243. Pak handdoeken	018728
244. Pak handdoeken	002388
245. Pak handdoeken	000212
	013039

HARTELIJK DANK!!

Aan alle kopers, verkopers,
sponsors, schenkers, …

Op de volgende pagina staan
de winnende nrs. gerangschikt
van klein naar groot

27	000075	62	003230	13	008229	44	011101	144	014721
235	000082	90	003313	49	008293	34	011209	232	014766
199	000085	85	003376	106	008320	160	011341	118	014842
94	000157	214	003465	240	008322	191	011454	161	014922
245	000212	28	004075	225	008345	186	012032	54	014923
152	000296	215	004177	76	008361	19	012123	107	015001
234	000298	127	004222	190	008534	211	012126	212	015064
239	000357	170	004374	87	008547	51	012283	237	015342
68	000421	69	004530	165	008591	45	012313	185	015396
131	000426	122	004644	177	008629	119	012324	77	015490
175	000511	25	004748	210	008716	66	012379	213	016067
169	000571	74	004767	154	008729	7	012406	103	016070
73	000714	164	004807	81	008792	83	012441	1	016096
5	000751	56	004810	203	008797	40	012444	67	016150
146	000772	201	004900	8	008897	113	012502	84	016258
99	000873	12	004913	128	008907	72	012602	140	016278
115	000899	95	005285	3	008938	93	012623	187	016331
231	000901	224	005301	64	008951	129	012666	20	016377
126	000930	38	005339	148	008965	14	012737	114	016494
104	001030	208	005445	39	008987	149	012738	31	016498
155	001143	48	005477	75	009014	220	013020	180	016520
79	001205	63	005489	71	009077	246	013039	78	016625
163	001288	194	005510	195	009141	197	013049	151	016703
32	001314	86	005592	133	009156	167	013161	89	016737
42	001334	17	005617	171	009159	241	013174	52	016921
141	001374	91	005679	226	009280	184	013261	198	017373
158	001440	111	005694	123	009516	30	013308	206	017465
70	001462	105	006131	96	009609	88	013398	228	017651
41	001526	218	006139	18	009673	65	013417	145	017746
11	001614	4	006177	24	009695	150	013421	125	017834
229	001704	100	006241	202	009964	179	013753	36	017877
188	001718	147	006315	166	010034	227	013759	162	017888
207	001890	9	006322	138	010160	124	013780	21	017924
110	002182	43	006419	143	010360	2	013817	157	017930
244	002388	153	006428	59	010429	134	013875	53	017998
217	002480	182	006491	112	010436	60	013892	233	018281
26	002550	80	006528	82	010446	35	013895	6	018336
16	002583	58	006587	183	010458	173	013919	135	018349
193	002609	33	006702	209	010467	172	014009	222	018413
136	002722	137	006723	50	010469	22	014129	61	018422
57	002827	230	006758	101	010475	139	014163	108	018471
200	002836	142	006868	178	010584	205	014267	15	018510
47	002844	116	006872	196	010617	156	014291	130	018624
10	002884	189	006924	23	010707	242	014337	243	018728
223	003005	132	007040	204	010715	102	014356	168	018795
121	003027	159	007091	117	010851	192	014437	120	018843
109	003050	176	007355	55	011051	216	014447	46	018890
37	003085	219	008089	236	011077	221	014515	238	019034
181	003087	92	008213	29	011094	97	014546	174	019069
								98	019493

UIT SYMPATHIE

KRONIEK VAN EEN REIS NAAR DE WARMTE

We schrijven 1 oktober 2015 middernacht. Héél in de verte klinkt de muziek, van wat Radio 2 blijkt te zijn. Met rasse schreden nadert het geluid tot het een kakafonie wordt en ik met een schok rechtop zit in bed.
Tijd om op te staan zo blijkt, want de Spaanse zuidkust wacht, het vliegtuig helaas niet ... Dedju dat ik er nu al uit moet !.
De douche binnen, daarna snel 2 boterhammetjes met salami om mee te nemen en ééntje met hespenworst voor direct. De papegaai in de woonkamer zaagt om "een bitje" en ik ben helemaal niet in de stemming op vrolijkheid. Daarvoor is het nog ietwat té vroeg.
Valies en handbagage in de auto, even gedag zeggen aan mijn bleitend schaap in de wei, onze kraaiende haan en op naar Roeselare.
In de Wilgenstraat heerst drukte. De bus laat nog wat op zich wachtend en dus nog even opwarmen in de auto, om straks onze schreden te zetten in de koude nacht. De valiezen gelabeld, even afscheid nemen van de achterblijvende chauffeur en de bus op, richting Zaventem. Nog snel een pascontrole in onze portefeuille vóór aanvang, een mens weet maar nooit.
Na een forse wandeling op Brussels Airlines, is het eerst aanschuiven en daarna wachten geblazen. Sein voor sommigen om een portie spek met eieren en een gezonde pint naar binnen te slaan. Een stuutje met salami is voor mij voldoende. De hete kop koffie is een geschenk uit de hemel (eigenlijk uit de koffiemachine).
Halfzes stijgt de spanning, want we gaan vliegen! de instapkaarten worden ingescand, afgescheurd en het minuscuul recuutje mogen we houden.
Met of zonder rolstoel richting vliegtuig. Gaan zitten en nerveus wachten op de start. De motoren starten en taxiënd begeven we ons, althans het vliegtuig met ons erin, naar de startbaan.
Wat later, na veel geding-dong in het toestel zelf en de uitleg over hoe we het zuurstofmasker moeten opzetten, beginnen de straalmotoren te razen. De snelheid neemt zienderogen toe en we zijn los van de Brusselse grond, een stad in het pikdonker, correctie, met héél veel straatverlichting, achter ons latend.
Zonder incidenten, niemand die onderweg uit- of ingestapt is, komen we 2 uur en 20 minuten later in Malaga behouden aan de grond te staan. We klikken de gordel los en blijven zitten tot laatst, om het uitstappen efficiënt te laten verlopen.

Hotel Don Pedro ligt gekneld tussen Don Marco en Don Pablo. Omdat de kamers nog niet vrij zijn en er tijd zat is, begeven we ons op weg in een stille omgeving, want Spanje ligt nog te slapen. Geen stadsplan en het is dus behelpen. We willen naar het centrum van de stad. Uiteraard kiezen we de verkeerde kant en arriveren drie kwartier later aan de andere kant van waar we dienen te zijn. We zijn wel boven geraakt, want steil is de weg wel!.
Tegen dat we het stadcentrum bereiken, mogen we weer naar beneden om onze valiezen op te pikken. Daar wordt onze pas ons door gewiekste baliebedienden afhandig gemaakt en kunnen we naar de kamer.
Het verplegend personeel, dat met ons mee is, heeft de handen vol om alles in goede banen te leiden. Ze doen dat vanaf de eerste minuut al uitstekend. Ook in de loop van de elf dagen in totaal, zetten ze steeds hun beste beentje voor (overigens een schoontje om naar te kijken).
In de loop van de week, met bezoeken aan Malaga, Ronda, Antequera, Nerja (waar een wedstrijd in het gatschudden (snelwandelen) plaatsvindt) ... en noem maar op, bewijzen ze ons dat ze allemaal uit goed hout gesneden zijn. Stefaan heerst over ons en zijn troepen als een doorwinterde ijzeren generaal. Hij regelt zaken die eigenlijk niet te regelen zijn en is voortdurend in de weer. Busje regelen voor de dialysepatiënten, problemen aan de balie oplossen, mensen verzorgen, gidsen regelen, onze zaging ondergaan en ... alles betalen. Kortom, chapeau voor aanpak en opvolging van al die problemen.
Martine is één van de verpleegsters die mee zijn. Zoals de anderen helpt ze trekken en sleuren aan de rolstoelen, vriendelijk zijn en –niettegenstaande het groot verdriet dat ze met zich meedraagt- altijd open staan voor elkeen die mee is. Ze moet wel leren haar GSM bij zich te houden en nergens laten rondslingeren tot hij gepakt wordt. Foei Martine.
Stefanie is niet de grootste van de bende, maar eentje met kracht in armen en benen. De uiteinden van haar bandana, zijn voor ons als wapperende manen die ons de weg tonen om te gaan. Zwart of veelkleurig doek maakt niets uit, de twinkeling in haar soms vermoeide ogen verraadt ons, dat ze het naar de zin heeft.
Sonja zeult veel met materiaal rond, van de ene patiënt naar de andere. Veel vrije tijd schiet er eigenlijk voor allemaal niet over, want iedereen verzorgen en overal tegelijkertijd zijn vergt veel van alle 6. Ze legt verbanden, verpleegt waar nodig en raakt niets kwijt van al haar spullen, wat op zich al een verdienste is.
Dominique is met haar modieus hoedje het zonnetje in huis. Ze lacht en praat honderduit en springt alles omver om het iedereen naar de zin te maken. Kwebbelen kan ze als geen ander, maar een bemoedigend woord is steeds

prettig om horen. Ze slaagt er moeiteloos in om wat animatie in de groep te brengen. De bekommernis voor de rolstoelen is groot bij haar, maar eigenlijk geldt dat voor iedereen.
Ingeborg is een meer ingetogen en stillere persoon. Zegt niet al te veel en miszegt dus ook niets. Kiest steevast de juiste woorden om iedereen op zijn gemak te stellen. Ze moet wel beter op haar kleren passen als ze gaat zwemmen, want anders kunnen je spullen ook aan het zwembad voetjes krijgen. Het was pertank een mooi tricootje, dat je nu voor altijd dient te missen. Rustbrenger in alle omstandigheden.
Onze Marc tenslotte, is halverwege een beetje gesneuveld en afgevoerd naar het ziekenhuis voor een kortverblijf. Gelukkig, een halve dag later direct terug van de partij, om te helpen instaan voor de praktische zaken voor de rest van de reis. Je moet het maar doen, om zelf als patiënt dergelijke verantwoordelijkheid op je schouders te willen/durven nemen.
En dan zijn er nog de Erics, Rik, Monique, Gilbert, Maria, en alle meegaanders ... zowel voerders als patiënten. Een gedisciplineerd volkje, steeds bereid om mekaar te helpen en veel terrasjes te doen. Kan ook niet anders. Geen regen en voortdurend tussen 26 en 32 graden Celsius.

En waar de beschrijving van de uitstappen nu eigenlijk zou moeten beginnen, stopt het hier.
Die reis moet je zelf meemaken, om een idee te hebben van de sfeer, de omgang met mensen, gelijkgezinden en de zeer veel mooie dingen, landschappen, mensen, dieren en zo veel meer, die we hebben aanschouwd. Uiteraard de geplunderde winkels niet vergeten, met hun uitpuilende kitcherige en schreeuwerige waren, maar met koel water in de frigo. De hotelkok verdient een pluim, het kuispersoneel vaneigens ook en dus eigenlijk iedereen die erbij betrokken is.
Dankbaar zijn we nu terug thuis, nagenietend van wat ons door een team van heerlijke mensen aangeboden werd. Ook zij die er niet bij waren, maar onzichtbaar achter een scherm voor ons alles regelden. Dank aan allen voor meegaan, ambiance, behulpzaamheid, solidariteit,...

Jintjevanderbie.

DEJONGHE
STEENGOED IN BOUWMATERIALEN

Roeselarestraat 89

B-8980 Zonnebeke

T +32 (0)51 77 84 33

F +32 (0)51 77 72 79

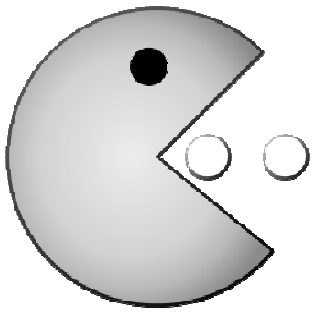
info@nvdejonghe.be

www.nvdejonghe.be

WAT ZIJN DE MOGELIJKE VERWIKKELINGEN NA EEN NIERTRANSPLANTATIE?

Bij niertransplantatie wordt een vreemd orgaan in het lichaam ingeplant. Om afstoting van dit 'exogene' orgaan tegen te gaan moeten patiënten na een niertransplantatie anti-afstotingsgeneesmiddelen of 'immunosuppressiva' innemen. Er bestaan verschillende klasses immunosuppressiva, nl.:

- perorale corticosteroiden (Medrol®)
- azathioprine (Imuran®)
- calcineurine-inhibitoren cyclosporine (Neoral Sandimmun®) en tacrolimus (Prograft® of Advagraf®)
- mycofenaal mofetil (Cellcept® of Myfortic®)
- mTOR-inhibitoren everolimus (Certican®) en sirolimus (Rapamune®)

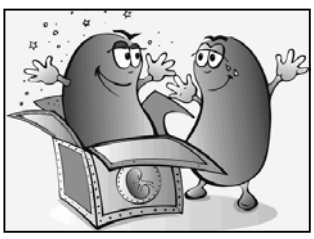


In de praktijk nemen de meeste patiënten een combinatie van 3 (soms na verloop van tijd afgebouwd naar 2) immunosuppressiva. De vaakst voorkomende combinatie op dit moment is Medrol®, Prograft® en Cellcept®.
Dankzij de medicatie kan afstoting van de transplantnier worden tegengegaan, maar dat gaat gepaard met verwikkelingen. Enerzijds is men door het onderdrukken van de natuurlijke weerstand gevoeliger voor het krijgen van infecties en het ontwikkelen van kwaadaardige ziektes of maligniteiten, anderzijds hebben bepaalde immunosuppressiva ook specifieke nevenwerkingen, zoals een verhoogde cholesterol, suikerziekte, hoge bloeddruk, …

In dit artikel willen we iets dieper ingaan op het verhoogde risico op kwaadaardige tumoren na transplantatie.

Frequentie van kanker na niertransplantatie

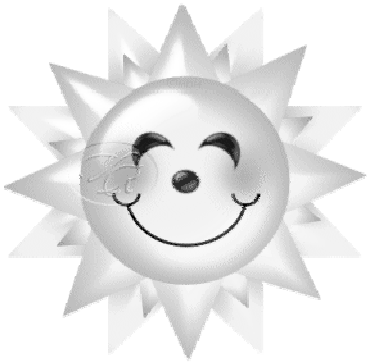
Na niertransplantatie is het risico om een kwaadaardige ziekte te ontwikkelen 3 tot 5 maal groter dan onder de algemene bevolking. Vooral het risico op huid- en lymfeklierkanker (tot 20 keer meer) en nierkanker (tot 15 keer meer) ligt gevoelig hoger. De meer courante tumoren (zoals dikke darm-, long-, prostaat-, maag-, slokdarm-, alvleesklier-, eierstok- en borstkanker) komen na niertransplantatie dubbel zo vaak voor als normaal. Dit verhoogde kankerrisico is in de eerste plaats het gevolg van het gebruik van immunosuppressiva en hangt bijgevolg ook af van de intensiteit (d.w.z. de gebruikte dosis) en de duur van deze behandeling. Er zijn sterke aanwijzingen dat ook het soort immunosuppressiva een rol speelt. Zo zou azathioprine gerelateerd zijn met een verhoogd risico op huidkanker en zouden de calcineurine-inhibitoren de progressie van kwaadaardige ziektes in het al-



gemeen stimuleren.
mTOR-inhibitoren daarentegen gaan gepaard met een verlaagd risico op sommige tumoren, die bovendien later in de tijd gaan ontwikkelen, maar deze medicatie kan dan weer voor andere nevenwerkingen zorgen, zoals een verhoogde cholesterol, ontwikkelen van eiwitverlies in de urine, longaantasting, slechte wondheling.

Huidkanker

Huidkanker is de vaakst voorkomende kanker na een niertransplantatie. In Australië bijvoorbeeld (waar de blootstelling aan UV-licht veel hoger ligt), ziet men dat 20 jaar na een niertransplantatie meer dan 50% van de patiënten een huidtumor ontwikkelde.



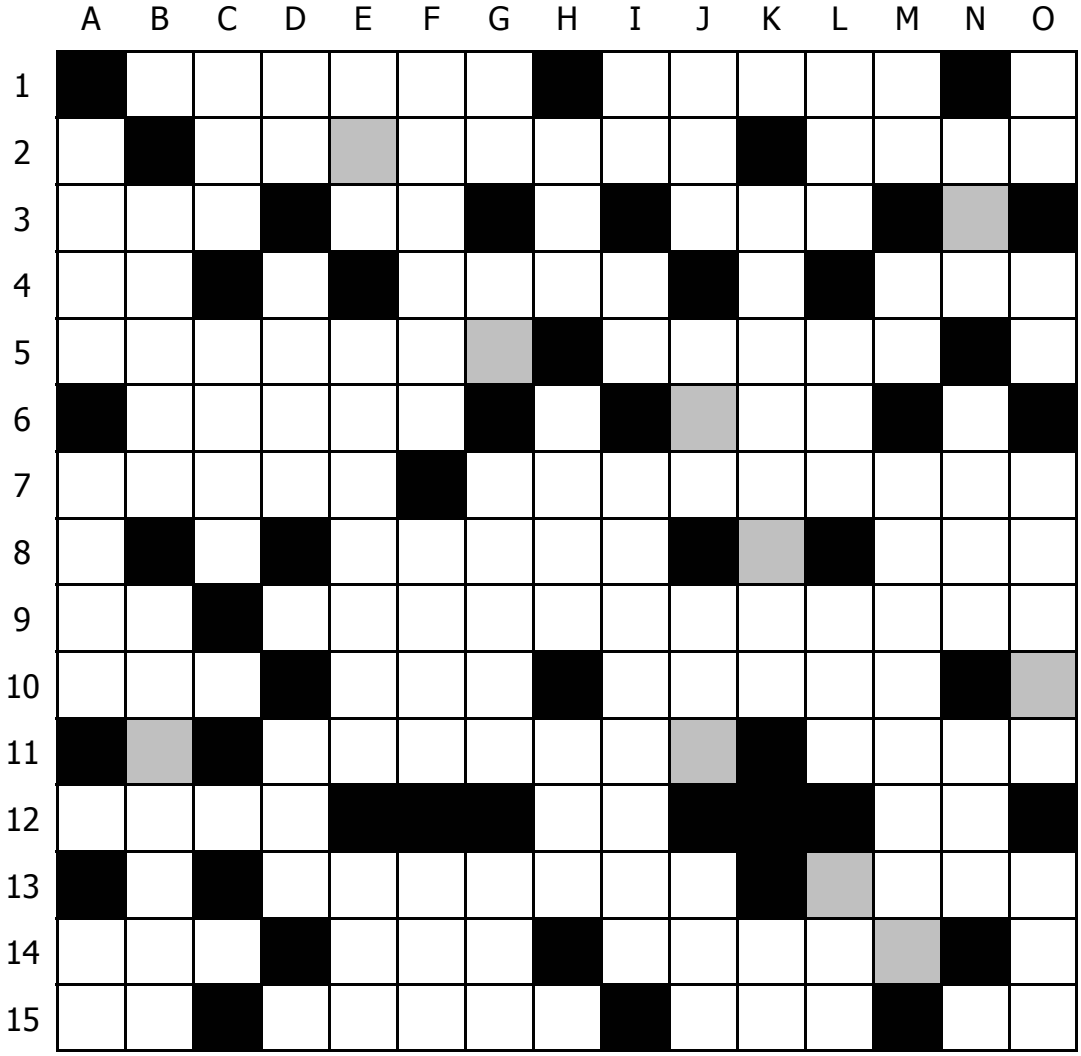
De grootste risicofactor om huidkanker te ontwikkelen is (net als bij de algemene bevolking) blootstelling aan zonlicht en UV-straling. Het komt dan ook frequenter voor bij mensen met een blanke huid of een voorgeschiedens van huidkanker, bij mensen die beroepsmatig veel aan de zon worden blootgesteld (zoals bijvoorbeeld landbouwers) of in een klimaat wonen met hoge zon-expositie of die veel zonblootstelling hadden als kind.
Het is dan ook heel belangrijk dat iedereen die een niertransplantatie heeft ondergaan overvloedige blootstelling aan de zon probeert te vermijden (vnl. tijdens de middaguren wanneer de straling het felst is), beschermende kledij te gebruiken en zonnecrème met een hoge factor (minstens factor 15) te gebruiken op de niet-bedekte huid (hoofd, nek, armen, handen). Daarnaast is het belangrijk om de huidkankers in een beginstadium te ontdekken, aangezien het dan meestal kan volstaan het letsel lokaal volledig weg te snijden. Dit kan door de combinatie van regelmatige zelfscreening van de huid (door de patiënt) en door een jaarlijks nazicht door een huidspecialist.

Algemene aanbevelingen ivm. voor kanker na niertransplantatie

Om kanker na niertransplantatie te voorkomen dienen in de eerste plaats preventieve maatregelen genomen te worden, zoals vermijden van teveel immunosuppressieve therapie, screenen van zowel niertransplant-donor als -receptor voor kanker en vermijden van factoren die kankers uitlokken (zoals roken, hoge zonexpositie, …).
Ten tweede, is na niertransplantatie regelmatige screening aangewezen om kwaadaardige zaken in een vroeg stadium te kunnen ontdekken. Het belang van jaarlijks nazicht door een huidspecialist werd hierboven reeds vermeld. Daarnaast worden 5-jaarlijks darmonderzoek vanaf de leeftijd van 50 jaar (darmkanker), jaarlijkse mammografie (borstkanker) vanaf 50 tem. 69 jaar (vanaf 40 jaar indien moeder/zus borstkanker had), jaarlijks gynaecologisch nazicht met uitstrijkje vanaf 21 jaar (baarmoederhalskanker), jaarlijkse bepaling van PSA in bloed (prostaatkanker) en 3-jaarlijkse echo van de buik (nierkanker) aangeraden.

Dr. An Vanacker

KRUISWOORDRAADSEL



HORIZONTAAL

1 Gezin - gestreept paardachtig zoogdier
2 Omarmen - munteenheid
3 Ieder - muzieknoot - smal
4 Voorzetsel - rijst - door middel van
5 Vrucht - zogenaamd
6 Vervaardigen - effen
7 Werpspel - zijde
8 Por - anagram van RAF
9 Beeldbuis - muziekterm - vestje - Plutonium
10 Vrouwelijk dier - garde - condens
11 Klungelaar - ongegist vruchtensap
12 Barst - slede - feeks
13 Met Dove insmeren - alp
14 Jongensnaam - aanstellerij - dranghek
15 Overblijfsel - smetteloos - kopje - lengtemaat

VERTICAAL

A. Geitenkaas - idem - moeder
B. Trefwoord - wasprogramma
C. Kilt - karakter
D. Bijwoord - schrijfvloeistof - sportartikel
E. Eenheid van weerstand - toetje - anagram van LAN
F. Berichten - Frans voor gat - anagram van IZA
G. Lamp - reeds - vruchten - anagram van REN
H. Familielid - bij gelegenheid - uitstekende knop
I. Persoonlijk voornaamwoord - intelligentiequotiënt - voorzetsel - beletten
J. Eind – aanwijzing van tijd - gang - niet droog
K. Inwoner van een Afrikaans land - Russisch voor 'ja'
L. Kippenloop - kleine baard - jongensnaam - lage mannenstem
M. Uitroep van pijn - oneindig getal - voltooid - zware hamer
N. Soort hert - bekwaam - plaaggeest
O. Gemeenschapsonderwijs - rondhout - aaneensluiting van bedrijven in het groot - door de lever afgescheiden bitter vocht

Sleutelwoord: ROND KERSTMIS BLOEIENDE SIERPLANT

Bourgeois Sonja & Defour An

ESPEEL & CIE
Espeel & Cie bvba
IJzerhandel voor bouw en industrie
WIELSBEKE
www.espeelmetaal.be
Heirweg 218
8710 Sint-Baafs-Vijve
Telefoon: +32(0)56 61 79 97
Fax: +32(0)56 61 79 98
info@espeelmetaal.be

KUBBTORNOOI & EETFESTIJN TER HERDENKING VAN BART VANDOORNE

Bart Vandoorne, afkomstig van Moorsele, kwam in februari 2012 aan de nierdialyse in zaal 3 te Roeselare.

VNR-jaarfeest 2013: Bart Vandoorne en medepatiënt Lorenzo Bataille

In december 2013 werd Bart opgeroepen voor een hart- en niertransplantatie, maar de ingreep liep dramatisch af. Er traden complicaties op en Bart overleed op 20 december 2013. Hij was net 40 geworden en liet een vrouw en 2 dochtertjes na.
Bart was een fervent kubber. Kubben is, in eenvoudige woorden, een sport in opmars waarbij twee teams pogen elkaars houten blokken omver te gooien met andere houten blokken.

Wim Vandoorne wilde iets organiseren om broer Bart te herdenken en het was bijna vanzelfsprekend dat het een kubbtornooi zou worden. De eerste editie hiervan kwam er in 2014. De damesvoetbalploeg Menen United, waar de dochters van Bart bij speelden, werkte hieraan mee en omdat Eddy Hofflack, hun trainer, ook was overleden aan hartfalen werd het een gemeenschappelijk eerbetoon aan Bart en Eddy.

Het tornooi 2014 werd een daverend succes en er werd besloten om de opbrengst aan goede doelen te schenken. Het werden de vzw Hartekinderen, een organisatie voor kinderen met een hartafwijking en de voetbalclub Menen United.
Op 12 september 2015 organiseerde Wim Vandoorne het tweede Kubbtornooi en Eetfestijn.

Wim had ons bestuur laten weten dat de winst dit jaar zou verdeeld worden tussen de VNR en Hartekinderen.

Enkele sfeer- en actiebeelden van het kubbtornooi 2015

Hoewel de dag met regen was begonnen speelde het tornooi zich af in fris maar grotendeels droog nazomerweer.

Om 9u30 kwamen er 24 ploegen aan de start in wijkcentrum De Koekuit, op de Hogeweg in Menen. In de voormiddag werden de kwalificatiewedstrijden gespeeld.
Tegen de middag werden de 12 beste ploegen in het A-tornooi ingezet terwijl de 12 mindere ploegen in het B-tornooi uitkwamen.

In de namiddag werd er verder gespeeld onder een soms zonnige en soms bewolkte hemel. En het bleef droog, althans ... het regende niet.

Om 17u begonnen de finales waarin uiteindelijk DE KUBAANSE FURIE (Moorsele) het A-tornooi won en DE FOUTE PLOEG (Menen) het B-tornooi.

Vanaf 19u konden dan zowat 200 mensen aanschuiven voor beenhesp of kip. Namens de VNR staken voorzitter Gino, bestuursleden Stefanie en ikzelf met vrouw Liliane onze voeten onder tafel en genoten van de gezellige avond. We maakten ook kennis met Bart's ouders.

Op 15 oktober kwam Wim Vandoorne samen met de organisatie van het benefiettornooi kubben en beslisten zij om aan onze Vriendenkring Nierpatiënten Roeselare een schenking te doen van 2.000 euro! Een zeer mooi bedrag waar wij hen heel dankbaar voor zijn. Aan vzw Hartekinderen werd 1.500 euro geschonken.

Op zaterdag 7 november werden, in aanwezigheid van de pers, de virtuele cheques overhandigd. Dit gebeurde tijdens een korte receptie in de gemeentelijke sporthal van Rekkem, de thuisbasis van damesvoetbalclub Menen United.

Familie en vrienden van Bart overhandigden de virtuele cheques aan de voorzitters van VNR en Hartekinderen

De woorden van de familie en vrienden van Bart Vandoorne waren hierbij:
"Onder het goedkeurende oog van Bart willen we jullie organisatie hiermee een flinke steun in de rug geven en we zijn ervan overtuigd dat jullie de ontvangen som zullen besteden aan jullie activiteiten ten behoeve van de Vriendenkring Nierpatiënten Roeselare en vzw Hartekinderen".

Maurice Debusschere

DAGUITSTAP DUINKERKE

De dagreis begon met een lapsus: de bestemming van onze uitstap bleek Duinkerke te zijn en niet Calais zoals aangekondigd in de uitnodiging.

Veel tijd voor consternatie was er evenwel niet want daar verscheen een reddende engel die al de aandacht naar zich trok met het lanceren van een nieuwe mode, het dragen van twee verschillende schoenen. Dat verdient navolging.

Zonder woorden

Hoe dan ook reed de vertrouwde dubbeldeksbus van de Meibloem om 8 uur stipt de Wilgenstraat uit met aan het stuur Peter, ons allemaal even vertrouwd als zijn voertuig, en naast hem nog een ouwe bekende, gids Luc.

Stefanie Azou, Dominique Coene en Gisèle Deldique waren de verpleegkundigen van dienst en het VNR-bestuur werd vertegenwoordigd door voorzitter Gino, Stefanie en ikzelf. Er reisden 24 patiënten mee en met familieleden, vrienden en sympathisanten waren we met 55 personen.

We reden langs de E403 naar Brugge en vervolgens via de E40 richting Oostende, namen in Jabbeke de afslag, gingen de geschiedenis geworden Franse grens over, reden door de Moeren en kwamen in Ghyvelde. Zoals we van hem gewoon zijn vertelde Luc ons intussen, op zijn onnavolgbare manier allerlei wetenswaardigheden over onze bestemming.

We kwamen aan in het Ecomusée du Bommelaers Wall, een tot museum ingerichte boerderij waar we een eeuw terug in de tijd zouden gekatapulteerd worden. Maar eerst mochten we in de gezellige cafetaria genieten van koffie met één croissant, maar wel een grote in de ware zin van het woord.

De gezellige verbruikszaal gaf al meteen een idee van wat we tijdens ons bezoek zouden zien, heel wat oud land- en tuinbouwmateriaal die de een zich wel, de ander zich niet herinnerde uit al sedert

Onze gids in het Musée du Bommelaers Wall kon het goed uitleggen

enige tijd vervlogen jeugdjaren.
We werden in twee groepen verdeeld om de rondleiding vlot te laten verlopen. Onder begeleiding van een Vlaamse gids afkomstig uit Meulebeke wandelde een van de groepen opnieuw het dorpsleven van het begin van vorige eeuw binnen. De schoolklas met het kolenkacheltje en de strenge meester die geen lijfstraffen schuwde, de ezelsoren, de lei en griffel en de schoolbank met het inktpotje. Daarna kwam het leven van alledag aan beurt, het huisgezin, het werk, de goede en kwade dagen, de hulpmiddeltjes uit grootmoeders tijd. Dan ging het naar het boerenleven van toen, de dorpsgebeurtenissen en anekdotes, de gereedschappen die evolueerden van eenvoudig handgerei naar meer en meer gemechaniseerd.

Menigeen had meer belangstelling voor deze verzameling "snelzeikers" dan voor de strijkijzers

Waar iedereen zichtbaar het meeste van genoot waren de volksspelen, een hele

De interesse voor de oude volksspelen was groot ...

... sommigen hadden duidelijk heimwee naar hun kinderjaren ...

ruimte vol. Het werd veel te snel tijd om te vertrekken naar onze volgende bestemming, het casino van Duinkerke voor het middagmaal.

Onze groep schoof de voeten onder tafel in de chique en gezellige bovenzaal.

Het aperitief was puur genieten en de geanimeerde gesprekken kwamen op gang.

Als entree werd een sublieme visterrine voorgezet, gevolgd door een zo mogelijk nog lekkerder Escaloppe Beau Manoir met gratin Dauphinois als hoofdgerecht. De bijhorende wijnen, water of een pintje voor wie dat verkoos rondden het geheel af.

In het restaurant van het casino van Duinkerke

Buiten regende het pijpenstelen en het zag ernaar uit dat we het mooiste weer

van de dag achter de rug hadden.
Als dessert was er Baba au Rhum en onverwachts werd tot ieders goedkeuring nog de koffie aangeboden door "het huis" bij monde van een heel sympathieke dame met een leidende functie in het casino.

Hiermee werd het stilaan tijd om de regen te trotseren en terug op de bus te stappen want we werden in de haven verwacht voor een rondvaart van een uur met de "Texel" en wij waren bij voorbaat verzocht een kwartier voor afvaart aan boord te gaan. Onderweg moesten we nog even een alternatieve weg nemen wegens een onverwachts evenement maar we kwamen op tijd en het inschepen verliep vlot.

Hierna ... bleef de "Texel" om een onbekende reden aan de kade liggen en werden de trossen een half uur later dan voorzien losgegooid.

De rondvaart in de haven van Duinkerke, naar verluidt de derde belangrijkste haven van Frankrijk, verliep bij een drankje benedendeks voor wie dat wenste maar kon net zo goed buiten doorgebracht worden zoals enkelen deden. Het had immers opgehouden met regenen.

Zicht op de toren van de Leughenaer en het stadhuis

De interessante uitleg werd afwisselend in het Frans en in het Nederlands gegeven en was zowel binnen als buiten duidelijk verstaanbaar.

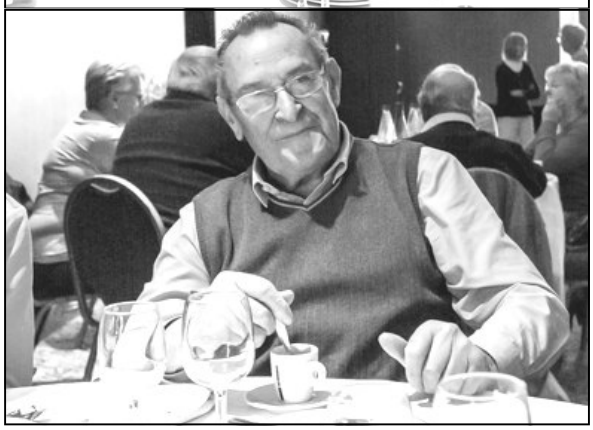
De enige vuurtoren van Duinkerke

Onderdeks op de "Texel" met een woordje uitleg bij een drankje

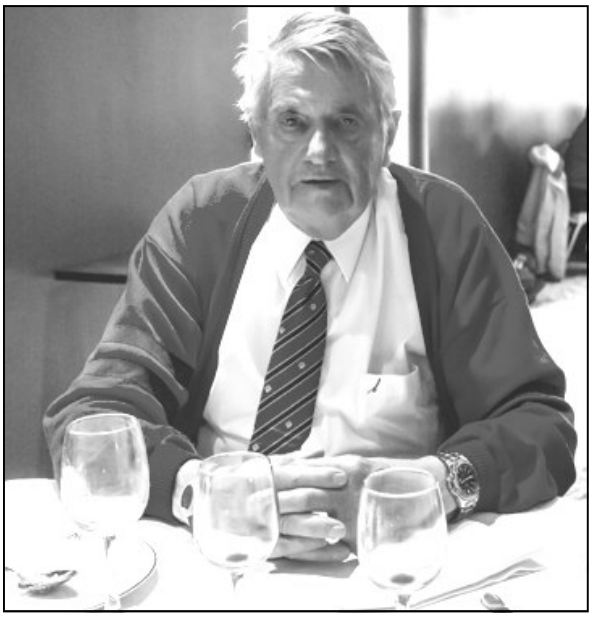
Met vertraging vatten we dan de terugreis aan richting België. Om ons voorgenomen programma toch volledig af te werken reden we met de bus toch nog eens langs de belangrijkste bezienswaardigheden van Duinkerke en genoten daarbij van de interessante duiding van gids Luc.

Langs de terugweg kregen we nog met een beetje file af te rekenen maar dat belette niet dat de overdadige avondboterham in het Kleine Meer heerlijk smaakte.

Bij enkele traditionele afscheidswoorden en uitingen van dank aan ieder die aan deze geslaagde daguitstap had meegewerkt, iedereen dus, bereikten we droog en wel Roeselare.



Op deze foto's ziet u enkele nieuwe VNR-leden.



Linksboven:Aimé Waignein en Thierry Verkindere
Links onder: Truyaert Etienne
Hier boven: Willaert Gerard

Hopelijk tot een volgende gelegenheid.
Maurice Debusschere

SOVA-PLASTICS

JAARFEEST

Zoals elk jaar ging het jaarfeest door in de vertrouwde zaal Ter Maerel in Izegem. En naar goede gewoonte was voorzitter Gino er weer als eerste om de genodigden te verwelkomen. Maar goed ook want het aperitief was nog niet uitgeschonken toen de vroegste gasten al de zaal binnenkwamen.

Al van bij het aperitief zat de stemming erin

Meteen werden de gezelschappen gevormd en kon het gezellig samenzijn van start gaan. En het geroezemoes van de 155 aanwezigen zwol gestaag aan tot orkaankracht. Er waren dit jaar 56 patiënten, 94 familieleden en 5 verpleegkundigen ingeschreven.

Een tafel waaraan we o.a. Aimé Waignien en zijn echtgenote herkennen

Boven: Nieuw aan de dialyse is Hubert Declerck met echtgenote. Onder: voor het eerst op het jaarfeest, Guido Desmet

Het aperitief, te kiezen uit een ruim aanbod, liet de stemming, net als de temperatuur in de feestzaal oplopen. In zoverre dat de voorzitter voor zijn korte toespraak zichtbaar moeite had om zich verstaanbaar te maken.

De aankondiging van het net voltrokken huwelijk van bestuurslid Marc Cobbaert met Martine Hallaert werd echter wel door iedereen gehoord en werd onthaald op een warm applaus.
En er werd ook een moment van ingetogen stilte gehouden ter herdenking van de leden en medepatiënten die ons in de loop van het jaar ontvallen zijn.

Het voorgerecht van gegrilde zonnevis met preistoemp en citroenmousseline

smaakte heerlijk en liet de gesprekken verstommen. Toch voor even.

En aan deze tafel zitte
Eric Noppe en zus Annie

Ook bij het zo mogelijk nog lekkerder gemarineerd varkensgebraad in rode wijnsaus en groentenkrans, het hoofdgerecht, werd het eerbiedig en genietend stil.

Vanuit het bestuur duimden we uiteraard dat de opgetogen stemming onder de gasten een gunstig effect kon hebben op de verkoop van de laatste tombolaloten waarover de verpleegkundigen zich naar goede traditie ontfermden.

….. *Marino Punk met rode hanenkam en blauwe accordeon zorgde voor de ambiance*

Tegen dat de koffie eraan kwam met een stuk taart om 'U' tegen te zeggen, was ook Marino Punk op het toneel verschenen. Een figuur die sommige aanwezigen even de wenkbrauwen deed fronsen van verbazing tot hij de eerste noten uit zijn accordeon toverde.

Aan Marc en Martine kwam de eer toe om de dans in te zetten en weldra volgden nog anderen dat voorbeeld. En ook een Polonaise kon uiteraard niet ontbreken.

Toch werd er minder gedanst dan we eigenlijk gedacht en gehoopt hadden en vroeger dan andere jaren gingen nogal wat mensen terug naar huis. Misschien zaten het regenachtige en stormachtige weer en de vroeg invallende duisternis daar voor iets tussen.

Misschien is ook het feit dat ... we weer een jaartje ouder geworden zijn, een verklaring?

Tot volgend jaar! Maurice Debusschere

DE VNR WENST IEDEREEN PRETTIGE FEESTDAGEN.

HOPELIJK BRENGT HET JAAR 2016 U ALLEN HEEL VEEL VOORSPOED EN GELUK!

OVERLIJDENSBERICHTEN

De familie heeft ons gevraagd om het overlijden te melden van:

20/09/2015
Mevrouw Hemerynck Angéle (dialysepatiënte)
Weduwe van de heer Andries Ramon († 2001)
Grootmoeder van Bouckenooge Debbie (schoonmaak HD3)

26/09/2015
Mevrouw Vercruysse Marcella (dialysepatiënte)
Weduwe van de heer Thio Jaak († 2001)
Levensgezellin van de heer Vansteelandt Jean

05/10/2015
Mevrouw Deceukelier Jacqueline
Weduwe van de heer Arteel Andreas († 1976)

Wanneer een familielid overleden is kan dit in 't Krantje worden vermeldt. Alleen de familie van de overledene kan vragen of zijn/haar familielid in 't Krantje vermeld wordt.

Alle aanvragen dienen toe te komen bij: Segaert André, Van Arteveldestraat 5, 8830 te Hooglede.
Dit kan alleen schriftelijk of via e-mail met een overlijdensbericht tav 't Krantje of VNR.

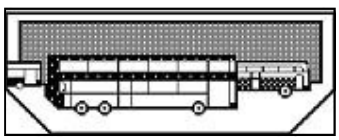
Alleen overlijdens in rechte lijn worden aangenomen (overlijden van je man, vrouw, kind, pa, ma, broer of zuster). Foto's worden niet opgenomen.
De overledenen komen in een lijst te staan, zoals je hierboven kan zien.

Segaert André

Kantoor
VANTOMME
ALLE VERZEKERINGEN

Iepersestraat 400 - 8800 Roeselare
e-mail: kantoor.vantomme@portima.be
Tel. 051/22.99.62 - Fax: 051/22.99.97

Record



DE MEIBLOEM NV autocars - reisbureau
Kasteelstraat 149 - 8700 Tielt

FAMILIENIEUWS

HEMODIALYSE EN PERITONEALE DIALYSE

De babyboom op dialyse gaat verder.
Op 15/8 werden Kristof Larnout en Séverine Vangraefschepe de trotse ouders van een flinke dochter die de naam Lieze kreeg. Grote broer Tibo is heel trots op zijn kleine zus.

Lieselotte Declercq en haar man Hans mochten op 8/9/15 ook een 2e kindje verwelkomen in hun gezin.
Paulien liet haar eerste kreetjes horen en broer Emiel is vol verwondering voor zijn zusje. Ze liet bij haar geboorte 3.195 kg en 49 cm opmeten.

Maria Lammens werd op 4/11/15 de trotse overgrootmoeder van Cilou. Deze meid woog 3.5 kg en was 52 cm groot bij de geboorte.

We mochten ook een paar nieuwe collega's verwelkomen.

14/9 werd de eerste werkdag op dialyse van Katharina Vanrysselberghe.

Ruth Lievrouw kwam op 3/11 ons team versterken.
Voordat ze op dialyse begon werkte ze op de centrale sterilisatie afdeling in campus Bruggesteenweg. Ruth houdt van fitness en lekker eten.

Stefanie Azou

CAD MENEN

Vansuyt Arlette werd op 25/10 voor de 8ste maal overgrootmoeder van een jongetje met de naam 'Eden'.
Proficiat Arlette , leuk dat je dit nog allemaal kan meebeleven. Je geniet ook telkens van de vele familiebijeenkomsten!

Gomanne Gaston is reeds 10 jaar in ons dialysemidden in Menen. Dit hebben we natuurlijk gevierd. Gaston was zeer verrast maar tegelijk ook geëmotioneerd met gemengde gevoelens….

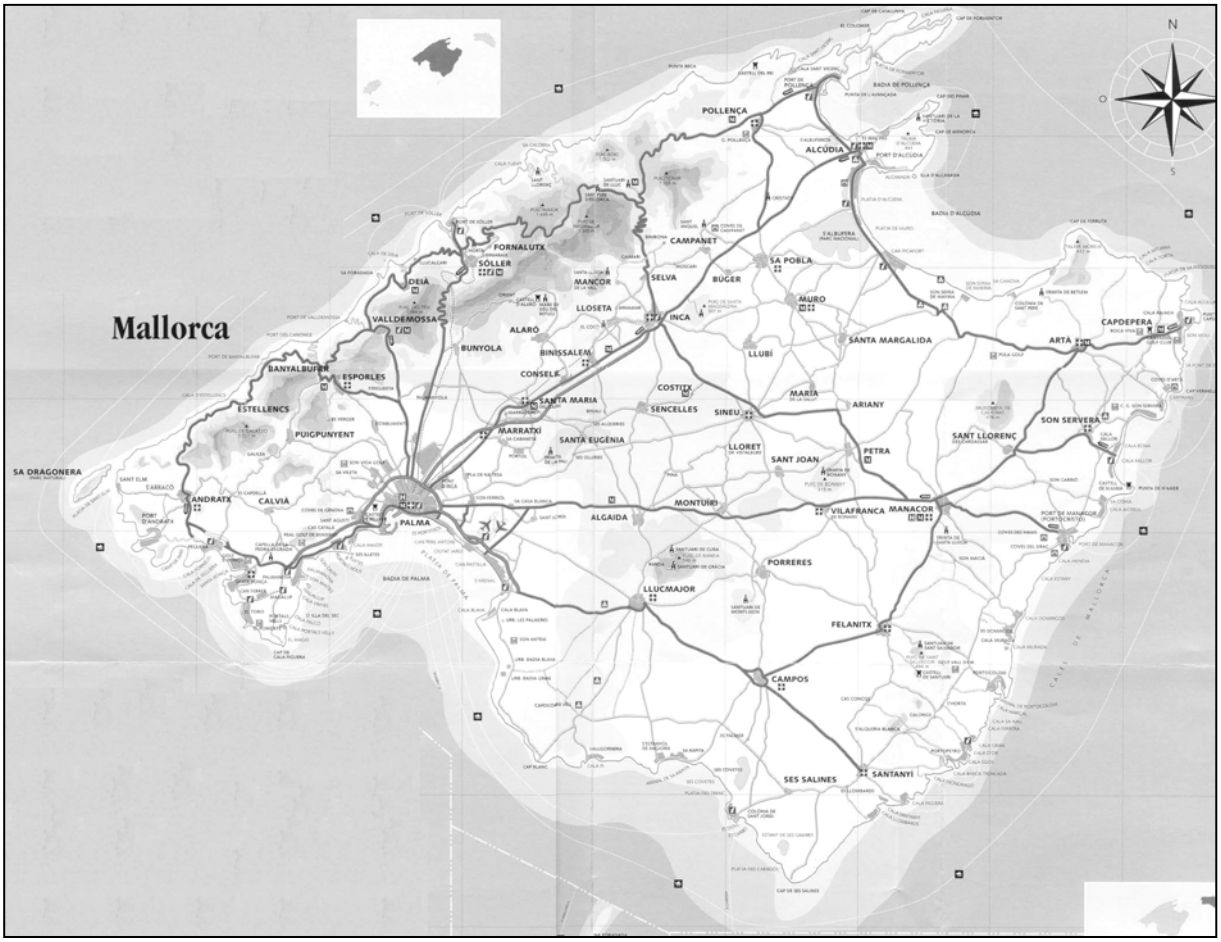
We hebben veel nieuwe gezichten in CAD Menen.
Welkom aan Claeys Michel, Bulcke Dave, Vandewynckele Andries, Deprost Bernard, Declerck Kenny.

Kerstsfeer in Menen. Op de foto zien we Jozef Vereecke

Veerle Calis

29 september tot 09 oktober 2016

Reis naar **MALLORCA**



Grupotel Taurus Park, Palma de Mallorca

dialyses in Policlinica Miramar,
Palma de Mallorca

Meer info volgt eerstdaags per brief

SINTBEZOEK

Donderdag 3 en vrijdag 4 december was het weer zover: De VNR bracht een Sinterklaasbezoekje en schonk een klein cadeautje aan de leden dialysepatiënten. Dit jaar deelden we een chocoladestukje uit en, zoals gewoonlijk, enkele strooikoekjes (nic-nac of piquenique) en guimauve lievevrouwtjes.

Carlos en ikzelf bij Maria Vanmeenen op zaal 2

Waar de attenties in de cad's en aan de PD-ers door de verpleegkundigen werden uitgedeeld kwam de sint persoonlijk naar Roeselare. Donderdag kweten voorzitter Gino Matthijs en Marc Cobbaert zich van die taak, vrijdag deden Carlos Kesteloot, vroegere VNR-voorzitter en ikzelf dat. Nieuw was dat we ons hiervoor dit jaar niet hadden verkleed maar optraden in onze gewone kleren als vertegenwoordigers van onze mooie vereniging.

Bij Robert Deboosere die op vrijdag 4 december zijn eerste hemodialyse onderging

Het voordeel was dat het voor ons niet alleen een stuk comfortabeler werkte zonder die warme vermommingen en kriebelende pruiken en baard, maar dat het ook heel wat makkelijker en vooral persoonlijker praten was. Nadeel, althans voor Carlos en mij, was dat we de tijd uit het oog verloren en ons daarna moesten haasten om rond te geraken alvorens de patiënten klaar waren met hun behandeling en naar huis vertrokken waren. Maar het lukte uiteindelijk.

Maurice Debusschere

Een Hollander komt bij Blokker in Antwerpen en ziet een thermosfles staan.
Hij vraagt aan de verkoopster : "Nou seg, wat is dat?"
"Awel," zegt de verkoopster, "dat is een thermosfles: alles wat je er koud instopt blijft koud en alles wat je er warm instopt blijft warm." "Dat lijkt me fijn, ik neem er een," zegt de Hollander.
Terug gekomen in Holland, neemt hij de thermosfles mee naar z'n werk, en zijn collega's vragen : "Wat is dat?"
Dus legt hij uit: "Dat is het nieuwste uit Antwerpen: een thermosfles. Alles wat er warm in gaat blijft warm en alles wat er koud ingaat blijft koud."
Vraagt zijn collega: "Wat heb je er nu in zitten?"
Zegt die Hollander: " 2 tassen soep en een frisco."

OPLOSSING KRUISWOORDRAADSEL

Hier kan u de correcte oplossing vinden van het kruiswoordraadsel dat elders in dit Krantje staat. Het sleutelwoord dat we zochten is HELLEBORUS.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
1	■	K	R	O	O	S	T	■	Z	E	B	R	A	■	G
2	F	■	O	M	H	E	L	Z	E	N	■	E	U	R	O
3	E	L	K	■	M	I	■	U	■	D	U	N	■	E	■
4	T	E	■	I	■	N	A	S	I	■	G	■	P	E	R
5	A	M	A	N	D	E	L	■	Q	U	A	S	I	■	A
6	■	M	A	K	E	N	■	S	■	U	N	I	■	K	■
7	D	A	R	T	S	■	N	O	O	R	D	K	A	N	T
8	I	■	D	■	S	T	O	M	P	■	E	■	F	A	R
9	T	V	■	T	E	R	T	S		H	E	S		P	U
10	O	O	I	■	R	O	E	■	W	A	S	E	M	■	S
11	■	O	■	S	T	U	N	T	E	L	■	M	O	S	T
12	K	R	A	K	■	■	■	A	R	■	■	■	K	A	■
13	■	W	■	I	N	Z	E	P	E	N	■	B	E	R	G
14	M	A	X	■	A	I	R	■	N	A	D	A	R	■	A
15	A	S	■	B	L	A	N	K	■	T	A	S	■	E	L

BELANGRIJKE INFO VOOR HET PERSONEEL

Al het personeel dat dialyse verlaat krijgt de mogelijkheid om verder 't Krantje te ontvangen. Dit is dan wel betalend. Voor € 10,00 per jaar, ontvangt u de 4 nummers van ons tijdschrift via Bpost bij u thuis. U dient het gewenste bedrag over te schrijven op het volgende rekeningnummer:

BE 89 4675 0322 6185 met vermelding 't Krantje.

TORTILLA CHIPS

FLOUR TORTILLA'S

SPICE MIXES

DINNER KITS

SALSA

Poco Loco

sharing more pleasure

THE TASTE OF THE WORLD

FROM THE HEART OF THE WORLD!

Snack Food Poco Loco, Rumbeeksegravier 157, 8800 Roeselare, Belgium
Tel +32 (0) 51 248 022 | Fax + 32 (0) 51 240 476 | info@pocoloco.be |

MEMBER OF THE PAULIG GROUP