



54^{ste} jaargang 2025-2026
Oktober 2025

P004938 Afgiftekantoor : 2550 Kontich 1

KONTAKT

Maandblad - verschijnt niet in augustus
V.U. F.Helsen, Hoogbunderlaan 50, 2550 Kontich

www.raakmartinuskontich.be

RAAK Martinus Kontich organiseert

Oktober 2025

Woensdag 01	Tafeltennis	19.00 uur
Donderdag 02	Wijngilde	19.00 uur
Zondag 05	Instuif (Fotoclub)	10.00 – 13.00 uur
Maandag 07	Fotoclub	14.00 uur
	Algemene ledenvergadering	19.30 uur
Dinsdag 07	Tafeltennis	19.00 uur
Woensdag 08	Tafeltennis	19.00 uur
Donderdag 09	TTK Clubavond	18.30 uur
Vrijdag 10	Kaart 3	20.00 uur
Zaterdag 11	Voorbereiding Lunner	10.00 uur
Zondag 12	RAAK-Lunner	12.00 uur
Maandag 13	Fotoclub	14.00 uur
Dinsdag 14	Tafeltennis	19.00 uur
Woensdag 15	Tafeltennis	19.00 uur
Donderdag 16	TTK Clubavond	18.30 uur
Zaterdag 18	Kulo weekend	
Zondag 19	Instuif (Ttk) Ttk dubbelkamp	10.00 – 13.00 uur
Maandag 20	Fotoclub	14.00 uur
Dinsdag 21	Tafeltennis	19.00 uur
Woensdag 22	Tafeltennis	19.00 uur
Donderdag 23	TTK Clubavond	18.30 uur
Vrijdag 24	Kaart 4	20.00 uur
Zaterdag 25	Artikel Kontakt / Kook 2	12.00 uur / 13.00 uur
Zondag 26	Instuif SPECIAL (Kook)	10.00 – 13.00 uur
Maandag 27	Fotoclub	14.00 uur
Dinsdag 28	Tafeltennis	19.00 uur
Woensdag 29	Tafeltennis	19.00 uur
Donderdag 30	Afwerken Kontakt	08.30 uur
	TTK Clubavond	18.30 uur
Vrijdag 30	Kaart 5	20.00 uur

Alle activiteiten vinden plaats in het Raak-lokaal, tenzij anders vermeld.

VOORZITTERSWOORDJE

Dag iedereen,

De spits is er af, de eerste maand van het nieuwe werkjaar is voorbij. Naast de ledenavond en de wekelijkse instuiven, zijn ook alle onderafdelingen weer opnieuw in gang geschoten. Iedereen heeft er weer zin in, RAAK MARTINUS KONTICH kan weer volop beweging maken!!!

De maand oktober heeft enkele data die hier zeker moeten vermeld worden, namelijk om te beginnen, maandag 6 oktober, de Algemene Statutaire Jaarvergadering. Er is dan ook (her)verkiezing van het Dagelijks Bestuur. Alle leden zijn vanzelfsprekend welkom in het Raak-Lokaal vanaf 19.30 uur.

Op zondag 12 oktober is er de LUNNER, vanaf 12.00 uur, ook in ons Raak-lokaal. Hiervoor inschrijven is wel verplicht.

Het weekend van 18, 19 en 20 oktober gaan een 50-tal Raak-vrienden op genietersweekend met KULO.

Egmond aan Zee in Noord-Holland is de bestemming. Hopelijk willen de weergoden wat mee, dan wordt het zeker weer een weekend om naar uit te kijken.

Zondag 26 oktober is er dan weer de Speciale Instuif van onze vrienden van de Kook. Place to be, Raak-lokaal en dit tussen 10.00 uur en 13.00 uur.

En dan is er ook nog onze Solidariteitsinstuif op zondag 16 november. De goede doelen zijn dit jaar CASA DI MAURO en PEGODE. Meer info en mogelijkheid tot inschrijven, vinden jullie verder in dit nummer.

En als ik dan toch al even in de maand november bezig ben, dan is er op maandag 3 november de ledenavond met als thema AI, waarop iedereen uitgenodigd is, de Sinterklaasinstuif op zondag 23 november en de Speciale Instuif van TTK op zondag 30 november.

Een goed gevulde agenda zoals jullie kunnen zien. Hopelijk mogen wij jullie regelmatig ontmoeten...

Zo vrienden, hierbij wil ik het houden, veel leesgenot met ons maandblad KONTAKT en graag dus tot in de komende maanden op onze Raak-activiteiten.

Tot binnenkort...

Jullie Raak-voorzitter,
Johan De Hert

FAMILIAALTJES

Soms gaat het wat minder goed door allerlei omstandigheden.
Ziekte, pijn, rouw...

We wensen jullie het allerbeste, we zijn er voor jullie, ook in minder goede tijden.

Een luisterend oor, een schouderklopje, een brede glimlach...
Het gaat jullie allemaal heel goed!



Info-avond: Ontdek de wereld van A.I.

Benieuwd wat artificiële intelligentie (A.I.) betekent?

Kom op **maandag 3 november om 20.00 uur** naar onze info-avond (deuren open om 19.30u) – inkom gratis

Locatie: Raak-lokaal, Magdalenastraat 21, 2550 Kontich

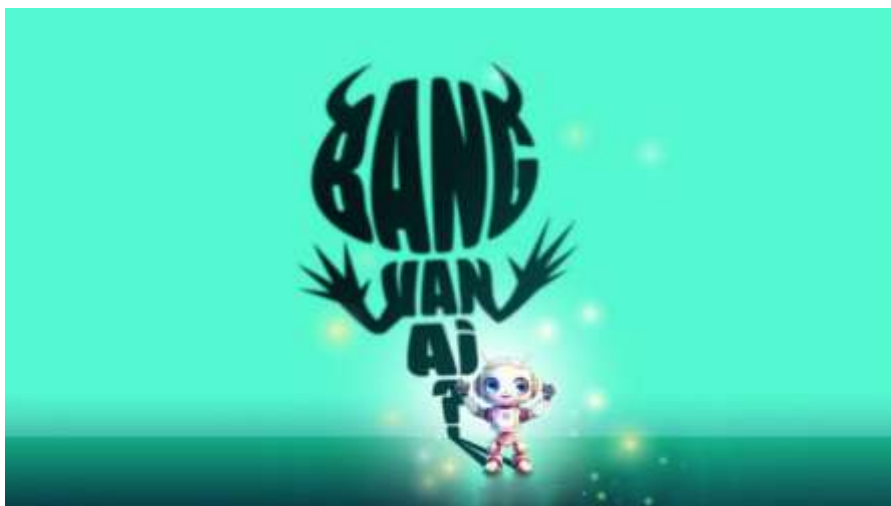
Lesgever: Johan Jacobs van beweging.net

Hoe werkt AI, hoe kan het ons leven aangenamer maken, en wat zijn de risico's?

We zoomen erop in en wegen ze tegen elkaar af.

In deze infoavond kijken we ook vooruit, naar mogelijke toepassingen in de toekomst, en staan we stil bij ethische vragen rond AI.

Iedereen is van harte welkom!



LUNNER 12 oktober 2025

Het is weer zover! Ook dit jaar organiseren wij een Lunner en dit op 12 oktober 2025 vanaf 12.00 u in het Raak-lokaal.

Ook nu zal u kunnen genieten van een heerlijk menuutje voor de prijs van 28 euro :

Aperitief
Paprikaroomsoep
Zalmfilets met garnaalsausje of kalkoengebraad met salieroomsaus
met kroketjes
Tiramisu
Koffie of thee

Drank in het lokaal te verkrijgen aan onze democratische prijzen.



Doe je mee? Vul dan snel het deelnameformulier in en bezorg het tijdens de wekelijkse instuif op zondag of aan één van de leden van het dagelijks bestuur.

Betaling kan cash of door overschrijving op rekening van Raak Martinus Kontich nr. BE09 9796 1894 2857, ten laatste op 6 oktober 2025.

Tot dan

Het dagelijks bestuur.

N.B.: Er is die dag uiteraard geen instuif.

Sinterklaasinstuif 23 november 2025

Sinterklaas maakt zich alweer klaar voor zijn jaarlijkse bezoek!

Alle kinderen en (achter)kleinkinderen van onze Raak-leden zijn welkom op onze grote Sinterklaasinstuif in ons Raak-lokaal op zondag 23/11 vanaf 10.30u.

Dit jaar komt de Sint niet alleen met lekkers en cadeautjes.

We hebben ook kilo's LEGO en DUPLO klaarstaan voor alle kleine bouwmeesters!

Bouw, speel en verras ons met jouw creatie – wie weet win jij een prijs!

Hou facebook, website en de Kontakt van november in de gaten, zodat je tijdig kan inschrijven.

Het Dagelijks Bestuur



Raak - Lidgeld 2026

Beste Raak-vrienden,

Binnenkort zullen wij je uitnodigen om je lidgeld voor 2026 te betalen. Het is ongewijzigd en bedraagt dus nog steeds 35€ voor het ganse gezin.

We danken je om dit voor 15 november 2025 te betalen op rekening BE 09 9796 1894 2857 met vermelding van je lidnummer.

Je ontvangt maandelijks ons ledenbladje Kontakt en tweemaandelijks het vernieuwde Raak-magazine. In januari krijg je de nieuwe lidkaart en het ledenvoordeelboekje.

Ben je lid van een sportonderafdeling (tafeltennis of volleybal), dan wordt het lidgeld via deze onderafdeling betaald. Heb je hier vragen over, dan kan je terecht bij Jos Demeer, penningmeester van Raak (jos.demeer@telenet.be) (0477338665) en/of bij de secretaris van de sportafdeling waar je lid bent.

Raak is van en voor jou!

Namens Raak Martinus Kontich

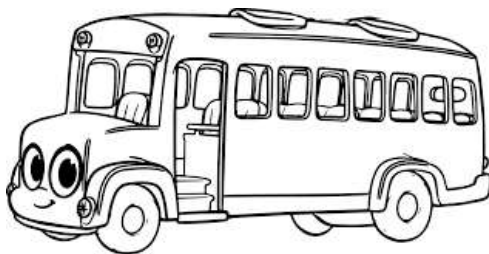


KULO nieuws

Vrienden,

Onze driedaagse met KULO komt naderbij.

Op **zaterdag 18 oktober** vertrekken we met 50 deelnemers naar Egmond aan Zee!
Iedereen ontvangt eerstdaags nog een reisbrochure met het volledige programma.



Noteer ook alvast **zaterdag 13 december** in je agenda. Want dan organiseren we weer een spetterend kerstfeest. De inschrijvingen starten in november. Vrienden en sympathisanten zijn welkom. DJ en traiteur liggen reeds vast.

Groetjes van het KULO-team.

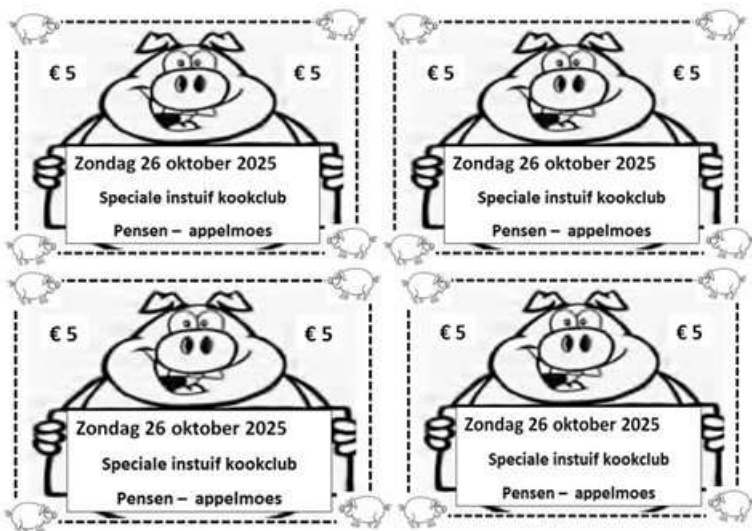
Kookclub

Beste kookvrienden we staan terug aan het kookfornuis. Onze algemene vergadering had plaats op zaterdag 20 september 2025. Was het niet dat dit verslagje op de redactie moest toekomen op 20 september 2025 voor 12.00 uur, dan had ik jullie meer kunnen vertellen. Dus volgende keer meer uitleg. Meestal duurt deze vergadering niet lang en kijkt iedereen meer uit naar de mosselen met frietjes die dan klaar gemaakt werden door het kookbestuur. Ondertussen heb ik in de wandelgangen vernomen dat er al plannen worden gesmeed aangaande het menu met de dames in oktober. Meer zeg ik nog niet maar we kijken er naar uit. In november 2025 organiseren we de 30^{ste} Solidariteitsinstuif. Deze kwam tot stand op 01 maart 1992. Door het grote succes werd er beslist om de Solidariteitsinstuif rond 11 november te houden. Dankzij het grote succes in 1997 en in het teken van het 50 jarig bestaan van de toenmalige KWB Sint-Martinus, werd 75.000 BF verdeeld onder drie Kontichse verenigingen. Het was duidelijk dat dit niet mogelijk was zonder medewerking van alle onderafdelingen. Om nog effe een Bartje te doen : “*Concordia res parvae crescunt.*”. In gewone mensentaal “eendracht maakt macht”, als alle onderafdelingen ons komen helpen zal deze 30^{ste} Solidariteitsinstuif opnieuw een mooi resultaat opbrengen. Ondertussen zitten we ook al enige tijd in de herfst die op 22 september zijn intrede deed en bij ons zal blijven tot 21 december 2025. Dit wil ook zeggen dat we nog steeds niet van dat zomer en winteruur vanaf zijn. De nacht van zaterdag 25 oktober 2025 op zondag 26 oktober 2025 zetten we de klok een uurtje terug. Dus een uurtje langer slapen voordat we naar de speciale instuif gaan om pensen met appelmoes te eten.



Goed om te weten en te onthouden :

- In oktober 2025 zijn jarig : chef Aerts en chef Flor (P) van harte proficiat vanwege gans de kookploeg.
- Zondag 05 oktober 2025 11.00 u planningsvergadering kook 2 (dames).
- Zaterdag 25 oktober 2025 13.00 u kook dames (16.45 u).
- Zondag 26 oktober 2025 09.30 u **instuif special**, bestuur-vrijwilligers
- Zaterdag 15 november 2025 14.00 u : voorbereiding Solidariteitsinstuif.



30^{ste} SOLIDARITEITSINSTUIF

Zondag 16 november 2025

Mosselen (€20) of Varkensstoofpotje (€17)

Ten voordele van

Casa di Mauro & Pegode

Inschrijvingsstrook zie verder in K, ten laatste op zondag 09/11/2025

Parochiezaal Magdalenastraat van 12.00 tot 14.30 uur

*“Wist je dat mosselen weekdieren waren ?
Maar je mag ze ook in het weekend eten.”*



Pottenkijker MW



Fotoclub

Beste kiekjesvrienden,

Vanaf deze maand gaan we eens genieten van een andere zijn vakantie. Eens geen foto's van een opgelegd thema, maar eens je mooiste vakantie kiekjes met onze clubleden delen en laten beoordelen. Een uitdaging om misschien met je volgende vakantie eens een andere kijk door je lens te creëren. Ik zou zeggen: "Nooit te oud om te leren."

Het programma voor oktober:

- 05 09:30 Instuif
- 06 14:00 Keuze nieuwe "Rouwkaarten"
- 06 19:30 ALGEMENE Ledenvergadering
- RAAK
- 08 19:30 KAVF
- 13 14:00 Vakantiekiekjes
- 15 10:00 Kernteam
- 20 14:00 Uitstap" Wandelen door oud
- Antwerpen"
- 27 14:00 Nabeschouwing thema "Lantarenpaal"

Voor de laatste veranderingen kijk even naar www.indelens.be

Foto van de maand : Willy Meyers



Inschrijvingsstrookje

LUNNER

12 oktober 2025

UITERLIJK TOT 6 oktober 2025

Raak onderafdeling

Tafeltennisclub Martinus Kontich

*organiseert hun jaarlijkse
marsepein en speculaasverkoop.*

LEVERING: de week van 11 november

*Bestelling graag ten laatste binnen bij Frans Helsen,
Hoogbunderlaan 50 kontich (0498 120 479)
uiterlijk op 23 oktober 2025*

Ondergetekende

schrijft in voor de lunner van 12 oktober 2025

en betaalt x 28,00 euro = euro

☐ Cash

☐ Per overschrijving op rek BE09 9796 1894 2857

En wenst aan tafel te zitten bij:

.....

.....

Keuze vis : x

Keuze vlees : x

TTK MARSEPEIN EN 'SPECULAAS' VERKOOP

Naam:

Adres:

bestelt aan TTK Martinus

----- x 1 kilo marsepein aan **14.00 EURO** per kilo = €

----- x 1/2 kilo marsepein aan **8.00 EURO** per ½ kilo = €

----- x 250 g. marsepein aan **5.00 EURO** per 250 gr. = €

----- x 400 gr praline marsepein en chocolade
aan **17.00 EURO** per doosje = €

----- x pakjes speculaas aan **2.30 EURO** per pakje = €

TOTAAL = €

INSCHRIJFSTROOK
SOLIDARITEITSINSTUIF ZONDAG 16 NOVEMBER 2025

Ik ondergetekende, _____

schrijf in met _____ personen voor Mosselen aan 20,00 € _____

schrijf in met _____ personen Varkensstoofpotje aan 17,00 € _____

TOTAAL _____

Handtekening:

OF inschrijven via www.kookclubmartinus.webnode.be

OF inschrijven via overschrijving op rekeningnr.

BE51 0689 0363 6162 van Kookclub Martinus

met vermelding van Naam-(Aantal)xMosselen-(Aantal)xVarken

BETALINGSBEWIJS SOLIDARITEITSINSTUIF ZON 16 NOVEMBER 2025

Dit betalingsbewijs meebrengen A.U.B.

Ontvangen van _____

Als betaling voor de solidariteitsinstuif van zondag 16 november 2025

de som van _____ voor

_____ personen voor mosselen aan 20,00 €

_____ personen Varkensstoofpotje aan 17,00 €

Voor de Kookclub



Raak Martinus Kontich en *Kookclub Martinus Kontich*

Organiseren op

zondag 16 november 2025

30^{ste} SOLIDARITEITSINSTUIF

In de Magdalenazaal en het Raak lokaal
Magdalenastraat 21 te Kontich tussen 12.00 en 14.30 uur

Keuzemaaltijden:

Mosselen of Varkensstoofpotje
(Mosselen: € 20, Alternatief € 17,00 o.v.)

Ten voordele van

Casa di Mauro & Pegode

Inschrijven kan tot zondag 10 november 2025 tijdens de Raak-Instuiven bij een Kookclub-bestuurslid met gepast geld. Of via overschrijving op BE51 0689 0363 6162 van Kookclub Martinus met vermelding Naam+ Aantal MOS en Aantal VAR.

U kan uw maaltijd(en) ook reserveren via

www.kookclubmartinus.webnode.be

(Bevestigen gebeurt na betaling via overschrijving)

BIER VAN DE MAAND

Oktober 2025

St. Bernardus Abt 12 - 10,0%



Een meesterlijk gebrouwen quadrupel, het absolute paradepaardje van de befaamde Brouwerij Sint-Bernardus in Watou (dicht bij de grens tussen West-Vlaanderen en Frans-Vlaanderen).

Dit donkere, topgefermenteerde bier verleidt met een robuuste, ivoorkeurige schuimkraag en een uiterst fruitig aroma, het resultaat van het gebruik van een unieke gist volgens het originele recept uit 1946.

St. Bernardus Abt 12 heeft een zeer fruitig aroma, afkomstig van de eigen specifieke gist. Het zit boordevol complexe smaken en blinkt uit door zijn lange bitterzoete afdrank. Het bier laat zich vlot drinken door zijn zachte volmondige smaak en perfecte evenwicht tussen bitter en zoet. Een Abt 12 drinken is met volle teugen van het leven genieten.

Culinaire tips : Door zijn smaakvolle karakter kan de Abt 12 zijn mannetje staan tegenover een waaier aan rijke vleesgerechten en wildbereidingen zoals bijvoorbeeld stoverij en konijn. Blauwe kaas, bijvoorbeeld Roquefort, vormt ook een “perfect match” met de Abt 12. Vergeet hem evenmin te combineren met zwarte chocolade voor een onverwachte maar zeer geslaagde combinatie.

Alcoholpercentage : 10,0% - quadrupel

Kleur : Helder donkerbruin met een volle ivoorkeurige schuimkraag

Aroma : zeer fruitig aroma met toetsen van gebrande mout

Smaak : fruitig, licht zoet met fijne toetsen van karamel, gebrande mout en chocolade en een lange bitterzoete afdrank



Wijngilde

Onderafdeling van RAAK- MARTINUS

Nieuwsbrief Oktober 2025

Rita alias



Beste Gildeleden,

De bladeren verkleuren, de druiven zijn geplukt en de gistingsvaten beginnen zachtjes te borrelen. De volgende weken en maanden wacht er ons nog heel wat werk om van dit lekkere sap een overheerlijk wijntje te brouwen. Hulp in onze kelder is dan ook meer dan welkom tijdens onze maandelijkse werkvergadering, de derde donderdag van de maand.

Dat het wijnmaken en de daarbij horende feestactiviteiten niet steeds zonder gevaar zijn, weten we maar al te goed. Een snijwonde van de fijn-geglepen messen op de kaas- en wijn avond, een splinter glas in de vingers na het heftig aanstoten bij het klinken van de glazen, een wonde aan het oog na het ongelukkig ploffen van de kurk, een snede in de wenkbrauw bij een val uit de boom bij het plukken van de peren, of simpelweg een verstuikte voet wanneer de benen niet meer gecoördineerd stappen na een glaasje te veel...ach, er liggen zoveel gevaren op de loer bij onze gilde activiteiten.

Het is Rita die op de ledenvergadering van oktober op luchtige, maar daarom niet minder 'deskundige' wijze, ons wegwijs maakt in de EHBO bij de mogelijke verwondingen die ons allemaal kunnen overkomen bij het uitvoeren van onze gilde-activiteiten (in de ruime context van het

woord)...en van Rita weten we uit ervaring dat zij in haar voordrachten, ons steeds op begeisterende wijze weet te boeien...zeker niet te missen dus!!!

In de hoop jullie dan ook op onze volgende treffen allemaal te mogen begroeten, vriendelijke groeten...en onthoud : een goede wijnmaker kent zijn limieten...en z'n verbandtrommel.

Raak momentje

Raak Lunner 12 oktober 12.00 uur



Instuif Special Kookafdeling



Tafeltennis

Beste vrienden,

't Is weer voorbij die mooie zomer, die zomer die begon zowat in mei. Ah je dacht dat er geen einde aan kon komen. Maar voor je 't weet is heel die zomer alweer lang voorbij.

Ook het liedje van Gerard Cox is ondertussen na 85 jaar uitgezongen.

Tijdens de zomer is de werking van onze club zoals elk jaar gewoon doorgegaan. In de maand juli werd de wekelijkse clubavond bijgewoond door de vaste klanten die ook in de zomer geen afscheid kunnen nemen van hun palletje.

In de maand augustus werd dan het stilaan traditionele zomercriterium georganiseerd door de voorzitter himself.

Het zomercriterium is een mini-competitie tussen clubleden, weliswaar vooral bedoeld als training, maar door de competitiegeest toch net iets meer dan gewoon maar een balletje slaan.

Omdat het volop vakantieperiode is moeten deelnemers niet wekelijks aanwezig zijn. Wel worden er tijdens elke sessie punten toegekend volgens de behaalde plaats die avond. Na de vier wekelijkse sessies mogen de zes best geplaatsten zich dan meten in een finale.



Tijdens die finale spelen de zes geplaatsten onderlinge wedstrijden en wordt er een eindrangschikking opgemaakt. De drie besten worden

beloond met een beker maar alle finalisten krijgen ook nog eens een aandenken van de club.

Ondertussen is ook de reguliere competitie op gang geschoten met wisselend succes. Eén van de ploegen won al overtuigend, een andere ploeg speelde gelijk maar drie ploegen moesten het onderspit delven.

Alle begin is moeilijk maar het seizoen duurt nog lang

Dit jaar spelen wij met slechts vijf seniorenploegen tegenover zes vorig seizoen. Enkele spelers hebben immers de club verlaten. Andere spelers kunnen door diverse omstandigheden voorlopig niet spelen of niet wekelijks aantreden. Dit jaar hebben wij ook geen jeugd meer in competitie bij gebrek aan voldoende spelers.



Het is een fenomeen bij vele clubs dat mensen afhaken wegens leeftijd of professionele plichten en dat het erg moeilijk is om jong bloed aan te trekken.

Tafeltennis komt zelden op televisie en België heeft momenteel geen topspelers wat de sport veel minder sexy en aantrekkelijk maakt.

Volleybal, basketbal en hockey daarentegen zitten in de lift omdat België hier wel topteams heeft.

Positief is dat onze club volop leeft want de wekelijkse clubavonden worden druk bijgewoond en zijn een garantie op sportieve gezelligheid. Vriendschap en gezelligheid zijn net nog een beetje belangrijker dan sportief succes !

Sportieve groeten, Walter

Kaarten

Vrijdag 12 september 2025

52 kaartsters vinden op deze eerste kaartavond de weg terug naar ons RAAK-lokaal. Onder hen 5 nieuwe gezichten die we hartelijk welkom heten. Onze voorzitter Gerda Opsomer is met een gebroken pols teruggekomen uit verlof en zal enkele weken afwezig zijn. Spijtig !

Leo Van Linden steekt een schoppenkaart in de hoogte zodat iedereen weet met wat hij kan kopen deze avond. Raph Versteijlen moet hier niet naar zoeken, hij springt in de eerste reeks meteen naar de leiding met 75 slagen. Ludo Jacobs kan hem nog enigszins volgen met 70 slagen. Met 66 slagen volgt een peletonneke van 4: Louis Van Deuren, Staf Van den Eynden, Lieve Puttemans en Leo Van Linden.

In de tweede reeks is het Peter Marquetecken die het roer overneemt met 73 slagen, gevolgd door zijn echtgenote Anita Moons die 70 slagen laat optekenen. Raph Versteylen draait zijn 75 om in 57 slagen, net niet genoeg om Peter van de dagwinst te houden met 135 slagen. De kip gaat mee naar huize Peter en Anita, die derde wordt vanavond. 't Zal cocque au vin worden denk ik !?

Wim Van Couwenberge en Anita Moons halen het hoogste rondje van 4 spelen met 24 slagen binnen. Wim haalt ervoor een rondje van slechts 4 slagen. Straf hé ! Louis Van Deuren haalt in één spelleke 12 slagen, ook straf !

Daguitslag:

1. **Peter Van Marquetecken 135**, 2. Raph Versteijlen 132, 3. Anita Moons 129, 4. Louis Van Deuren 128, 5. Rita Van Hoey 125, 6. Jan Torfs en Staf Van den Eynden 120, 8. Chris Hellemans en Dirk Boeckx 115, 10. Lieve Puttemans 114, 11. Chris Scheers en Leo Van Linden 113, 13. Raymond Verduyckt en Ludo Jacobs 111, 15. Rita Min 109, 16. Jeannine Maerten en Swake De Boeck 108.

FS

Nazomertjes

Discussie over “gratis schoolmaaltijd: Rousseau wil “ opvoederen”, Demir houdt het bij “opvoeden”.

School zonder “smartphone”: ’t wordt een smart-elijk weerzien!

Onderzoek over houding De Crem: op het “sjerp” van de snee”!

Prins Laurent lanceert nieuwe Vlaamse hit: “papa ik lijk steeds meer op jou “!

Gratis thuisverpleging: een “wit-geel kruis” erover!

Nieuwe naam voor Open VLD: de blauwe lijn of lopen ze hiermee ‘n “blauwtje”.

Escapades prins Laurent: het koningshuis hoopt op “Clement-ie”!

Die Wendy toch: ze wist al lang “Van Wanten”!

Koninklijke erfenis: Clement krijgt een vierde van de helft, als hij dat kan berekenen tenminste!

Verkeer: het zelfrijdend busje komt zo , maar waarschijnlijk niet op tijd!

Engelse Muppet show: “Statler and Waldorf” alias “Trump and Charles”

Leraren met “ballen” gezocht: voor de “Balderschool”

Helm verplicht: dat wordt eindelijk een “step” vooruit!

Volleybal: “red Dragons” bezorgen wereldkampioen erge Fili-“pijnen”!

Modellen op rode loper: ’t is werkelijk ‘n “mager” beestje!

Mollige modellen dat “ozempicken ze niet meer!

André

Een levensreddende ervaring: cursus reanimatie en AED

Afgelopen week volgde ik een cursus rond reanimatie en het gebruik van een AED-toestel. In slechts drie uur tijd kreeg ik niet alleen de nodige kennis aangereikt, maar ook het vertrouwen om in noodsituaties doeltreffend te handelen.

Wat deze cursus zo bijzonder maakte, was de manier waarop ze werd gebracht. De lesgever – een oudere man met bakken ervaring – wist de groep moeiteloos te boeien. Zijn aanpak was ludiek, doorspekt met humor en praktijkvoorbeelden, waardoor de leerstof niet alleen bleef hangen, maar ook aangenaam werd om te volgen. Geen droge theorie, maar een levendige en interactieve sessie die iedereen bij de les hield.

We leerden onder andere:

- Hoe je een bewusteloos persoon correct benadert en beoordeelt
- De juiste techniek voor hartmassage en mond-op-mondbeademing
- Het veilig en effectief inzetten van een AED (Automatische Externe Defibrillator)



Wat me het meest bijbleef, was het besef dat je met eenvoudige handelingen écht een leven kunt redden. De cursus gaf me niet alleen kennis, maar ook een gevoel van verantwoordelijkheid en paraatheid.

Ik kan deze cursus dan ook aan iedereen aanraden – jong of oud. Of je nu in de zorg werkt, op kantoor zit, of gewoon als burger je steentje wil bijdragen: deze drie uur zijn een investering in mensenlevens.

Wil jij ook weten wat je moet doen in een noodsituatie?



Volg de reanimatie- en AED-cursus in het gemeentehuis van Kontich. Er zijn er nog op **9/10/2025 en 11/12/2025 om 19.00 uur**. In slechts drie uur leer je hoe je levens kunt redden — en dat op een toegankelijke, boeiende manier. Wacht niet tot het te laat is.

Schrijf je vandaag nog in via **UIT in Kontich**,
EHBO Reanimatie en AED.

MF

November 2025

Zondag 02	Instuif (Wijngilde)	10.00 – 13.00 uur
Maandag 03	Fotoclub Raak ledenavond	14.00 uur 19.30 uur
Dinsdag 04	Tafeltennis	19.00 uur
Woensdag 05	Tafeltennis	19.00 uur
Donderdag 06	Wijngilde	19.00 uur
Zondag 09	Instuif (Bestuur)	10.00 – 13.00 uur
Maandag 10	Fotoclub	14.00 uur
Dinsdag 11	TTK Clubkampioenschap	10.00 uur
Woensdag 12	Tafeltennis	19.00 uur
Donderdag 13	TTK Clubavond	18.30 uur
Vrijdag 14	Kaart 6	20.00 uur
Zaterdag 15	Solidariteit voorbereiding	13.30 uur
Zondag 16	Solidariteitsinstuif	10.00 – 16.00 uur
Maandag 17	Fotoclub	14.00 uur
Dinsdag 18	Tafeltennis	19.00 uur
Woensdag 19	Tafeltennis	19.00 uur
Donderdag 20	TTK Clubavond	18.30 uur
Zaterdag 22	Artikel Kontakt	12.00 uur
Zondag 23	Sinterklaasinstuif	10.00 – 14.00 uur
Maandag 24	Fotoclub	14.00 uur
Dinsdag 25	Tafeltennis	19.00 uur
Woensdag 26	Tafeltennis	19.00 uur
Donderdag 27	Afwerken Kontakt TTK Clubavond	08.30 uur 18.30 uur
Vrijdag 28	Kaart 7	20.00 uur
Zondag 30	Instuif SPECIAL (TTK)	10.00 – 13.00 uur

“Kontakt”: November 2025.

De volgende Kontakt is beschikbaar b.o.o. voor onze Ledenbegeleiders vanaf donderdagmiddag 30 oktober 2025..

Voor deze Kontakt dienen de artikels binnen te zijn,

- Met e-mail aan: frans.helsen1@telenet.be

-

uiterlijk zaterdag 25 oktober 2025 12.00 uur!

INHOUD	
Kalender	2
Voorzitterswoordje	3
Familiaaltjes	4
K woordje	4
Info avond AI	5
Lunner	6
Sinterklaasinstuif	7
Lidgeld	8
Kulo	9
Nieuws van het Kookfront	10
Fotoclub	12
Inschrijvingen	14 - 15
Bier van de maand	17
Wijngilde	18
Tafeltennis	20
Kaarten	22
Nazomertjes	23
Cursus AED	24
Kalender november 2025	26
Omtrent “Kontakt”	27
RAAK in’t vizier	28



Raak Martinus Kontich en *Kookclub Martinus Kontich*

Organiseren op

zondag 16 november 2025

30^{ste} SOLIDARITEITSINSTUIF

In de Magdalenazaal en het Raak lokaal
Magdalenastraat 21 te Kontich tussen 12.00 en 14.30 uur

Keuzemaaltijden:

Mosselen of Varkensstoofpotje
(Mosselen: € 20, Alternatief € 17,00 o.v.)

Ten voordele van

Casa di Mauro & Pegode

Inschrijven kan tot zondag 10 november 2025 tijdens de Raak-Instuiven bij een Kookclub-bestuurslid met gepast geld. Of via overschrijving op BE51 0689 0363 6162 van Kookclub Martinus met vermelding Naam+ Aantal MOS en Aantal VAR.

U kan uw maaltijd(en) ook reserveren via

www.kookclubmartinus.webnode.be

(Bevestigen gebeurt na betaling via overschrijving)