



Komt pasen begin april  
dan valt de vriezeman stil.

Nieuwsbrief

“ Bij Neos ben je,  
Nooit Eenzaam Onder Senioren.

April 2026



### **Voordracht: Hoe ongezond is ultrabewerkte voeding?**

Donderdag 16 april 2026, om 14u00,

in D.C. De Zonnebloem, Zuidstraat 67, VEURNE

Hartelijke uitnodiging aan de leden Neos Veurne.

De koffie staat klaar voor hen, maar ook voor niet-leden wordt een kopje koffie voorzien.

Alleen vragen we een kleine bijdrage, nl.

10 euro (voordracht + koffie)

### **Dr. Eric De Maerteleire : bio-ingenieur en doctor in Landbouwkundige en Toegepaste Biologische Wetenschappen.**

Thema : Hoe ongezond is ultrabewerkte voeding?

Ultrabewerkt voedsel heeft ingewikkelde industriële behandelingen ondergaan en bevat allerhande toevoegingen. Wat zijn de nadelen van dat soort voedsel?

Zitten er giftige stoffen in? Word je er ziek van? Welke producten koop je beter niet?

Dat vertelt ons bio-ingenieur De Maerteleire.

Hij geeft tal van voorbeelden van ultrabewerkt voedsel, legt uit hoe je schadelijke toevoegingen kunt herkennen en hoe je een bewuste keuze kunt maken.

Kan de Nutriscore helpen of niet?

Welke trucjes gebruiken fabrikanten en verkopers om mensen aan te zetten tot kopen?

Welke zijn de vele nadelen van ultrabewerkte voeding? Maken de productiemethodes dat er giftige stoffen in zitten en kun je er ziektes als diabetes, hart- en vaatziekten en sommige kankers van krijgen? Wat is de impact op het milieu?

Eric vertelt weer en dat is de essentie :

We zijn naar een maatschappij geëvolueerd waar de verbinding met de aarde en de natuur helemaal zoek is. We moeten terug naar onbewerkte, authentieke voeding.

“Real food” dat is het!!

## **Agenda April 2026**

Donderdag 2 april: Paasfeest. (niet vergeten inschrijven uiterlijk tot 27 maart 2026)

Donderdag 9 april: Fietsen naar de Leute.

Donderdag 16 april: Voordracht Dr. De Maerteleire. (zie voorblad)

Woensdag 29 april: daguitstap Brussel.

Donderdag 23 april: Kaarten, bollen, rummikub.

Donderdag 30 april: Fietsen.

Te noteren: Donderdag 21 mei voordracht: Podoloog Jo Dewijze. (voeten)



### **Proficiat aan de jarige leden van de maand April.**

Ackerman Diane; Boeckx Walter; Boedts Elie; Cambier Jeannine;  
Campagnie Jeannine; Colman Marie Madeleine; Coppenolle Nicole;  
Degrande Christine; Dekervel Walter; Demuynck Gerard; Deschodt José;  
Deschoemacker Irène; Devos Dirk; Dewijze Leon; Gantois Erna; Goens Jean;  
Hollevoet Godelieve; Huyghe Marc (Iepersesteenweg) ; Segaert Hilaire;  
Soenen Anneke; Steen Liliane; Sys Aldegonde; Vandenberghé Hugo;  
Verweirder Lucienne.

### **Agenda Fietstochten 2026.**

Verzamelen aan het College om 13:45 u start om 14:00 u.

Uitgezonderd indien anders vermeld.

Voor vragen: René Wackenier 058/ 31-67-60 of 0496/ 21-80-98

FIETSVAKANTIE 2026 van 31 augustus tot 4 september 2026. (meer uitleg volgt).

Donderdag 9 april naar de Leute in Oeren.

Donderdag 7 mei naar de Reygaerd in Avekapelle.

Dinsdag 19 mei Dagfietstocht naar het Fermetje in Woesten. (meer uitleg volgt)

Donderdag 4 juni naar de Akkerwinde in Nieuwpoort.

Donderdag 11 juni Sporteldag Veurne. (meer uitleg volgt)

Donderdag 18 juni naar de Loobrug in Lo.

Donderdag 2 juli naar de Zomertuin in Stavele.

Donderdag 16 juli Dagfietstocht naar de IJsbol. (meer uitleg volgt)

Donderdag 30 juli naar De Bayo Diksmuide.

Donderdag 6 augustus naar Hinterland in Izenberge.

Donderdag 20 augustus Dagfietstocht naar de Lissewal in Elverdinge. (meer uitleg volgt)

Donderdag 1 oktober naar de Ara in de Panne



### Uitslag maandelijks kaarten op 26/02/2026

Troostprijs: Guido Degrootte

Waardebon 10 euro: Gery Dedeurwaerder

1	Gery Coulier	350
2	Eddy Noyez	340
3	Robert Rosseel	333
4	Rik Delerue	318
5	Françoise de Grave	316
6	Agnes Gantois	304
7	Maurice Vanwalleghem	295
7	Monique Verhaeghe	295
9	Marc Vanbelleghem	293
10	Arseen Dendooven	286



### Uitslag maandelijks bollen op 26/02/2026

1	Freddy Verslype	230
2	Geert de Grave	210
3	Gilbert Ameloot	200
3	Marleen Berneel	200
5	Francine Casier	190
5	Fernand Hauspie	190
7	Annie Delporte	170
7	Monique Decoodt	170
9	Maria Ceulenaere	160
10	Myriam Schmitt	150
10	Rosa Dewaele	150
10	Willy Ternier	150
10	Agnes Gantois	150

### Wandeling in Adinkerke op 12 maart 2026.

31 moedige stappers stonden paraat voor een natuurwandeling van 7 km in Adinkerke. We vertrokken langs de vijvers Markey, omgeven door een groene oase. Aan het levensgroot bronzen edelhert van Stief Desmet werd een groepsfoto genomen. We stapten verder door de groene weiden richting de Cabourgduinen, waar we een heel ander beeld kregen van de natuur, namelijk duinen, duingrasland, heide en bosjes. We bereikten de Belgisch-Franse grens en keerden zo terug via de Veldstraat en Garzebekeveld naar de Moeresteenweg, doch in plaats van links af te slaan naar de aankomst sloeg Danny rechts af en loodste ons nog door een prachtig stukje groen om uiteindelijk toch aan café 't Veld te eindigen. Daar werden we heel hartelijk ontvangen door de cafébazin Gwenny, die voor ons al een lange tafel had klaargezet bestrooid met zakjes chips en nootjes. Langs deze weg wil het bestuur alle wandelaars bedanken voor hun deelname. Jullie waren een toffe groep en we zien jullie graag terug volgend wandelseizoen. Nu begint het fietsen en dat start op 9 april 2026. Bedankt Danny voor deze mooie wandeling. Diane.



## Verslag Voordracht 19 maart 2026 over Artificiële Intelligentie.

Deze namiddag was er een boeiende voordracht over AI door Davy Temmerman, een leerkracht en een enthousiaste AI kenner.

Davy gaf heel veel uitleg hoe je AI kan toepassen en gebruiken.

Je kan de verschillende toepassingen van AI gebruiken om video's te maken, geluid, teksten of afbeeldingen, taal en design.

Bij elke toepassing die je gebruikt moet je opletten wat je doet want alles wat je vraagt aan ChatGPT wordt opgeslagen en gebruikt bij andere toepassingen.

Zoals Davy zegt zie het als een schoendoos van AI: alles wat er in gaat wordt gebruikt. Stel je een vraag dan putten ze uit die doos om u een antwoord te geven. Vraag je een afbeelding dan krijg je er verschillende. Maar let op de valkuilen, niet alles wat je ziet of leest is waar of echt.

Mag je het dan niet gebruiken? Jawel maar steeds opletten of het wel echt of realistisch is.

Hier een voorbeeld om een vraag te stellen aan ChatGPT:

**Rol** (geef aan welke rol je hebt.) Ik ben reisverantwoordelijke. **Instructie** ( wat wil je weten?)

Ik wil graag tips voor een uitstap in Veurne. **Context** ( is de context van de vraag). We gaan voor 2 dagen naar Veurne. Een favoriet van onze mede reizigers is de Grote Markt in Veurne. Ikzelf probeerde dit even uit en kreeg een heel goed antwoord om deze 2 dagen te vullen. Met een 70- tal geboeide luisteraars kreeg Davy dan ook een luid applaus voor zijn uitleg om ons wegwijs te maken in de mogelijkheden/gevaren in de toekomst.

Verslag Marleen

