

SCHRIJF JE IN!

Zin in een deugdlozende midweek vol gezelligheid, cultuur en inspirerende ontmoetingen? Tijdens de hartverwarmende novemberdagen zetten we plezier, vriendschap en verbondenheid centraal. In het sfeervolle decor van de kust geniet je van boeiende lezingen, verrassende uitstappen en het allerbeste gezelschap.

Een ideale kans om er even tussenuit te zijn, tot rust te komen én tegelijk nieuwe energie op te doen. Met de vertrouwde Neos-begeleiding wordt het een warme, zorgeloze week die je met een glimlach en frisse moed de winter in stuurt.

**TER
HELME**

Praktisch

Datum: ma 17 t.e.m. vrij 21 november 2025

Verblijf: Duindomein Ter Helme

Kinderlaan 49 – 8670 Oostduinkerke

INFO EN INSCHRIJVINGEN

Ruth Grootjans – Neos vzw

Mercatorstraat 92, 9100 Sint-Niklaas

midweken@neosvzw.be • 03/213 92 60

Kostprijs

Neos-leden: €675 per persoon

Niet-leden: €700 per persoon

Single-supplement: €45 per persoon

In de kostprijs zijn de uitstappen, voordrachten, maaltijden en verblijf inbegrepen.

Inschrijving en betaling

De inschrijving is definitief na bevestiging van ontvangst van het inschrijvingsformulier én betaling. Om administratieve redenen ontvangen wij de betaling graag vóór 21 oktober op rekeningnummer BE98 4263 1359 3193 van Neos met vermelding 'Neos-midweek november 2025'. Let op: inschrijvingen worden chronologisch behandeld.

Wacht niet te lang – schrijf je nu in en beleef het mee!

**Verrijk je leven,
beleef het samen**



HARTVERWARMENDE NOVEMBERDAGEN

‘Een midweek vol plezier,
vriendschap en verbondenheid’

17 – 21 november

Ter helme – Oostduinkerke

PROGRAMMA

Zodra je aankomt, word je hartelijk ontvangen door het Neos-team en onze enthousiaste begeleiders. We starten in stijl: met een gezellige aperitief, gevolgd door een heerlijke maaltijd in goed gezelschap. Daarna zetten we de toon voor een fijne week met *De Kwies* – een uniek, interactief spelmoment vol herkenning, nostalgie en humor, onder de bezielende leiding van Tom Baele. Lachen, meedenken en herinneringen ophalen gegarandeerd!

Twee verrassende daguitstappen

Tijdens deze midweek trekken we er twee keer op uit – steeds in groep, met vertrouwde begeleiding en comfortabel busvervoer. 's Middags geniet je van een verzorgde lunch.

Daguitstap 1 – Maritiem erfgoed in Nieuwpoort: een blik achter de schermen van de visserij

We brengen een boeiend bezoek aan de Vismijn van Nieuwpoort, waar je het kloppende hart van de Belgische visserij ontdekt. Je krijgt een unieke inkijk in de dagelijkse aanvoer, sortering en verkoop van verse vis en de iconische grijze garnalen. Leer hoe vissers werken, ontdek het belang van duurzame vangst via het initiatief Recht uit Zèè en ervaar het maritiem erfgoed vanop de eerste rij. Een rondleiding die je zintuigen prikkelt én je kijk op de visserij verrijkt!



Daguitstap 2 – Kunst & architectuur in Oostende: Mu.ZEE en De Grote Post

Oostende ademt cultuur, en dat voel je tijdens deze inspirerende dag. In de Venetiaanse Gaanderijen ontdek je de tentoonstelling 'Het is zondag op zee!' van Mu.ZEE, waar de zee als symbool van rust, kracht en emotie centraal staat. Je bewondert werken van grootmeesters als Ensor en Spilliaert, maar ook hedendaagse kunst van onder meer Lili Dujourie.

Na een gezellige lunch trekken we naar De Grote Post, een prachtig modernistisch gebouw van architect Gaston Eysselinck. Wat ooit een postgebouw was, is vandaag een bruisend cultuurhuis. Tijdens een begeleide rondleiding ontdek je hoe dit architecturale pareltje uitgroeide tot het kloppende culturele hart van de stad.

Inspirerende lezingen

In het hotel verwelkomen we boeiende sprekers die ons uitnodigen om stil te staan bij wat ons écht verbindt.

Marie-Anne Vanderhasselt, gerenommeerd neuro-onderzoekster, brengt een lezing over het belang van vriendschap. In haar boek 'Jij bent een vriend van mij' en haar wetenschappelijk onderzoek toont ze hoe vriendschap ons gelukkiger maakt, onze hersenen beïnvloedt én zelfs onze levensverwachting verlengt. Een warme, hoopvolle boodschap die blijft hangen. Op vrijdag sluiten we af met een inspirerende lezing door auteur Selma Franssen. Ze neemt ons mee in de veranderende betekenis van vriendschap vandaag. Steeds vaker blijkt vriendschap minstens even diepgaand en duurzaam als klassieke liefdesrelaties. Wat betekent dat voor ons dagelijks leven? En hoe geven we vriendschap een centrale plaats?



MARIE-ANNE
VANDERHASSELT



SELMA FRANSEN

Kortom: een midweek om naar uit te kijken!

Met een mix van ontspanning, cultuur, ontmoeting en verdieping bieden we je een hartverwarmende ervaring in fijn gezelschap. Alles is geregeld – jij hoeft alleen nog maar te genieten.

We hopen je van harte te mogen verwelkomen!