

SAMEN

BRUISEND MAGAZINE MET PIT



IETS NIEUWS BIJ SAMAC... MAAR WAT?!

Dat houden we nog héél even geheim

MERCY SHIPS

*Pascale Berghmans is de eerste Belgische
klinisch diëtiste aan boord*

KOEKJES VOOR DE KAS!

*Help ons een centje bijverdienen (en
trakteer jezelf op iets lekkers!)*

HERFSTKRACHT: EEN SEIZOEN VAN HERSTEL EN REFLECTIE

De zachte kracht van het najaar



SAMAC VZW
WWW.SAMAC.BE



5 MUZIKANTENSTAD



6 SINTERKLAAS KOMT ERAAN



10 IETS NIEUWS BIJ SAMAC

Colofon

Adres
Emile Vanderveldestraat 80
3290 DIEST

SAMEN is het ledenmagazine van SamAc vzw

013/33.65.44
info@samac.be - www.samac.be |

Redactieraad: Marc Florquin

Verantw. uitgever:
Marc Florquin, Emile Vanderveldestraat 80 - 3290 Diest

Grafische Vormgeving
SamAc vzw

Je kan SAMEN ook lezen via www.samac.be.

Deze gids is louter informatief
De uitgever is niet verantwoordelijk voor gebeurlijke fouten.

inhoud

2 NOOT VAN DE VOORZITTER

5 MUZIKANTENSTAD

Een unieke muzikale namiddag.

6 SINTERKLAAS KOMT ERAAN

Macie nodigt jullie allemaal uit voor Het Grote Sinterklaasfeest!

10 IETS NIEUWS BIJ SAMAC

Dat houden we nog even geheim.

12 HERFSTKRACHT: EEN SEIZOEN VAN HERSTEL EN REFLECTIE

De zachte kracht van het najaar.

30 MERCI SHIPS

Pascale Berghmans is de eerste Belgische klinisch diëtiste aan boord

34 KOEKJES VOOR DE KAS

Help ons een centje bijverdienen.

Neem deel aan onze activiteiten en spaar euro's korting op de Winterrevue 2025!

Wanneer krijg je korting?

- Kienkwisnamiddag: € 5 korting
- Lentefeest: € 2,50 korting
- Halloweenfeest: € 2,50 korting



EEN WARME REIS DOOR HET NAJAAR

Noot van de voorzitter

Beste leden, vrienden en sympathisanten,

De herfst hangt in de lucht – met haar kleuren, haar geur van vallende bladeren en die unieke uitnodiging om het wat rustiger aan te doen. Maar bij SamAc betekent dat allesbehalve stilzitten!

In dit magazine nemen we je mee op een warme reis door de herfst en de aankomende winter. Van knusse wandelingen in ochtenddauw tot bruisende feesten met Sinterklaas en muzikale spektakels zoals onze Winterrevue: we hebben weer heel wat moois in petto.

We kijken ook vooruit. Want wie goed kijkt, merkt het al: er waait een nieuwe wind door SamAc. Wat die precies met zich meebrengt? Dat ontdek je op 13 december. Eén ding is zeker: het wordt verrassend, verbindend en vol goesting naar meer. SamAc 2.0 is onderweg, en jij bent erbij!

Verder lees je in deze editie inspirerende verhalen, zoals het moedige avontuur van Pascale Berghmans bij Mercy Ships, ontdek je hoe we samen 'koekjes voor de kas' verzamelen én maak je kennis met onze herfstvisie op rust, reflectie en verbondenheid.

Kortom: een magazine boordevol pit, inspiratie en uitnodigingen om samen herinneringen te blijven maken.

Veel leesplezier en tot binnenkort!

Namens het hele SamAc-team,

MARC FLORQUIN - VOORZITTER

30 MERCY SHIPS

34 KOEKJES VOOR DE KAS



www.samac.be



info@samac.be



www.facebook.com/samensamac



[@samensamac](https://www.instagram.com/samensamac)



GarryHagger



Mo'reen



HALLOWEENFEEST

Ons Halloweenfeest wordt er een eentje om niet te vergeten.
Met optredens van Garry **Hagger**, **Mo'reen**, **Ruddy Clarck** en **showballet Showcase**
garanderen we iedereen een muzikale en sfeervolle namiddag.

We starten met taart en koffie en sluiten af met een lekkere warme maaltijd.



Ruddy Clark

Zaterdag 4 oktober 2025
CC Den Amer - Nijverheidslaan 24 - Diest
14:00 uur
inkom €20 leden, €35 niet leden



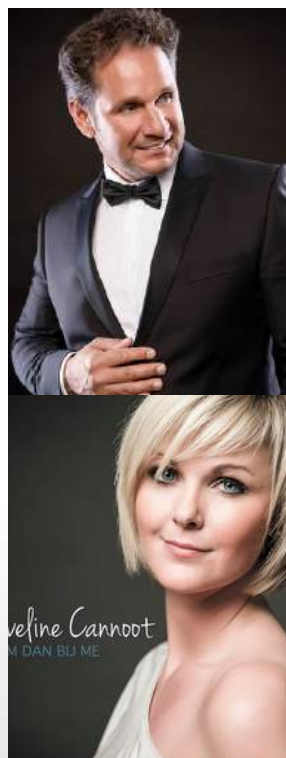


Lissa Lewis



Jacky Lafon

MUZIKANTENSTAD 2025



Wij zijn er nu al van overtuigd dat deze nieuwe editie, de prachtige editie van vorig jaar zal overtreffen!

Een vast team van Vlaamse artiesten, muzikanten, zangers, dansers, overtreffen zichzelf. Alles wordt live gebracht en muzikaal begeleid door **"Het Muzikantenstadorkest"** o.l.v. **Alain Verresen**. De show bestaat uit vele verrassende acts en verschillende thema's maar vooral uit veel herkenbare liedjes, instrumentale nummers, prachtige samenzang, solonummers en leuke humor.

De deskundige presentatie is in handen van **Filip D'haeze**. Hij zal je op een vlotte, toffe en gezellige manier doorheen Muzikantenstad loodsen.

Ook ons fantastisch showballet zet zijn beste beentje voor en dit alles in prachtige kostuums.
Verder bestaat ons vast muzikantenstadteam uit:

Nadia – Ellis – Lissa Lewis – Michael Lanzo – Doran – PC Brown – Eveline Cannoot – e.a.

Onze special guest is Jacky Lafon

Maandag 10 november 2025
CC Den Amer - Nijverheidslaan 24 - Diest
14:00 uur
Inkom: €25 leden, €40 niet leden
(taart en koffie inbegrepen)

Airco's
Warmtepompen
Ventilatie
Sanitair

www.climawise.be
info@climawise.be
+32 473 53 55 67

TOSTE

ALLES VOOR
UURWERKEN & SIERADEN

OP UW WEKELIJKSE MARKT

Woensdag : Diest
Zaterdag : Scherpenheuvel

PELIKAANCARS
016/ 63.41.47

BUSREIZEN OP MAAT !



www.pelikaancars.be

Gouden Sponsor

Huis Jannes
BEGRAFENISSEN

KONING ALBERTSTRAAT
3290 DIEST - 013/ 31 11 37



Sinterklaas komt eraan!

Dinsdag 11 november - CC Den Amer Diest

Aanvang 14:00u



Tickets en info: www.samac.be/kidsclub



🎉 Het Grote Sinterklaasfeest met mAcie! 🎉

Hey kampvriendjes en vriendinnetjes! 🐼

Macie nodigt jullie allemaal uit voor Het Grote Sinterklaasfeest!

Een gezellige namiddag vol plezier en magie, waarin we samen gaan dansen, zingen en springen.

🌟 Wat kun je verwachten tijdens Het Grote Sinterklaasfeest?

Een interactieve show boordevol spelletjes, liedjes, goocheltrucs – helemaal in het teken van onze lieve Sint!

Clown Rocky zorgt voor de grappen en de vrolijke sfeer.

Het wordt een middag vol avontuur en plezier voor jong én oud.

Wanneer

Dinsdag 11 november

Waar

CC Den Amer

Aanvang

14:00 u

Prijs

€5 voor alle kampertjes
€20 p.p ouders en
grootouders

Leeftijd

🐼 Alle mAcie
kampvriendjes

🐼 Extra leuk:

Er is een sminkstand waar je jezelf kunt laten omtoveren in iets moois.

🎉 En het hoogtepunt van de dag? Sinterklaas komt langs!

🎁 Als kers op de taart krijgt elk vriendje ook nog een leuk geschenkje mee naar huis.

🐼 En speciaal op uitnodiging van Sinterklaas en Macie...

Juf Dorien, juf Inge, juf Katrien en juf Lesley zullen er ook bij zijn! Hoe gezellig is dat?

Deelname kost **slechts €5** voor alle Macie-vriendjes!

Vergeet niet even aan de Sint te laten weten of je erbij bent – dat vindt hij heel fijn.

👪 Ook mama's, papa's, oma's en opa's zijn van harte welkom!

Voor €20 genieten zij van een heerlijk stuk taart, een kopje koffie én de gezellige show.

🌟 Mis het niet!

Samen met Macie, clown Rocky, de juffen én de Sint maken we er een onvergetelijke dag van.

Tot dan! 🍷

Je vriendje,
Macie

Tickets:

www.samac.be/kidsclub

013/33.65.44





De 2de editie van Knetterpret is er!

Maak kennis met Knetterpret, het vrolijke magazine van onze SamAc Kidsclub!

Een speelse mix van spelletjes, kleurplezier, verhalen, weetjes én een terugblik op onze leukste kammomenten – helemaal op maat van kinderen van 3 tot 8 jaar.

Samen met mascotte mAcie beleef je een knettergek avontuur vol plezier, creativiteit en ontdekking.

Wil je een exemplaar ontvangen? Stuur een mailtje naar kidsclub@samac.be en vraag naar je gratis papieren versie. Liever digitaal bladeren?

Bekijk het magazine online via www.samac.be/kidsclub – ideaal voor nieuwsgierige oogjes op elk moment van de dag!

Nog geen lid van de Kidsclub? Voor slechts €20 per jaar (als (groot)ouder) krijgt jouw kind toegang tot exclusieve activiteiten, korting op kampen én natuurlijk ons kleurrijke magazine in de brievenbus!

Laat het Knetterplezier maar beginnen! ✨

SamAc Kidsclub trapte het schooljaar veilig op gang!

Bij de start van het schooljaar zette SamAc Kidsclub volop in op verkeersveiligheid met de actie **“Samen veilig naar school – met SamAc voorop!”**.

Kinderen werden aangemoedigd om te voet of met de fiets naar school te komen, met fluo of reflecterende kleding. Via de handige **“Veilig naar school”-checklist** op onze website kregen gezinnen praktische tips om zich veilig in het verkeer te begeven.

Op sociale media deelden ouders en kinderen hun fluo-foto's met de hashtag **#VeiligMetSamAc** – en maakten zo kans op een leuke prijs. Onze mascotte Macie gaf het goede voorbeeld: zichtbaar, voorzichtig én goed voorbereid.

We danken alle deelnemers voor hun inzet. Samen zorgen we voor meer zichtbare en veilige schoolroutes – elke dag opnieuw.

SAMEN VEILIG NAAR SCHOOL – MET SAMAC VOOROP!

- ✓ Kom te voet of met de fiets naar school
- ✓ Draag je fluo of iets reflecterends
- ✓ Gebruik dan onze handige „Veilig naar school”-checklist!

DOE MEE MET ONZE ACTIE!

Post een foto van je fluo-outfit of veilige route naar school met de hashtag **#VeiligMetSamAc** Zo maak je kans op een leuke prijs! 🎁

SamAc KIDSCLUB



Iets nieuws bij SamAc... maar wat?!

Wie de laatste tijd goed heeft opgelet bij SamAc, heeft het misschien al gevoeld: er hangt iets in de lucht. Een frisse wind. Een nieuw idee. Een spannend plan dat langzaam vorm krijgt.

Wat er precies op stapel staat? Dat houden we nog héél even geheim. Maar we kunnen al wél een tipje van de sluier oplichten:
Dit wordt geen kleine toevoeging. Dit wordt **SamAc 2.0**

Een vernieuwend concept dat jong én oud zal aanspreken.
Voor de dromers, de doeners, de denkers. Voor mensen die houden van cultuur, creativiteit en verrassingen.
Het wordt iets waar je bij wilt zijn – en waar je straks over blijft praten.



Save the date

13 december

Want wat er komt, ga je willen zien.
En meemaken.

Tickets binnenkort beschikbaar – hou onze kanalen in de gaten!

Wil jij als eerste ontdekken wat het is?

Wanneer kom je het te weten?

Tijdens onze jaarlijkse Winterrevue op **13 december** onthullen we het grote geheim.

Een namiddag vol sfeer, muziek, theater én dé grote onthulling. De Winterrevue wordt dit jaar extra speciaal – jij wilt erbij zijn.

Of je nu actief betrokken bent bij SamAc, of gewoon nieuwsgierig naar wat er gebeurt: dit moment wil je niet missen.



SamAc 2.0.





Lyndsay



Thomas Julian

winterrevue 2025



Een sfeervolle middag vol magie!

Onze Winterrevue is meer dan zomaar een shownamiddag. Het belooft een prachtige afsluiter van het jaar te worden met:

- ★ Lyndsay
- ★ Eddy Herman
- ★ Thomas Julian
- ★ Nigel Voets
- ★ Showballet Showcase

🎄 Vooraf geniet je van een overheerlijk kerstdiner én maak je kennis met ons programma voor 2026! ✨

Maar dat is nog niet alles...
Tijdens de Winterrevue op 13 december onthullen we iets totaal nieuws bij SamAc.
Wat precies? Dat blijft nog even geheim...

Zaterdag 13 december 2025
CC Den Amer - Nijverheidslaan 24 - Diest
14:00 uur

Inkom: €32 leden (min korting via gespaarde deelnamebedragen)

€50 niet leden

Tickets binnenkort beschikbaar – hou onze kanalen in de gaten!

De zachte kracht van het najaar

Herfstkracht: een seizoen van herstel en reflectie

Voor velen voelt de herfst als een afscheid – van zon, vrijheid en buitenleven.

Maar wat als de herfst juist het begin is van iets nieuws?

Een seizoen dat ons uitnodigt tot rust, zelfzorg en verbondenheid.

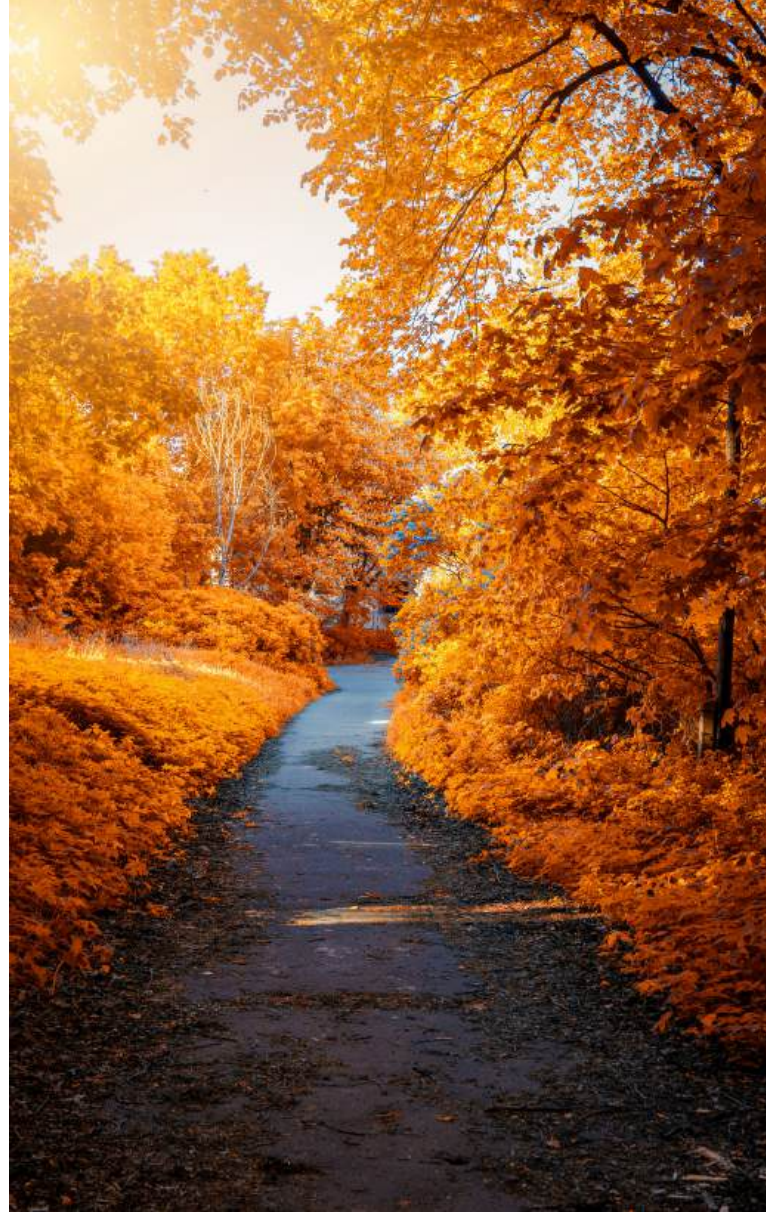
Ademruimte

Na maanden vol plannen, sporten, werken en reizen, komt er eindelijk ruimte om te vertragen.

Net zoals de natuur herstelt en tot rust komt, mogen ook wij even stilstaan.

Hoe gaat het eigenlijk met je? Niet alleen fysiek, maar ook mentaal en sociaal?

De herfst nodigt je uit om terug te keren naar je binnenwereld.



Reflectie met een warme kop thee

Een regenachtige middag. Een lege bladzijde. Een kop thee.

Soms zijn het net die kleine momenten waarop je beseft hoeveel je al hebt meegemaakt, gevoeld of geleerd.

Wat maakte je blij dit jaar?

Wat miste je?

Wat wil je anders?

In de drukte vergeten we soms stil te staan bij onze groei.

De herfst helpt ons herinneren: je hoeft niet altijd vooruit – soms is het genoeg om gewoon te zijn.

Bij SamAc maken we daar ruimte voor. Niet alleen met woorden, maar ook met daden: momenten van rust, van delen, van gewoon jezelf zijn.

Beweging zonder druk

Beweging wordt vaak geassocieerd met presteren: trainen, volhouden, sterker worden. Maar in het najaar mag beweging ook zacht zijn. Een rustige wandeling. Lichte stretching. Een fietstocht bij lage herfstzon. Dansen om warm te blijven.

Bij SamAc draait beweging om levendigheid zonder druk. Ook in herfst en winter bieden we een gevarieerd aanbod: van ontspannende groepsmomenten tot culturele uitstappen – allemaal in het teken van balans. Niet om beter te worden. Maar om goed voor jezelf te zorgen, precies zoals je nu bent.

Verbinding als vitamine

Herfst is ook het seizoen van binnenkomen. Van samen aan tafel. Van echt contact. Een goed gesprek na de training. Samen voorbereiden op een activiteit. Of gewoon een kop koffie met iemand die je al lang niet meer sprak. Verbondenheid is geen luxe. Het is een levensbehoefte.

Bij SamAc draait het niet alleen om bewegen. Het gaat ook om mensen. Om sfeer. Om ergens bij horen. Juist in dit seizoen van terugtrekken kan een klein gebaar van aandacht een groot verschil maken.

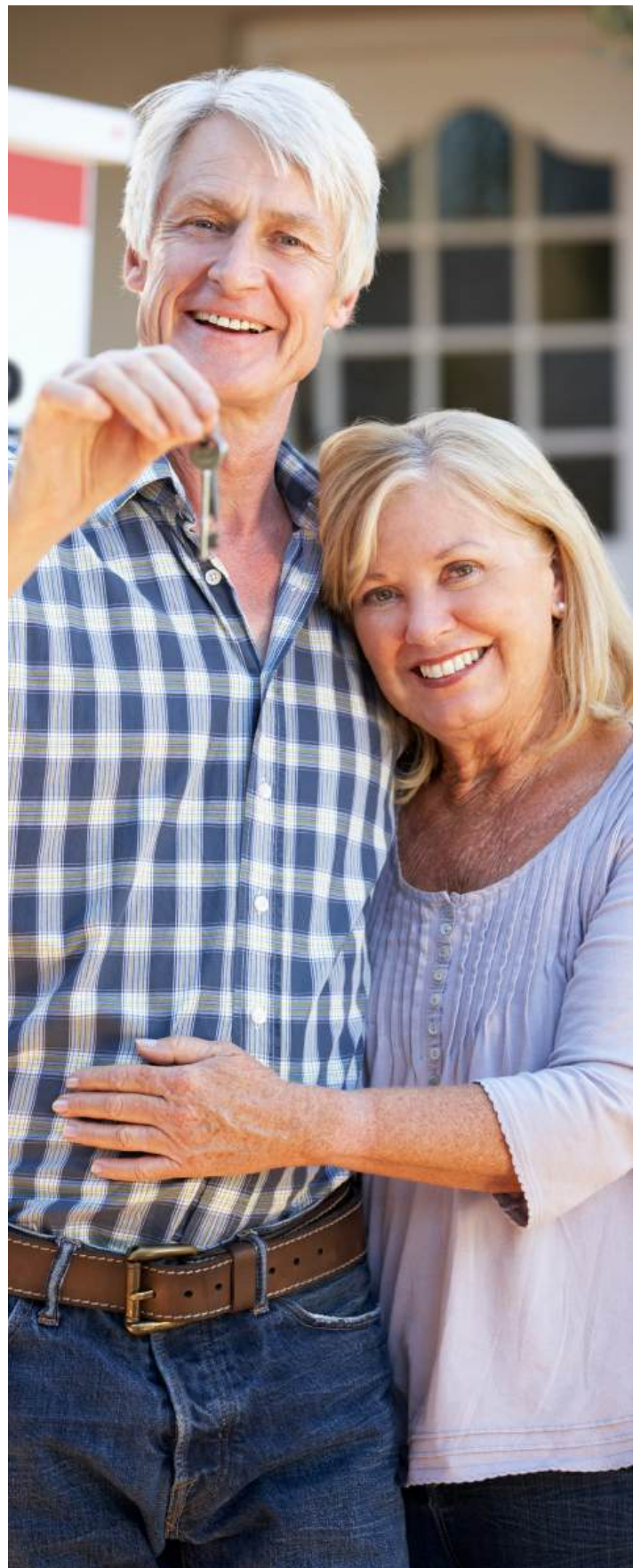
Een seizoensboodschap

De herfst leert ons loslaten – niet uit zwakte, maar uit vertrouwen. Ze leert ons rust nemen – niet om op te geven, maar om te herstellen.

Dus trek dit najaar niet alleen een warme trui aan, maar ook een flinke dosis mildheid – voor jezelf én voor anderen. En weet: bij SamAc ben je altijd welkom. In welk seizoen je je ook bevindt – van het jaar, of van je leven.

Samen het najaar beleven?

Bekijk onze herfstactiviteiten op www.samac.be – van warme ontmoetingen tot sfeervolle voorstellingen. Er is voor ieder wat wils.



PORTUGAL

Portugal groeide de laatste jaren uit tot een schitterend vakantieland. Gastvrije bevolking, mooie historische steden, pittoreske vissersdorpjes en middeleeuwse kastelen.

11 OKTOBER – 19 OKTOBER 2025

9 DAGEN – 8 NACHTEN



De Costa de Prata of Zilverkust gelegen tussen de Portugese cultuursteden Lissabon en Porto is onbetwist één van de spectaculairste gebieden van Portugal. Achter de prachtige zandstranden bevinden zich tussen het glooiend landschap prachtige, schilderachtige dorpjes omgeven door een ongerepte natuur.

Ook historische steden als Coimbra langs de Mondego rivier zijn ware architectuurpareltjes. Natuurlijk mag een bezoek aan Fatima, het wereldberoemde bedevaartsoord niet ontbreken. We nemen tevens zorgvuldig de tijd om het pittoreske Lissabon aan de Taag grondig te verkennen.

DEELNAMEPRIJS PER PERSOON

€ 1659 DUBBEL KAMER

€ 320 TOESLAG SINGLE

INBEGREPEN

- NEDERLANDSTALIGE GIDS GEDURENDE HET VOLLEDIGE VERBLIJF
- VLUCHT ZAVENTEM – LISSABON / PORTO – BRUSSEL
- LOKALE LUXE TOURINGCAR MET ERVAREN CHAUFFEUR GEDURENDE HET HELE VERBLIJF
- 2 NACHTEN IN HOTEL **** TE LISSABON OP BASIS VAN HALF PENSION
- 3 NACHTEN IN HOTEL **** TE FIGUERA DA FOZ OP BASIS VAN HALF PENSION
- 3 NACHTEN IN HOTEL **** TE PORTO OP BASIS VAN HALF PENSION
- 8 MIDDAGMALEN (1 HOOFDSCHOTEL + 1 GLAS WIJN PER PERSOON)
- BEZOEKEN EN INGANGEN ZOALS VERMELD IN HET PROGRAMMA
- BTW, TAKSEN EN GARANTIEFONDS
- VERVOER VAN EN NAAR LUCHTHAVEN
- BTW, HUIDIGE TAKSEN EN GARANTIEFONDS
- REIS EN BIJSTANDSVERZEKERING
- RUGZAK (1 PER GEZIN)
- BEGELEIDING



NIET INBEGREPEN

- GRATIS RUGZAK (1 PER GEZIN)

- PERSOONLIJKE UITGAVEN
- FOOIEN VOOR CHAUFFEUR
- DRANKEN BIJ DE AVONDMALEN
- MIDDAGMAAL OP DAG 9

1**DIEST - ZAVENTEM – LISSABON**

Vertrek vanuit Diest richting de luchthaven van Zaventem. Daar nemen we het vliegtuig richting Lissabon.

Na onze landing omstreeks de middag begeven we ons met de bus naar Belém voor onze lunch. Belém is één van de westelijke wijken van Lissabon. Voor het dessert verplaatsen we ons naar de beroemde zaak 'Pasteis de Belem' voor een Pasteis. We gaan nu Belém verkennen. Deze wijk heeft vele parken, tuinen en monumenten. Belém kent een lange historie en staat bekend om de Toren van Belém.

Deze toren is gebouwd tussen 1515 en 1521 en diende als uitkijkpost om vijandelijke schepen uit de haven te weren. Het was tevens de plek waarvandaan de schepen vertrokken om op ontdekkingsreizen te gaan.

We brengen er een bezoek aan het San Jeronimoklooster. Op weg naar ons hotel begeven we ons nog langs Parque das Nações, waar Expo '98 plaatsvond.

Aankomst in verblijfshotel **** waar we dineren en overnachten.

**2****LISSABON**

Na het ontbijtbuffet begeven we ons met de metro naar het centrum waar we beginnen met een wandeling in de volkswijk Alfama, één van de oudste wijken van Lissabon. Daarna maken we een wandeling in Baixa, deze wijk ligt tussen Rossio en Praça do Comercio en vormt het hart van Lissabon. Met haar vele voetgangersstraten is het een waar paradijs voor shoppers. Het stadshart is zodanig belangrijk dat het op de UNESCO werelderfgoedlijst staat. We nemen de lunch in het historisch centrum.

In de namiddag terug naar Praça do comercio, een druk maar mooi plein, naar de Elevador de Sta Justa. Deze opvallende lift werd rond 1900 in neogotische stijl gebouwd, ze wordt gebruikt om Baixa en Bairro Alto te verbinden. We ondernemen een wandeling in de Chiado wijk (Bairro Alto) waarbij we de Igreja de Sao Roque kerk bezoeken. Diner en overnachting in ons hotel.

3**LISSABON – SINTRA – OBIDOS – FIGUERA DA FOZ**

Na ons ontbijt rijden we naar Sintra. Dit prachtige stadje is gekend voor zijn met paleizen, ruïnes en overdadige tuinen.

Hier brachten de Portugese monarchen hun zomer door. We bezoeken Palacio Nacional, één van de belangrijkste voorbeelden van architectuur in Portugal.

Na onze lunch rijden we noordwaarts richting Obidos, een charmant middeleeuws stadje met zijn indrukwekkende omwallingen.

Bezoek aan het gezellig centrum en de Igreja de Santa Maria. Op deze plaats trouwde de 10 jaar jonge Alfonso V met zijn nichtje van 8 jaar.

We wandelen op de stadsmuren en genieten van uitzichten op de windmolens, wijngaarden en weides.

De kern van de stad is een doolhof van smalle straatjes met witte huizen. De shops staan vol met artisanale kunstwerkjes. We rijden verder naar Figuera da Foz waar we dineren en overnachten in hotel****.

4**FIGUERA DA FOZ – NAZARÉ – ALCOBAÇA – BATALHA – FIGUERA DA FOZ**

Na ons ontbijt verkennen we het gezellig vissersstadje Nazaré, met zijn pittoresk haventje en gezellig centrum.

Het is ook wereldbekend geraakt als surfbestemming vanwege zijn enorme golven die tientallen meters hoog kunnen reiken.

We nemen de Funicular naar O Sítio gebouwd op de kliffen. We genieten hier van een knap uitzicht over de Atlantische Zee.

Na onze lunch rijden we naar Alcobaca waar we het Mosteiro de Santa Maria bezoeken en in Batalha de abdij Santa Maria de Vitoria. We dineren en overnachten in ons hotel.

5**FIGUERA DA FOZ – TOMAR – FATIMA – FIGUERA DA FOZ**

Na ons ontbijtbuffet bezoeken we Tomar.

Al van veraf is duidelijk te zien welke cultuurhistorische betekenis Tomar heeft. Net als andere stadjes in Portugal – Alcobaça, Mafra en Batalha – wordt deze bepaald door één bouwwerk, in dit geval een klooster annex burcht op een heuvel, we brengen dan ook een bezoek aan dit klooster. Daarna bezoeken we het bedevaartsoord Fatima. De boodschap van Fatima uit 1917 heeft dit stadje omgetoverd tot een pelgrimsoord in Portugal.

Gezien zijn unieke ligging en pittoresk centrum is dit een must op uw reis. We bezoeken er de basiliek en verschijningskapel.

Avondmaal en overnachting in ons hotel.

6**FIGUERA DA FOZ – COIMBRA – PORTO**

Na het ontbijt verlaten we ons verblijfsoord en trekken we naar de universiteitsstad Coimbra.

Deze stad torent op de heuvel uit, kijkend op de Mondego-rivier. Veel schrijvers en dichters haalden hun inspiratie in deze charmante stad. Bezoek aan de Universidad en nadien stadswandeling doorheen deze historische stad. Lunch te Coimbra.

We rijden verder naar Vila Nova Gaia en brengen een bezoek aan één van de Portohuizen, waar we genieten van een degustatie.

Verder naar Porto waar we dineren en overnachten in ons hotel****.

**7****PORTO**

Na ons ontbijt brengen we een uitgebreid bezoek aan Porto. Deze Portugese gemeente en havenstad ligt in het noordwesten van Portugal, aan de Costa Verde.

De stad is gebouwd aan weerszijden van de rivier de Douro, op een steile heuvel en is vooral bekend als herkomstplaats van portwijn. Lange tijd beheersten de Britten de porthandel en daaraan herinnert hun Factory House, een gebouw vol traditie en koloniale sfeer. In Porto zijn vele historische gebouwen te bezichtigen.

We vertrekken met de autocar voor een panoramische rondrit naar volgende plaatsen: Av. Buavista ver Castelo do Queijo, casa de Musica, Igreja sa Carmo, Torre dos Clerigos, Praca de Liberdade, Station Sao Bento.

In 2001 was Porto Culturele Hoofdstad van Europa, samen met Rotterdam. De twee steden hebben daarbij samengewerkt en een uitvloeisel daarvan is de grote concertzaal Casa da Música, ontworpen door Rem Koolhaas. Nadien gaan we verder te voet voor een stadsverkenning waarbij we wandelen tot aan de Ponte Louis I en de Douro.

Na de lunch genieten we van een vrije namiddag. In de avond keren we terug naar ons hotel voor ons diner en overnachting.

8**PORTO – VILA REAL – DOURO VALLEI – PORTO**

Na het ontbijt bezoeken we eerst Vila Real, een voormalige drukke handelsstad voornamelijk gebaseerd op de lucratieve handel wijn en port. Het schitterende landschap met de gracieuze huizen zullen u onmiddellijk opvallen.

Van de 17e tot de 19e eeuw woonden vele adellijke families in dit stadje en hun huizen zijn in het straatbeeld volop aanwezig. Heden worden vele gevels nog versierd met uit steen gehouwen familiewapens. We bezoeken één van de belangrijkste juwelen van de Portugese barok: het paleis Palácio de Mateus, omringd door prachtige tuinen en gelegen op een enorm landgoed.

Na dit bezoek begeven we ons naar een wijndomein in de Douro vallei voor bezoek en wandeling doorheen het wijndomein. Tijd voor onze lunch.

We rijden terug langs de oevers van de Douro, erkend als werelderfgoed door de UNESCO, en houden nog halt te Lamego gekend om sanctuarium van Nossa Senhora dos Remedios. Na deze fantastische ervaring begeven we ons terug naar Porto voor het avondmaal en overnachting.

9**PORTO – ZAVENTEM**

Na ons ontbijt vertrekken we in de voormiddag naar de luchthaven. Op de middag stijgt ons vliegtuig op richting Brussel, waar we in de namiddag landen.

HET VAKANTIEHUIS
UW CRUISE
SPECIALIST

WWW.HETVAKANTIEHUIS.BE
 013/77.12.09

TUI
 AGENT

het vakantiehuis

Hairstyling Sewela

Com. Neyskenslaan 20 - 3290 Diest
 ENKEL OP AFSpraak

013/46.23.33

CAFE
DE ZWAAN

Vervoortstraat 2 - 3290 Diest
 open vanaf 9:30 uur
 Donderdag gesloten
 013/31.27.67

CAFE
De Zwaan

WWW.BLOEMENLOTUS.BE

BLOEMEN
LOTUS

- Verjaardagsboeketten
- Rouwboeketten
- Beterschapsboeketten
- Verse seizoensboeketten

KONING ALBERTSTRAAT 29
 3290 DIEST

013-31.27.66



START TO WALK

Heb je zin om in 10 weken tijd je conditie te verbeteren, nieuwe mensen te ontmoeten en actief bezig te zijn? Doe dan mee met Start to Walk!

START 2 OKTOBER 2025- 14:00 UUR

Provinciaal domein Halve Maan Diest



Schrijf je gratis in voor Start to Walk

Heb je zin om in 10 weken tijd je conditie te verbeteren, nieuwe mensen te ontmoeten en actief bezig te zijn? Doe dan mee met Start to Walk, dat start op **donderdag 2 oktober!**

Een inclusief wandelaanbod ontwikkeld voor **mensen met diabetes en obesitas**, maar ook voor mensen met andere **gezondheidsproblemen**, en (nog niet) wandelaars van alle niveaus en leeftijden. Of je nu tot rust wil komen in de natuur, gezonder wilt leven of gewoon meer wil bewegen, Start to Walk is de perfecte manier om te beginnen. We bieden een 10-weekse wandelreeks die je stap voor stap begeleidt naar een fittere levensstijl.

Wat kun je verwachten?

- Wekelijkse wandeltrainingen onder begeleiding van een ervaren coach
- Individuele begeleiding en advies op maat
- Leuke en gemotiveerde groep van deelnemers
- Een gezonde dosis motivatie en plezier tijdens elke stap
- Afwisselende routes door de natuur
- Inclusief wandelaanbod voor mensen met diabetes, obesitas en andere gezondheidsproblemen en voor niet-sporters.
- Fluohesje
- Een gezellig afsluitmoment.

Na de 10 weken voel je je fitter, energiek en heb je meer vertrouwen in je gezondheid. Bovendien ben je na afloop niet alleen fysiek sterker, maar ook mentaal weerbaarder.

Wat kost het?

De deelname is helemaal **gratis**. Bovendien is het voor iedereen toegankelijk, van beginnende wandelaars tot mensen die hun wandelconditie willen verbeteren.

Schrijf je nu in!

Neem de eerste stap naar een gezondere toekomst en schrijf je vandaag nog in voor een Start to Walk. We kijken ernaar uit om samen met jou 10 weken vol stappen, plezier en motivatie te beleven!

Maak de eerste stap vandaag nog! 🏃

START TO WALK

nieuwe mensen ontmoeten en actief bezig te zijn

een initiatief van

S-SPORT//RECREAS

in samenwerking met:



in samenwerking met: **S-SPORT//RECREAS**

Alle info: www.samac.be - 013/33.65.44



DAUWWANDELING

richting de bossen van **Hees te Schaffen**

23 NOVEMBER 2025

1/2 DAG



Beleef de magie van de vroege ochtend tijdens onze jaarlijkse dauwwandeling. Dit jaar trekken we eropuit richting de prachtige bossen van Hees te Schaffen. Samen genieten we van het ontwaken van de natuur, het frisse groen en de unieke sfeer die enkel de ochtendstond te bieden heeft.

Na de wandeling schuiven we samen aan voor een lekker ontbijt in het Groenhof – de ideale afsluiter om de dag goed te beginnen.

DEELNAMEPRIJS PER PERSOON

€ 10 LEDEN

€ 15 NIET LEDEN

VERTREK

Vertrek : Groenhof Schaffen - 07:00 uur
Zelemseweg, zelemseweg te Schaffen (Diest)

INBEGREPEN

- Verzekering
- Ontbijt
- begeleiding

NIET INBEGREPEN

- PERSOONLIJKE UITGAVEN

*BELANGRIJKE INFORMATIE:

Leden van **SamAc-sport** genieten van een verzekering voor medische kosten bij deelname aan deze activiteit. Deze verzekering biedt dekking voor onverwachte medische incidenten die zich tijdens de activiteit kunnen voordoen.

Ben je nog geen sportlid, maar neem je deel aan onze sportactiviteiten? Dan is het sterk aangeraden om je lidmaatschap om te zetten naar sportlid. Alleen sportleden kunnen rekenen op terugbetaling van medische kosten bij blessures tijdens onze sportactiviteiten!

KERSTMARKT MAASTRICHT

Magisch Maastricht Vrijthof, geen plek in Maastricht die meer kerstgevoel ademt dan dit bijzondere plein. Hier beleef je de leukste winteractiviteiten. Denk aan de lokale kerstmarkt, het grote reuzenrad en de overdekte schaatsbaan. Bewonder de grote kerstboom en de sprankelende lichtjes.

06 DECEMBER 2025

1 DAG



De sprookjesachtige beleving op het Vrijthof is dit jaar nog groter dan ooit. Loop door de sprankelende lichtjestunnel die leidt naar de Sint Servaasbasiliek. Geniet van een warm drankje en live muziek onder de hartjes van het Place d'Amour! Maak een ritje in de traditionele carrousel of het indrukwekkende reuzenrad. Op een hoogte van 45 meter geniet je van het mooiste uitzicht, in een gesloten glazen gondel. Extra knus! Weet jij al met wie jij dit romantische sprookje wilt beleven?

DEELNAMEPRIJS PER PERSOON

€ 18

INBEGREPEN

- VERVOER
- VERGOEDING CHAUFFEUR
- BEGELEIDING

NIET INBEGREPEN

- PERSOONLIJKE UITGAVEN

HET ULTIEME BEWEEGKAMP

MOVE & GROOVE:



27- 29 OKTOBER



Wanneer

Van maandag 27 oktober
t/m woensdag 29 oktober
2025

Waar

Basisschool
De Kleine Prins

Aanvang & einde

9u00 - 15u00
(opvang voorzien van 8:00 - 16:00)

Prijs

€ 55

- Diploma
- Geschenkje
- Verzekering

Leeftijd

👶 Geboortjaar 2019 - 2021
Leeftijd 2de kk tot 1st leerjaar

mAcie nodigt jullie uit voor Kampje Multimove! Een superleuk sport- en beweegkamp waar plezier, beweging en uitdaging centraal staan. We gaan samen dansen, springen, rennen, spelen en allerlei leuke activiteiten ontdekken.

+ Wat is Multimove?

Multimove is een interactieve en actieve ervaring waarbij we samen werken aan bewegen, balans, coördinatie en samenwerken. Het wordt een avontuurlijk kamp vol spelletjes, beweging en leuke uitdagingen voor iedereen!

🎯 Wat kun je verwachten?

- Leuke beweegspelletjes en activiteiten
- Dans en ritme uitdagingen
- Actieve samenwerking en plezier
- Nieuwe vrienden maken

DE KLEINE PRINS JUF DORIEN - JUF LESLEY

WWW.SAMAC.BE/KIDSCLUB



Zorg op maat

THUISVERPLEGING

CARE MORE

Voor alle mutualiteiten
Regio Diest - Scherpenheuvel-Zichem

WAAROM ONS KIEZEN

- Hygiënische zorgen
- Wondzorg
- Hulp bij medicatie
- Diabetes
- Specifieke technische zorgen
- Palliatieve verzorging



CONTACTEER ONS



Telefoon
0474/ 71.78.14



www.thuisverpleging-caremore.be



Adres
Carine Moreels
Bredestraat 5 3293 Diest (Kaggevinne)



ClimaWise
YOUR COMFORT, OUR ENERGY

Airco's
Warmtepompen
Ventilatie
Sanitair

www.climawise.be
info@climawise.be
+32 473 53 55 67



S² TRAVEL
HET REISKANTOOR
VOOR REIZEN OP MAAT
GEEN GROEPSREIS IS ONS TE GEK

WWW.S2TRAVEL.BE

Van Mossel

VOOR MOBILITEIT, VOOR IEDEREEN

LEUVENSESTEENWEG 160

3290 DIEST

+32 13 46 01 50

SAMAC KORT

SamAc Ledenactie: Breng een vriend(in) mee!

Ben jij lid van SamAc? Dan hebben we goed nieuws:

Breng nu een nieuw lid aan en die betaalt pas vanaf 01/01/2026! Samen sporten, lachen en genieten is nóg leuker als je het deelt. Dus trommel je vrienden, familie of collega's op en laat ze kennismaken met de unieke sfeer van SamAc.

Wie weet heb jij binnenkort je vaste sportmaatje of borrelpartner altijd bij de hand!

Meer info: www.samac.be

Nieuw lid inschrijven? Dat kan hier: www.samac.be/lidworden

➔ Jij brengt ze mee, wij regelen de rest — en zij **betalen pas in 2026!**



Betaal je lidgeld eenvoudig via domiciliëring

Wij maken het je graag gemakkelijk!

Met een domiciliëring worden facturen zoals je gas- of elektriciteitsrekening automatisch betaald. Waarom zou je je lidgeld bij SamAc niet ook op deze manier regelen?

De vernieuwing van het lidgeld komt er binnenkort aan. Betaal je nog niet via domiciliëring? Dan is dit hét moment om het snel en eenvoudig in orde te brengen.

Voordelen van domiciliëring:

- Tijdswinst – Je betaling gebeurt automatisch, zonder dat je iets hoeft te doen.
- Altijd op tijd – Geen zorgen meer over vervallen lidmaatschap door laattijdige betaling.
- Eenvoudig – Wij regelen alles rechtstreeks met je bank.
- Gratis – Er zijn geen extra kosten aan verbonden.

Het reeds ingevulde domiciliëringsformulier vind je in Mijn SamAc.

Hulp nodig? Bel ons via 013/33.65.44.

Wist je dat

- Wist je dat Usain Bolt sneller liep dan een stadsbus rijdt? Zijn topsnelheid was bijna 45 km/u.
- Wist je dat de langste tenniswedstrijd ooit 11 uur en 5 minuten duurde? (Wimbledon 2010: Isner vs. Mahut)
- Wist je dat voetballer Lee Todd een rode kaart kreeg na 2 seconden? Hij zei "F*** me, that was loud" na het eerste fluitsignaal.
- Wist je dat een professionele wielrenner tijdens de Tour de France wel 8000-9000 calorieën per dag verbrandt?
- Wist je dat Michael Phelps tijdens de Olympische Spelen van 2008 8 gouden medailles won, een record?
- Wist je dat de eerste Olympische Spelen in het oude Griekenland alleen voor mannen waren — en ze deden naakt mee?
- Wist je dat Serena Williams harder kan serveren dan sommige mannelijke tennissers? Haar recordservice is 207 km/u.

MIJN RECEPT

FEESTELIJKE GEHAKTBROOD MET VEENBESSENSAUS

Een klassiek comfortgerecht in een feestelijk jasje. Perfect als hoofdgerecht tijdens de feestdagen, met kroketjes, aardappelpuree of een winters slaatje.

Ingrediënten (voor 4–6 personen):

Voor het gehaktbrood:

- 600 g gemengd gehakt (rund/varken)
- 1 ei
- 1 sjalot, fijngehakt
- 2 teentjes knoflook, geperst
- 1 el mosterd
- 2 el paneermeel
- 1 el fijngehakte peterselie
- 1 tl tijm (vers of gedroogd)
- Peper en zout
- 4 plakjes ontbijtspek (optioneel, voor bovenop)

Voor de veenbessensaus:

- 150 g veenbessen (vers of diepvries)
- 100 ml sinaasappelsap
- 50 g suiker
- 1 tl geraspte sinaasappelschil
- Snuifje kaneel (optioneel)

Bereiding:

1. Verwarm de oven voor op 180°C (boven- en onderwarmte).
 2. Meng alle ingrediënten voor het gehaktbrood in een kom tot een stevige massa. Gebruik je handen of een vork.
 3. Vorm het gehaktmengsel tot een broodvorm en leg het in een ingevette ovenschaal. Leg eventueel de plakjes spek bovenop voor extra smaak en een krokant korstje.
 4. Bak het gehaktbrood in de oven gedurende ongeveer 45 minuten, tot het mooi goudbruin is en gaar vanbinnen. Laat het daarna 10 minuten rusten voor je het aansnijdt.
-
1. Maak intussen de saus: Doe de veenbessen samen met het sinaasappelsap, de suiker, de sinaasappelschil en eventueel wat kaneel in een pannetje. Laat 10–15 minuten zachtjes pruttelen tot de bessen openbarsten en de saus indikt.
 2. Serveer het gehaktbrood in plakken met de warme veenbessensaus erover of ernaast.

Tip: Dit gerecht kan je makkelijk vooraf maken en opwarmen in de oven – handig voor drukke feestdagen!



Terugblik

Onze werking draait op volle toeren! Het afgelopen kwartaal hebben we weer volop genoten van de welbekende SamAc-sfeer. Denk aan het Zwemhelden (Paas)kamp en het Dino-avontuur voor de allerkleinsten, of de wandeling en fietstocht voor de sportievelingen. Ook onze dagtrip, de culturele reis naar Denemarken en het bedrijfsbezoek vielen bij velen in de smaak.

Voor wie er niet bij kon zijn, delen we graag enkele sfeerbeelden!



MEESTERKNECHT VAN HET NAGERECHT



FIETSTOCHT



ZOMERWANDELING



WEEKEND PARIJS



ZWEMHELDEN(ZOMER)KAMP



BONTE BEESTENBOEL

Vooruitblik



Ook in het volgende kwartaal hebben we weer veel te bieden aan onze leden!

We hebben opnieuw een breed scala aan activiteiten gepland, zodat iedereen iets passends kan vinden. Denk aan een sfeervol Nieuwjaarsconcert van André Rieu, een reis naar Mexico, onze gezellige winterwandeling met BBQ, en het vrolijke lentefeest. Daarnaast organiseren we een spannende kiennamiddag met mooie prijzen, een leuke weekendtrip, ons Valentijnsconcert met Andre Lugovski en als kers op de taart: een grote nieuwigheid die we binnenkort bekendmaken!

Voor meer informatie verwijzen we je graag naar ons volgende magazine, onze website samac.be, of onze Facebookpagina.



BOEKHANDEL

GROTE MARKT

013/ 78 35 20 - DIEST



VOOR DAGBLADEN & ROOKWAREN
RUIJ ASSORTIMENT
WENSKAARTEN EN KAARSEN
ROOKWAREN

WWW.BOEKHANDELGROTEMARKTDIEST.BE

DISZTLSE DAKWERKEN



UW specialist voor dakwerken en renovatie
info@disztlse dakwerken.be
GSM: +32 (0)479 21 11 87

www.disztlse dakwerken.be



GRAND CAFE - EETHUIS
CASINO

UITGEBREID AANBOD AAN BIJEN, FRISDRANKEN,
KOUDE EN WARME DRANKEN.
VERGADER-EN FEESTRUIMTE GRATIS TER BESCHIKING
TOT CIRCA 50 PERSONEN.

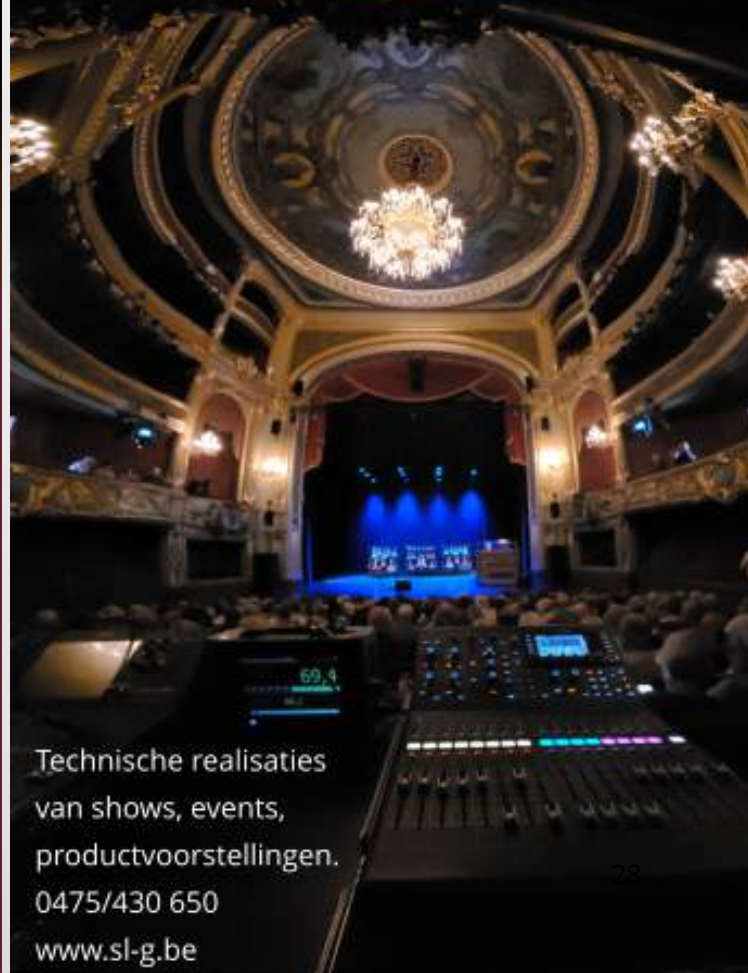
SNACKS À LA CARTE & SUGGESTIES
KEUKEN DOORLOPEND OPEN VAN
11:00 UUR TOT 22:00 UUR



Iedere dag welkom vanaf 10 uur
maandag en donderdag gesloten

Grote markt 27 - 3290 Diest
013/31 12 55 - GSM 0477/33 67 65
bvbawenda@hotmail.com

SL-G
SOUND - LIGHT - PA - MEDIA&AV



Technische realisaties
van shows, events,
productvoorstellingen.
0475/430 650
www.sl-g.be

Noteer nu alvast in je agenda of reserveer je tickets!

Nieuwjaarsconcert André Rieu

Zaterdag 11 januari 2026

- ✓ Wereldberoemde walsen en tijdloze klassiekers
- ✓ Een spectaculair live-optreden met 60 muzikanten
- ✓ Een avond vol magie, vreugde en onvergetelijke momenten
- ✓ Tickets rang 1
- ✓ Busvervoer

Schlagerfestival

Zondag 22 maart 2026

- ✓ Tickets rang 1
- ✓ Busvervoer
- ✓ Een namiddag vol plezier en ambiance!

meer info via:

 www.samac.be

 013/33.65.44

EEN MAGISCH EINDEJAARSGESCHENK

PASCALE BERGHMANS IS DE EERSTE BELGISCHE KLINISCH DIËTISTE AAN BOORD BIJ MERCY SHIPS

Mercy Ships biedt gratis chirurgische zorg in landen waar die het hardst nodig is.

Ook steeds meer vrijwilligers uit België zetten zich in aan boord. Eén van hen is Pascale Berghmans, een gepassioneerde diëtiste met een groot hart voor mensen en voeding.



Oproep aan andere vrijwilligers

Aan wie overweegt om vrijwilliger te worden, heeft Pascale één duidelijke boodschap: "Ga ervoor. Laat je niet overdonderen door alles wat nieuw is."

Alle info: mercyships.be/vrijwilliger

“De dankbaarheid van de patiënten was hartverwarmend”

“Neem mee wat je raakt, wat je leert, en wat je verandert. Je wordt er zelf beter van en je maakt echt een verschil voor anderen.”



“Ik ben een medisch voedingsdeskundige of diëtist. Mijn missie? Voedingszorg toegankelijk en betaalbaar maken voor iedereen”, vertelt Pascale.

Die missie bracht haar tot bij Mercy Ships. “Ik leerde de organisatie kennen via een online infosessie en was meteen geraakt.

Voedingszorg kunnen bieden aan de allerarmsten, wie kan daar ‘nee’ tegen zeggen?”



Eerste Belgische klinisch diëtist aan boord

Pascale vertrok voor acht weken naar Madagaskar en stapte als vrijwilliger aan boord van de Africa Mercy. “Ik was de eerste Belgische klinisch diëtist op het schip, dat is best bijzonder.”

“Mijn werkdagen waren van maandag tot vrijdag, van 8 uur tot 16 uur. Ik werkte deels op het schip en deels op de kade, waar ambulante patiënten werden begeleid.” Samenwerken deed ze onder andere met de lokale ‘day crew’. “Zij hielpen tolken en voerden ook mee de standaardtaken uit. Die samenwerking was hartverwarmend.”

Ondervoeding

Toch was het werkinhoudelijk een grote omschakeling: “Thuis begeleid ik vooral mensen met obesitas of diabetes door overvoeding.

Madagaskar werkte ik net met patiënten met ondervoeding en ernstig ondergewicht. De context kon haast niet meer verschillend zijn.”

Eén verhaal raakte haar bijzonder diep. “Een vrouw van rond de vijftig kwam op consultatie in aanloop naar een operatie. Ze moest eerst op gewicht komen om sterk genoeg te zijn. Ze kreeg alle voedingsadviezen én bijvoeding, maar ze bleef afvallen. Dat klopte niet. Uiteindelijk kwam de waarheid boven: ze verbleef niet meer in de stad bij familie, maar was terug naar huis gegaan.

Elke consultatie betekende nu een dag stappen heen en een dag terug.”



“Ze verbrandde dus gewoon alle extra calorieën opnieuw door die tocht en was wellicht ook gedehydrateerd. We konden gelukkig ingrijpen. Ze werd opgenomen in het HOPE-center, (een opvangtehuis waar patiënten voor en na hun operaties worden verzorgd), kreeg drie volwaardige maaltijden per dag en rust. Binnen enkele weken was ze fit genoeg voor haar operatie én die verliep gelukkig goed.”

Persoonlijke lessen

“De dankbaarheid van de patiënten was hartverwarmend”, vertelt Pascale. “Eén van hen bleef me zelfs bedanken via een collega, lang nadat ik terug thuis was.” Terugblikkend op haar avontuur zegt ze: “Mijn verwachtingen zijn overtroffen. Het samenleven met een crew van 450 mensen uit 45 landen – verliep vlot, respectvol en verrassend harmonieus.” Ze leerde relativeren: “We klagen in België al eens graag, maar als je ziet met hoeveel minder anderen het moeten doen... Dat opent je ogen.”

Ook professioneel groeide ze: “Ik heb veel bijgeleerd over de aanpak in andere landen zoals Nieuw-Zeeland en de VS. En ook over het voedingspatroon in Madagaskar: wat mensen eten, welke producten beschikbaar zijn en hoe je daar dan je zorg op afstemt.”

SEIZOENGROENTEN EN FRUIT

Aardbeien WEEK

VOOR AL UW STREEKPRODUCTEN



HET SALON

JORDENS HARRY
KONING ALBERTSTRAAT 13 - 3290 DIEST
TEL. 013.33.54.94

ENKEL OP AFSpraak



Schud je verzekeringen wakker

Kies nu voor een **gratis**

SHAKE-UP

van uw verzekeringen

Zakenkantoor P&E

VOOR EEN VRIJBLIJVENDE AFSpraak KAN U ONS CONTACTEREN OP 0473/44.93.68 OF
VIA MAIL OP EDDY.VANGELDER@PV.BE

32

EEN AFSpraak KAN ZOWEL BIJ U THUIS ALS VIA VIDEOGESPREK. TOT GAUW !

Doe mee en win!

Doe jij ook mee?

In ons vorig Magazine van vielen heel wat leden in de prijzen! **Luc Cieters, Etienne Willekens, Vansweevelt Monique, Dirkx Gabriel** mogen een exemplaar ontvangen van Mannen met zwarte gezichten.

Mattheus Simone, Maes Suzanne, Guypen Martine, Deferme Marina, De Block Georges mogen een te gek promotiepakket verwachten en **Joyce Van Winkel** kan een fikse wandeling gaan maken met het leuke paar Nordic Walking stokken.

Ook deze editie valt er weer wat leuks te winnen! Waag dus zeker je kans en misschien ben jij wel de volgende gelukkige winnaar.

Je kunt deelnemen door de wedstrijdvrage bij iedere prijs in te vullen en deze samen met je contactgegevens (naam, adres en lidnummer SamAc) op te sturen naar info@samac.be vóór 1 december, of per post naar: SamAc vzw
Emile Vanderveldestraat 80
3290 Diest

Wacht niet langer, doe mee en wie weet win jij één van de geweldige prijzen! De winnaars worden persoonlijk verwittigd.

Veel succes!

WIN DEZE LUXE LEREN AKTETAS!

Ben jij klaar om in stijl op pad te gaan? Deze elegante zwarte aktetas met zilveren sluiting kan binnenkort van jónu zijn! Perfect voor werk, studie of meetings – praktisch én chique tegelijk.



Wedstrijdvrage: Welke Belgische voetbalclub won als eerste een Europese beker, in welk jaar gebeurde dat én tegen welke club werd de finale gespeeld?

.....

.....

Een strakke wandklok – tijdloos design voor je interieur

Altijd op tijd én met een vleugje stijl in je interieur. Deze moderne klok van Studio Home past in elke kamer en maakt je huis helemaal af.



Wedstrijdvrage: 2025 starten we met een frisse wind: SamAc krijgt een upgrade! Onder welke nieuwe naam en/of thema gaat deze lancering de wereld in?

.....

.....

Win dit stijlvolle horloge!

Altijd op tijd én in stijl! Dit moderne horloge met metalen band kan binnenkort van jou zijn. Tijdloos design, duurzaam én een echte eyecatcher om je pols.



Wedstrijdvrage: Als je alle cijfers van 1 tot en met 100 bij elkaar optelt, welk getal krijg je dan?

.....

.....

Koekjes voor de Kas!

Help ons een centje bijverdienen (en trakteer jezelf op iets lekkers!)

Om onze kas te spijzen, starten we een overheerlijke koekjesactie!

Steun ons initiatief én je smaakpapillen met een doos (of twee) vol ambachtelijke koekjes. Perfect voor bij de koffie, als tussendoortje of om cadeau te doen.

+ GRATIS SAMAC BOODSCHAPPENTAS



Jules' Traditionals

Een assortiment van 3 toppers: Natuurboterwafels, Parijse wafels en Fijne amandelkoekjes.

Inhoud - 200 gram: • Natuurboterwafels - 75g • Fijne amandelkoekjes - 75g • Parijse Wafels - 50g

Prijs per doos: € 7,50



Jules' Retro Samson koekendoos

Exclusieve bliken koekendoos met de nostalgische Studio 100-figures Samson, Gert, de burgemeester en mevrouw Praline in de kijker. Het blik is ideaal om na al dat smullen nog te gebruiken. Als opbergdoos voor potloden bijvoorbeeld.

Inhoud - 350 gram: • 1x Natuurboterwafels - 175g • 1x Fijne amandelkoekjes - 175g

Prijs per doos: € 20



Jules' Giftbox

Een genereuze giftbox om 2026 smaakvol in te zetten met Natuurboterwafels, Parijse wafels, Fijne amandelkoekjes en Speculooskoekjes met melkchocolade.

Inhoud - 300 gram: • 1x Natuurboterwafels - 75g • 1x Fijne amandelkoekjes - 75g • 1x Parijse wafels - 50g • 1x Speculooskoekjes met melkchocolade - 100g

Prijs per doos: € 16,50

Bestellen kan tot **15 oktober**

Afhalen tijdens onze **winterrevue van 13 december**.



Jules' 4-pack

Een pakket van 4 toppers, vooraf samengesteld door Jules Destrooper: Natuurboterwafels, Parijse wafels en Fijne amandelkoekjes en Natuurboterwafels crème brûlée (limited edition).

Inhoud - 400 gram: • 1x Natuurboterwafels - 100g • 1x Fijne amandelkoekjes - 100g • 1x Parijse wafels - 100g • 1x Natuurboterwafels crème brûlée (Limited edition) - 100g

Prijs per doos: € 13

Smakelijk bedanken doen we met koekjes!



BESTELLEN KAN OOK VIA ONZE WEBSITE
WWW.SAMAC.BE/SHOP



DATUM

GEGEVENS

NAAM

ADRES

TELEFOON

EMAIL:

GRAAG BESTEL IK

KEUZE	AANTAL	PRIJS	TOTAAL
JULES' TRADITIONALS		€7,50	
JULES' 4-PACK		€13	
JULES' GIFTBOX		€16,50	
JULES' RETRO SAMSON KOEKENDOOS		€20	
BOODSCHAPPENTAS	1	GRATIS	€0

TOTAAL _____

Je bestelling is pas voltooid als je bovenstaande totaalprijs overschrijft op rekeningnummer **BE29 001869623264** op naam van SamAc vzw. Vermeld zeker je naam, adres en 'Jules DesTROOPER' in de mededeling.

De koekjesdozen die jij bestelt, worden ergens in de loop van november, begin december bij ons geleverd. Wij verdelen deze tijdens onze winterrevue of we zorgen dat ze bij jou terecht komen. Wij zijn jou alvast eeuwig dankbaar om ons op deze manier te steunen!





BAKKERIJ YLDRIS

DIESTSESTEENWEG 207
3293 DIEST - 013/66.61.06



Traiteur Gaston

Ringlaan 67 - 3560 Lummen
tel / fax 013 52 16 59
traiteurgaston@live.be

Vier jouw
verjaardag
erloving
vriendschap
verenigingsfeest
en alles en nog wat
met een lekker en smakelijk etentje

Voor elke feestgelegenheid



De beste verdediger
van jouw gezondheid!

Sportvoordeel

€45

Ons kantoor in Diest

Grote Markt 31 / ☎ 013 33 41 61

Bekijk onze openingsuren op:

www.solidaris-brabant.be



VOORUITBLIK: SAMAC 2.0 KOMT ERAAN!



Ons volgend nummer van SAMEN wordt er eentje om naar uit te kijken!

In dit themanummer nemen we je mee in de wereld van **SAMAC 2.0** – een frisse blik op de toekomst van onze organisatie. Wat verandert er? Wat blijft vertrouwd? Je ontdekt het binnenkort.

En dat is nog niet alles.. We onthullen ook ons gloednieuw reisprogramma voor 2026. Nieuwe bestemmingen, verrassende ervaringen en onvergetelijke momenten wachten op jou!

Houd je brievenbus (of inbox) dus goed in de gaten – want **SAMEN '26** brengt je straks alles wat je moet weten... en meer.



Woordzoeker

ALDOOR
ALGEMEEN
DISCIPLINE
DOOR DE BANK
DOORLOPEND
EEUWIG
ELK UUR
GESTADIG
MAANDELIJKS
NAUWKEURIG
NORMALITER
PER DAG
REGELMATIG
REGULIER
SCHAAL

TUCHT
VEELAL
VEELVULDIG

D	G	I	T	A	M	L	E	G	E	R	
M	N	R	R	O	O	D	L	A	N	G	
A	V	E	E	L	V	U	L	D	I	G	
A	T	G	P	E	A	G	D	R	L	I	
N	E	U	E	O	E	A	U	E	P	D	
D	S	L	C	M	L	E	H	P	I	A	
E	A	I	E	H	K	R	U	C	C	T	
L	S	E	I	W	T	N	O	W	S	S	
I	J	N	R	U	U	K	L	E	O	I	E
K	N	A	B	E	D	R	O	O	D	G	
S	N	O	R	M	A	L	I	T	E	R	

PRAKTISCH

Iedereen kan lid worden van SamAc en zo op de hoogte blijven van onze activiteiten.

Opstapplaatsen

Daguitstap :

Gemeentehuis Scherpenheuvel –
Zwembad Diest – St Jansveld Diest –
politiekantoor Diest

Meerdaagse uitstappen :

Carrefour parking –
Leuvensestwg te Diest

Bijdrage

De jaarlijkse bijdrage bedraagt
€20 voor leden, €25 voor sportleden,
€30 voor beschermend lid, €50 voor
sponsor en € 125 voor gouden
sponsor.

Online reserveren

Reserveer je plaatsen voor onze
activiteiten via www.samac.be
Hoe werkt het?

1. Ga naar www.samac.be en klik op de activiteit van je keuze.
2. Klik op 'Inschrijven'.
3. Vul de gevraagde gegevens in voor jezelf en iedereen die wenst deel te nemen (gegevens via Mijn SamAc worden automatisch ingevuld).
4. Klik op 'Verzenden'.

Je reservatie is pas definitief na ontvangst van het voorschot. Het saldo van elke activiteit dient uiterlijk één maand voor aanvang te worden betaald.



Wat ontvang je?

Je deelnamekaart of factuur wordt je via e-mail toegestuurd.

Je reservatie is nu afgerond!

Je ontvangt bovendien een bevestiging van je inschrijving per mail.

Betaling en Annulatievoorwaarden

Heb je een openstaande factuur of staat jouw lidgeld klaar om af te rekenen? Je kunt alle openstaande kosten eenvoudig online betalen. Betalen doe je snel, handig en contactloos via Bancontact of, indien gewenst, met een kredietkaart.

Annulatie en terugbetalingen

- Terugbetalingen worden enkel toegestaan op basis van een medisch attest dat vóór de activiteit werd opgesteld.
- Bij annulatie, ongeacht de reden, wordt een vaste annulatiekost van €25 per persoon aangerekend.
- De week voor vertrek zijn terugbetalingen niet meer mogelijk.

Belangrijke informatie

Alle activiteiten zijn onder voorbehoud. SamAc behoudt zich het recht voor om activiteiten te wijzigen of te annuleren indien nodig.

Domiciliëring

Wij maken het je graag gemakkelijk!

Met een domiciliëring betaal je facturen, zoals je gas- of elektriciteitsrekening, automatisch. Waarom zou je jouw lidgeld bij SamAc ook niet op deze manier regelen?

Jouw voordelen:

- **Tijdwinst:** Je betaling wordt automatisch uitgevoerd.
- **Handig:** Je betaalt altijd op tijd en voorkomt dat je lidmaatschap vervalt door een laattijdige betaling.
- **Eenvoudig:** Wij regelen alles met jouw bank.
- **Kosteloos:** Betalen via domiciliëring is volledig gratis.

Kies voor domiciliëring en geniet van meer gemak!

agenda

OKTOBER – NOVEMBER – DECEMBER



DOND
2/10

START TO WALK

Een inclusief wandelaanbod
speciaal ontwikkeld



ZAT
4/10

HALLOWEENFEEST

sfeervolle namiddag voor iedereen.



ZAT
11/10
ZAT
19/10

CULTURELE REIS PORTUGAL

Een Tijdloze Bestemming



MAAN
27/10
WOENS
29/10

MOOVE EN GROOVE

Het Ultieme Beweegkamp



DINS
04/11

ZWEMKAMP

Boost de zwemskills van je
Held met onze Turboreeks
Zwemmen!



MAAN
10/11

MUZIKANTENSTAD

Muzikale namiddag



DINS
11/11

HET GROTE SINTERKLAASFEEST

Een gezellige namiddag vol
plezier en magie,



ZOND
23/11

DAUWWANDELING

Een magische ochtend in de
natuur



ZAT
06/12

KERSTMARKT MAASTRICHT

Beleef de ultieme kerstsfeer in
Maastricht!



ZAT
13/12

WINTERREVUE

Een sfeervolle middag vol
magie!



PB PP
BELGIË(N) - BELGIQUE

SamAc vzw alles onder één dak

Meer weten? Ga naar onze website of
stel je vraag via ons **online contactformulier**.

www.samac.be

