Tij-dingen

11
2026



Op zoek naar een huisarts?

80 jaar Hotelschool Ter Duinen

Reveil in Koksijde-Dorp

31e jaargang - verschijnt maandelijks - afgiftekantoor Koksijde

inhoud

4 Terug in de tijd: Coxyde Military Cemetery

8 80 jaar Hotelschool Ter Duinen

10 Een babbel met Henri Lemineur

17 Hou je darmen gezond

21 Bert & Bert in het Abdijmuseum

24 Te doen in Koksijde

26 Dag van de Natuur

31 TCK bestaat een halve eeuw

34 Even herbeleven

37 CasinoKoksijde zit vol verhalen



>> Zonder afspraak



>> DOENKER



>> In de etalage



>> Huisartszoeker

Colofon

Hoofdredactie: Thierry Boonefaes en Dries Dawyndt

Eindredactie: Ilse Chamon

Redactie: diverse gemeentelijke diensten

Lay-out: Drukkerij Arijs en Sofhie Legein

Redactieraad: Thierry Boonefaes, Ilse Chamon, Dries Dawyndt, Marie Godderis en Sofhie Legein

Fotografie en bewerking: Marie Godderis, Sofhie Legein en Olivier Tilmant – tenzij anders vermeld

Verantwoordelijke uitgever: Sander Loones en Joeri Stekelorum

Tij-dingen te laat in de brievenbus? Geen nood!

Lees de XL-versie van ons infoblad via www.tij-dingen.be voor extra artikels en foto's.



11 november. Dan herdenken we het einde van de Eerste Wereldoorlog. De Koksijdse tol van WO I? 23 militaire en 7 burgerlijke doden. Eén van de plekken waar bloemen worden neergelegd is dit gedenkteken op het kruispunt van de R. Vandammestraat en het Louise Hegerplein. Het werd onthuld op 4 augustus 1929.

Wist je dat de locatie al 2 keer veranderde? Oorspronkelijk stond het op de hoek van de Noordstraat en het Hegerplein. In 1954 volgde de eerste verhuis, in 2004 de tweede.





>> Coxyde Military Cemetery werd opgestart door de Fransen.

Ontdek ons erfgoed dankzij westhoekverbeeldt.be

Op 1 november vindt al enkele jaren Reveil plaats. Dit jaar trekt Reveil naar de Britse militaire begraafplaats in Koksijde-Dorp. Je leest er meer over op pagina 7.

Engels kerkhof
Coxyde Military Cemetery is de grootste Britse militaire begraafplaats aan de Belgische kust. Deze begraafplaats wordt in de volksmond soms het Engels kerkhof genoemd.

Het telt 1.517 graven van de Eerste en 155 graven van de Tweede Wereldoorlog. Er liggen niet alleen Britten, maar ook Australiërs, Canadezen, Nieuw-Zeelanders, Zuid-Afrikanen en zelfs 10 Duitse soldaten. De ligging in de duinen, omgeven door een zee van groen, maakt de begraafplaats extra speciaal.

Sir Edwin Lutyens (1869-1944) ontwierp deze herdenkingsplek. In Koksijde werd hij bijgestaan door Major George Hartley Goldsmith (1886-1967).

Britten bleven achter
Van de ruim 200 militaire begraafplaatsen uit de Eerste Wereldoorlog in West-Vlaanderen zijn er 10 Belgisch, 4 Duits, 2 Frans en 1 Amerikaans. Alle andere zijn Brits, waaronder Coxyde Military Cemetery, en worden beheerd door de Oorlogsgravendienst van het Gemenebest.

Het Britse Rijk besliste als enige land om na de oorlog geen doden te repatriëren. Want in de praktijk was dat alleen voor rijke families weggelegd. Het verbod kwam er om iedereen gelijk te behandelen, maar zorgde voor een nieuwe ongelijkheid: wie het graf van een geliefde wilde bezoeken, moest daarvoor op reis gaan. En dat konden alleen de rijksten…

Op www.tij-dingen.be/coxydemilitarycemetery lees je alles over het ontstaan van de begraafplaats.

Bekijk ook de beeldbank van Koksijde

Niet alleen op www.westhoekverbeeldt.be vind je beelden die worden bewaard voor het nageslacht, ook de beeldbank van Koksijde bevat een pak beeldmateriaal.

Daar vind je niet alleen foto's van alle evenementen die de voorbije jaren plaatsvonden, maar ook talrijke beelden uit ons archief. Surf dus zeker naar beeldbank.koksijde.be

Thomas Grant kreeg voor het eerst bezoek uit Nieuw-Zeeland



Op Coxyde Military Cemetery in Koksijde-Dorp rusten 1.672 militairen, onder wie 19 Nieuw-Zeelanders die sneuvelden tijdens de Eerste Wereldoorlog. Eén van hen was Thomas Grant. Meer dan 100 jaar na zijn dood kreeg zijn graf vorig jaar voor het eerst bezoek van familie.

Second Lieutenant Thomas Grant overleed op 8 november 1917. Dankzij Koksijdenaar Daan Martens kreeg zijn verhaal een vervolg. Daan is buschauffeur bij De Lijn, vrijwilliger bij de Koksijdse brandweer en onderofficier bij het Koninklijk Marine Kadettenkorps - hij kwam via Facebook in contact met Lisa McShane, een achternicht van Thomas Grant.

Lisa reisde, samen met haar dochter Briony, naar Koksijde om het graf van haar familielid te bezoeken. Meer dan een eeuw nadat 'Tom', zoals ze hem noemt, hier stierf. Op www.tij-dingen.be/grant zie je een foto van dat bezoek.

Kinderlaan

Net als ca. 124.000 andere Nieuw-Zeelanders belandde Thomas Grant tijdens de Eerste Wereldoorlog in het leger. Hij kwam terecht bij de New Zealand Field Artillery. Van juli tot begin november 1917 lag zijn eenheid langs de huidige Kinderlaan. Op de grens tussen Oostduinkerke en Nieuwpoort. De eenheid bestond uit 4 artilleriebatterijen.

Het was een gevaarlijke plek. Het kruispunt van de Kinderlaan en de Polderstraat, ter hoogte van het huidige Sunparks, stond bekend als 'Hell Fire Corner' of 'Suicide Corner'.

De Duitse artillerie nam deze omgeving voortdurend onder vuur. En op 8 november 1917 sloeg het noodlot toe: de artilleriestelling van Thomas Grant werd getroffen door gasgranaten. Het gevolg: 5 gewonden en 2 doden onder wie Grant. Ironisch genoeg verliet diezelfde eenheid de sector een week later.

Het verhaal van Thomas Grant toont hoe WO I mensen van over de hele wereld naar onze streek brengt.

Met dank aan Tussen IJzer & Schreve.



We herdenken Wapenstilstand

Op woensdag 11 november huldigen we in Koksijde de slachtoffers van beide wereldoorlogen. Om **10 uur** is er een **viering** in de **Sint-Pieterskerk**, opgeluisterd door Beauvarletkoor Koksijde.

Na de dienst is er de **bloemenhulde** aan de verschillende militaire begraafplaatsen en het monument voor de Koksijdse gesneuvelden. Om 11.30 uur volgt een **defilé**.



Woon je in Sint-Idesbald? Schuif aan tafel bij je buren

Zaterdag 28 november is het zover. Dan organiseert Koksijde het wijkontbijt in Sint-Idesbald. Ken je je buren van een paar huizen verder? Of blijft het voorlopig bij een vriendelijk knikje op straat? Je krijgt de kans om daar verandering in te brengen.

Tijdens het wijkontbijt in de Kerkepannezaal schuiven mensen uit Sint-Idesbald samen aan voor een lekker ontbijt en vooral: een gezellige ochtend. Praat bij met bekenden, leer nieuwe gezichten uit de buurt kennen en geniet van een ontspannen start van je weekend.

Ook je (klein)kinderen zijn welkom. Terwijl jij nog een koffie drinkt, kunnen zij zich uitleven in de speelhoek.

- Het ontbijt is van 9 tot 10.30 uur, vanaf dan is er tijd om na te praten (tot 12 uur).
- Prijs: 10 euro (7 euro t.e.m. 12 jaar).
- Heb je een UiTPAS met kansentarief? Dan betaal je de helft van de prijs. Ga hiervoor naar het Sociaal Huis (onthaal).
- **Schrijf je in** (verplicht) voor 23 november via www.koksijde.be/wijkontbijt

We zoeken kandidaten voor uitbating strandcabines en strandmeubilair

Het gaat om strandcabines, strandzetels, parasols en windschermen, met mogelijkheid tot raamverkoop. De nieuwe concessies lopen van 2027 tot en met 2035.

Er zijn 12 zones voor de verhuur van strandcabines en 4 afzonderlijke gebieden voor strandzetels, parasols en windschermen (met raamverkooppunt). Die laatste vind je in Sint-Idesbald, Koksijde-Bad, Oostduinkerke-Bad en Groenendijk. Interesse? Deadline is op ma. 16/11. Ga naar www.koksijde.be/concessies

Zet je neer voor wat extra troost

Vanaf november krijgen de begraafplaatsen van Koksijde en Oostduinkerke er iets bijzonders bij. De gemeente zorgt voor trooststoelen: plekken om even te zitten, stil te staan en herinneringen op te halen.

Een bezoek aan een begraafplaats is voor iedereen anders. Misschien kom je er om bloemen neer te leggen of een graf te verzorgen. Misschien wil je gewoon dicht zijn bij iemand die je mist.



Reveil in Koksijde-Dorp: muziek tussen de graven

Wie mis jij? Op zondag 1 november, van 17 tot 18 uur, krijg je een uur om daar stil bij te staan. Op Coxyde Military Cemetery in Koksijde-Dorp met doedelzakken, klaroenen en drums. Reveil staat dit jaar in het teken van de slachtoffers van oorlog en conflict. Voor de muzikale omlijsting zorgt Field Marshal Haig's Own Pipes & Drums.

De groep ontstond in 2013 en ontpopte zich tot een gerenommeerde herdenkingsband. Ze combineren de muzikale traditie van Schotse pipebands met aandacht voor herinnering en vrede.

De keuze voor een pipeband sluit mooi aan bij de plek en het thema. De combinatie van doedelzakken en slagwerk roept onvermijdelijk de sfeer van militaire herdenkingen op, maar zorgt tegelijk voor een moment van bezinning. Zo krijgt de herdenking een krachtige muzikale invulling, zonder woorden.

Wat Olivier Beer en Katleen Vinck maken, blijft nog even geheim

In het voorjaar keert de **kunsttriënnale Beaufort** terug naar de kust. Onder de titel A Shared Horizon draait Beaufort27 rond het idee van een gedeelde horizon. Niet als een vast eindpunt, maar als een lijn die voortdurend met ons meebeweegt.

Ook Koksijde doet terug mee. De 2 kunstenaars die hier aan de slag gaan zijn de Britse kunstenaar Olivier Beer, die een blijvend kunstwerk creëert, en onze landgenote Katleen Vinck (foto) met een tijdelijke installatie. Hoe hun werken eruit zullen zien en waar ze precies een plaats krijgen, blijft voorlopig nog geheim.

De ontwerpen en locaties maken we begin 2027 bekend.

Katleen Vinck maakt van beton en klei sculpturen die een tank, een ufo of een stad van morgen kunnen zijn. Ze laat jou zelf kiezen wat je ziet.

Lees meer over Olivier Beer en Katleen Vinck op www.tij-dingen.be/beaufort27



>> Katleen Vinck

Van 6 leerlingen tot internationale top: 80 jaar Hotelschool Ter Duinen

Wat in 1946 begon in een vakantieoord voor mijnwerkers, groeide uit tot een school met naam en faam tot ver buiten Koksijde. Een begrip in de gastronomie. Achter de waarden van vakmanschap, creativiteit, gastvrijheid en discipline zit een school die blijft evolueren.

Wie Hotelschool Ter Duinen zegt, zegt Koksijde – en omgekeerd. Toch begon het avontuur bescheiden. Na de Tweede Wereldoorlog nam het toerisme toe en groeide ook de behoefte aan goed opgeleid personeel voor hotels en restaurants. In onze gemeente vonden enkele initiatiefnemers elkaar op het juiste moment.

Burgemeesters

Jaak Van Buggenhout speelde een sleutelrol, hij was actief binnen de Centrale der Vrije Mijnwerkers en liet vakantiehuis De Mijn bouwen voor Limburgse mijnwerkers. Senator-burgemeester Van Buggenhout kwam in contact met priester Jozef Berten, die van de bisschop van Brugge een vakschool moest oprichten. Samen zagen ze mogelijkheden in het gebouw dat buiten de vakanties ongebruikt bleef. Ook voormalig burgemeester **Firmijn Dewulf** werkte mee aan het initiatief.

En zo ontstond in 1946 de Hogere Hoteliersschool van Koksijde, volgens de geschiedschrijving de eerste horecaopleiding in Vlaanderen. De eerste groep bestond uit 6 leerlingen. Niemand kon toen vermoeden dat we anno 2026 zouden spreken over één van de meest bekende hotelscholen.

Groei

Het leerlingenaantal nam toe en De Mijn werd al snel te klein. Lessen vonden tijdelijk ook plaats in de gemeentelijke jongensschool en leerlingen werden elders ondergebracht. In 1960 hing zelfs even een verhuis naar Brugge in de lucht. De initiatiefnemers waren tegen die verhuis en daarom bleef de hotelschool in Koksijde.

Daarna volgde een periode van verdere professionalisering en uitbreiding.

>> In 2016 kwamen Koning Filip en Koningin Mathilde langs in de hotelschool.





Onder verschillende directeurs kwamen er nieuwe praktijkruimtes, klaslokalen, internaten, keukens en restaurants. Directeur **Hendrik Noterdaeme** zette in op pedagogische kwaliteit en stages in gerenommeerde restaurants. **René Menu**, vanaf 1984 de eerste directeur die geen priester was, bouwde het praktijkcomplex uit met keukens, restaurants en hotelkamers.

En ook **Raf Sonneville** (1995-2015) drukte zijn stempel. Bij zijn afscheid had Raf het over de attitude van latere sterrenchefs. "Vaak focusten ze zich volledig op de praktijk, de theorie was minder belangrijk. In andere gevallen was ik soms ook verrast dat een oud-leerling in de Michelingids stond. En toch konden we het achteraf gezien ook van hen wel weten, bijvoorbeeld aan de keuze van hun stageplaatsen."

Meer dan sterren

Namen als Peter Goossens, Geert Van Hecke, Stéphane Buyens, Filip Claeys, Jeroen Meus, Tim Boury, Sofie Dumont en vele anderen kregen les in Koksijde. Chefs, sommeliers, maîtres en hotelprofessionals droegen de reputatie van onze hotelschool uit in hun restaurants en hotels in binnen- en buitenland.

Directeur **Peter Verbeke** schat het aantal oud-leerlingen intussen op 6.000. De band met hen blijft sterk: de oud-leerlingenvereniging, de Coxydiens, heeft ca. 1.000 leden en vroegere studenten keren terug voor workshops of om menu's uit te werken voor de schoolrestaurants.
De band tussen de Coxydiens en de hotelschool is sterk.

Een voorbeeld? Toen chef **Thierry Cornelis** onverwacht overleed in 2020, eerde tv-kok Jeroen Meus hem in een videoboodschap tijdens Dagelijkse Kost.

De kern van de opleiding in Hotelschool Ter Duinen is nog altijd het vak: leren koken, gasten ontvangen en bedienen, samenwerken, organiseren en respect maken daar nog altijd deel van uit.

Specialisten

Tijdens de voorbije decennia veranderde het aanbod. Ter Duinen is vandaag niet alleen een school voor oudere middelbare scholieren. De eerste graad maakt al een tijdje deel uit van de opleiding. Leerlingen maken al vanaf jonge leeftijd kennis met voeding en horeca. Theorie en praktijk vinden plaats op de campus en ook voor de jongste internen werd geïnvesteerd in nieuwe infrastructuur.

Na het 6e jaar gaan leerlingen verder richting arbeidsmarkt of hoger onderwijs, maar sommigen kiezen voor verdere specialisatie: gastronomie, sommelier, brood, banket en patisserie en bartender. In die laatste opleiding komen ook alcoholvrije dranken en hedendaagse bartechnieken aan bod. De sector verandert voortdurend en de school evolueert mee.

Ook de campus zelf onderging de voorbije jaren een grondige vernieuwingsoperatie. Restaurants, leslokalen en de omgeving werden aangepakt. Toch is De Mijn er nog altijd. Waar het allemaal begon.

Onze hotelschool in cijfers

- **1938** De Mijn wordt gebouwd als vakantiehuis voor mijnwerkers.
- **1946** Start van de Hogere Hoteliersschool met 6 leerlingen.
- **1960** Een geplande verhuis naar Brugge gaat niet door.
- **1974** Hendrik Noterdaeme wordt directeur.
- **1984** Hotelschool Ter Duinen krijgt een eerste leek-directeur: René Menu.
- **1995** Raf Sonneville, aan de slag in de school sinds 1977, begint aan zijn 20-jarige termijn als directeur.
- **2015** Huidig directeur Peter Verbeke neemt de fakkel over.
- **2026** De school boomt met 437 leerlingen, een vol internaat en ongeveer 6.000 oud-leerlingen.



“Deze hardwerkende vrouwen hebben een grote liefde voor de traditie en de zee”

Stienestekers zijn vrouwelijke garnaalkruiers. Toch is er één man die al jarenlang met hen mee mag: fotograaf Henri Lemineur. Sinds 2012 volgt hij de groep van dichtbij, met zijn camera tussen de steeknetten. Tot 13 februari zie je een selectie van zijn beelden in het gemeentehuis. “Ik wil niet alleen een traditie tonen, maar vooral de verbondenheid en het plezier dat ze in zee beleven.”

Tij-dingen: Henri, jij volgt de Stienesteekers al sinds 2012. Hoe kwam je bij hen terecht?
Henri Lemineur: "Ik ging toen al jarenlang mee met de paardenvissers. Ik was de enige fotograaf die de zee in trok. Toen de vrouwen van de Handelaarsbond van Oostduinkerke de traditie van het stienesteken nieuw leven inbliezen, leek het mij dus logisch dat ik ze vroeg of ik hen ook mocht volgen. Normaal gezien mocht er geen enkele man mee het water in. Gelukkig kreeg ik die bijzondere toelating."

T-d: Waar komt die traditie eigenlijk vandaan?
Henri: "Vroeger gingen de vrouwen garnalen vangen wanneer hun echtgenoten naar IJsland waren. Er was weinig werkgelegenheid in de streek en dus moesten ze zelf instaan voor het inkomen. Daarom trokken ze met hun steeknet de zee in. Deze stienestekers waren sterke, ondernemende vrouwen die op zichzelf waren aangewezen. Sinds 2012 bliezen ze de traditie nieuw leven in: van april tot oktober zie je ze bijna wekelijks in zee."

T-d: Wijlen ereschepen Dorine Geerssens speelde een belangrijke rol. Hoe herinner jij je haar?
Henri: "Als een uitzonderlijke vrouw. Het is inderdaad Dorine die aan de basis lag van de Stienesteekers, vroeger ook van die feesten, maar ze lanceerde bijvoorbeeld ook het Bos van Commerce. Dorine zette Oostduinkerke mee op de kaart."

T-d: Wat maakt de Stienesteekers voor jou zo bijzonder?
Henri: "Het zijn allemaal hardwerkende vrouwen, maar nu kruien ze niet meer uit noodzaak natuurlijk. Wel uit liefde voor de traditie en de zee. Het is ook een heel hechte vriendinnengroep. Ze beleven deze traditie niet alleen voor zichzelf, want aan de waterlijn maken ze jong en oud vertrouwd met de visserij en alles wat in zee leeft."

T-d: Jij staat voor je foto's letterlijk tussen hen in het water. Dat lijkt ons niet altijd simpel.
Henri: "Dat is het ook niet. Van de paardenvissers leerde ik veel over de zee en de gevaren: de onderstroom. Waar er putten in het zand zijn en hoe kellen (achtergebleven meertje zeewater op het strand als het eb wordt, red.) ontstaan. Je moet leren stabiel blijven en de golven zien aankomen. Een golf neem je beter van opzij dan frontaal. En soms moet je heel snel je foto maken vóór je zelf volledig nat wordt." *(lacht)*

T-d: Wat wil je met deze tentoonstelling vooral laten zien?
Henri: "Ik hoop dat bezoekers de passie van deze vrouwen en de magie van de zee ervaren. Maar minstens even belangrijk is de verbondenheid en de vriendschap binnen de groep. Als ze in het water staan, gebeurt er iets bijzonders. Ik vergelijk het soms met yoga. Ze maken hun hoofd leeg en vergeten even al hun zorgen. En achteraf eventueel van de garnalen proeven tijdens het aperitief. Als er genoeg garnalen zijn…" *(lacht)*

"Rond hun hals dragen de vrouwen een steekbard, ook wel een 'totenmepper' genoemd. Dat houten plankje dient normaal om de stok van het net tegen de borst te ondersteunen. Maar tijdens de après-pêche blijkt het ook een uitstekende onderzetter voor een glaasje cava."

T-d: Je bent zelf niet aan zee geboren. Vanwaar die sterke band met het garnaalvissen?
Henri: "Ik ben geboren in Libramont, hartje Ardennen. Daar ontstond tijdens mijn jeugd die fascinatie voor trekpaarden. Ze werden gebruikt om hout uit de bossen te slepen en te werken op het land. De boomsleper zette mij als kind soms blootsvoets op de rug van het paard. Ik hield me vast aan de manen. Toen ik later 'aanspoelde' in Sint-Idesbald, zag ik Johan Vanmassenhove in zee vissen. Met een trekpaard. Het was opnieuw liefde op het eerste gezicht."

De **fototentoonstelling Stienesteekers** loopt t.e.m. 13 februari 2027 op de derde verdieping van het gemeentehuis, bij het kabinet van de burgemeester. Henri Lemineur brengt er het hele ritueel in beeld.

Lees het volledig interview op
www.tij-dingen.be/lemineur

Tip: Henri neemt ook deel aan de **seniorenweek** (16-22 november). Lees meer op p. 25.



Watertoren Groenendijk lokte al meer dan 25.000 bezoekers

De vernieuwde watertoren in Oostduinkerke is een publiekstrekker. Vanaf de opening op 16 juli tot eind augustus bezochten er 17.000 mensen het panoramisch uitkijkpunt, in september en tijdens de eerste helft van oktober kwamen daar nog eens 8.200 bezoekers bij.

Via de opvallende buitentrap – of met de lift – bereik je op 42 meter hoogte de wolkenkamer, met spectaculair uitzicht over de polders en kust. De toren zorgt intussen nog altijd voor drinkwatervoorziening en is elke dag open. Van 9 tot 17 uur.

Kunsttijd (WAK): Jenny Montigny zorgt voor licht en kleur

De Gentse kunstenares Jenny Montigny (1875-1937) focuste op het alledaagse leven en bouwde 40 jaar lang aan een veelzijdig oeuvre met o.a. schilderijen, prenten en (pastel)tekeningen.

Op vrijdag 20 november neemt WAK-docent en kunsthistorica Isabelle De Baets je mee door het leven en werk van Montigny. Wist je dat er ook een overzichtstentoonstelling loopt over Montigny in het Museum voor Schone Kunsten (MSK) in Gent?

De gratis lezing vindt plaats van 19.30 tot 21 uur in het kunstgeschiedenislokaal van de Westhoek Academie Koksijde.





Koksijde Golf ter Hille vangt regenwater op voor droge periodes

Momenteel zijn er werken bezig voor een nieuw bufferbekken in Koksijde Golf ter Hille. Waterbeheer vormt een steeds grotere uitdaging. Tijdens natte periodes is er te veel hemelwater, waarvan een deel vloeit naar het Langgeleed. Tijdens droogte is er dan weer extra water nodig om het golfterrein te besproeien.

Het nieuwe bufferbekken vangt overtollig regenwater op en bewaart het. Dat water dient tijdens droge periodes voor de irrigatie van het golfterrein. Zo gaat er minder water verloren en wordt Koksijde Golf ter Hille minder afhankelijk van externe watertoevoer.

De werken lopen tot december. De werfzone is voorlopig niet toegankelijk voor wandelaars. Bedankt om de signalisatie ter plaatse te respecteren. Met dank aan Westkustpolder, waterbeheerder van de Westkust.



Doe jij mee met De Warmste Week?

Dit jaar vlamt De Warmste Week voor een warme thuis voor iedereen. Want een thuis bestaat uit meer dan 4 muren: het is de plek waar je je veilig, welkom en geborgen voelt.

De Warmste Week steunt projecten die zich inzetten voor mensen die zo'n warme thuis missen.

Net als vorig jaar promoten we lokale initiatieven graag in gemeentelijke communicatiekanalen.
Wil jij, je vereniging, school of organisatie mee vlammen met een actie in Koksijde?
Laat het ons weten via tij-dingen@koksijde.be

Registreer je actie voor De Warmste Week (18-24/12) op www.dewarmsteweek.be – je leest er alle info.

Tip: **Warme Winter Walk** op vrijdag 4 december: p. 43.

Koksijde zoekt jonge kerstkunstenaars

Ben jij creatief met potloden, verf of stiften? Laat je fantasie vrij en maak een mooie kersttekening voor Koksijde.

Alle kinderen en jongeren uit Koksijde kunnen deelnemen. Uit de inzendingen kiezen we enkele kunstwerken die worden gedrukt als officiële kerstkaart van Koksijde. Misschien zie jij jouw tekening dus binnenkort terug op een echte kerstkaart. Bovendien win je ook een leuke verrassing.

Bezorg je tekening ten laatste op zondag 15 november. Download je deelnameformulier op www.visitkoksijde.be/kerstkaart





Oproep: verenigingen gezocht voor onze nieuwjaarsreceptie

Op zondag 10 januari 2027 klinken we samen met inwoners en tweedeverblijvers op het nieuwe jaar. Voor de 3e editie van deze nieuwjaarsreceptie zoeken we opnieuw verenigingen die de bezoekers willen verwennen met lekkere hapjes.

Wil jouw vereniging een stand uitbaten? Dan krijg je de kans om je werking in de kijker te zetten en iets bij te verdienen.

Interesse?
Laat ons weten welke hapjes je wil aanbieden en tegen welke prijs. **Schrijf je in** via www.koksijde.be/nieuwjaarsreceptie



“Geen vraag is gek genoeg om bij ons langs te komen”

“Je weet niet wat het mij heeft gekost om hier binnen te stappen.” Keicha Verstraete (rechts op de foto) en Shana Moeyaert van het Sociaal Huis horen het regelmatig. Mensen wachten vaak tot het 5 na 12 is, uit schaamte of trots. Die drempel wordt een stuk lager. Vanaf nu helpt het Sociaal Huis je sneller verder. 4 ochtenden per week stap je binnen. Zonder afspraak.

Schaamte houdt mensen weg
Veel mensen denken dat ze gefaald hebben. “Die trots zorgt dat ze het zelf proberen op te lossen, ook al lukt dat niet”, zegt Keicha. Wie vroeger al hulp kreeg en er nadien bovenop kwam, aarzelt soms nog langer. "De fierheid die ze toen voelden, zorgt voor een nog grotere drempel om terug te keren”, merkt Shana op.

Wat gebeurt er als je binnenstapt?
Je meldt je tussen 9 en 10.30 uur aan de balie. Je identiteitskaart wordt gekopieerd en je wacht even in de wachtzaal. “Daarna kom ik of Shana jou halen voor een verkennend gesprek”, zegt Keicha.

Neem je identiteitskaart en bankkaart mee, plus facturen, brieven of formulieren. “Hoe meer info we hebben, hoe sneller we kunnen helpen”, zegt Shana. Lukt de voormiddag niet door werk, Nederlandse les of school? Dan kom je in de namiddag op afspraak.

Niet alleen voor wie aan de grond zit
De meeste vragen gaan over geld en administratie, zoals premies of subsidies aanvragen via itsme. “Geen vraag is gek genoeg om bij ons langs te komen”, zegt Shana. “We zijn een grijze gemeente en niet iedereen kan even goed volgen in het digitaal verhaal.”

Het aanbod is veel breder. “Het gaat niet alleen over miserie”, zegt Keicha. Het Sociaal Huis doet ook thuiszorg, werkt met vrijwilligers en staat in voor zorgpremies.

Twijfel je nog?
“Kom zo snel mogelijk als je een probleem hebt”, zegt Shana. “Hoe langer je wacht, hoe moeilijker het soms wordt. Je hoeft ook niet meteen alles door te geven of papieren te tekenen.”

En wat je zegt, blijft tussen jullie: de medewerkers van het Sociaal Huis hebben beroepsgeheim.

“Iedereen komt in een situatie terecht waarbij het niet lukt om het alleen op te lossen”, zegt Keicha. “Veel Koksijdenaars hebben geen netwerk. Ook jonge mensen.”



Stap 4 ochtenden per week zonder afspraak binnen bij het Sociaal Huis

Zit je krap bij kas, laat je uitkering op zich wachten of heb je geen plek meer om te wonen? Vanaf nu helpt het Sociaal Huis je sneller verder.

4 ochtenden per week stap je binnen. Zonder afspraak.

Wanneer kan je langskomen?

- Zonder afspraak: maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag, van 9 tot 10.30 uur.
- Op afspraak: in de namiddag, van 14 tot 16 uur.
- Op woensdag: alleen als je op geen ander moment kan (bv. door je studies of je werk).

Praktisch

- 058 53 43 10
- info@sociaalhuiskoksijde.be
- Neem je identiteits- en bankkaart mee.

Waarom brood halen ineens moeilijk wordt

Een groot bruin brood halen: voor jou een boodschap van 5 minuten. Voor iemand met dementie een hindernissenparcours. Welk brood was het ook alweer? Hoeveel geld geef ik? Langs waar keer ik terug naar huis? Kleine beslissingen die jij niet eens opmerkt, worden plots een dagtaak.

Wie dag in dag uit voor een partner of ouder met dementie zorgt, ziet die strijd van dichtbij. En voelt vaak zelf ook de grond onder zijn of haar voeten wegzakken. "Ik geef soms meer dan ik kan." Dat hoor je vaak van mantelzorgers. Een gevoel dat niet iedereen durft uitspreken.

Ook voor jezelf zorgen

Daarom start **woonzorgcentrum Dunecluze** een nieuwe **reeks** van **Dementie en nu**. 10 avondsessies die je stap voor stap leren hoe het hoofd van je naaste werkt en wat dementie met gewone dingen zoals brood halen doet.

Belangrijk: je leert dat je ook voor jezelf mag zorgen. Niet als bijzaak, maar als voorwaarde om het vol te houden. Want wie zelf leeg raakt, kan niemand meer dragen.

Referentiepersoon dementie Els Janssoone begeleidt de sessies. Ze deelt inzichten en praktische tips. Je krijgt ook de kans om ervaringen te delen met andere mantelzorgers. Mensen die hetzelfde meemaken.

- Start: woensdag 9 december in het Doornhuys (Ter Duinenlaan 30).
- Prijs: 80 euro voor de volledige reeks, inclusief het boek Dementie en nu.
- Interesse? Mail naar dementie@dunecluze.be, Dunecluze neemt dan contact met je op.





>> Door-leven begeleidt je bij verlies.

Oostduinkerke krijgt een plek voor wie een kindje verloor

Niemand zou zich alleen mogen voelen in het verdriet na een zwangerschapsverlies.

Toch overkomt dat naar schatting 1 op de 6 vrouwen (en hun partner). Met die cijfers voor ogen opende het Vlaams Expertisecentrum voor Zwangerschapsverlies zijn deuren in Oostduinkerke. Vlak bij zee.

Manu Keirse en Astrid Coppens
Het centrum bevindt zich bij Door-leven, de ontmoetingsplek voor rouw en verlies, en werd opgericht door Kinderwens vzw. Hier vinden ouders die een zwangerschap verloren erkenning, een luisterend oor en professionele begeleiding. Ook therapie en stille momenten van bezinning horen bij het aanbod.

Rouwexpert en professor Manu Keirse staat als peter achter het project. Astrid Coppens is meter. Samen willen ze het taboe rond zwangerschapsverlies doorbreken en tegelijk tonen dat er hulp is voor wie dit meemaakt.

Ken je iemand die net een zwangerschap verloor of maakte je het zelf mee?
Bij Door-leven in Oostduinkerke ben je welkom.
Je vindt meer info op door-leven.be

week van de pleegzorg

Je moet geen supermens zijn

Op een tandem kom je alleen vooruit als je samenwerkt. Vertrouwen geven en krijgen. Aanvoelen wanneer de ander moet bijtrappen of zelf een tand bijsteken.
Dat gevoel staat centraal in de Week van de Pleegzorg: van 13 tot 22 november.

Meer dan opvang alleen
Het thema dit jaar? Gedeeld ouderschap. Pleegzorg is geen taak die je alleen draagt. Pleegzorgers, ouders, begeleiders en het netwerk rond het kind trappen mee. Elk op zijn of haar eigen tempo. Samen zorgen ze dat een kind, jongere of volwassene met een extra zorgvraag opgroeit in een warme en veilige plek.

Jouw thuis?
Pleegzorg Vlaanderen bedankt met deze campagne alle pleeggezinnen. En zoekt tegelijk nieuwe kandidaten. Want er zijn nog steeds mensen nodig die hun huis en hun hart openstellen.

Twijfel je of het iets voor jou is? Ze zoeken geen supermens om pleegzorger te worden, alleen iemand die af en toe bijtrapt.

Meer weten? Surf naar pleegzorg.be voor infosessies en ervaringen van anderen. Je ziet er ook de documentaire 'Mama, mag ik naar huis toe?' waarin 6 mama's vertellen over hun kind in een pleeggezin.

>> Op een tandem kom je alleen vooruit als je elkaar vertrouwt, net als in de pleegzorg.



“Gezond leven en screening van darmkanker zijn essentieel”

Vaak hangt er nog een taboe rond darmproblemen en darmkanker. Tijd om dat te doorbreken. Dokter Kristof Verraes is gastro-enteroloog (maag-, darm- en leverziekten) in az West in Veurne. De redactie van Tij-dingen ging bij hem langs om te weten hoe het met onze darmen is gesteld.



>> Kristof Verraes: "Je hebt maar 1 lichaam, zorg er goed voor."

Tij-dingen: Welk gesprek met een patiënt bepaalt hoe je over darmgezondheid praat?
Kristof Verraes: “Ik vind het vooral belangrijk dat erover wordt gepraat. Iedereen maakt stoelgang, maar toch heerst er een groot taboe rond. Nochtans komen er vaak klachten voor. Ongeveer 40 procent van de bevolking heeft last van het prikkelbare darmsyndroom (een aandoening die klachten geeft zoals buikpijn en wisselende stoelgang). Daarnaast is het zeer belangrijk dat darmkanker en de screening ervan uit de taboesfeer komen.”

T-d: Welke signalen van je lichaam neem je best serieus, ook als je nog geen 50 bent?
Kristof: “Bloedverlies, vermageren zonder verklaarbare reden, aanslepende buikpijn of je stoelgangpatroon dat verandert (hoe vaak je moet gaan of de samenstelling ervan). Familiale belasting is ook belangrijk. Zeker als er sprake is van een darmkanker op vroege leeftijd bij een familielid uit de eerste graad (broer, zus, vader of moeder). Je hebt 1 kans op 20 om darmkanker te krijgen, bij familiale belasting is dat risico 2 keer zo groot.”

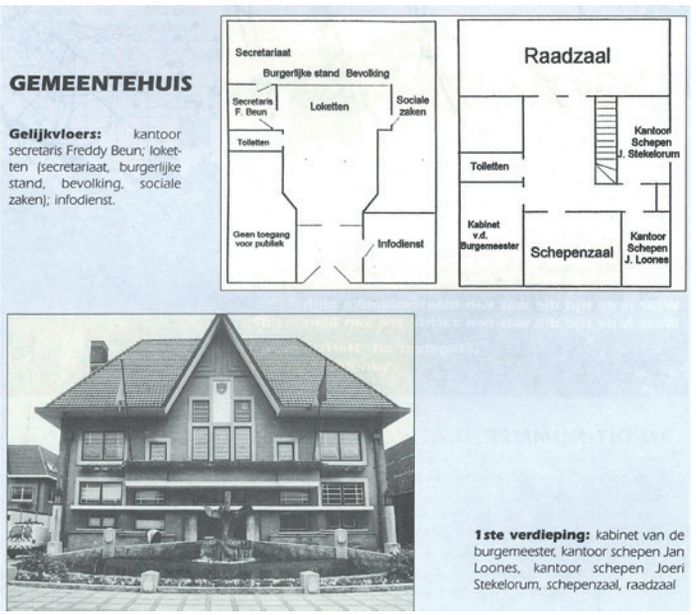
T-d: Wat is de makkelijkste eerste stap om meer vezels binnen te krijgen?
Kristof: “Vezels hebben een belangrijke invloed op je microbioom, de samenstelling van de bacteriën in je darm. Verandering van voeding zorgt voor een verandering in dat microbioom, bewegen trouwens ook. Er bestaan zoveel groenten in alle kleuren, geuren en smaken: er zit zeker iets tussen dat je lust. Maar ook in fruit, peulvruchten, noten en granen zitten vezels. 30 gram vezels per dag is ongeveer het doel. Dat haal je in principe makkelijk met 125 gram volkoren producten per dag (volkoren brood, havermout) en minstens 2 stukken fruit en 250 tot 300 gram groenten per dag.”

T-d: Wat is de grens bij rood en bewerkt vlees?
Kristof: “In principe zo weinig mogelijk rood of bewerkt vlees is de regel. De Hoge Gezondheidsraad legt die grens op maximaal 300 gram rood vlees en 30 gram bewerkt vlees per week. Dat komt neer op 2-3 sneetjes charcuterie per week en 1-3 matige porties rood vlees per week. Waarom het niet goed is? Omdat het de kans op darmkanker vergroot door schadelijke stoffen die ontstaan tijdens de verwerking en vertering.”

T-d: Over darmgezondheid doen veel hypes de ronde, van detoxkuren tot poeders en pilletjes. Welke mogen we gerust vergeten?
Kristof: “Van detoxkuren ben ik sowieso geen fan. Een periode van overdaad compenseren door te detoxen, slaat op niks. Het kan zelfs gevaarlijk zijn, er zijn gevallen beschreven van leverfalen na detoxkuren. Je hebt maar 1 lichaam, zorg er elke dag goed voor. Het microbioom krijgt terecht meer en meer aandacht als het gaat over darmgezondheid, maar we weten er nog niet zo veel over. We kunnen dus niet zeggen: hier meer van innemen, verbetert dat organisme. Of door dat in te nemen, verbetert die klacht. We zien bijvoorbeeld wel dat bij sporten het microbioom verandert en dat klachten van prikkelbare darmsyndroom kunnen verbeteren, maar of er een oorzakelijk verband tussen de 2 is, is nog niet duidelijk.”

Wie schrijft die blijft: Tij-dingen blaast 30 jaargangen uit

We naderen het einde van ons jubileumjaar. In deze editie bladeren we nog eens terug naar het begin. Naar november 1996. Welke opmerkelijke nieuwsjes lazen de Koksijdenaars toen? Misschien roept het bij jou nog herinneringen op?



Uitbreiding computerinstallatie voor gemeentelijke diensten

Computers waren in 1996 nog niet zo ruim verspreid als nu, zeker niet in de ambtenarij. Dit lazen we in november 1996: "Nagenoeg alle bedienden beschikken nu over een pc met het uiteindelijk hoofddoel een steeds groeiende hoeveelheid werk uit te voeren met hetzelfde aantal personeelsleden om de bevolking snel en modern te kunnen bedienen." In totaal beschikte de gemeente toen over 57 pc's.

Geïnteresseerd in de technische gegevens van die 'voorhistorische' computers? De pc's draaiden op een pentiumprocessor (van 100 Mhz) en hadden een werkgeheugen van 16 MB (!). Alle computers werden toen voor het eerst met elkaar verbonden in een netwerk.

Nieuwe huisvesting

30 jaar geleden trokken verschillende gemeentelijke diensten naar het gebouw 'Gemeentehuis annex' in Koksijde-Dorp. 4 diensten vonden daar onderdak: de milieudienst, personeelsdienst, de technische dienst en de preventiedienst. "De ruime kantoren en de brede balies zijn extra troeven voor een vriendelijk onthaal van het publiek." Zo stond het in Tij-dingen.

Het oorspronkelijke gebouw 'Gemeentehuis annex' bestaat niet meer, maar er is wel nog een annexgebouw. Daar vind je nu o.a. Jong in Koksijde en de speelotheek.



Tandem West uit de startblokken

De openingsactiviteit van deze ondertussen bloeiende jeugdvereniging vond plaats op 19 oktober 1996. De lokalen bevonden zich toen nog in Home Pecher in Sint-Idesbald (nu Westhoek Academie Koksijde). Ondertussen zijn ze verhuisd naar De Kapel in de Pylyserlaan.

Tandem West is een vereniging die vrijetijdsactiviteiten organiseert voor kinderen, jongeren en volwassenen met en zonder beperking. Om de 2 weken organiseren de monitoren activiteiten.

Tandem West heeft een voetbal- en zwemploeg die regelmatig prijzen winnen.



Op 21 november gaat het licht uit

Het *doenker*. Fascinerend en angstaanjagend tegelijk. Wanneer de zon ondergaat, lijkt alles net iets mysterieuzer. Het ideale tijdstip voor DOENKER. Schaduwen worden enge wezens. Geluiden klinken veel harder. En het zuchtje wind dat de achterkant van je hals streelt, is misschien iemands adem.

>> DOENKER: Luc Leye is er deze editie opnieuw bij.

Op zaterdag 21 november wordt het in Koksijde voor de 3e keer *doenker*. **7 vertellers** nemen je mee naar de bibliotheek, het Abdijmuseum en een kapel. De rode draad? Visserij. En jij stelt je eigen parcours samen.

Charlotte Sieben vertelt in de bib
Je kent haar als Familie-actrice, stem op MNM en van De Slimste Mens. Tijdens DOENKER ontdek je haar als vertelster. Wist je dat ze een extra acteeropleiding volgde in Londen met focus op theater? Ze komt speciaal voor deze avond naar onze bibliotheek. Geen scherm, geen ondertitels, alleen haar stem en een verhaal.

Een duivel, zoute zee en mysterie
In **Abdijmuseum Ten Duinen** hoor je een duivels verhaal over waarom de zee zout is. Gebracht door **Veerle Ernalsteen**. Veerle is geen onbekende voor wie graag naar verhalen luistert en een vaste waarde bij 'Toen de Dieren nog spraken'.

In museumcafé **De Gasterie** bundelen **Caroline Cappoen**, **Lola Vanlerberghe** en **Rob Kindt** hun vertelkrachten voor het mysterieuze 'Dat duister glas in een Bourgondische Abdijtuin'. Wat het glas verbergt? Dat hoor je ter plaatse.

Lokale geheimen en een nieuwe hotspot
Schrijfster **Maaike Monkerhey** leeft voor streekgeschiedenis en laat jong en oud wegdromen. In haar roman 'Roerloos' (2025) spoelt een potvis aan op het **strand van Sint-André**. Welk lokaal geheim ze dit jaar ontrafelt? Dat ontdek je alleen als je erbij bent.

En dan is er **De Kapel** in de Pylyserlaan, de plek voor Koksijdse jongeren. Tijdens DOENKER rekenen we de minder jonge jeugd er ook bij. Gids en streekkenner **Luc Leye** neemt plaats naast het Mariabeeld en vertelt een verhaal. Spannend.

Stel je eigen programma samen
Bekijk alle namen en locaties op www.duinenhuiskoksijde.be/doenker en stippel je eigen route uit. Je kan niet overal tegelijk zijn, dus kies slim. Dit is een avond voor jong en oud, neem je hele familie mee.

ten duinen

Laat je in november leiden door de zee en door onze gidsen

Ken je Bert en Bert? Ze zijn deze herfst de gidsen voor families in de expo van het Abdijmuseum. En er zijn nog gidsen die je meenemen door het museum. Langs oesters, kokkels en legoblokken. Of langs de 'Duivelsput' (Koksijde Golf ter Hille).

Monniken aten graag vis, oesters en kokkels

Welke 'zee-sporen' uit de middeleeuwen vind je nu nog in de Duinenabdij? Vis, oesters en kokkels lagen op het bord van de monniken, maar onze Noordzee bepaalde nog op andere manieren het leven binnen de kloostermuren.

Tijdens de rondleiding leer je '**Bert & Bert**' kennen. 2 plezante monniken. Ze weten veel over de Duinenabdij. Ook prachtige bouwsels in LEGO vertellen je over de geschiedenis.

- Dinsdag 3 november om 14.30 uur.
- Voor gezinnen met kinderen vanaf 8 jaar.
- Prijs? 10 euro voor een volwassene, 5 euro voor een kind.
- Binnenactiviteit, toegankelijk voor personen met een rolstoel.
- Kinderen moeten door een volwassene worden begeleid.

Ook op Dag van de Wetenschap nemen 'Bert & Bert' je mee

Hoe bouw je een gigantische abdij midden in de duinen? Bijna 900 jaar geleden dan nog. En vlak bij zee? Het antwoord ontdek je in de tentoonstelling 'De Duinenabdij en de zee'. Voor fans van geschiedenis en archeologie.

- Zondag 15 november: 14 -17 uur.

Een ticket reserveren is niet nodig, behalve voor de rondleidingen om 14.30 en 15.30 uur.

Benieuwd naar de roots van Koksijde?

10.000 hectare. Zo groot was de Duinenabdij. Eigendommen in 4 landen: België, Frankrijk, Nederland en zelfs het Verenigd Koninkrijk. Een gids neemt je mee op reis. Door tijd en ruimte.

Maak van de nood een deugd. Dat was de slagzin van de Duinheren, eerst in Koksijde en later in Brugge. Nu nog altijd is het een goede manier om met tegenslag om te gaan.

Wil je het verhaal achter de Duinenabdij kennen? Schrijf je dan in voor een boeiende rondleiding.

- Woensdag 4 november om 10.15 uur: **Leven in de middeleeuwse Duinenabdij**. Locatie: het Abdijmuseum. Gratis voor Koksijdenaars.
- Woensdag 11 november om 10.15 uur: **Van hof tot golf ter Hille**. Koksijde Golf Ter Hille. Gratis voor Koksijdenaars.

Wist je dat Koksijde Golf ter Hille zijn naam dankt aan één van de vroegere domeinen van de Duinenabdij? Onder al dat gras schuilt een rijke geschiedenis. Je bezoekt het gerenoveerde hoevegebouw (nu is dat het clubgebouw) en ontdekt de mysterieuze 'duivelsput'.

Meer info en tickets op www.tenduinen.be

>> 'De Duinenabdij en de zee' is nog open t.e.m. 3 januari.



Kruidenboek uit 1581 mag even uit het donker

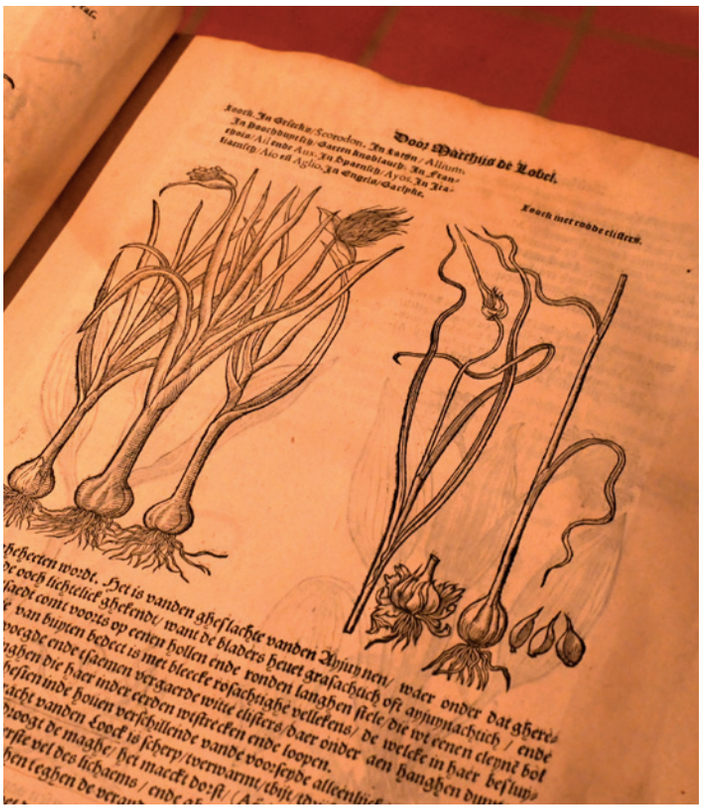
Last van een hardnekkige hoest? Eet look, rauw of gekookt. Een blauwe plek? Verbrand de look en meng hem met honing. Luizen in je haar? Met een afkooksel van oregano dood je luizen en neten. Dat raadt dokter Mathias de Lobel je aan, in een boek van 445 jaar oud. Lees het tot 3 januari zelf na in het Abdijmuseum.

Dokter met een rugzak
De Lobel, of Lobelius zoals hij in het Latijn heette, trok als arts door heel Europa. Onderweg leerde hij veel over planten en gewassen. Dat legde hij naast alles wat er al over geschreven was. In 1581 drukte Plantijn in Antwerpen het resultaat: een lijvig kruidenboek 'Kruydtboeck oft beschrÿvinghe van allerleye ghewassen, kruyderen, heesteren ende gheboomten'.

Een exemplaar ligt in de nieuwe expo. Het is een anonieme, waardevolle schenking, gemotiveerd door de positieve museumwerking. Bij verwerving van stukken controleert het museum altijd of ze passen bij de collectie of betekenisvol zijn voor de Duinheren.

Per plant geeft Mathias eerst de naam in verschillende talen. Bij look zijn dat er naast het Nederlands nog 7 (van Grieks tot Engels). Daarna beschrijft hij hoe de plant eruitziet, meestal met een houtsnede erbij en waarvoor je hem gebruikt.

Kabeljauw met een knoflooksausje
In de tentoonstelling 'De Duinenabdij en de zee' gaat de aandacht ook naar wat er bij de monniken op het bord kwam. En dat was vaak vis. Je ziet visresten en schelpen van de abdijsite en dankzij bruiklenen van MuseOs Koksijde ook het skelet van een goudbrasem en de kop van een kabeljauw.



>> Op bladzijde 197 tekent De Lobel look met wortels, stengels en teentjes. Bovenaan staat de naam in 7 talen.

Het boek ligt niet zomaar open. In de 16e eeuw werd het eerste Nederlandstalige kookboek gepubliceerd en daarin zocht het museum visrecepten op. Bij kabeljauw hoorde een knoflooksaus. Daarom zie je de bladzijde over look, met tekeningen van de bekende teentjes.

Kijk snel, voor het licht uitgaat
Licht beschadigt oude boeken. Na de tentoonstelling verdwijnt dit pronkstuk dus weer uit het zicht. Of de raad van Mathias de Lobel vandaag nog werkt? Dat laten we aan je huisarts over. Maar je vindt zeker inspiratie voor je volgende (vis)gerecht.

- Waar: Abdijmuseum Ten Duinen
- Wanneer: nog tot en met 3 januari 2027
- Prijs: inbegrepen in je museumticket

De expo staat in het teken van het **Jaar van de Visserij**.

Klein teentje, groot effect
Look bevat zwavelverbindingen zoals allicine, die ontstekingsremmend werken en het immuunsysteem ondersteunen.

Regelmatig look eten, kan je cholesterol en bloeddruk verlagen. Zo helpt het om je hart gezond te houden en je weerstand te verhogen.

3 dinsdagavonden leren zeggen wat je bedoelt

Je zegt: "Dat had je beter anders aangepakt." Je collega hoort: "Ik kan nooit iets goed doen." En 2 minuten later zit je in een discussie over iets wat je helemaal niet zo bedoelde.

Het overkomt iedereen. Gelukkig kan je leren om dat te voorkomen.

In de vorming 'Ik wil je graag iets zeggen' oefen je assertief en verbindend communiceren. Je zegt duidelijk wat je wil, zonder de ander te kwetsen. En je gaat concreet aan de slag. Edwin Acke begeleidt deze basisreeks.

- Wanneer? Van 19 tot 21 uur. Op dinsdag 3, 10 en 17 november.
- Waar? In de bib. Prijs: 35 euro, leden: 26,25 euro, UiTPAS: 7 euro.

Schrijf je nu in via www.avansa-ow.be

Voorlezen doet lezen
Door voor te lezen, geef je de liefde voor taal en verhalen door. Wie als kind luisterde naar verhalen, heeft meer kans om later zelf te lezen.

Van 21 tot 29 november, tijdens de **Voorleesweek**, krijgt voorlezen extra aandacht. De bib koos speciaal voor jou voorleesverhalen uit. Ontdek ze in de rekken. Tip: kom naar één van de voorleesmomenten in de bib.



>> Water is de bron van alle leven, dus moeten we er zuinig mee omspringen.

Vanaf 4 november draai je je kraan sneller dicht

Je poetst je tanden en laat het water lopen. Je spoelt een bord af tot al het vuil eraf is. In de badkamer blijft een kraan druppelen… niet helemaal dichtgedraaid. Dagelijkse dingen die je niet eens opmerkt. Onze cartoonisten wel.

Voor 'Elke waterdruppel telt!' zochten tekenaars uit de hele wereld de scherpste grap over water. De beste inzendingen zie je van woensdag 4 t.e.m. dinsdag 17 november in de bibliotheek. Je lacht eerst, maar dan komt het besef: water is schaars.

Water is de bron van alle leven, maar in steeds meer regio's raakt het op. Ook bij ons worden de zomers steeds droger.

De cartoons laten zien hoe kleine keuzes optellen: minder verspillen, zuinig zijn met elke liter, de tuin niet elke avond besproeien en de kraan goed dichtdraaien. Want elke druppel telt.

Cartoonexpo 'Elke waterdruppel telt!'
- woensdag 4 tot en met dinsdag 17 november
- bibliotheek Koksijde, tijdens de openingsuren
- aangeboden door: Cultuursmakers

Deze 2 avonden doen je anders kijken naar perfectie en verlies

Je gaat ervan uit dat het deze keer wel lukt. En perfect. De garagevloer, de kerstmaaltijd, dat moeilijk gesprek. Maar dan blijkt het toch niet te gaan. In november organiseert de bib 2 avonden die daar eerlijk over zijn. Zonder grote woorden.

Een pleidooi voor imperfectie

Filosoof **Jean Paul Van Bendegem** schreef 'Geraas en geruis'. Zijn stelling: er mankeert altijd iets, werkelijk altijd. Hij bewijst het met een zot verhaal over oneindigheid, een persoonlijke kijk op wolken en de saga van een geschilderde garagevloer. Verwacht geen perfecte uitleg, wel een boeiende avond.

- Donderdag 19 november om 19 uur.
- Prijs? 8 euro (lid: 6 euro, UiTPAS: 1,60 euro)
- **Schrijf in** via www.avansa-ow.be

De vele gezichten van verlies

Rouw treft ons allemaal, maar toch blijft het een moeilijk onderwerp om over te praten. Klinisch **psychologen Eveline Gunst** en **Delphine De Strooper** gaan dieper in op verlies en niet alleen het overlijden van een dierbare. Ze delen herkenbare verhalen en geven handvatten, voor jezelf of voor je omgeving.

Wie rouwt, wie wil begrijpen of gewoon wil luisteren, is welkom. De lezing is op donderdag 26 november om 19 uur. Gratis. **Schrijf je in** aan de balie of via koksijde.bibliotheek.be.



>> Geraas en geruis op donderdag 19 november.

Ook handig: de rouwkoffers

Wist je dat de bib 2 rouwkoffers uitleent? 1 voor volwassenen en 1 voor kinderen. Ze bevatten hulpmiddelen voor wie rouwt of met verlies te maken krijgt, om het te begrijpen en ermee om te gaan.

Misschien heb je er zelf geen nodig, maar ken je iemand die steun zoekt? Je leent ze uit zoals een boek.

!TIP

Maak je eigen kerstversiering

Dit jaar hangt er iets in je kerstboom dat niemand anders heeft. Want je ontwerpt het zelf. In het **Fablib** van de bib leer je werken met de **lasercutter** en met **Makerstudio** (simpele ontwerpsoftware). Stap voor stap pas je een kerstontwerp aan en je gaat naar huis met je eigen versiering.

Wanneer: dinsdag 1 december, van 10 tot 12 uur. Prijs? 5 euro (1 euro met UiTPAS-kansentarief).
Schrijf je nu in: koksijde.bibliotheek.be of aan de balie van de bib.

november



UiT in Koksijde

scheur mij uit

Lees de volledige agenda op www.tij-dingen.be/agenda

Zondag 1 november

17-18 uur: Coxyde Military Cemetery (R. Vandammestraat), Troostconcert Reveil

Maandag 2 november

11-12.30 uur: Sint-Idesbalduskerk
Sint-Hubertusviering, zegening huisdieren

13.30 uur: parking Sint-Niklaaskerk
Fietsnamiddag (40 km), org. SOW,
ook op maa. **9**, **16**, **23** en **30 november**,
info: johnyvanheste@gmail.com

Dinsdag 3 november

14-17 uur: zaal Witte Burg
Kaarten, knutselen, breien en haken,
ook op dinsdag **10**, **17** en **24 november**,
org. SOW, info: johnyvanheste@gmail.com

14.15-16.30 uur: Sociaal Huis
Groepswandeling Zitbankenroute,
info: vrijwilligers@koksijde.be

14.30-16.30 uur: Abdijmuseum Ten Duinen
Familie@TenDuinen

Woensdag 4 november

14-16.30 uur: NAVIGO Visserijmuseum
Familie@NAVIGO

Donderdag 12 november

14-16 uur: Sociaal Huis (De Brug)
Praat- en hobbynamiddag,
info: vrijwilligers@koksijde.be of 058 53 43 10

14.30-17 uur: Vrijzinnig Huis Koksijde
(Galloperstraat 48), lezing *De strijd om de macht* door journalist Johny Vansevenant

19.30-20.30 uur: Abdijmuseum Ten Duinen
Lezing *Walvissen en walvisvangst in middeleeuws Vlaanderen* door Alexander Lehouck

Vrijdag 13 november

14 uur: 't Oud Schooltje
Interessenamiddag *troosttafel en omgaan met verlies*, info: Rita Wyffels, ritawyffels1@gmail.com, 0499 48 45 28
Org. Samana Oostduinkerke-Koksijde

14-17 uur: zaal Kerkepanne
Noordzeequiz *Een gezonde uitdaging*,
deelname: 2 euro, info: 0489 55 00 43,
org. Vlaamse actieve senioren Koksijde

17-18.30 uur: Zwem- & recreatiebad
Hoge Blekker, Watergewenning
(17-17.45 uur) en kleuterzwemmen,
80 euro, ook op 17, 20, 24 en 27/11.
Info: oostduinkerkewulpen.gezinsbond.be

20 uur: zaal Witte Burg
Het hedendaagse China door prof. Luc Claesen,
20 euro, org. Davidsfonds Westhoek

20 uur: onlinesessie
Energiefit-sessie over sanitair warm water,
org. Energiehuis Westhoek i.s.m. Fluvius, gratis,
schrijf je in via www.fluvius.be/energiefit

Donderdag 19 november

14-17 uur: c.c. CasinoKoksijde
Dansnamiddag voor senioren
Alors on danse met Glenn Degeselle
Info: casinokoksijde.be/programma

Vrijdag 20 november

20 uur: c.c. CasinoKoksijde
Concert *Trio Da Kali*, griottradities uit Mali.
Info: casinokoksijde.be/programma

Zaterdag 21 november

17-22 uur: Koksijde
DOENKER - *Een duister verhalenfestival*, p. 19

Zondag 22 november

12.30 uur: strand Oostduinkerke
Strandrace mountainbike (22 of 44 km)
Potrell Beach Challenge Koksijde
Info: www.sandmanevents.be

Halloween in Koksijde...
Griezel mee. Lees meer op
of www.visitkoksijde.be/halloween

7 dagen, 101 ideeën: doe mee aan de seniorenweek

Van maandag 16 t.e.m. zondag 22 november vindt een activiteitenfestival plaats in onze gemeente. Meer dan 30 verenigingen en organisaties werkten een programma uit.

Het resultaat? Een week vol sport, cultuur, workshops, muziek, ontmoeting en verrassende ontdekkingen.

Extra (niet vermeld in de vorige Tij-dingen):

Dinsdag 17 november
14 tot 17 uur: Cust'O (Albert I-laan 56b)
Maak kennis met de werking van Cust'O en de fotoschilderijen van Henri Lemineur. I.s.m. 55+ Actief Koksijde

Bekijk het programma en geniet:
tij-dingen.be/seniorenweek26

Donderdag 5 november

14-16 uur: Sociaal Huis
Mantelzorgcafé De Luisterschelp

19.30-20.30 uur: Abdijmuseum Ten Duinen
Lezing *Vissen, de zee en de Duinheren: een veelzijdig verhaal door* Jan Van Acker

---

Vrijdag 6 november

19.30-21.30 uur: Duinenhuis
Online voordracht (Universiteit Leiden),
Hoe voed je een supermassief gat?
door Wout Goessaert
Info: www.desterrenjutters.be

20 uur: c.c. CasinoKoksijde
Concert *De Seizoenen*, Marie François Vonk & Zonen
info: casinokoksijde.be/programma

Zaterdag 7 november

10-11 uur: bibliotheek
Voorleesuurtje (4-12 jaar),
gratis, inschrijven niet nodig

Zondag 8 november

9-14.30 uur: zaal Kerkepanne
Hambeurs voor radiocommunicatiemateriaal,
5 euro (koffie inbegrepen),
info.on4ksd@gmail.com,

Dinsdag 10 november

18-20 uur: Koksijde-Dorp (Kerkstraat)
Sint-maartensstoet

Woensdag 11 november

10-13 uur: Koksijde-Dorp
Herdenking Wapenstilstand

18-19 uur: Zwem- & recreatiebad
Hoge Blekker, Swimmathon

20.30-22 uur: Het Bedrijf (Leopold II-laan 9A)
Café Foyer, Duo Larpin, eigen jazz/blues/folk, www.hetbedrijf.be

20.30 uur: c.c. CasinoKoksijde
Te Gast The Bonanzas Back to the Sixties
info: casinokoksijde.be/programma

Zaterdag 14 november

10-11 uur: bibliotheek
Voorleesuurtje (4-12 jaar),
gratis, inschrijven niet nodig

18 uur: zaal Kerkepanne
Sint-Ceciliafeest Gemeentelijke Harmonie

Zondag 15 november

9.45 uur: Sint-Niklaaskerk
Sint-Hubertusviering, blz. 43

10 uur: parking Sint-Pieterskerk
Op stap met een Koksijde Greeter.
Gratis. Schrijf je in (verplicht):
koksijdegreeters.linda@gmail.com

14-17 uur: 't Oud Schooltje
Puzzelkampioenschap
(groepen van 3-4 pers.), 20 euro,
info: oostduinkerkewulpen.gezinsbond.be

20 uur: c.c. CasinoKoksijde
Familievoorstelling *Ik werd als eerste wakker*, +2,5 j., Klein Drama,
info: casinokoksijde.be/programma

Dinsdag 17 november

14.15-16.30 uur: Sociaal Huis
Groepswandeling Zitbankenroute,
info: vrijwilligers@koksijde.be

10.30 uur: Abdijmuseum Ten Duinen
Lezing Stemmen uit het scriptorium,
info: www.tenduinen.be

Dinsdag 24 november

14.15-16.30 uur: Sociaal Huis
Groepswandeling Zitbankenroute,
info: vrijwilligers@koksijde.be

Donderdag 26 november

14-16 uur: Sociaal Huis (De Brug)
Praat- en hobbynamiddag,
info: vrijwilligers@koksijde.be
of 058 53 43 10

Vrijdag 27 november

13-18 uur: Bolledroom (Sportpark Hazebeek)
Petanquetornooi schepen van Sport

18.30 uur: Koksijde-Dorp
Startmoment kerstverlichting
met optreden van Beauvarletkoor Koksijde

Zaterdag 28 november

20 uur: c.c. CasinoKoksijde
Circus- en dansvoorstelling *Beyond*,
grenzeloze bruggenbouwers (8+)
Info: casinokoksijde.be/programma

Zondag 29 november

13-17 uur: Dunecluze
Kerstmarkt, opbrengst gaat naar de animatiewerking van het woonzorgcentrum

14 uur: Zeelaan en Theaterplein
Feestelijke intrede van de Sint

Getijden november

dag		hoogwater		laagwater	
zo	01	4:50	17:28	11:47	
ma	02	6:08	18:51	0:18	12:55
di	03	7:27	20:10	1:26	14:05
wo	04	8:42	21:26	2:38	15:23
do	05	9:49	22:29	4:10	16:41
vr	06	10:43	23:18	5:15	17:35
za	07	11:29		6:00	18:20
zo	08	0:00	12:09	6:40	19:00
ma	09	0:39	12:49	7:18	19:38
di	10	1:17	13:28	7:55	20:14
wo	11	1:55	14:06	8:30	20:49
do	12	2:31	14:42	9:04	21:19
vr	13	3:03	15:15	9:34	21:44
za	14	3:31	15:45	10:02	22:10
zo	15	3:58	16:20	10:33	22:43
ma	16	4:33	17:06	11:18	23:33
di	17	5:27	18:19		12:41
wo	18	6:55	19:38	1:02	13:50
do	19	8:07	20:43	2:11	14:50
vr	20	9:07	21:41	3:13	15:50
za	21	10:00	22:31	4:16	16:49
zo	22	10:48	23:17	5:15	17:42
ma	23	11:34	23:59	6:06	18:30
di	24		12:18	6:53	19:16
wo	25	0:45	13:02	7:38	20:00
do	26	1:28	13:47	8:23	20:45
vr	27	2:12	14:33	9:08	21:30
za	28	2:58	15:22	9:55	22:17
zo	29	3:47	16:17	10:45	23:07
ma	30	4:44	17:21	11:39	23:59

Referentieplaats is Nieuwpoort.

180 schapen en geiten doen hun deel: doe jij het jouwe?

Op zaterdag 21 november, tijdens de Dag van de Natuur, vragen we iets dat vreemd klinkt. Gras weghalen uit een natuurgebied. Het lijkt het omgekeerde van natuurbehoud. Toch is het precies wat de Oostvoorduinen nodig hebben.

Eerst maait ANB, dan kom jij
Het Agentschap voor Natuur en Bos (ANB) maait elk jaar de open stukken droog duingrasland. Dat maaisel, het afgemaaide gras en kruid, blijft eerst even liggen zodat de zaden kunnen rijpen en uitvallen. Bovendien dringen dan geen extra voedingsstoffen door in de bodem. Daarna kom jij om het weg te halen.

Zo krijgen bijzondere en bloeiende duinplanten de ruimte om te groeien, terwijl ruigtekruiden zoals brandnetel minder kansen krijgen.

180 collega's op 4 poten
Tot tussen de 2 wereldoorlogen graasden dieren van Oostduinkerkse vissers-landbouwers in de Oostvoorduinen. Toen die duinlandbouw verdween, verruigde het gebied en doken er struiken op.
Sinds 2024 zijn er opnieuw schapen en geiten: een kudde van 180 dieren graast ongewenste planten en struiken af en helpt daarbij Agentschap voor Natuur en Bos (ANB) om deze zones beter te beheren.

De kudde wordt periodiek ingezet, in verplaatsbare elektrische rasters. Of je de dieren op 21 november tegenkomt, kunnen we dus niet beloven. Zie je ze wel, hou je hond dan aan de leiband.

Maaien en begrazen versterken elkaar. Samen zorgen ze voor extra diversiteit en houden ze het waardevolle duinlandschap in stand. ANB doet het basiswerk, jij helpt.

Duinen die je niet overal vindt
De Oostvoorduinen behoren tot de bijzonderste duingebieden aan onze kust. Het zijn 8 golvende duinen in een vroegmiddeleeuws landschap, vol kalkminnende planten en insecten. Dit is één van de laatste plekken in Vlaanderen waar aarddistel, kalkbedstro en liggend bergvlas groeien.

Opmerkelijk: het kalkrijke grondwater uit de Oostvoorduinen voedt de Beek zonder Naam, één van de weinige duinbeken aan onze kust.

Een uurtje of de hele dag
Heb je zin om je handen vuil te maken voor de natuur? Kom meehelpen, een uurtje of een hele dag. Je krijgt frisse lucht en ontmoet nieuwe mensen. Planten zeggen geen dankjewel, maar ze krijgen wel ruimte om te groeien.

- Zaterdag 21 november, van 9 tot 16 uur (1 uur helpen kan ook).
- Ingang naast het kerkhof van Oostduinkerke, in de Geryllaan.
- Breng mee: stevig schoeisel en regenkledij. Werkmateriaal is beschikbaar.
- Drankje: voor iedereen die komt helpen.
- Organisatie: Natuurpunt Westkust, ANB, Gemeente Koksijde en Renewi.

>> De Oostvoorduinen: de ideale plek om je benen te strekken of de natuur te helpen.



2 infosessies: elektrisch rijden en het epc voor handelspanden

Op donderdag 19 november zit het gemeentehuis vol energie. 's Avonds krijg je antwoord op al je vragen over elektrisch rijden, overdag ontrafelen we het epc voor handelspanden. 2 infosessies in het kader van Klimaduro, de West-Vlaamse klimaat- en duurzaamheidsweek van 12 tot 22 november.

Voor jou uitgelegd: het ABC van betaalbaar elektrisch rijden

Denk je eraan om over te stappen op een elektrische auto, maar heb je nog twijfels of vragen? Misschien heb je schrik dat elektrisch rijden te duur of te ingewikkeld is? Tijdens deze infosessie wordt elektrisch rijden begrijpelijk, praktisch en betaalbaar.

We laten de technische details grotendeels achterwege en focussen op wat je in het dagelijks gebruik echt nodig hebt.

- Kies je best voor zuiver elektrisch of toch nog voor een oplaadbare hybride?
- Hoe werkt laden thuis én (snel)laden buitenshuis?
- Waarop let je best extra bij de aankoop van een tweedehands elektrische wagen?

Je leert hoe je inschat hoeveel rijbereik je nodig hebt. Zo weet je of het echt nodig is dat je kiest voor een (duurdere) auto met een grote actieradius.

Wat zijn de voordelen?

- Lagere kost per km: stroom is doorgaans goedkoper per kilometer dan benzine of diesel. Zeker met thuisladen en/of zonnepanelen.
- Minder onderhoud: geen olieverversingen, minder slijtage aan remmen, geen koppeling of uitlaat.
- Stil en comfortabel: minder trillingen en lawaai, directe trekkracht (fijn in stadsverkeer).



Cijferdans

Eind 2025 reden er in Vlaanderen al 337.000 volledig elektrische voertuigen rond en in heel België meer dan 540.000. Tegelijk groeide het aantal publieke en semipublieke laadpunten in Vlaanderen naar meer dan 72.000. Thuis laden duurt doorgaans een nacht (8–12 uur aan een laadpaal), terwijl snel laden onderweg 20–40 minuten vraagt om van 10 naar 80 procent te gaan.

Wanneer? Op donderdag 19 november om 19.30 uur in het gemeentehuis. Schrijf je in via klimaat.koksijde.be

Infosessie epc voor handelspanden

De regelgeving rond het epc Niet-Residentieel (epc NR) is vaak complex en geldt voor een brede waaier aan gebouwen. Ook die van lokale handelaars en ondernemers. Denk aan kantoren, winkels, zorginstellingen, scholen en andere niet-residentiële panden in onze gemeente.

Deze sessie vindt ook op donderdag 19 november plaats in het kader van Klimaduro. Lees meer op p. 39. Inschrijven doe je ook via klimaat.koksijde.be

Wat zijn opvallende trends voor de geelpoothoornaar in Koksijde?



>> Aziatische hoornaar



>> Europese hoornaar



>> Stadsreus



>> Hoornaarvlinder

Je kent hem als de Aziatische hoornaar, maar we spreken steeds meer over de geelpoothoornaar. Waarom? Omdat hij opvallende gele poten heeft en om verwarring met andere hoornaarsoorten te vermijden. In Koksijde volgen we de situatie van dit insect op de voet. Nu het verdelgingsseizoen ten einde loopt, is het tijd voor een eerste balans.

Wat valt op?
De geelpoothoornaar past zich snel aan en zoekt steeds creatievere plaatsen op dicht bij mensen. Het gevolg? Nesten op onverwachte plekken. Nesten hingen vroeger vooral hoog in bomen. Dit jaar groeien ze steeds vaker tot een groot nest uit op beschutte en verlaten locaties:

- gesloten gebouwen, spouwmuren en onder dakgoten
- tuinhuizen, vogelkastjes, tuinpotten, parasols en barbecues
- in de grond, in boomholtes, onder tegels of zelfs onder putdeksels

Tip: controleer vanaf half maart elke week verlaten ruimtes en hoekjes. Zo vind je embryonale nesten op tijd.

Resultaten in Koksijde (tot eind september 2026)
Succesvolle voorjaarsactie: bovenop de 70 actieve vallen uit 2025 werden er dit voorjaar 13 extra vallen verdeeld. Bij het afsluiten van de campagne eind mei stelden verschillende valbeheerders vast dat er aanzienlijk meer koninginnen zijn gevangen dan in 2025.

Stabiel aantal verdelgingen: van begin mei tot eind september 2026 werden er in onze gemeente minstens 37 primaire en embryonale nesten verwijderd (tegenover 35 in 2025). Het werkelijke aantal ligt hoger, omdat niet alle interventies van de brandweer en vrijwilligers officieel worden geregistreerd. Ook secundaire nesten kennen een gelijkaardige trend met 21 verdelgingen in 2026, tegenover 18 in dezelfde periode in 2025.

Positief: het aantal verdelgingen in Koksijde blijft ongeveer gelijk aan dat van vorig jaar. Het droge weer, een gevolg van de klimaatverandering, bracht bomen in overlevingsmodus. Bladeren vielen af waardoor veel nesten vroeger op het jaar zichtbaar werden.

De actieve verdelgingen voor dit jaar zijn afgerond. Zodra de provinciale cijfers verwerkt zijn, krijgen we een beter beeld van het effect op de totale populatie in 2026. De geelpoothoornaar kan zich tot 70 kilometer verplaatsen en houdt dus geen rekening met gemeente- of landsgrenzen.

Belangrijk: verwar nuttige insecten zoals de Europese hoornaar, stadsreus of hoornaarvlinder niet met de geelpoothoornaar. Nu al deze tip voor volgend voorjaar. Nest gezien? Surf dan naar vespawatch.be

Kraak de geheime code in de vernieuwde speelotheek

Verschillende raadsels, een stapel aanwijzingen en een geheime code die iemand moet kraken. Op woensdag 18 november opent de vernieuwde speelotheek officieel haar deuren, met een escaperoom om het feest extra spannend te maken.

Kan jij de raadsels oplossen?
Tijdens de opening ontdek je de nieuwe ruimte en een omgekeerde (?) escaperoom. Vind jij alle aanwijzingen? En vooral: lukt het jou om de geheime code te kraken?

Ondertussen geniet je van een hapje en een drankje, want puzzelen maakt hongerig, ook bij volwassenen. Kom gerust met het hele gezin. In de speelotheek zijn kinderen van 0 tot 12 jaar welkom, altijd samen met een volwassene.

Nu zonder trappen
Deze zomer verhuisde speelotheek De Speelkriebel van de eerste verdieping naar het gelijkvloers van Jong in Koksijde (Zeelaan 42). Gemakkelijk dus om speelgoed op te halen of terug te brengen.

Het resultaat? Een gezellige ruimte voor ouders en kinderen. Speelgoed lenen kan nog altijd. Maar er is nu ook plaats voor ouder-kindworkshops en activiteiten. Samen iets maken, ontdekken, leren of gewoon samen zijn? Het kan allemaal.

De Speelkriebel is 2 woensdagen per maand open, telkens van 14 tot 17 uur. De data vind je op www.jonginkoksijde.be/speelotheek

Vragen: 058 51 80 74 of onthaalouders@koksijde.be

Dit blijft hetzelfde
Je vindt er nog steeds speelgoed om te bewegen, ontdekken, denken, bouwen en verbeelden. Per kind leen je 3 stukken tot maximaal 2 maanden. Het lidgeld bedraagt 2,50 euro per jaar voor je eerste en tweede kind. Vanaf het derde kind is het gratis.

Heb je recht op een verhoogde tegemoetkoming? Dan is het eerste jaar gratis en betaal je daarna 1,25 euro voor je eerste en tweede kind.

Speeltips
- Maak een fijn plekje waar je kind volop kan spelen.
- Laat het spel zoveel mogelijk zijn gang gaan.
- Is het tijd om op te ruimen? Kondig dat even aan op voorhand.
- Minder is vaak meer: bied liever een beperkte selectie speelgoed aan dan alles tegelijk.
- Geef je kind tijdens het spelen positieve aandacht en geniet mee van wat het ontdekt. Ook alleen spelen is waardevol. Zo krijgt fantasie ruimte.

>> Kom op 18 november naar de vernieuwde speelotheek en raak in de escaperoom. Foto bewerkt met AI.



Nieuw complex voor KVKO vanaf zomer 2027

Gemeente Koksijde investeert in de toekomst van onze voetbalclub. Er komt een **extra kunstgrasveld**, **nieuwe kleedkamers** en een **grotere kantine**. Het nieuwe kunstgrasveld komt naast het bestaande terrein en biedt meer plaats voor trainingen en wedstrijden. Ook de kleedkamers en kantine worden aangepakt. Samen gaat het om een bedrag van ruim 2,3 miljoen euro.

De werken moeten tegen de start van het seizoen 2027-2028 klaar zijn. Tegen dan vinden alle voetbalactiviteiten plaats op de centrale site in Oostduinkerke (Sportpark Hazebeek).



BK wielrennen voor junioren keert terug naar Koksijde

In mei **2030** organiseren we het Belgisch kampioenschap wielrennen op de weg voor junioren. Na 2024 haalt de gemeente het kampioenschap voor de 2e keer naar Koksijde.

Met de jaarlijkse Keizer der Juniores verwelkomt de gemeente al decennialang jonge wielertalenten. Ook tijdens de Vlaamse Duinencross stonden vorig jaar 175 jonge renners aan de start, tijdens de wedstrijden voor nieuwelingen.

Gooi mee tijdens het petanquetornooi voor 60-plussers

Op vrijdag 27 november organiseert de sportdienst het jaarlijks recreatief petanquetornooi in de Bolledroom. Alle 60-plussers zijn welkom tijdens de **Wisselbeker schepen van Sport**, ook wie geen lid is van een club of nog nooit petanque speelde.

Schrijf je ten laatste in op 9 november via 058 53 20 01 of sportdienst@koksijde.be

Blijf fit tijdens de winter

Ook tijdens de donkere maanden biedt de sportdienst leuke **lessenreeksen** aan. Voorbeelden? **Shape bootcamp**, **wobbel work-out** en **Multimove**. Als je wil deelnemen, moet je je inschrijven vanaf dinsdag 1 december om 18.30 uur.

Bekijk het volledig programma via koksijde.be/sport

Kamiel Deraeve surft naar Europese titel

Alweer een internationale topprestatie van Oostduinkerkenaar Kamiel Deraeve. Het jonge surftalent kroonde zich in het Ierse Bundoran tot Europees kampioen golfsurfen bij de U16.

Aan EuroSurf Junior namen meer dan 200 surfers uit 20 landen deel. Op de 3e wedstrijddag behaalde hij met 15,25 punten de hoogste dagscore in zijn categorie en plaatste hij zich voor de halve finale. Tijdens de finale volgde de bekroning.

Een halve eeuw TCK: van legerbarak tot modern sportcomplex

Tennis- en Padelclub Koksijde blaast dit jaar 50 kaarsen uit. Een halve eeuw na de 5 terreinen aan de Zeelaan tennissen Koksijdenaars 's winters in een moderne indoorhal en kunnen we padellen naar hartenlust.



Terug in de tijd

In 1976 kwam er in Koksijde-Dorp ruimte vrij voor tennisterreinen. Volgens de clubhistoriek vroeg toenmalig burgemeester Firmijn Dewulf aan zijn zoon Jean-Marie om mensen samen te brengen die interesse hadden om een tennisvereniging te stichten. Een oproep in de krant zorgde ervoor dat een eerste bestuur het levenslicht zag. Jacques Danckers was de eerste voorzitter.

Een club oprichten was één zaak, terreinen aanleggen was iets anders. Luc Celerier en Roger Lensen hielpen om de eerste 5 terreinen in orde te brengen. Netten plaatsen, de banen slepen en ze bij droog weer bewateren: veel gebeurde nog met de hand. Celerier en Lensen sloegen uiteindelijk de eerste tennisballen op terrein 1.

Ook het eerste 'clubhuis' zag er anders uit dan vandaag. Eerst deed een oude legerbarak dienst als plek om spelers te ontvangen. Daarna kwam er een tuinhuisje van amper 4 op 4 meter. Er verscheen een zelfgemaakte toog met enkele koelkasten en plots konden de leden na hun partij ook nog even blijven hangen.

Daarmee ontstond al snel iets wat de club de volgende decennia zou blijven kenmerken: tennis ging niet alleen om winnen of verliezen, maar ook om elkaar ontmoeten.

Internationale toernooien

In de jaren 1980 zette de club een stap vooruit.
In 1986 vond in Koksijde voor het eerst een internationaal tennistoernooi voor mannen plaats. Een jaar later volgde ook een internationaal vrouwentoernooi: de Donnay Top Women's Cup, de voorloper van de Flanders Ladies Trophy.

Ook de gewone clubwerking bleef groeien. Nieuwe generaties spelers vonden de weg naar de Zeelaan, er kwamen en gingen interclubploegen en we zagen toptoernooien. Talloze bestuursleden, trainers, officials en vrijwilligers bouwden mee aan het verhaal van 50 jaar TCK.

Een belangrijk kantelpunt volgde in **2012**, toen het **nieuwe tenniscomplex** de deuren opende. Met 4 binnenterreinen, 7 buitenterreinen en een volwaardig clubhuis kunnen we sindsdien het hele jaar door tennissen in Koksijde.

Padel zorgt voor nieuw hoofdstuk

Sinds 2017 kan je bij de club ook padellen.
De snelgroeiende sport bracht nieuwe spelers naar de club en zorgde ervoor dat ook sommige tennissers eens een ander racket uittesten.

Tennis en padel zijn geen concurrenten. Hoofdtrainer Pieter Sinnaeve verwoordde het eerder in Tij-dingen als sporten die elkaar versterken. Padel zorgt ervoor dat beginners snel spelen, terwijl tennis spelers op een andere manier, technischer, uitdaagt. Veel clubleden beoefenen ondertussen beide sporten.

Verschillende generaties

Vandaag vinden kinderen, volwassenen en senioren hun weg naar Tennis- en Padelclub Koksijde. De **tennisschool** organiseert lessen in de winter en de lente en stages tijdens de schoolvakanties. Ook voor padel zijn er lessen, van een eerste kennismaking tot trainingen voor meer ervaren spelers. Recreanten spelen vrij, competitievere spelers leven zich uit in toernooien en interclub.

Wist je dat TCK een **nieuw logo** heeft? Je leest er alles over op www.tckoksijde.be

“Deze eerste Belgische titel zal ik nooit vergeten”

Lily Lowagie verscheen al in Tij-dingen toen ze brons behaalde op het Belgisch kampioenschap van vorig jaar. Vorige zomer deed ze er nog een flinke scheut bovenop. Op de 100 meter schoolslag zwom ze naar goud, goed voor de Belgische titel. Alsof dat niet genoeg was, kroonde Lily zich op 4 oktober tot West-Vlaams kampioene op de 100 meter schoolslag op de korte baan.



In juli verzamelden de beste jonge zwemmers van het land in Antwerpen voor het Belgisch kampioenschap. Deelname alleen is al een prestatie. Zwemmers moeten scherpe limiettijden halen waardoor per leeftijdscategorie een beperkt deelnemersveld overblijft.

Koksijde werd vertegenwoordigd door **Florianne Bartholomeus**, **Cézanne Germonpré**, **Lily Lowagie**, **Lola Lowagie** en **Lou Vandooren**. Alle 5 verbeterden ze hun persoonlijke record.

Lily zorgde voor een spetterend slotakkoord: goud op de 100 meter schoolslag, toevallig ook de beste afstand van wereld- en olympisch kampioen, haar favoriet, Fred Deburghgraeve.

Nog een titel voor Lily
Begin oktober werd Lily ook **West-Vlaams kampioen** op de 100 meter schoolslag (korte baan, Jeugd 1). Met 1:18.75 verbeterde ze haar eerdere tijd met ruim 2 seconden en hield ze de concurrentie duidelijk achter zich.



Tij-dingen: Lily, wat ging er door je heen toen je aantikte en zag dat je gewonnen had?
Lily Lowagie: "Mijn allereerste gedachte was eigenlijk: 'Amai, dat was lastig.' Maar natuurlijk was het heel speciaal om als eerste aan te tikken. Mijn eerste Belgische titel zal me altijd bijblijven. Toen ik uit het water kwam, zag ik eerst mijn zwemvrienden. Die waren allemaal uitbundig aan het vieren. Daarna kreeg ik een dikke knuffel van mijn trainer en ook mijn papa en mama stonden meteen klaar om me te feliciteren."

T-d: Vorig jaar won je brons. Voelde deze medaille anders?
Lily: "Ja. Al kwam die eerste medaille vorig jaar nog iets onverwachter. Dit jaar wisten we vooraf dat winnen mogelijk was. Daardoor beleef je zo'n wedstrijd toch anders. In de reeks voor mij zag ik een meisje sneller zwemmen dan mijn persoonlijke record. Ik wist dus dat ik mijn besttijd stevig zou moeten verbeteren als ik wilde winnen."

T-d: Schoolslag lijkt ondertussen echt jouw nummer te zijn. Waarom ligt die slag je zo goed?
Lily: "Dat weet ik zelf niet precies. Ik doe schoolslag heel graag en misschien vind ik het juist zo leuk omdat ik er goed in ben. Mijn trainer (Pieter Bartholomeus, red.) zegt dat ik veel kracht uit mijn benen haal. Misschien heb ik die wel van mijn papa geërfd, met zijn goede rennersbenen. We werkten dit jaar ook veel aan de verfijning van mijn stijl. Ik probeer telkens sterker te worden."

T-d: Moet je veel trainen?
Lily: "Tot voor de zomer zat ik nog in de lagere school. De combinatie tussen school, zwemmen en vrije tijd was toen goed in evenwicht. Ik had ook nog genoeg tijd om met vriendinnen af te spreken. Dit schooljaar moet ik nog een beetje zoeken om alles goed georganiseerd te krijgen, maar ik ben ervan overtuigd dat dat wel lukt. Gelukkig zijn mijn vriendinnen er ook op de trainingen, zeker voor als ik eens een minder moment heb. We praten over veel dingen en dat maakt het harde werk soms gemakkelijker. En de trainingen zijn heel gevarieerd. De ene keer zwemmen we langere afstanden, dan volgen er intensieve oefeningen, sprintjes of techniektrainingen."

T-d: Jullie stonden met 5 Koksijdse zwemmers op het BK. Is zo'n kampioenschap een groepsgebeuren?
Lily: "Absoluut. We proberen zoveel mogelijk te supporteren wanneer iemand van ons moet zwemmen. Dat lukt natuurlijk niet altijd, want soms zwemmen we tegen elkaar. Als voorbereiding trokken we op stage naar Duinkerke, waar we in een bad van 50 meter konden trainen. Dat is belangrijk om sterker te worden, maar zo'n stage doet ook veel voor de groepssfeer. Tijdens een kampioenschap is het natuurlijk ook gewoon leuk om tussen de wedstrijden samen op de hotelkamer te zitten."

Met dank aan de trainer, Pieter Bartholomeus.

Swimmathon: zwem mee (symbolisch) de kustlijn af

Op vrijdag 13 november vindt de Swimmathon plaats in **Zwem- en recreatiebad Hoge Blekker.** Van 17.45 tot 18.45 uur zwem je samen met andere Koksijdse lagereschoolkinderen de kustlijn af. Het doel? Zoveel mogelijk zwemmeters afleggen. Meedoen? Schrijf je op school in via je LO-leerkracht.

Lily heeft nog een paar tips voor wie wil deelnemen. "Gewoon doen. Zwemmen is echt een heel leuke sport. Je moet natuurlijk trainen om beter te worden, maar net daardoor wordt het ook steeds leuker. Nog een tip? Probeer jezelf zo smal mogelijk te maken, in een mooie pijl, en drijf bij schoolslag goed uit. Zo verbruik je minder energie en zwem je toch sneller. Het belangrijkste? Laat de moed zeker niet zakken."


1


1


2

1. 50 jaar Visserijmuseum

Het feestweekend werd op gang gezongen tijdens een academische zitting op vrijdagavond 18 september. Marino Punk bracht ballades aan onze vissers. Kunst en visserij gaan perfect samen. Niet alleen in liedjes, maar ook in schilderijen. Het hoogtepunt volgde dan op zaterdag met het feestprogramma.

2. Feest in de Westhinder

Naar jaarlijkse gewoonte koppelden de bewoners van Westhinder 2 (in de Westhinderstraat) hun algemene vergadering aan een feest (deze keer was het een brunch). Zo bevorderen ze gezelligheid en samenhorigheid. Met 80 aanwezigen uit 60 vakantiewoningen is dit goed gelukt. "We komen van alle hoeken van het land, maar we verstaan elkaar…" Het gemeentebestuur schoof ook aan.

3. Koksijde bewoog

Met meer dan 800 deelnemers was het sportevent ook dit jaar een hit. Geen brandweerchallenge deze keer en daarom kozen burgemeester Sander Loones en schepen van Sport Lore Dezutter voor een andere uitdaging. Ook andere deelnemers lieten zich sportief uitdagen. Bewegen is gezond. En Koksijde kwam op 101 manieren naar buiten als sportieve gemeente.

4. Aan het feest: 50, 60 en 65 jaar getrouwd

Luc Cotman en Francine De Wilde (50 j.), Lucas Rootsaert en Linette Deygers (50 j.), Mark Cortens en Françoise Supeley (50 j.), Paul De Bevere en Annette Baltus (50 j.), Pierre du Jardin en Martine Delplanque (60 j.), Marc Ostyn en Georgette Mol (60 j.), Johan Andries en Régine Claeys (60 j.) en Willy Cloet en Denise Vanderbeke (65 j.). Proficiat!



3



3



3



4



Geboortes

Thies Lucidarme
Ieper, 11 augustus
zoon van John en Marie-Louise Prat

Maxim Rypens Osatohanmwen
Ieper, 1 september
zoon van Nosayumamwena
en Annelies Rypens

Matthis Nsengiyumva
Ieper, 13 september
zoon van Pacifique en Alice Irakoze

Huwelijken

Louis Bruyer en Janique Tourlouse
(11 september)

Olivier Callens en Nicole Bostoen
(18 september)

Aäron Louwyck en Inne Sevenois
(19 september)

Arne Vandenberghe
en Noor Maekelberg
(19 september)

Grégory Grégoire en Olena Tkachenko
(25 september)

Thibo Schautteet en Marie Peltot
(26 september)

Dimitri Verscheure en Greta Renders
(30 september)

Overlijdens

John Merst, 63 j.
†Roeselare, 11 september

Régis Camus, 74 j.
†Koksijde, 13 september

Luc Dobbelaere, 66 j.
†Eeklo, 14 september

Wilfried Vandenberghe, 88 j.
†Koksijde, 15 september

Margaretha van der Veen, 86 j.
†Koksijde, 16 september

Maria Stubbe, 82 j.
†Veurne, 19 september

Roland Verfaillie, 76 j.
†Veurne, 21 september

Yvonne Degraeuwe, 92 j.
†Veurne, 22 september

Elisabeth Spiessens, 86 j.
†Veurne, 22 september

Gerard Dhondt, 75 j.
†Oostende, 24 september

Ronald Desaever, 75 j.
†Koksijde, 25 september

Michel Verstuijft, 71 j.
†Gent, 25 september

Maria Vandenberghe, 91 j.
†Nieuwpoort, 4 oktober



Visieplan is klaar: een nieuwe impuls voor de zeedijk

Na een uitgebreid onderzoek en participatietraject is het visieplan voor de zeedijk van Oostduinkerke klaar. Inwoners, tweedeverblijvers, bezoekers, handelaars en andere betrokkenen gaven hun mening over meerdere scenario's. Die feedback hielp om alles te verfijnen.

Het visieplan vormt nu de basis voor het concrete uitvoeringsplan, waaraan het ontwerpbureau intussen werkt. De gemeente voorziet hiervoor budget in het meerjarenplan en streeft ernaar om de werken in september 2028 te starten.

Het eindrapport vind je op koksijde.be/impulszeedijkoostduinkerke

Kleine meisjes, grote verhalen

Soms heb je een wolf nodig om te groeien. Kom deze maand naar CasinoKoksijde, ontdek dat eng leuk kan zijn en dat kleine meisjes groot worden. 2 voorstellingen voor wie wil meegroeien.

Ben je bang van de boze wolf?

Roodkapje… maar dan anders. Vergeet het brave meisje met het mandje koekjes. Dit Roodkapje doet wat ze zelf wil, ook als haar mama het anders zegt. En dan komt de wolf eraan…

Choreograaf Sylvain Huc schudt het sprookje van de gebroeders Grimm door elkaar. Hij maakt er een dansvoorstelling van. Over opgroeien. Wanneer luister je en wanneer juist niet? Roodkapje onderzoekt haar gevoelens met fel wit neonlicht, krakend vinyl en veel burleske dans.

De wolf en Roodkapje ontmoeten elkaar als 2 magneten: gevaarlijk en aantrekkelijk tegelijk. Eng? Een beetje, maar vooral heel plezierig. Voor kleine en minder kleine durvers vanaf 7 jaar. Wie na Halloween nog niet is uitgegriezeld, weet nu waar naartoe.

Donderdag 5 november om 19 uur in CasinoKoksijde. Tickets kosten 16 euro (-26 j. 13 euro, -13 j. 8 euro). Info en reservatie op casinokoksijde.be of 058 53 29 99.

>> Roodkapje danst zonder mandje met een wolf in wit neonlicht.





>> Een voorstelling van Klein Drama voor mensen vanaf 2,5 jaar.

1 meisje, 2 oma's en 3… nee… 4 seizoenen

Wil je een boterham met choco? Nee. Riiiing. Een telefoon die rinkelt op het slechtste moment. Waar is oma's bril? Verdwenen. Je herkent het meteen, want jouw zondag ziet er ook zo uit.

Actrice en cabaretier Rosalie Custers speelt het meisje. Ze trapt op een hometrainer door de seizoenen, terwijl tekeningen en animaties achter haar tot leven komen. Katrien De Bruycker en Raf Walschaerts (die ene broer van Kommil Foo) schreven en regisseerden het stuk. Het resultaat? Een speelse voorstelling op maat van de allerkleinsten.

Neem gerust oma of opa mee. Zo zitten 3 generaties naast elkaar in het donker. Eén kijkt met open mond, één met natte ogen van het lachen en één met een glimlach. Zo hoort een zondagmiddag eruit te zien.

Zondag 15 november om 15 uur in CasinoKoksijde. Tickets kosten 16 euro (-26 j. 13 euro, -13 j. 8 euro). Info en reservatie op casinokoksijde.be of 058 53 29 99. Tip: na afloop kunnen kinderen nog aan de slag in een speelse workshop van Dr. Bloem.

Op 24 november leert een piloot je ondernemen

Deze Tij-dingen is er één voor ondernemers. Een nieuw netwerk in Oostduinkerke, een piloot in CasinoKoksijde en veel energiek nieuws.

Oostduinkerke krijgt een eigen ondernemersnetwerk
Vanaf 2027 brengt **ODK Connect** alle ondernemers van Oostduinkerke samen. Van Oostduinkerke-Bad tot het dorp, van bakker tot boekhouder: iedereen is welkom. Je wisselt ervaringen en ideeën uit, zoekt samen oplossingen en spreekt met één stem. Dat gebeurt op netwerkmomenten en events, in een WhatsApp-groep en via sociale media.

Ondernemer in Oostduinkerke?
Doe mee en mail naar
contact@odkconnect.be

Leer van een piloot hoe je team vliegt
Wat leert de lucht- en ruimtevaart jou als ondernemer? Meer dan je denkt. Hoe zet je elk talent in je team op de juiste plek?

Piloot en ruimtevaartambassadeur Nancy Vermeulen vertaalt haar ervaringen naar je eigen zaak: communicatie, leiderschap, teamwork en assertiviteit. Ze komt naar Koksijde voor de **Dag van de Ondernemer**.

Na de **lezing** praat je na bij een drankje. Wanneer? Op **dinsdag 24 november** in cultuurcentrum CasinoKoksijde: ontvangst om 19.30 uur, lezing om 20 uur. Gratis voor ondernemers. Schrijf je in via koksijde.be/aerospace



Elk handelspand heeft in 2030 een epc nodig: zo begin je

Heb je een winkel, kantoor of horecazaak van meer dan 500 m²? Dan is een energieprestatiecertificaat (epc) nu al verplicht. Vanaf 2030 heeft elk niet-residentieel gebouw een geldig epc nodig.

Wat moet je doen?
Als eigenaar verzamel je de energetische gegevens van je pand zoals bouwinfo en meterstanden. Daarmee maakt een erkende energiedeskundige het certificaat op. Klinkt dat ingewikkeld? De regelgeving is niet zo gemakkelijk en daarom is er een infosessie.

Gratis infosessie
Op **donderdag 19 november** om 14 uur legt iemand van Acasus (provinciaal kenniscentrum over duurzaam bouwen) uit wat de regels betekenen. Plaats van afspraak? Het gemeentehuis. Je krijgt een **helder overzicht** en **praktische tips**.

Zo bespaar je tijd en vermijd je onnodige kosten. De sessie is gratis en duurt ongeveer anderhalf uur.

30 minuten voor jouw pand
Nog een bonus: wie komt, kan zich inschrijven voor een **persoonlijk gesprek** van 30 minuten met een Acasus-expert. Daar bespreek je jouw eigen epc en krijg je advies op maat. Ook dat is gratis, maar het aantal plaatsen is beperkt.

Schrijf je vandaag nog in voor de infosessie en zorg dat je **pand klaar** is **voor 2030**: klimaat.koksijde.be

Met de energiecoach daalt jouw energiefactuur

Krijg je hartkloppingen als je naar je energiefactuur kijkt? Dan heeft Gemeente Koksijde goed nieuws. Een energie-expert bekijkt je zaak (en geeft tips), de gemeente betaalt de helft en de rest krijg je onder voorwaarden terug. Zo daalt je factuur en stijgt je winst.

Wat krijg je?
Je kiest 4 of 8 uur advies en betaalt 200 of 400 euro. Daarvoor krijg je een intakegesprek, een bezoek aan je zaak en een energierapport.
Met een **warmtecamera** spoort de expert warmteverlies en koudebruggen op.
Ook bij **premies en offertes** helpt de expert je verder.

Zo krijg je je geld terug
Voer je energiezuinige ingrepen uit, zoals isolatie, nieuwe ramen, zonnepanelen of een warmtepomp? Dan betaalt de gemeente je advies terug.

Schrijf je in: klimaat.koksijde.be/energiecoaching
of contacteer de dienst Ondernemen:
058 53 30 36 of economie@koksijde.be

"We willen niet in het wilde weg investeren"

Laptops, tablets, smartphones en elektrische fietsen. Vakantiecentrum Excelsior en Huize Emmaüs verbruiken elk jaar meer stroom. Het gas moet er op termijn ook uit. Cedric Blanpain, afgevaardigd bestuurder van Stichting AEP - eigenaar van beide jeugdverblijfscentra, koos daarom voor energiecoaching: 8 uur begeleiding per centrum. Geen wilde investeringen, wel een plan.

Tij-dingen: Wat gaf de doorslag om je in te schrijven voor energiecoaching?
Cedric Blanpain: "Energie neemt sowieso een grote hap uit ons budget. En de kosten stijgen elk jaar.
Wat dan echt de doorslag gaf? Dat we tegen 2050 van gas moeten afstappen. Dat betekent dat we grote veranderingen moeten doen en 2050 is er sneller dan je denkt. Ook los daarvan is er al veel bewustwording rond duurzaamheid en hebben we heel wat ideeën.
De vraag is: waarmee beginnen we?"

T-d: Wat zijn jullie grootste energieverslinders?
Cedric: "Elektriciteit. Ook al hebben we zonnepanelen. Huize Emmaüs en Vakantiecentrum Excelsior zijn jeugdverblijfscentra. Naast zeeklassen organiseren we ook jeugdkampen en daar zitten ook IT-gerelateerde thema's tussen. Lees: extra laptops en hardware.
Veel jonge mensen betekent ook veel elektronische toestellen: laptops, tablets en smartphones. Elk jaar stijgt die factuur door het nieuwe normaal. Elektrische fietsen komen daar ook nog bij. Warm water vraagt ook veel energie."





T-d: Jullie kozen voor 8 uur begeleiding?
Cedric: "Klopt. Telkens 8 uur voor beide centra. Het doel? Een doorlichting van ons huidig energieverbruik.
En daarna een plan van aanpak: de quick wins, een stappenplan op korte en lange termijn. Begin november komt de energie-expert langs voor de doorlichting. We kozen bewust voor de herfstvakantie omdat er dan veel volk is en de temperaturen dalen."

T-d: Welke ingreep staat bovenaan je lijst: isolatie, warmtepomp, zonnepanelen of iets anders?
Cedric: "Voorlopig is dat verwarming omdat we moeten overschakelen van gas naar iets anders. Op lange termijn moeten we dat sowieso doen. Lukt dat met warmtepompen in onze oude gebouwen? Daar willen we zicht op krijgen. Wat nog? Water besparen, denk aan regenwaterputten.
We hebben dus een aantal ideeën, maar we willen vermijden dat we in het wilde weg investeren.
Welk verbruik heeft de grootste impact? Onze financiële middelen zijn jammer genoeg niet oneindig."

T-d: Wat zou je een andere ondernemer aanraden die nog twijfelt om in te schrijven?
Cedric: "Meten is weten.
Elke onderneming heeft ideeën, maar je moet verrassingen vermijden. Ook een objectieve mening is belangrijk: ofwel krijg je bevestiging, ofwel hoor je iets nieuws. Bovendien evolueren de technieken snel en is technische kennis onmisbaar."

"Voor de kostprijs van de coaching moet je het niet laten"

Een gebouw uit 1974, 2 restaurants en elke dag veel warm water: de energiefactuur van vakantiecomplex Ter Helme loopt hoog op. Dankzij energiecoaching weet Cynthia De Jonghe, operationeel directeur van vakantiecomplex Ter Helme, binnenkort waar ze het eerst moet ingrijpen.

Tij-dingen: Wat gaf de doorslag om je in te schrijven voor Energiecoaching voor ondernemers?
Cynthia De Jonghe: "Ons vakantiedomein duurzamer uitbaten, staat al een tijdje op onze verlanglijst.
De energiekosten lopen hoog op. Ons gebouw dateert uit 1974. Er zijn al een aantal stappen gezet, maar het is een complex gebouw met verschillende installaties. Instappen voor energiecoaching is laagdrempelig en is voor ons een opstap naar een volledige energie-audit."

T-d: Wat neemt de grootste hap uit jullie energiefactuur?
Cynthia: "De verwarming en het sanitair. We willen ook niet besparen op het comfort van de klanten.
Warm water speelt een grote rol, elektriciteit, gas in de keuken (2 restaurants). Het is een groot gebouw met veel verlichting, ventilatie 's nachts en overdag."

T-d: Jullie kozen voor 8 uur begeleiding? Wat zit daar allemaal in?
Cynthia: "De begeleiding loopt nog. Nog niet zo lang geleden hadden we een eerste gesprek met een rondgang op het domein en een bezoek aan de verschillende technische ruimtes en daken. De energiefactuur wordt nog geanalyseerd op basis van het verbruik en later (wanneer het buiten frisser wordt), volgt nog een inspectie met een warmtecamera."

T-d: Wat zou je een andere ondernemer aanraden die nog twijfelt om in te schrijven?
Cynthia: "Gewoon doen. Voor de kostprijs van de coaching moet je het niet laten. Een expert kijkt met andere ogen naar jouw onderneming en legt de vinger op een aantal pijnpunten."



Wat energetisch verbouwen oplevert, leert het verhaal van Sonja's Foodbar. Interesse in energiecoaching? Lees meer op klimaat.koksijde.be/energiecoaching

"We besparen op onze gezondheid en op onze factuur"

Bij Sonja's Foodbar in Oostduinkerke draait alles om huiselijkheid: verse frieten gebakken in vast vet, klassieke gerechten zoals rundstong in madeirasaus of balletjes in tomatensaus en een mandje snoepjes bij de kassa. Sonja De Cuyper en Claude De Koker groeiden mee met hun klanten. In april investeerden ze in een gloednieuwe frietstraat.

T-d: Jullie investeerden onlangs in nieuwe, duurzame ketels. Wat gaf de doorslag om die stap te zetten?
Sonja: "De stijgende energieprijzen. We halen 98 procent rendement uit onze nieuwe ketels, het gas wordt gerecupereerd via een gesloten circuit en dat is toch vrij uniek. De dampkappen trokken voordien warmte weg uit de eetruimte en zorgden ook voor tocht. Nu bakken we met een lager energieverbruik en worden de dampen direct boven de ketels afgezogen. Dat zorgt ervoor dat onze zaak geur- en tochtvrij is."
Claude: "Dankzij onze frietstraat werken we met 4 aparte ketels. En daardoor kunnen we ook glutenvrije gerechten aanbieden, want de snacks met chapelure worden apart gebakken. Zo blijven glutenvrije producten netjes gescheiden van de rest."

T-d: Was het een dure beslissing, en wanneer verwacht je die investering terugverdiend te hebben?
Sonja: "Wat is duur? We konden verschillende problemen tegelijk aanpakken: duurzamer omgaan met ons energieverbruik, minder geur- en tochthinder en ergonomischer werken. Daardoor besparen we op de lange termijn. Op onze gezondheid en op onze factuur."
Claude: "Als we 5 of 10 jaar langer kunnen werken omdat we gezond blijven, dan zijn die kosten nu al terugverdiend."



Lees de volledige interviews op
www.tij-dingen.be/energiecoach

Zoek je een leuk, origineel en lokaal cadeau? Dan is de **KoksijdeBon** de ideale keuze.

De bon is 1 jaar geldig. Gebruik hem en geniet van heel wat lekkers of koop er de laatste trends mee:
www.koksijde.be/koksijdebon

Sint-Idesbald is nog even in de ban van Halloween

Het is de meest griezelige periode van het jaar. Als je durft, krijg je nog tijd tot aan het einde van de herfstvakantie om spookjes te spotten of de schrik van je leven op te lopen in het doolhof op het strand van Sint-Idesbald. Het meest huiveringwekkende hoogtepunt? De Grote Halloweenstoet.

Halloweendoolhof LaBOE!rint
Probeer te ontsnappen door proeven te doorstaan en verborgen cijfers te verzamelen. Nog t.e.m. 8 november (12-17.30 uur).

Tickets (ingang of toerismekantoor Sint-Idesbald): 10 euro, gratis t.e.m. 2 jaar.

Maze of Madness (16+)
Wanneer het donker wordt, neemt de vloek het doolhof helemaal over. LaBOE!rint verandert nog 4 keer in Maze of Madness. Niet voor watjes. Op vrijdag en zaterdag: 30 en 31 oktober, 6 en 7 november (19-22.30 uur). Prijs? 14 euro.

Halloweenvuurspektakel
Kom op donderdag 5 november (18.30 uur) naar het strand van Sint-Idesbald voor een spetterende avond: vuuracts, vonken en acrobatie zorgen voor een speciale sfeer.

- **Halloween-Kids Party:** woensdag 28 oktober in Koksijde & 4 november in Oostduinkerke: vanaf 16.30 uur.
- 13e Halloween-**Mountainbiketoertocht**: vrijdag 30 oktober.
- Workshop '**uithollen en versieren van pompoenen**' op zaterdag 31 oktober vanaf 14 uur (tot voorraad op is).
- **Grote Halloweenstoet** om 19 uur, met daarna heksenverbranding op het strand: zaterdag 31 oktober
- Vind jij de spookjes in de **etalages** van de **handelaars in Sint-Idesbald**? Zoek, vind en win. Deelname is gratis.

Durf jij zwemmen in ons vampierenzwembad? Kom dan op woensdag 4 november (9-11.50 en 13.30-18.50 uur) naar Zwem- en Recreatiebad Hoge Blekker. Prijs: 2,50 euro. Alle halloweeninfo op visitkoksijde.be/halloween





Breng je (huis)dier mee…

…en laat het zegenen door de pastoor tijdens de Sint-Hubertusviering in Sint-Idesbald. Wanneer? Op maandag 2 november om 11 uur.

We vragen bescherming en geluk voor onze dieren, in de geest van Sint-Hubertus, patroonheilige van dieren en jagers. Als je komt, krijgt je viervoeter een leuk cadeautje van de gemeente.

Ook Westhoek Ruiters vieren Sint-Hubertus
Op zondag 15 november zijn ruiters, paarden(vissers), honden en hun baasjes welkom bij de Sint-Niklaaskerk. Om 9.45 uur. Na de zegening is er een drink- en eetfestijn in Manege Ter Duinen. **Schrijf je in** via Facebook of westhoekruiters@gmail.com

Bieten en lampions in Koksijde-Dorp voor Sint-Maarten

Op dinsdagavond 10 november zijn de kinderen baas, want om 18 uur vertrekt de sint-maartensstoet bij 't Oud Schooltje. Wandel mee door de straten met je versierde biet.

Na de stoet vliegt Pietje Pek op de brandstapel en is er een party. Niet te missen. O ja: met een mooi uitgeholde biet krijg je iets extra.

Sinterklaas komt aan
Wanneer? Op zondagnamiddag 29 november komt de goedheilige man aan in Koksijde-Bad. Meer op de achterkant van Tij-dingen.



Warme Winter Walk: wandel achter een dj in een golfkar

Neem een lichtje mee en volg de dj: 5 kilometer lang. Wanneer? Op vrijdag 4 december om 18 uur. Waar? Vertrek aan **De Kapel**. Nadien vind je er een **winterbar** met soep, chocolademelk en jenever. Inschrijven kost 5 euro (10 euro ter plaatse). Meer info: jonginkoksijde.be/warmste-week

Doe mee met Koksijde Fonkelt

Ben je handelaar of woon je in onze gemeente? Maak van jouw (voor)tuin, gevel, etalage of balkon een lichtbaken tijdens de donkere maanden. **Bevestig je deelname** voor 4 december via visitkoksijde.be/koksijdefonkelt

“Zo vermijden we dat mensen tientallen telefoontjes doen zonder resultaat”

Een huisarts zoeken betekende vaak tientallen telefoontjes zonder resultaat. Vanaf nu tik je je adres in op www.huisartszoeker.be en zie je meteen welke praktijken nog nieuwe patiënten aannemen. Sofie Corteel, coördinator van de huisartsenkring en wachtpostmanager, legt uit hoe de nieuwe huisartszoeker werkt en waarom dat ook artsen helpt.



T-d: Wat gaf de doorslag om ook in Koksijde te starten met een huisartszoeker?

Sofie Corteel: “De nood aan betrouwbare en actuele gegevens. Het klinkt misschien verrassend, maar er bestaat nergens een volledig overzicht van alle actieve huisartsen. De Huisartsenkring heeft wel een eigen databank, maar ook dan hebben we niet altijd zicht op de actuele capaciteit van elke praktijk. Die capaciteit kan snel wijzigen door allerlei factoren: een nieuwe collega die start, een tijdelijke patiëntenstop door zwangerschap of ziekte. Of artsen die een deel van hun tijd besteden aan andere opdrachten, zoals consultaties bij Kind en Gezin. Via de huisartsenzoeker geven huisartsen zelf aan of ze nieuwe patiënten aannemen en uit welke buurten. De huisartsenzoeker biedt jou één duidelijk en betrouwbaar startpunt in je zoektocht naar een huisarts. In één oogopslag zie je in welke praktijken in jouw omgeving er nog plaats is. Zo vermijden we dat mensen tientallen telefoontjes moeten doen zonder resultaat. De huisartsenzoeker is al actief in De Panne en Middelkerke. Daar merken we dat het platform positief wordt onthaald en vlot werkt.”

T-d: Hoe verschilt de druk op huisartsen in Koksijde van de andere kustgemeenten?

Sofie: “We zien in alle kustgemeenten binnen onze regio dezelfde uitdagingen. Dat heeft deels te maken met de demografische samenstelling van de kuststreek, maar ook met de perceptie van sommige jonge artsen. Veel startende huisartsen vrezen dat ze hier voornamelijk oudere patiënten zullen behandelen en minder jonge gezinnen. Sommige artsen vinden, na jaren studeren in een studentenstad, de kustgemeenten minder aantrekkelijk om te wonen en te werken. Dat beeld komt niet altijd overeen met de realiteit, maar speelt wel een rol bij hun keuze om ergens een praktijk te starten.”

T-d: Hoe vindt iemand via de huisartsenzoeker een dokter die nog patiënten aanneemt?
Sofie: "Je surft naar www.huisartszoeker.be en geeft je adres in. Daarna verschijnt meteen een overzicht van de huisartsenpraktijken in de omgeving die nog nieuwe patiënten aannemen. Wanneer er in een bepaalde buurt geen enkele praktijk beschikbaar is, kan de inwoner zich registreren op een wachtlijst. Zodra een praktijk opnieuw capaciteit heeft, neemt die contact op met het gemeentebestuur. Koksijde bezorgt daarna een aantal patiënten van de wachtlijst aan die praktijk."

T-d: Welke drempel neemt deze tool weg voor de inwoner?
Sofie: "De grootste winst? Je moet niet langer verschillende huisartsenpraktijken bellen in de hoop ergens een plek te vinden. De beschikbare capaciteit is onmiddellijk zichtbaar, waardoor je sneller weet waar je terechtkan."

T-d: Hoe past de huisartszoeker binnen jullie bredere aanpak, naast bijvoorbeeld de zomerdokters?
Sofie: "Er bestaat geen wondermiddel voor het huisartsentekort. Daarom zetten we in op een combinatie van initiatieven. We begeleiden huisartsen richting hun pensioen zodat patiënten tijdig doorstromen naar andere praktijken. We verspreiden actief vacatures uit onze regio en moedigen huisartsen aan om geneeskundestudenten stage te laten lopen in hun praktijk. Zo maken studenten al tijdens hun opleiding kennis met onze streek.
Daarnaast vinden we het belangrijk om burgers correct te informeren over de zorgmogelijkheden die er zijn. Veel mensen weten bijvoorbeeld niet dat een huisarts een vervanger voorziet tijdens afwezigheden. Of dat als er online geen afspraak meer beschikbaar is, ze dan even naar de praktijk moeten bellen. Voor dringende vragen houden artsen vaak nog plaatsjes vrij."

T-d: Wat hoop je dat de huisartszoeker binnen een jaar concreet verandert voor Koksijde?
Sofie: "We hopen dat we binnen een jaar een veel duidelijker beeld hebben van waar er bijkomende huisartsencapaciteit nodig is binnen de gemeente. We willen vooral dat inwoners sneller en eenvoudiger een huisarts vinden, zonder eindeloos te moeten rondbellen. En dat er een automatische doorstroming is van mensen op de centrale wachtlijst.

Lees het volledig gesprek op
www.tij-dingen.be/huisartszoeker

Heb je een huisarts nodig?

Een vaste huisarts is belangrijk. Iemand die jou kent, je medische geschiedenis opvolgt en snel helpt wanneer dat nodig is.

In Koksijde zijn er minder huisartsen dan vroeger, maar we werken aan oplossingen. Het doel? Zorgen dat iedereen toegang heeft tot zorg.

Ik heb een vaste huisarts
Heb je zorg nodig? Neem contact op met je huisarts en volg de instructies van de praktijk. Heb je een vaste huisarts, maar vind je online geen afspraak meer? Bel even naar de praktijk. Voor dringende vragen houden artsen vaak nog plaatsjes vrij die je online niet ziet.

Krijg je niemand aan de lijn? Luister dan naar het antwoordapparaat. Als je huisarts afwezig is, voorziet hij of zij altijd een vervanger.

Heb je geen huisarts?
En dringend medische hulp nodig? Bel naar 1733. Na het ingeven van je postcode, word je automatisch verbonden met een huisarts die je verder helpt.

Surf naar huisartszoeker.be en ontdek welke praktijken nieuwe patiënten aannemen. Je geeft zelf aan binnen welke afstand de praktijk moet liggen.

Noodgeval?
Heb je een noodgeval of ben je in levensgevaar? Bel 112 of ga naar de spoeddienst.

Op www.koksijde.be/huisarts vind je een overzicht van de meest gestelde vragen en de antwoorden.

"Ik krijg soms mensen aan de lijn die al 10 huisartsen opbelden"

Stijn Sinnaghel koos 15 jaar geleden voor een eigen praktijk in de gemeente waar hij opgroeide. Naast huisarts is hij ook bestuurslid van de Huisartsenkring. Wat houdt hem gemotiveerd? De vrijheid om zijn dag zelf in te vullen en de ondersteuning van zijn zus Nele die als verpleegkundige meewerkt. Tij-dingen ging langs voor een huisbezoek.

Tij-dingen: Is er veel veranderd tussen die beginjaren en nu?
Stijn Sinnaghel: "De druk op de gezondheidszorg is sowieso hoog. Huisartsen zijn wel beter georganiseerd dan vroeger. Toen was het gangbaar om een eenmanspraktijk te hebben. Nu verzamelen meerdere huisartsen zich in één praktijk of werken huisartsen, zoals ik, met een verpleegkundige. Mijn zus Nele ondersteunt me in de praktijk. Ik merk dat ik in een voormiddag meer patiënten ontvang dan vroeger, maar de druk is wel gelijk gebleven dankzij haar."

T-d: Ziet je wachtzaal er anders uit in de winter dan in de zomer?
Stijn: "De zomerartsen helpen de toestroom aan toeristen opvangen. De drukste periode voor huisartsen, ook voor mij, is de winterperiode met de opstoot van alle infectieziekten: griep, corona,… "

T-d: Welk moment maakte voor jou duidelijk hoe zwaar het huisartsentekort hier weegt?
Stijn: "Nu zijn er weken dat ik 15 of 20 aanmeldingen krijg van nieuwe patiënten en dat had ik vroeger niet. Meestal komt dat in golven. Ik krijg soms mensen aan de lijn die al 10 huisartsen opbelden en die tendens neemt nog toe. Vooral in onze buurgemeenten is er een huisartsentekort en die druk verschuift dan naar Koksijde. Hier hebben we voorlopig nog geen groot tekort. Binnen de Huisartsenkring werken we aan een vlotte doorstroming. Als een huisarts stopt, dan moeten 1.000 tot 1.500 patiënten worden herverdeeld."

T-d: Hoe beslis je of je nog nieuwe patiënten aanneemt?
Stijn: "Ik sluit op voorhand niemand uit. Voor mij is vooral de afstand tot de praktijk belangrijk. Mijn patiënten moeten zich vlot naar de praktijk kunnen verplaatsen. Als ik dan op huisbezoek moet gaan, is het voor mij ook haalbaarder. Ik vind het ook belangrijk dat de patiënt al een dossier heeft."

T-d: Wat doe je als je zelf even weg wil, terwijl de wachtlijst blijft groeien?
Stijn: "Ik heb een vaste vervanger. Dat is zo voor alle huisartsen in Koksijde en dat systeem werkt goed."

T-d: Wat zou jou het meest helpen om het werk hier vol te houden?
Stijn: "Mijn motivatie is alleszins nog groot om lang als huisarts te blijven werken. Ik ben ook van hier. Wat ik het belangrijkst vind? De vrijheid om mijn dag zelf te kunnen invullen. De flexibiliteit om mijn sociale en familiale verplichtingen te kunnen nakomen. In een grote organisatie als een ziekenhuis heb je die vrijheid minder. Het helpt dat mijn zus, als verpleegkundige, eerst mijn patiënten ziet en al wat voorbereidend werk kan doen."

>> Nele en Stijn Sinnaghel





Online bedreigd? Bewaar dit voor je blokkeert

Berichten die blijven komen. Een foto die je nooit deelde en toch online staat. Dat is cybergeweld: online intimidatie, stalking, het publiceren van je privégegevens (doxxing) of het verspreiden van intieme beelden zonder toestemming.

Het blijft niet bij je scherm, want de gevolgen voor je leven zijn tastbaar.

Herken je dit? Voortdurende berichten, bedreigingen, iemand die zich als jou voordoet of je online blijft volgen. Dan is er meer aan de hand dan een vervelende ruzie. Wat doe je als het jou overkomt?

4 stappen die je nu kan zetten

1. Bewaar alles: maak schermafdrukken van berichten en profielen, voor je iemand blokkeert.
2. Meld en blokkeer: gebruik daarvoor de tools van het platform.
3. Beveilig je accounts: scherp je privacy-instellingen aan, kies sterke wachtwoorden en zet tweestapsverificatie aan.
4. Praat erover: kies iemand die je vertrouwt. Een vriend, familielid of steungroep.

Bedreigd of onzeker?

Ga naar de politie als iemand je bedreigt. Heb je vragen of twijfel je? Contacteer 1712, telefonisch of online. Je hoeft dit niet alleen op te lossen. Voor info over andere vormen van digitale fraude: www.koksijde.be/phishing

Tijdens de Orange-campagne, van 25 november tot 10 december, vraagt Soroptimist International Veurne-Westhoek aandacht voor geweld tegen vrouwen en meisjes. Ook voor het geweld dat zich online afspeelt.

het cijfer

1 op 3

Dat is het aantal jongeren dat ooit het slachtoffer wordt van online haatspraak of het verspreiden van naaktbeelden.

Uit cijfers van Mediawijs en Alles over pesten blijkt dat 4 procent van de tieners wekelijks (structureel) wordt geconfronteerd met cyberpesten.

Lees de XL-versie van Tij-dingen online:
www.tij-dingen.be

Gemeente info

Zeelaan 303
8670 Koksijde
058 53 30 30 - info@koksijde.be

Tij-dingen ging in druk op 15 oktober. Met wijzigingen na die datum kon de redactie geen rekening houden.

Intrede van Sinterklaas

Op zondag 29 november komt Sinterklaas aan in Koksijde.
Begroet hem en zijn zotte pietenbende.

- Start om 14 uur aan de rotonde in de Zeelaan.
- Daarna trekt hij naar het Theaterplein (voor het gemeentehuis) waar hij jou toespreekt.
- Einde om 17 uur.

Het Theaterplein en het gemeentehuis veranderen in een pietendorp.
Haal daar je pietendiploma.

Extra: ontmoet de Sint en sta met hem op de foto.

Meer info: www.jonginkoksijde.be

