

Wandelen, sporten, bewegen.

Turnen. Iedere dinsdag in Zutendaal.

Van 19u tot 20u. De Blookberg
Blookbergstraat 7, 3690 Zutendaal
Irene Loos – 0495 42 23 09

Onderhoudsturnen. Iedere dinsdag om 10u.
Sportcentrum Genk.

Mita Geurts – 0485 86 41 50

(Nordic) wandelen. Iedere dinsdag om 10u
(4 a 5 Km) in het sportingek park in Genk.

Emiel Van Dorenlaan 144, 3600 Genk
Karel Van Suetendael - 0473 24 34 05

Gezondheidswandelingen

Op zeer verschillende plaatsen in onze regio
(en daarbuiten) worden regelmatig heel
korte (0.5 à 1u) gezondheidswandelingen
georganiseerd. Neem contact met de sociale
dienst van je gemeente of met ons voor een
plaats in uw buurt.

Op onze website 'www.diabetesmaol.be'
vind je alvast een lijst onder activiteiten.

Jaarprogramma 2024

Wil je in het jaarprogramma van 2024 andere
onderwerpen zien? Aarzel niet om het ons te
melden. Schrijf een briefje of een email met
jouw suggesties. Bellen kan natuurlijk ook of
spreek ons aan tijdens een activiteit.
Alvast onze dank om mee te denken in
functie van een mooi programma voor
iedereen.

Contactgegevens

Voorzitter: **Karel Van Suetendael**

maaskant.oostlimburg@diabetes.be

T - 0473 24 34 05

www.facebook.com/diabetes.liga/maol

www.diabetesmaol.be

Hoofdzetel Diabetes Liga vzw

Ottergemsesteenweg 456, 9000 Gent.

T - 09 220 05 20

BTW: BE 0412 404 705 – RPR Gent

www.diabetes.be / liga@diabetes.be

GRATIS Diabetes infolijn - 0800 96 333

Trooper.be/maol

Via deze site kan je naar believen online
shoppen en steun je tegelijkertijd jouw
afdeling Diabetes Liga MaOL.

DOEN!

WWW.DIABETES.BE

PROGRAMMA 2023



d diabetesliga
Maaskant - Oost-Limburg

WWW.DIABETES.BE

V.U. Karel Van Suetendael
T - 0473 24 34 05
maaskant.oostlimburg@diabetes.be
Lidgeld - €30 per jaar.
Professionele leden - €50 per jaar.
Sociaal tarief - €10 per jaar.

Rekeningnummer
BE04 7845 2058 9831
BIC: GKCC BE BB



Familie - Nieuwjaarsreceptie.

Zaterdag 04/02/2023 OM 14U

Met muzikale omlijsting, broodjes en soepje.
Leuke herinnering bij het naar huis gaan.

Locatie: zaal De Flééketaer,
Piehpelplein 4, 3600 Genk

Prijs: Leden en partner €5 p.p., niet leden €10 p.p.,
kinderen t.e.m. 12 jaar gratis

Info: maaskant.oostlimburg@diabetes.be

T - 0473 24 34 05

Inschrijven: voor 28/01/2023

op BE04 7845 2058 9831 met vermelding van
aantal deelnemers en kinderen.

De diabetesvoet, nieuwe technieken.

Zaterdag 22/04/2023 OM 14U

Locatie: Aula Zol Genk, Schiepse Bos 6, 3600 Genk

Spreker: dokter W. Lansink, vaatchirurg
en het verhaal van een getuige.

Prijs: €2 voor leden en partner.
€2 voor V.T. en €5 voor niet leden.

1 consumptie en parking inbegrepen voor iedereen.
Accreditatie mogelijk

Info: maaskant.oostlimburg@diabetes.be

T - 0473 24 34 05

Inschrijven: voor 15/04/2023

op BE04 7845 2058 9831

of maaskant.oostlimburg@diabetes.be

Boottocht met kleine lunch.

Kinderen ook welkom.

Zaterdag 24/06/2023 OM 12U

Locatie: Limburgia Cruises,
Scheepvaartkaai 5D 3500 Hasselt

Samenwerking met; in onderhandeling

Prijs: €38 p.p., kinderen t.e.m. 12 jaar €20.

Info: maaskant.oostlimburg@diabetes.be

T - 0473 24 34 05

Inschrijven: voor 16/06/2023

op BE04 7845 2058 9831 met vermelding van
aantal deelnemers en kinderen.

Familie - Wandeling en BBQ.

Zaterdag 02/09/2023 OM 14U

Met speeltuin, kinderboerderij, burcht ruïne,
terras, wandelen ook voor kinderen.

Locatie: Pietersheim,
Neerharenweg 12 3620 Lanaken

Prijs: leden en partner €38 p.p., niet leden €43 p.p.,
kinderen t.e.m. 12 jaar €20

Info: maaskant.oostlimburg@diabetes.be

T - 0473 24 34 05

Inschrijven voor 26/08/2023

op BE04 7845 2058 9831 met vermelding van
aantal deelnemers en kinderen.

Familie Kookworkshop.

Koude feestelijke hapjes en schotels.

Zaterdag 14/10/2023 OM 14u

Locatie: Zaal De bol, Lucien Londostraat 3600 Genk

Spreker: C. Moors, diëtiste.

Prijs: gratis voor MaOL leden, partner en kinderen.
Niet MaOL leden en V.T. €4.

1 consumptie inbegrepen.

Inschrijven: voor 07/10/2023

om voldoende groenten en fruit te bestellen.

op BE04 7845 2058 9831 met vermelding van aantal
deelnemers en kinderen.

Info: maaskant.oostlimburg@diabetes.be

T - 0473 24 34 05

Wereld Diabetes Dag. (WDD)

Dinsdag 14/11/2023 heel de dag

Locatie: Wandelgangen Zol Genk, Zol Lanaken,
G.C. Althea. Blauw verlichte gebouwen,
op diverse locaties in de regio MaOL.

Spreker: MaOL, diabetes team Zol, Althea G.C.

Prijs: gratis

Info: maaskant.oostlimburg@diabetes.be

T - 0473 24 34 05

Inschrijven: niet nodig