

SINT-KATELIJNE-WAVER CENTRUM
SINT-KATELIJNE-WAVER CENTRUM



(pentekening gemaakt door Herman Schouwaerts, voorzitter)

MAANDBLAD
W A V N D B G V D
SEPTEMBER 2017
S E P T E M B E R 2017

COLOFOON

Dit maandblad is een uitgave van 'OKRA Trefpunt Sint-Katelijne-Waver Centrum'.

Verschijnt maandelijks.

O(open) - **K**(kristelijk) - **R**(respectvol) - **A**(actief)

Onze missie blijft : de leden zo goed mogelijk inlichten over onze activiteiten. .

Verantwoordelijke en redactie: René Van Noten (Algemeen verantwoordelijke Administratie)

rvannoten@skynet.be 015 31 20 91

Redactie en vormgeving: Herman jr.Claes

hermanjrclaes@gmail.com 015 75 61 52

Voorzitter en redactie : Herman Schouwaerts (voorzitter)

herman.schouwaerts@telenet.be 015 32 20 72

Bankrekeningen OKRA SKW Centrum :

IBAN: BE53 7775 9673 2053 BIC : GKCCBEBB (zichtrekening)

IBAN: BE08 7795 9882 7413 BIC : GKCCBEBB (sportrekening)

IBAN: BE91 8333 4709 6376 (spaarrekening)

Wij hebben volgende software gebruikt :

- Microsoft Windows 10
- Microsoft Word 2013

Website : www.okra.be/trefpunt-skwcentrum

Fotoblog : <http://fotoalbum.seniorennet.be/OKRASKWC> en

<http://fotoalbum.seniorennet.be/OKRASKWC2017>

Contactadres en Verantwoordelijke uitgever :

Herman Schouwaerts, voorzitter OKRA SKW Centrum.

tel 015 32 20 72 – e-mail : herman.schouwaerts@telenet.be

OKRA – Academie

De halfjaarlijkse **brochures** van OKRA Academie zijn er al lang !!!!!

Vraag er naar bij onze **verantwoordelijke** : Ward Liekens, Tel.: 015 31 36 29

De selectie van de redactie :

18 sept. Stadswandeling OP.RECHT.MECHELEN

22 sept. Cirque du Soleil te Brussel



GRIFFELROCK 2017 IN SPORTPALEIS ANTWERPEN

De Vlaamse regering heeft de afslanking van de provinciale activiteiten met één jaar verlengd; dit wil zeggen dat, ondanks de aankondiging van vorig jaar dat in 2016 de laatste griffelrock zou zijn, er nu toch nog in 2017 en ditmaal met 100% zekerheid de laatste griffelrock zal plaatsvinden.

Datum : dinsdag 3 oktober 2017 om 14.30 uur

Plaats : Sportpaleis Antwerpen

Prijs : we leggen een bus in; de inkomkaarten de bus samen kosten € 20, –!!!
tijdig uw kaarten vanaf nu te bestellen bij René Van Noten tel 015 31 20 91 of 0476 33 94 99.



Volgende artiesten werken mee : DANA WINNER –
MICHA MARAH – CONNIE NEEFS – JACKOBOND zingt
Marva – JOHAN VERMINNEN –
65 jaar Strangers met VOICE MALE – MARTINE DAMS –
MAMA'S JASJE – LUC APPERMONT

(tekst : René Van Noten)

Veilig leren vallen voor de actieve 55+

Datum : Woensdag 23 augustus 2017

Uur : van 14.00 u tot 15.00 u.

Locatie : Sporthal Bruultjeshoek

Wat leer je in deze gratis aangeboden valsessie :

- de juiste reflex bij het struikelen of uitglijden
- vermijden van kwetsuren als je valt
- de oefeningen gebeuren op rubber matjes (in de zaal aanwezig)

Het aantal deelnemers is beperkt tot een 20 tal personen .

Deelnemers dragen liefst losse kledij, bij voorkeur een T-shirt of trui met lange mouwen .Na de sessie biedt het gemeentebestuur (inrichter van deze sessie) u graag nog een tasje koffie aan in de cafetaria van de sporthal.

Inschrijven : tot donderdag 17 augustus 2017

bij Bosmans Amedé
tel : 015 31 03 36

(tekst : Amedé Bosmans)



Wat IS er van de SPORT ?!?

1. Kubb-spel :

Elke maandag! om 14.00 uur

Locatie : TC Heiveld (naast buitentribune tennis)

Verantwoordelijke : Leo Mertens, tel.: 015 31 07 93

Op 28 september sluiten we het seizoen af met een barbecue.

deelname: € 18.00 deuren: 14.30 uur



2. Petanque

Elke maandag om 14.00 uur :

Plaats(vanaf sep): Berentrode Bonheiden

Verantwoordelijken:

Paul Eekeleers, tel.: 0476 38 08 04

Maurits Suetens, tel.: 015 31 09 53

3. Nordic Walking,



Elke dinsdag om 9.30 uur tot 11.00 uur : vertrek aan sporthal TC HEIVELD. **Niet in augustus.** Wij beginnen terug op 5 september 2017.

Info bij de verantwoordelijken:

Rita Verwimp, 015 31 62 18 en Leo Wouters, 015 31 62 18



4. Badminton

Elke dinsdag van 10.00 tot 11.30 uur in sporthal TC HEIVELD

Verantwoordelijken:

Ferre Ongena, tel 015 33 68 04 en

Jan Vertommen, tel 015 31 66 36



5.Fitness :

Vakantie voorbij; dus vliegen we er weer in.

Elke woensdag vanaf 27 september 2017 tot eind april 2018.

Woensdag 27 september is iedereen, die geïnteresseerd is, welkom op een initiatieles.

De lessen gaan door van 10.00 uur tot 11.00 uur in de sporthal TC Heiveld, onder de deskundige leiding van **Jan**.

De bijdrage voor deze lessen: **€ 210 aan € 30 per maand.**

Voorwaarde voor dit tarief: minstens 31 deelnemers.



Minder dan 30 deelnemers betekent dat de bijdrage **€ 35 wordt per maand.**

In dit geval zijn er 2 mogelijkheden: iedere deelnemer betaalt € 5 extra per maand of we blijven op een totaal bedrag van € 210 voor 6 maanden ipv 7 maanden. Wordt later met de deelnemers afgesproken indien nodig.

We gaan uit van een bijdrage van € 210 te betalen in 2 schijven.

te storten op de sportrekening: **BE08 7795 9882 7413 van OKRA SKW**

Centrum (vermelding: fitness).

storting schijf 1: **€ 110,00 vóór 1 september 2017**

storting schijf 2: **€ 100.00 vóór 25 december 2017**

Plaats: Life Style tenniscentrum Heiveld

Verantwoordelijken: Simonne Vangoethemd, tel: 015 33 68 04

Herman Schouwaerts, tel: 015 32 20 72

6. Zomerfietsen

- korte tochten: vertrek 13.30 uur Zonstraat
(ingang kerkhof)

7 september: Hollen – Bollen

14 september: diamantroute

21 september: Borsbeek

28 september: einde zomerfietsen met bbq

Verantwoordelijken:

14 september: Jos Adriaenssens, tel: 015 21 44 41

Jozef Vandeneede, tel: 015 31 46 98

7, 21 en 28 september: Felix Op de Weerd, tel: 015 31 37 34

Jacques Wilms, tel: 015 31 80 43 - 0473 47 72 42

EXTRA !!!! op woensdag (!!!) 6 september 2017 : ontbijt bij IKEA

Wilrijk. Vertrek om 9.00 u Zonstraat !! Nadien rijden we terug naar

Sint-Katelijne-Waver. Opgelet : Iedereen is welkom !

- dagtocht: vertrek 8.30 uur Zonstraat (ingang kerkhof)

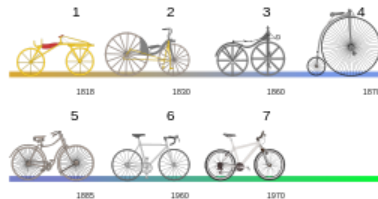
14 september: Grimbergen

verantwoordelijken: Felix Op de Weerd, tel: 015 31 37 34

Jacques Wilms, tel: 015 31 80 43/ 0473 47 72 42

Op 28 september sluiten we het seizoen af met een barbecue.

deelname: € 18.00 deuren: 14.30 uur



7. ETT-Fietsen (Elke trap telt)

Elke woensdag om 13.30 uur. Vertrek : parking GLOC Daliastraat

Verantwoordelijken :

Janne Albort, tel 015 63 55 53 gsm 0477 78 77 71

Ferre Ongena, tel 015 33 68 04 gsm 0475 67 17 35

8. Zomerwandelen

Elke week op donderdag om 9.00 uur.

Vertrek : Markt Centrum SKW

Verantwoordelijken : Leon Leemans, tel.: 0473 65 16 37

Josée Van der Auwera, tel.: 015 31 66 36

Op 28 september 2017 sluiten we het seizoen af met een barbecue.

deelname: € 18.00 deuren: 14.30 uur



9. Winterwandelen, en 10. Winterfietsen :

Elke week op donderdag vanaf 5 oktober 2017



11. Aquagym .

De lessen voor september op volgende data: **15 en 22 september 2017.**

Uitgangspunt: zwembad Michiels-Elzenstraat
vrijdag van 15.15 uur tot 16.15 uur

**Prijs deelname: € 4, vanaf 10 deelnemers:
€ 3 per deelnemer**

Voor deze activiteit kunnen nog nieuwe deelnemers zich aanmelden. Iedereen is welkom.

Zij zijn welkom op 15 september 2017, deze beurt is gratis voor de nieuwelingen.

De lessen worden afwisselend gegeven door Ann en Simonne.

Plaats: zwembad Michiels-Elzenstraat

Verantwoordelijken en lesgeefsters:

Ann de Jaeck, tel: 015 32 29 03 - 0498 64 24 57

Simonne Vangoethemd, tel: 015 33 68 04

12. Line Dance : Elke dinsdag van 13.30 tot 15.00 uur in de parochiezaal (deze locatie kan wijzigen, zal tijdig mondeling worden medegedeeld)

!!!! rechtzetting aug: 1, en 8 augustus 2017.!!!!

Onkosten deelname : € 5.00 Verantwoordelijken :

Ann De Jaeck , tel 015 32 29 03

Hubert Hofman, tel 015 21 85 60



shutterstock · 131497865

PROMOTIE LINE DANCE :

De eerste les van september, dinsdag 5 sep 2017, is een open les. Wie als nieuweling geïnteresseerd is, kan gratis een les bijwonen om later eventueel de bestaande groep uit te breiden.. Het is een aangepaste les met het aanleren van basispassen, die een eventuele latere instap zal vergemakkelijken.

Doe mee en kom gerust een kijkje nemen !!

13. Kaartspel

Elke dinsdag van 14.00 tot 17.00 uur in ZAAL 'Offendonk'
(achter het Rusthuis OCMW Katelijne, Den Haes 8)



14. Volleybal :



Elke maandag : Sporthal Bruultjeshoek
van 19.00 tot 20.30 uur

Elke dinsdag : Sporthal Duffel van 10.00
tot 11.30 uur

Elke zaterdag : Sporthal Duffel van 9.00
tot 10.30 uur

Verantwoordelijke : Eddy Van Otten, tel
0483 66 79 33

15. Netbal

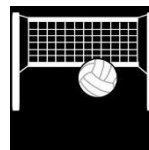
Elke dinsdag : van 9.30 uur tot 11 uur, Sporthal TC Heiveld .

Opgelet : wij spelen NIET in augustus !!!

We starten op 5 september 2017.

Verantwoordelijke : René Van Noten, tel 0476 33 94 99

Technische ondersteuning : Wilfried De Keyser, tel 015 20 01 48



En dan nog een extra-sportactiviteit!!

september 2017 : **Maand van de sportclubs**

De sportdienst-sportraad van SKW nodigt alle sportclubs van onze gemeente uit voor een "open deur" in de maand september 2017.

Ons trefpunt gaat in op dit voorstel en zet ook dit jaar zijn deuren open voor onze sportactiviteiten .

Het is de bedoeling dat onze actieve sporten in september NIET AANGESLOTEN leden laten meesporten om alzo hun interesse op te wekken om ook in de toekomst te komen sporten .

De sportdienst heeft voor de maand september een ongevallenverzekering afgesloten voor alle niet aangesloten sporters.

De sportdienst zorgt ook voor de nodige reclame voor alle meewerkende clubs.

(Tekst : Amedé Bosmans)

OKRASKWC gaat digitaal

Wie regelmatig onze Web-site, <http://www.okra.be/trefpunt-skwcentrum>, bezoekt zal merken dat, wanneer je naar fotoalbum gaat, er **een fotoblog is tot eind 2016**, met meer dan 10 000 foto's. Deze fotoblog was nogal rommelig in de naamgeving (reeds gestart in 2009!!). Daar moesten we iets aan doen:

Er is vanaf 2017 een **nieuwe** fotoblog, **fotoalbum.seniorennet.be/okraskwc2017**, die enkel wordt beheerd door:
Herman jr.Claes HjrC en
Herman Schouwaerts HSCH



De volgende medeleden kunnen ook foto's op de blog opladen :

Hugo De Groof HDG

Pierre van Utterbeeck PVU

Michel Van Leuven MVL

Andere okra-leden die foto's willen plaatsen moeten contact opnemen met Herman Schouwaerts, de voorzitter.

Contactgegevens te vinden Colofon, pag 2. (Kerstfeest 2009 --->)



We hebben een aantal regels gemaakt waaraan deze fotografen zich moeten houden, teneinde alles beter te kunnen terugvinden. Ordnung muss sein !!



Ook nieuw: de filmreportages van Pierre Van Utterbeeck zijn te bekijken via YouTube.

Hoe?:

1 via Google – YouTube en zoeken op okraskwc

2 via Google okraskwc, dan vind je het Fotoalbum

SeniorenNet (2016) heb je dat geopend kan je verdergaan naar 2017 door bovenaan 'okraskwc' aan te vullen met 2017. Verder in het aanbod van Google vind je de link naar YouTube en in de zoekactie tik je: 'okraskwc'.

Succes, met het maandblad in de hand aan de slag.

In de toekomst komt er waarschijnlijk op onze home-pagina een link naar YouTube-okraskwc.

(tekst Herman Schouwaerts)

Cultuuruitstap op 22 september 2017

Die dag sporen we naar Binche, een Henegouwse stad.

Ondanks haar woelige verleden heeft de stad haar merkwaardige middeleeuwse patrimonium binnen de stadsmuren uitstekend weten te bewaren.

Binche was trouwens het geliefkoosde oord voor de groten der aarde die de stad uitbouwde tot wat ze nu is. Zo liet Boudewijn IV, graaf van Henegouwen, er in de 13^{de} eeuw een prachtig paleis bouwen. Uit deze periode dateren ook de fraaie stadsmuren die nog zo een 2 km tellen. Ook Maria van Hongarije bouwde hier een prachtig kasteel. Maar naast deze fraaie stadsmuren bezit Binche ook nog een rijk en historisch bouwkundig erfgoed – erkend door Unesco.



In de voormiddag maken wij een wandeling langs deze stadsmuren en enkelen historische gebouwen.

Maar Binche is heden vooral beroemd om zijn carnaval en de Gilles. Deze carnaval ontstond reeds in de 14^{de} eeuw en nog steeds vieren de inwoners carnaval met veel enthousiasme en volgens de traditie. In de namiddag zal hierover een gids ons in het museum van de carnaval vertrouwd maken met deze geschiedenis en op welke wijze deze carnaval dagen (of weken) verlopen.



Wij zijn er van overtuigd dat U een bezoek aan Binche zeker de moeite waard zult vinden.

Vertrek Station Sint Katelijne Waver om 8.30 uur op spoor 4 (eerste spoor naast parking).

Kostprijs : € 55,00 (inbegrepen trein – museum + gidsen – lunch en bijhorende drank)

Inschrijven voor **10 september** 2017 bij :

Maria Van Herck 0475 87 88 91 of

Tina Uytterhoeven 0478 47 98 36 en

door storting op bankrekening van Okra.(zie pagina 2 van dit maandblad)

(tekst : Tina Uytterhoeven)

CREA

In zaal 'Offendonk' (het zaaltje van de flatjes achter het rustoord), telkens van 14.00 tot 17.00 uur

- **dinsdag 12 september 2017**: kantslossen en hobby

- **dinsdag 26 september 2017**: kaarten naaien

meebrengen: papier voor kaarten, prikpen met kussentje, plakband, naald en draad

info: Godelieve Sterckx, tel: 015 31 37 34



PRAATKAFFEE

Elke eerste dinsdag van de maand (5 september 2017) kan je in zaal Offendonk (**achter het OCMW, Den Haes 8**), tussen 14.00 u en 17.00 u komen kletsen, praten, roddelen, de wereldpolitiek oplossen, en discussiëren over van alles en nog wat. Gewoon gezellig bij mekaar zitten, en een babbeltje slaan. Welkom! Verantwoordelijke : Christiane Guérard tel.: 015 31 21 89

*** spelen met getallen ***

1 2 3 4 5 6 7 8 9
9 8 7 6 5 4 3 2 1
1 2 3 4 5 6 7 8 9
9 8 7 6 5 4 3 2 1
 + 2
2 2 2 2 2 2 2 2 2 2

Deze eigenaardige optelsom werd in de zeventiende eeuw door de Duitse filosoof Leibniz bedacht.

(tekst : Guérard Christiane)

Wie kent deze plant ?



Deze plant heet gewoon "OKRA"

Okra is een eenjarige plant waarvan de jonge bladeren, maar vooral de jonge, **onrijpe** vruchten worden gebruikt als groente. De naam Abelmoschus is afgeleid van het Arabische woord "abul-mosk", vanwege de naar muskus ruikende zaden.

(bron [Wikipedia](#))

Uit een oude fotoblog (zie artikel OKRASKWC gaat digitaal): foto van Bal 9 november 2012 :



Contactadres en Verantwoordelijke uitgever :
Herman Schouwaerts, voorzitter OKRA SKW Centrum.

tel 015 32 20 72 – e-mail : herman.schouwaerts@telenet.be