



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

\* Vereniging voor 55+ \*

\* Verleiden voor 55+ \*

# ACTIVITEITEN

## Maart 2020



**Praatkoffie**  
nooit te oud  
om bij te leren

**Redactiestaf** : Herman Schouwaerts [herman.schouwaerts@telenet.be](mailto:herman.schouwaerts@telenet.be),  
Tel: 015 32 20 72 / 0485 62 53 80  
René Van Noten [rvannoten@skynet.be](mailto:rvannoten@skynet.be),  
Tel: 015 31 20 91 / 0470 74 24 59

**Bankrekeningen OKRA SKW Centrum:**

IBAN: BE53 7775 9673 2053 BIC: GKCCBEBB (zichtrekening)  
IBAN: BE08 7795 9882 7413 BIC: GKCCBEBB (sportrekening)

**Website:** [www.okraskwcentrum.be](http://www.okraskwcentrum.be)

**Fotoblog en YouTube films:** zie website van ons trefpunt

**Contactadres en Verantwoordelijke uitgever:**

Manu Saels, voorzitter OKRA SKW Centrum.  
e-mail: [manu@saels.eu](mailto:manu@saels.eu), tel: 015 21 97 59 / 0477 33 35 80

\* **Contactgegevens OKRA-secretariaat regio Mechelen**, tel: 015 40 57 45 \*

**Info privacy gegevens:**

Onze organisatie houdt zich in alle gevallen aan de toepasselijke wet- en regelgeving inzake je privacy, waaronder de Algemene Verordening Gegevensbescherming (ook gekend als GDPR, verordening EU 2016/679). Méér info over ons actueel privacy beleid vind je op onze website of vraag een papieren versie.

\*\*\*\*\*

**Ook niet-leden zijn welkom. Bij de 1ste deelname aan één van onze Okra-activiteiten wordt dezelfde inkom gevraagd als Okra-leden betalen. Vanaf de 2<sup>de</sup> deelname verwachten wij dat je lid wordt van onze vereniging. Het jaarlijks lidgeld bedraagt:  
Gewoon lid: € 25 - Gezinslid: €17 - Sportzegel: € 8 (incl. sportverzekering)  
Rusthuisbewoners / flatjes: € 10 - Bijlid: € 5**

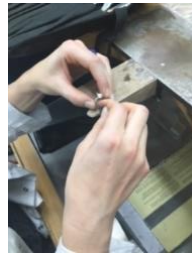
**\* PRAATKAFFEE \***

Op **dinsdag 3 maart 2020** in zaal Offendonk  
(zaal van de flatjes achter rusthuis), van 14.00 tot 17.00 uur.

Thema: uiteenzetting door ons okra-lid **Cecile Moortgat**,  
goudsmid en juwelenhersteller.

Zij studeerde vroeger af leraar tekenen en volgde nadien een bijkomende opleiding "goudsmid/juweelhersteller" en is de tektschrijver van dit artikel.

Vervolg: zie pag 3



Een nieuwe uitdagende bezigheid, **solderen** en werken met

- verschillende metalen; goud, zilver, koper, platina

- verschillende gereedschappen: hamers, vijlen, tangen

Zoveel soorten edelstenen. Zilver of goud smelten tot een staaf en daar dan een juweel van maken door het metaal tot draad te trekken of te plooiën.

Het metaal aan elkaar solderen en nadien tot een prachtig juweel komen door te polieren.



Leuk om weten:

- hoe herken ik zilver?

- hoe herken ik de diverse soorten goud? – geel goud – rood goud

- wat is 9 karaat, 14 karaat, 18 karaat en 24 karaat goud?

- testen of je ring, armband, oorbellen of halssnoer bestaat uit 18 karaat goud.

**Verantwoordelijke**: Christiane Guérard, tel: 015 31 21 89

## OKRA Academie



\* **Reisreportage**: Japan: tempels, heiligdommen en tuinen  
door Edgard Jespers  
**maandag 9 maart 2020** om 14.00 uur

Waar: zaal Forum, in de Lindepoort, Mechelen

Prijs: € 8, OKRA-leden: € 6, ter plaatse te betalen, inschrijven niet nodig.

\* **Voordracht**: Wat met je cholesterol?  
**maandag 16 maart 2020 om 14.00 uur**

Waar: zaal Forum, in de Lindepoort, Mechelen

Prijs: € 8, OKRA-leden: € 6, ter plaatse te betalen, inschrijving niet nodig.

\* **Voordracht**: Ontoerekeningsvatbaar? Werken met geïnterneerden  
door Luc Swennen  
**maandag 23 maart 2020** om 14.00 uur

Waar: zaal Forum, in de Lindepoort, Mechelen

Prijs: € 8, OKRA-leden: € 6, ter plaatse te betalen, inschrijving niet nodig.

\* **Voordracht**: De darm, ons tweede brein  
door dokter Hugo Stuer  
**dinsdag 24 maart 2020** om 14 uur

Waar: parochiezaal, Broekstraat 24A, Lippelo

Prijs: € 8, OKRA-leden: € 6, ter plaatse te betalen, inschrijving niet nodig.

# Zangstonde

Welkom aan iedereen die graag zingt. Wij zorgen voor muziek en tekst. Jij verzorgt samen met ons de zang.

**Wanneer:** maandag 16 maart 2020 van 14.00 u tot 15.15 u (15' pauze)

**Plaats:** Conferentiezaal van de parochielokalen SKW Centrum, Markt 28, St-Katelijne-Waver.

**Deelnamekost:** € 2,50 per persoon, drank van € 2 inbegrepen.

Verantwoordelijken:

- Rita Dewals, tel: 015 21 97 59
- Doris Prinsen, tel: 015 55 68 91

Technische ondersteuning: Manu Saels



# Volksdans



Kom al dansend plezier maken met oude Vlaamse volksdansen.

Onze lesgever Marc legt geduldig de dansen uit, zodat je met een gelukkig gevoel de zaal verlaat en uitkijkt naar de volgende bijeenkomst.

**Plaats:** Onze parochiezaal St-Catharina

**Wanneer:** woensdag 11 maart 2020 van 09.30 tot 11.00 u

**Inkom:** € 2,-

**Lesgever:** Marc Truyers, tel: 0498 94 54 54, e-mail: [marc.truyers@telenet.be](mailto:marc.truyers@telenet.be)

**Praktische ondersteuning:** Manu Saels, tel; 0477 33 35 80

*\* Zowel alleenstaanden als koppels zijn welkom \**

# Wat is er van sport ?

## **1. Kubb-spel:**

winterstop

Verantwoordelijke:

Leo Mertens, tel: 015 31 07 93

## **2. Volleybal:**

**Elke maandag:** Sporthal Bruultjeshoek van 19.00 tot 20.30 uur

Verantwoordelijke:

Eddy Van Otten, tel: 0483 66 79 33

## **3. Petanque:** Elke **maandag** om 14.00 uur

**Plaats:** Berentrode, Bonheiden

Verantwoordelijken:

Christiane Van Espen, tel: 0476 38 08 04

Paul Eekelaers

## **4. Fitnessclub:** prijs 10-beurtenkaart: € 81

elke **maandag** van 10.00 tot 11.00 uur, exclusief voor okra-leden

Waar: "Fitamien", Hoogstraat 360b, Duffel

Verantwoordelijke:

Herman Schouwaerts, tel: 0485 62 53 80

## **5. Nordic Walking:**

Elke **dinsdag** van 9.30 uur tot 11.00 uur

Vertrek aan sporthal TC Heiveld.

Verantwoordelijke:

Rita Verwimp, tel: 015 31 62 18

## **6. Netbal:**

Elke **dinsdag** van 9.30 uur tot 11.00 uur

in sporthal TC Heiveld

Verantwoordelijke:

René Van Noten, tel: 0470 74 24 59 / 015 31 20 91

Coach:

Wilfried De Keyser, tel: 015 20 01 48

## **7. Badminton:**

Elke **dinsdag** van 10.00 tot 11.30 uur in sporthal

TC Heiveld

Verantwoordelijken:

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

Jan Vertommen, tel: 015 31 66 36



### **8. Line Dance:**

Elke **dinsdag** van 13.30 tot 15.00 uur in de **parochiezaal**, onkosten: € 3,50

Verantwoordelijken:

Ann De Jaeck, tel: 015 32 29 03 / 0489 64 24 57

Hubert Hofman, tel.: 015 21 85 60 / 0479 68 07 21

### **9. ETT-Fietsen (Elke trap telt):** elke **woensdag** om 13.30 uur.

Vertrek: parking GLOC Dahliastraat

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

### **10. Looptraining:**

Op **woensdagavond** om 17.30 uur

**Plaats:** Abdijstraat, St-Katelijne-Waver

**Trainer:** Marc Truyers, tel: 015 34 43 27 / 0498 94 54 54

e-mail: [marc.truyers@telenet.be](mailto:marc.truyers@telenet.be), indien interesse, graag Marc informeren

### **11. Fietstochten:**

**Winterfietsen,**

Elke **donderdag**: vertrek 13.30 uur op het kerkplein

Verantwoordelijken:

Jos Adriaensens, tel: 015 31 44 14

Jozef Vandeneede, tel: 015 31 46 98

Amedé Bosmans tel: 015 31 03 36

### **12. Wandelen:**

Elke **donderdag om 10.00 uur**. Vertrek **Markt Centrum SKW**

Parkeren op de nieuwe parking (voormalig Mariapark).

Verantwoordelijken:

Leon Leemans, tel: 0473 65 16 37

Josée Van der Auwera, tel: 015 31 66 36

Invalleur: Michel Van Leuven, tel: 015 31 50 82 / 0475 46 57 26

\* **wandelcriterium** \*

**donderdag 5 maart 2020**, Schriek, centrum  
Wie meedoet:... afspreken met Leon of Josée

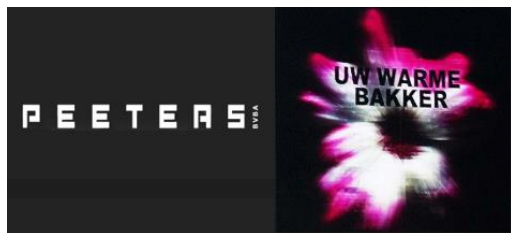
3

**Brunswick**

**Herinnering:** bowling: 2 april 2020, Boomssteenweg 35, Schelle  
plaatsen beperkt

Je kan nog inschrijven tot **13 februari 2020 !!**

Verantwoordelijke: Bert Ceuppens, 0473 64 07 00, meer info: maandblad februari



*Tombola sponsors  
Okra - Kerstfeest 20 december 2019*



*Tombola sponsors  
Okra - Kerstfeest 20 december 2019*





In zaal Offendonk (zaal van de flatjes achter het rusthuis)  
van 14.00 tot 17.00 uur

- **dinsdag 10 maart 2020:** kantklossen en hobby

- **dinsdag 24 maart 2020:**

\* project 1: looper in Bargello

\* project 2: schakel - halssnoer

meebrengen:

project 1: handwerkstof en 4 kleuren

dmc zesdraad

project 2: 2 kleuren parels, roccays 11/0

of kleuren naar keuze (overschot)



Verantwoordelijken::

Godelieve Sterckx, tel: 015 31 37 34

Rita Van de Weyer; tel: 015 31 04 63

Jacques Wilms, tel: 015 31 80 43

## Door de bril van Christiane



Mijn vader heeft mij van jongs af aan geleerd een goedendag te knikken of te zeggen, wanneer je iemand tegenkomt.

Ik ben nu 85 jaar en doe dit nog steeds (zonder nadenken), maar ik krijg heel vaak vreemde of norske blikken terug.

Maar toch: zo nu en dan vraagt er iemand of hij mij moet kennen aangezien ik zo vriendelijk goedendag zeg.

**Een goed leven is vaak glimlachen,  
groots dromen, jezelf verwonderen en je realiseren  
hoe gezegend je bent met alles wat er wel is.**

# Onze jarige Okra-leden

## MAART

1	Calders Jeanne	11	Verstraten Agnes
1	Roggeman Emilienne	12	De Belder Josse
3	Jacobs Jan (John)	14	Verboomen Irena
3	Van Der Steen Maria	15	Tops Paula
3	Van Hummelen François	16	Van Rompaey Leo
5	Crauwels Wis	17	Haemhouts Maria, Julia
6	Rabaey Marie-Thérèse	18	Boeckstaens Ph. (Gaby)
6	Van den Nijden Tinneke	18	Hense Hugo
6	Van Haesendonck Lea	19	Van Hoyweghen Paula
6	Vandeneede Chris	20	Van Dijck Olga
7	De Keyser Rosette	21	Geens Marc
7	Meys François	21	Geens Willy
8	Moens Emiel	22	Van Tricht Georgette
8	Smith Roger	23	Smans Marcel
9	Buelens Frans	25	Hendrickx Frans
9	Ceulemans René	25	Van Der Auwera Cecil
9	Marginet Greta	27	Lieckens Paula
9	Severins Gilberte	27	Van Looy Willy
10	Van Eldere Madeleine	29	Kimpe Anita
10	Vertommen Francine	29	Massart Frieda
11	Dom Jan	31	Laureys Marie-Louise
11	Van Houtven Greet		



## Computerclub



### Thema: Youtube

Filmpjes opzoeken, bekijken en binnenhalen.

We leggen ook de verschillende formaten uit (mp4, wmv, flv, mkv, ...).

Indien nodig zetten we ons bestand om in een ander formaat.

**Datum/uur:** dinsdag 17 maart 2020 van 14.00 u tot 16.00 u

**Plaats:** Zaal Offendonk (zaal flatjes achter rusthuis St-Elisabeth)

**Deelnamekost:** € 2.00 per persoon

**Inschrijven:** Indien nieuw, graag een berichtje achterlaten bij Manu Saels

Tel : 0477/333 580 – E-mail : [manu@saels.eu](mailto:manu@saels.eu)

Praktische ondersteuning: Bert Ceuppens en Leo Mertens

## Kaartnamiddagen



Kaartnamiddagen om 14.00 uur in zaal Offendonk  
Den Haes 8a, Sint-Katelijne-Waver.

Wij spelen "Boomke Wies";  
en wie liever deelneemt aan een gezelschapsspel is ook  
welkom.

**Data: vrijdagen 6 en 27 maart 2020  
! zowel voor leden als niet-leden !**

Verantwoordelijken:

Cécile Van der Auwera, tel: 015 77 03 95, e-mail: [cecilevda@scarlet.be](mailto:cecilevda@scarlet.be)

Greet Saels, tel: 015 34 43 27, e-mail: [greet.m@telenet.be](mailto:greet.m@telenet.be)

# Dauwwandeling



**Datum:** donderdag 26 maart 2020

**Vertrek:** om 7.30 uur  
voor een tocht van een 6-tal km

**Samenkomst:** aan de ingang van de kerk St-Catharina, Marktplein.

Onbeperkt gratis parkeren op de nieuwe parking (vroegere Mariapark)

Wie alleen komt ontbijten bij de Joppe wordt daar om **9.00 uur** verwacht.

**Deelnamekost:** € 14 voor de brunch

**Inschrijven:** bij Amedé Bosmans, tel: 015 31 03 36, contactpersoon  
of door storting op rekening van Okra:  
BE53 7775 9673 2053, mededeling: **buffet- Ref:340**

**\* Afsluiting inschrijvingen: 18 maart 2020 \***

# Zimmerwandeling



**Wanneer:** zondag 15 maart 2020

**Samenkomst:**  
om 13.45 uur aan  
het Zimmermuseum,  
Zimmerplein 18, Lier

Gids is aanwezig om 14 uur,  
wees op tijd aanwezig.

We laten ons op een comfortabele manier gidsen langs plaatsen waarmee Lode Zimmer op één of andere wijze verbonden was.

Via Stadhuis, geboortehuis, Grote Kerk en een aantal minder gekende plaatsen komen we uiteindelijk in het Zimmermuseum terecht, waar we naast de voornaamste werken van Zimmer tevens kunnen genieten van de hedendaagse evolutie die zich sindsdien heeft voorgedaan in de wereld van tijd en ruimte.

Twintig eeuwen tijd worden overbrugd met de geschiedenis van het perpetuum mobile waarbij de theologen en de wetenschappers geruzied hebben om uiteindelijk te komen tot onze hedendaagse natuurwetten.

We sluiten af in het “Café Den Zimmer” en genieten hier van een Liers streekgebakje. (Liers vlaaike)  
Onze collega's van de KWB sluiten aan bij deze activiteit.

**Kostprijs:** € 9

**Inschrijven:** vóór 05 maart 2020 via mail aan [ludo\\_marjet@hotmail.com](mailto:ludo_marjet@hotmail.com)

**Betalen** op de Okra-zichtrekening **BE53 7775 9673 2053** met vermelding van uw naam en de referentie: **Ref:540.**



# Voorstelling Garageteater

domein Pollepel, Naalstraa43/E, Duffel



Spetterende komedie van: Ray Cooney en John Chapman.

Philip Merckx, uitgever van kinderboeken, leent zijn appartement uit aan zijn partner, Henry Vanloveren, voor een buitenechtelijk avontuur.

Jacqueline, de vrouw van Philip, belooft hetzelfde appartement, op dezelfde avond aan haar vriendin Linda, echtgenote van Henry, voor een slippertje.

Maurice, de binnenhuisarchitect, maakt een afspraak met Sylvie, het au-pairmeisje, op dezelfde plaats, zelfde tijdstip.

Juffrouw Olivia Henriette Smits, de beroemde schrijfster van kinderboeken, kiest bovendien diezelfde avond uit om op zoek te gaan naar een nieuwe uitgever van haar succesvolle Waf-Waf-serie.

\* exclusief voor onze okra-leden \*

**Wanneer:** donderdag 21 mei 2020 om 20 uur – genummerde plaatsen

**Kostprijs:** € 9 per kaart (zaal reeds half uitverkocht)  
nog 44 kaarten beschikbaar

**Kaarten:** bij Herman Schouwaerts, tel: 015 32 20 72 / 0485 62 53 80  
e-mail: [herman.schouwaerts@telenet.be](mailto:herman.schouwaerts@telenet.be)

\* Ook te koop op de activiteiten: vlaaienskermis, zangstonden, ledenbijeenkomst en dauwwandeling maart, paasfeest en praatkoffie maart.

# Ledenbijeenkomst



**Thema:** verminderd zicht

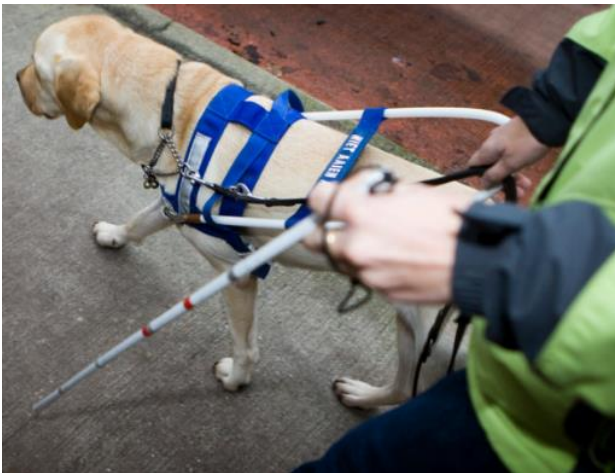
\* De namiddag staat in het teken van minder goed zien.

\* Sprekers:

- **Kathleen Boogmans en Koen Govaert**, uitbaters van de winkel Ommezien in Mechelen. Zij leggen ons uit welke hulpmiddelen er bestaan voor mensen die sukkelen met hun zicht. Bijvoorbeeld welke hulp bestaat er om gemakkelijk TV te kijken of een krant te lezen.
- **Greta Vermeylen en Pierre Iliens**, een echtpaar met geleidehonden en woonachtig in onze gemeente. Zij vertellen ons hoe de praktijk is. Hoe gaan zij door het leven ondanks hun beperking? Wat zijn de gevolgen van minder goed of niet zien. Hoe niet in sociaal isolement geraken? Hoe komen onze gedragingen over bij hen? Kortom zij zullen ons op een luchtige manier onderhouden over alles wat ze zoal tegenkomen op hun pad.

We reserveren ook tijd voor vragen die er zeker zullen zijn.

We sluiten de namiddag af met de gebruikelijke koffietafel.



**Wanneer:**

vrijdag 20 maart 2020 om  
14.00 uur in de parochiezaal.  
Deuren: 13.30 uur.

**Inkom:** € 5 met inbegrip van  
de koffietafel.

**Inschrijven:** bij je  
contactpersoon of door  
storting op de Okra-  
zichtrekening:  
BE53 7775 9673 2053  
**ten laatste op 13 maart 2020**

met vermelding van je naam en **Ref:330**

Verwittig **René Van Noten**, tel: 015 31 20 91, [rvannoten@skynet.be](mailto:rvannoten@skynet.be)  
of **Amedé Bosmans**, tel: 015 31 03 36, [amedebosmans@skynet.be](mailto:amedebosmans@skynet.be)  
bij welke vriendengroep je wil zitten, en zij zullen hiervoor zorgen.

