



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

* Vereniging voor 55+ *

* Vereniging voor 55+ *

ACTIVITEITEN AUGUSTUS 2019



Vernieuwde versie

Nordic aan zee
zon • strand • water
kilometersveters

Redactiestaf : Herman Schouwaerts herman.schouwaerts@telenet.be,
Tel: 015 32 20 72 / 0485 62 53 80
René Van Noten 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

Fotoblog en YouTube films: zie website van ons trefpunt

Contactadres en Verantwoordelijke uitgever:

Manu Saels, voorzitter OKRA SKW Centrum.
e-mail: 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^{de} 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 6 augustus 2019** in zaal Offendonk
(zaal van de flatjes achter rusthuis), van 14.00 tot 17.00 uur.
Je kunt dan komen kletsen of praten, de wereldpolitiek oplossen en discussiëren over van alles en nog wat met een drankje bij de hand.
Of gewoon gezellig bij elkaar zitten en een babbeltje slaan. **Welkom!**
Allen daarheen.

Verantwoordelijke: Christiane Guérard tel: 015 31 21 89

Een vooruitblik:

* theatermonoloog, “Hola, zomaar oma”
door Leen Persijn, (**zie ook maandblad juli**)
dinsdag 24 september 2019 om 14.30 uur
Waar: Gemeenschapscentrum 't Blikveld
Jacques Morrisplein 2, Mechelen



* het verhaal van “De Nieuwe Snaar”, door Kris De Smet
donderdag 26 september 2019 om 19.00 uur
Waar: Cinema Plaza
Handelsstraat 6, Duffel

Onze verantwoordelijke: Ward Liekens, tel: 015 31 36 29

Zangstonde

Iedereen die graag zingt, is welkom op onze 7^{de} zangstonde. Wij zorgen voor muziek en tekst. Jij verzorgt samen met ons de zang.

Wanneer: maandag 19 augustus 2019 van 14.00 u tot 15.15 u (15' pauze)

Plaats: Conferentiezaal van de parochielokalen SKW Centrum, Markt 28, 2860 St-Katelijne-Waver.

Deelnamekost: € 2 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

- Volgende datum: 19 september 2019



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

- **dinsdag 13 augustus 2019:** kantklossen en hobby
- **dinsdag 27 augustus 2019:** juweel maken

Meebrengen:

1 zakje rocailles 11/0
50 toupies van 4 mm of 6 mm
draad – naald – slotje

Info: Godelieve Sterckx, tel: 015 31 37 34



Wat is er van sport ?

1. Kubb-spel:

Elke maandag om 13.30 uur, als het weer het toelaat
Locatie: TC Heiveld (naast buitentribune tennisveld)
Verantwoordelijke: Leo Mertens, tel: 015 31 07 93



2. Petanque: Elke maandag om 14.00 uur

Plaats: Bruultjeshoek
Onze Lieve Vrouw Waver
Verantwoordelijken:
Paul Eekelaers, 0476 38 08 04
Maurits Suetens, 015 31 09 53

3. Nordic Walking.

Zomerstop
Starten opnieuw: dinsdag 3 september 2019



4. Badminton



Elke dinsdag van 10.00 tot 11.30 uur in sporthal TC HEIVELD
Verantwoordelijken: Ferre Ongena, tel: 015 33 68 04
Jan Vertommen, tel: 015 31 66 36

5. Fitnessclub: prijs 10-beurtenkaart: € 81

Vanaf maandag 5 augustus 2019

elke maandag van 10.00 tot 11.00 uur

Waar: "Fitamien", Hoogstraat 360b, Duffel

***Nieuwe geïnteresseerden kunnen
nog inschrijven ter plaatse
tijdens een okra-sessie.***

Verantwoordelijke:

Herman Schouwaerts, tel: 0485 62 53 80



6. ETT-Fietsen (Elke trap telt)



Elke woensdag om 13.30 uur.

Vertrek: parking GLOC Dahliastreet

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

7. Wandelen

Elke donderdag **om 9.30 uur**. Vertrek **Markt** Centrum SKW



De wagen wordt geparkeerd 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

8. Fietstochten:

*** namiddag tochten, vertrek 13.30 uur, kerkplein:**

01 augustus 2019: Slappe uier

08 augustus 2019: Elewijt

15 augustus 2019: Haacht

22 augustus 2019: Schelle

29 augustus 2019: Averechten

Verantwoordelijken: Jos Adriaensens, tel: 015 31 44 14

Jozef Vandeneede, tel: 015 31 46 98

Amedé Bosmans tel: 015 31 03 36



*** dagtochten, vertrek 8.30 uur, kerkplein:**

01 augustus 2019: Antwerpen linkeroever, + / - 85 km

15 augustus 2019: Rotselaar, + / - 87 km

29 augustus 2019: Scherpenheuvel, +/- 100 km

Verantwoordelijke: Maria Lembrechts, tel: 015 31 00 56 / 0470 45 27 42

Gewestelijke fietstocht te O.L.V.Waver op maandag 15 juli 2019

Vertrek om 13.30 uur

Waar: parochiezaal, Leemstraat, 17 te O.L.V. Waver,

Wat: twee lussen van 17 à 18 km, bewegwijzerd (vrij vertrek)

Na en tussen de fietstochten is er mogelijkheid om je dorst te laven

Inschrijven kan tot maandag 8 juli bij: Bosmans Amedé

Veel fietsplezier!

9. Line Dance:

Elke dinsdag van 13.30 tot 15.00 uur in de
parochiezaal.

Onkosten deelname: **€ 3,50**

Verantwoordelijken:

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

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



10. Netbal

Zomerstop

Starten opnieuw:

dinsdag 3 september 2019



11. 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

Zo moeilijk is Nederlands niet, je moet
alleen maar goed lezen.

ANTILOOP = middel tegen diarree

BEDACHT = naast bed nummer zeven

ACHTERAF = min acht

CONTINENTEN = inenten op een
delicate plaats van het lichaam

PAPIER = zwaarlijvige ler

MINISTER = heel kleine ster

KRAKELING = zoontje van een inbreker

PROFEET = professor aan tafel

KAARSRECHT = recht om kaarsen
te vervaardigen

VERTROUWEN = in het buitenland
trouwen

UURWERK = werk dat per uur betaald
wordt

MINIMAAL = kleine maaltijd

PANAMA = vader laat moeder voorgaan

KIESKEURIG = tand in goede staat

MISLEIDER = priester

POLITICUS = zoen van een politieagent

EILEIDER = autoritaire kip

KOEPON = nachtgewaad voor rund

OORDEEL = lel van oor

PALING = vader van chinees meisje

SUPER-DE-LUXE = onbetaalde benzine

UITDRUKKING = einde van constipatie

VERZUIPEN = drinken in het buitenland

THEOLOOG = Theo vertelde de
waarheid niet

UITZONDERLIJK =

begravenisondermemer op reis



ZEGGEN PAPA EN MAMA NEE?

BEL OMA

VOOR EEN EXTRAATJE?

BEL OMA

EEN LUISTEREND OOR?

BEL GEWOON

→ OMA ←

OPGELET: Oma kan niet verantwoordelijk
worden gehouden voor de hoge
plezierfactoren, het opblijven na bedtijd
of elke andere activiteit die valt onder
categorie "VERWENNEN"



Het bowling evenement zit nog fris in ons geheugen of er dient zich al een andere activiteit met culinair vertier aan. Ik voel de positieve energie van iedereen om hier dringend werk van te maken.

Ook nieuwe ontdekkingen op sportief vlak en leergierigheid kunnen ons bekoren, wij gaan geen uitdagingen uit de weg!

Welnu, deze keer heb ik het over golf!

Ja golf, wel te verstaan een initiatie om de sfeer eens op te snuiven.

Niet ver van onze thuisbasis ligt de golfclub "De Wijnvelden" in Bergstraat 74 te 2861 Onze Lieve Vrouw Waver, zij richt zich tot het grote publiek.

Deze golfclub beschikt over een volwaardig 9-holes PAR 60 qualifying terrein.

(voor diegene die er al mee vertrouwd zijn).



Golf is een sociaal gebeuren en vrijetijd besteding voor jong en oud.

Er is geen speciale kledij nodig, alleen sportieve sneakerschoenen of loopschoenen met platte zool (het gras is maar 3 mm hoog en mag niet kapot getrapt worden), dus geen gewone schoenen of schoeisel met hakken.

* Op **zondag 8 september 2019** is er een opendeurdag en dan kunnen we gedurende een uur gratis een initiatie krijgen (normaal bedraagt dit € 22,5 per persoon in groep van 10 personen), dus dit is mooi meegenomen. Het materiaal, zoals balletjes en golfstokken, wordt bij initiatie gratis ter beschikking gesteld.



Achteraf kunnen we vrijblijvend in brasserie nog nagenieten met een lunch.

Dit wordt opnieuw een onvergetelijke dag, ambiance verzekerd!

Wij moeten uiteraard op het oefenveld starten omdat er speciale reglementen zijn en examens alvorens het grote werk kan beginnen.

Alle okra-leden zijn welkom.

Wie van jullie heeft interesse en kan

zich vrijmaken voor dit evenement?

Laat me zo vlug iets mogelijk weten.

Met vriendelijke groeten,

Inschrijven: bij Bert Ceuppens, tel: 0473 64 07 00

e-mail: albert.ceuppens@telenet.be



Zoektocht FEMMA

Deze activiteit staat open voor alle leden.

Vorig jaar hebben we met een 10-tal okraleden de Femma zoektocht 2018 gedaan en hierbij mooie prijzen gewonnen.

Ook dit jaar willen we weer een poging doen om de zoektocht tot een goed einde te brengen.

De zoektocht wordt georganiseerd tussen 29 juni 2019 en 1 september 2019.

Met jong-okra plannen we twee zondagen om in groep aan de zoektocht deel te nemen.

*** Zondag 4 augustus 2019** komen we samen aan de kerk in het centrum en lossen we de vragen op van het centrum en de Elzestraat.

*** Zondag 18 augustus 2019** komen we samen aan de kerk van O.L.V-Waver, en lossen we de vragen van O.L.V-Waver en Pasbrug-Nieuwendijk op.

*** We komen telkens samen, op de juiste locatie, om 13.30 uur.**

Tussen de wijken in verplaatsen we ons bij voorkeur met **de fiets**.

Op de locaties doen we de zoektocht te voet.

Het is de bedoeling dat ieder zijn eigen **deelnamebrochure** haalt.

Deze **kost € 6**, en is te bekomen op verschillende locaties:

- in het Centrum: balie gemeentehuis, wijnhandel Mia, keurslager Hans
- op de Pasbrug: de Vijfhoek
- in Onze – Lieve – Vrouw – Waver : ' t Klaverke
- in de Elzestraat : Ons Parochiehuis .

Er zijn ook dit jaar weer waardevolle prijzen te winnen. De prijsuitreiking gaat door op

*** zondag 22 september 2019** in de parochiezaal van SKW Centrum.

Meer info kan je vinden op onderstaande website van Femma.

<https://www.femma.be/nl/activiteiten/activiteit/zomerzoektocht-sint-katelijne-waver-130450>

Verantwoordelijke: Ludo Geenen, tel: 015 20 12 69 / 0471 23 55 17

Door de bril van Christiane

Een glimlach kan zoveel deugd doen. Geef hem. Hij is kostbaar.

NIEUW!!!: praatkaffee rond afgesproken thema's.

maandag 3 september 2019: imkerij, animator: Frans Jacobs

maandag 1 oktober 2019: meteo-waarneming, animator: Felix van Engeland

Seniorenreis: ontdek de Merksplas- en Wortel-Kolonie en het gezellige Breda

Dit jaar belooft de seniorenreis een dag vol afwisseling te worden. In de voormiddag maken we kennis met het rijke verleden van de Koloniën van Weldadigheid en nadien ontdekken we de mooiste plekjes van Breda. Om 7u30 vertrekt de bus richting Merksplas, onderweg maken we een tussenstop in restaurant Guldenhof om van een lekker ontbijt te genieten.

Eens aangekomen aan de Kolonie van Merksplas, kan u kiezen uit drie activiteiten:

* Rondleiding door gids:

Tijdens deze wandeling komt u meer te weten over de Koloniën van Weldadigheid als grootschalig maatschappelijke experiment die een einde moesten maken aan de armoede.

De gids neemt u mee langs de belangrijkste gebouwen van de Kolonie van Merksplas en u kunt op eigen tempo het bezoekerscentrum ontdekken.



* Rondleiding door gids

(verkorte versie): Indien u liever minder uitgebreid de geschiedenis van de Kolonie van Merksplas leert kennen, is deze rondleiding iets voor u. Aangezien deze rondleiding korter is, is deze geschikt voor iedereen die minder goed te been is.

*** Rondrit met de bus:** De gids neemt je mee op sleeptouw langs de Kolonie van Merksplas én van Wortel. De rondrit gaat langs de mooiste plekjes van het uitgestrekte domein. Ideaal dus indien u liever niet wandelt.

Na een lekkere lunch rijdt de bus ons richting Breda, een prachtig historisch stadje met gezellige cafés, terrasjes, winkels, rustgevende parken en een beginnhof. U kunt er opnieuw deelnemen aan **een activiteit naar keuze:**

*** Vrije Tijd in Breda:** U kunt op eigen tempo de stad verkennen.

*** Stadswandeling de Historische kilometer:** Een gids vertelt u in geuren en kleuren over de Bredase Haven, het beginnhof en de Grote Kerk. De Historische binnenstad kent nadien voor u geen geheimen meer!



* **Bootje varen:** Aan boord van een niet-overdekte sloep verkent u Breda van op het water. De boottocht duurt één uur en nadien kunt u vrije tijd nemen in de stad.

Na het avondmaal stappen we terug in de bus en rond 20.00 uur kolmen we aan in Sint-Katelijne-Waver.

Data	Kern	Opstapplaats
Dinsdag 10 september	Elzestraat	Michielsbad
Woensdag 11 september	Centrum	Sportcomplex Heiveld
Donderdag 12 september	Onze-Lieve-Vrouw-Waver	Sporthal Bruultjeshoek
Vrijdag 13 september	Pasbrug-Nieuwendijk	Kerkhof Pasbrug en Kerk Goede Herder

Praktische informatie

Wie: alle inwoners vanaf 60 jaar en partner

Prijs: 20 euro per persoon

Inschrijven: tot 19 juli bij een seniorenvereniging en tot 16 augustus bij de dienst vrije tijd: www.skw.be/seniorenreis, onthaal@skw.be, tel: 015 30 50 00

Maaltijden:

Ontbijt

- 1 sandwich en 1 pistolet met ham of kaas
- koffie of thee

Middagmaal

- verse dagsoep
- kalkoenrollade met roomsaus, warme groenten en kroketten
- appelgebak
- water op tafel

Avondmaal:

- belegde broodjes met ham, kaas en groentjes
- koffie of thee

Aangepaste diëten op aanvraag

Onze jarige Okra-leden

AUGUSTUS

1	Goossens Marcel	10	Van Engeland Herman
1	Vervloet Angela	10	Verhoeven Maria
2	Buts Marcel	12	Bertens Suzanne
2	Op de Beeck Guido	14	Vaes Renilda
2	Van Herck Gerda	15	De Graef Eric
3	De Groof Hugo	15	De Wachter Frans
3	Min François	15	Vercammen Koen
3	Van Espen Christiane	16	Feremans Thilda
3	Versteven Lut	19	Goyvaerts Leonie
4	Van Der Auweraer Nicole	20	Albort Janne
4	Poldervaart Frieda	20	Heylen Willy
4	Schaerlaecken Philomena	20	Smulders Angela Roberta
5	Bleeckx Emiel	22	Wouters Hugo
6	De Wit Maria	23	Andries Linda
6	Luytens Marcel Emiel	24	De Muyer Rachel
6	Orlians Willem	24	Vercammen Francine
7	Robberechts Rita	25	Horions Maria
9	Bertens Mariette	26	Luytens Anita
9	Sterckx Godelieve	27	De Jaeck Ann
9	Van Den Bosch Astrid	30	Geysemans Germaine
10	Justens Maria Ludovica	30	Van Dyck Jozef
10	Nys Maria		

SPREUK

Geef de dingen die je doen
glimlachen nooit op



Zoals elk jaar: onze “zomerweelde”-namiddag met bingo

Datum: vrijdag 23 augustus 2019 om 14.00 uur (deuren: 13.30 uur)

Waar: parochiezaal St Katelijne Waver

Programma:

We spelen bingo in 4 beurten aan **€ 0.50** per beurt.

Wanneer de prijzenbonnetjes zijn opgebruikt, genieten we van een gezellige **lunch**: frikadellen met krieken en brood, rijstpap als dessert.

Deelnameprijs: € 10 per persoon

Inschrijven: bij je contactpersoon
of door storting op rekeningnummer van Okra: BE53 7775 9673 2053

Niet vergeten je vriendengroep door te geven aan:

Amedé Bosmans, tel: 015 31 03 36 – e-mail: amedebosmans@skynet.be

of René Van Noten, tel: 015 31 20 91 – e-mail: rvannoten@skynet.be

* Inschrijvingen worden afgesloten op vrijdag 16 augustus 2019,
bij overschrijving: tijdig doen!!! (3 dagen vóór afsluitdatum)

Verantwoordelijken: Suzanne Torfs, tel: 015 31 36 81
Maria Cuyckens, tel: 015 31 42 60



** Sfeerbeelden van ons bezoek aan dierenpark Pairi Daiza **

Cultuuruitstap naar Tervuren

Wanneer: vrijdag **30 augustus 2019** (i.pl.v.6 september = jaarmarkt centrum)

Vertrek: station SKW, spoor 4 om **8.30 uur**

Deelnamprijs: € 56, trein – metro – tram – lunch inbegrepen.

We vertrekken met de trein tot Brussel Centraal, dan een stukje metro en vanaf Montgomery verder met de tram. Dit is een prachtig traject via de mooiste laan van Brussel: de “**Tervurenlaan**”.

We passeren het “**Stocletpaleis**”, gans in marmer en dat ontworpen werd



door een Weense architect voor een rijke bankiersfamilie uit Brussel. Even verder het trammuseum en nog even verder duiken we het “**Zoniënwoud**” in tot het Vierarmenkruispunt. Hier voorbij terug langsheen de Tervurenlaan recht naar Tervuren.

In de voormiddag maken we een wandeling doorheen het centrum van Tervuren langs bekende geschiedkundige bezienswaardigheden.

Bij keizerlijk decreet van 1749 kreeg Karel Van Lotharingen, als gouverneur-generaal van de Oostenrijkse Nederlanden, de volledige beschikking over het domein van Tervuren, op voorwaarde dat alle verbouwingen en aanpassingen op eigen kosten werden uitgevoerd. Karel maakte er inderdaad iets moois van. Hij bouwde er naast het Hertogenlijkpaleis een prachtig stallen- en bediendencomplex. Deze gebouwen kunnen we nog zien. Ook de Warande is een enige plek om te wandelen en te genieten.

De lunch is voorzien om 13 uur in restaurant Tembo. Om 15 uur zullen gidsen ons begeleiden voor een bezoek aan het vernieuwde **AfricaMuseum**.

Vertrek: station SKW te 8.30 uur op spoor 4.

Inschrijven: **vóór 15 augustus**

bij Tina Uytterhoeven, tel: 015 63 44 97 / 0478 47 98 36

Maria Van Herck, [tel:015 31 66 78](tel:015316678)

door overschrijving op de bankrekening Okra: BE53 7775 9673 2053

