



OKRA SINT-KATELIJNE-WAVER CENTRUM

OKRA SINT-KATELIJNE-WAVER CENTRUM

* Vereniging voor 55+ *

VERENIGING VOOR 55+

ACTIVITEITEN SEPTEMBER 2020

* NIEUW *
padel is
geen tennis – geen squash



COLOFON

Redactiestaf : Herman Schouwaerts herman.schouwaerts@telenet.be,
Tel: 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*

NOTA

*Telefoonnummer van
Herman Schouwaerts
Enkel nog een GSM-nummer: 0485 62 53 80*

1. Kubb-spel:

elke maandag (bij goed weer) om 13.30 uur

Plaats: TC Heiveld (naast tennistribune buitenveld)

Verantwoordelijke: Leo Mertens, tel: 015 31 07 93

Coronamaatregel: verplicht mondkmasker en handschoenen

2. Volleybal:

vanaf maandag 7 september 2020 in Bruultjeshoek

Verantwoordelijke: Eddy Van Otten, tel: 0483 66 79 33

3. Petanque:

vanaf maandag 3 augustus om 14.00 uur in Bruultjeshoek

Verantwoordelijken: Paul Eekelaers en Christiane Van Espen, tel: 0476 38 08 04

Coronamaatregel: mondkmasker en handschoenen verplicht

4. Fitnessclub: prijs 10-beurtenkaart: € 81

elke maandag: om 10.00 uur

Verantwoordelijke: Herman Schouwaerts, tel: 0485 62 53 80

5. Nordic Walking:

elke **dinsdag** vanaf 1 september van 9.30 uur tot 11.00 uur,

vertrek aan sporthal TC Heiveld.

Verantwoordelijke: Rita Verwimp, tel: 015 31 62 18

6. Netbal: verplicht gebruik van handschoenen

elke **dinsdag** vanaf 1 september 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

7 Badminton: nog geen opstartdatum gekend

Toch sportief? Probeer eens een keer een "Padel" sessie

Verantwoordelijken:

Ferre Ongena, tel: 015 33 68 04 en Jan Vertommen, tel: 015 31 66 36

8. Line Dance: prijs 10 beurtenkaart: € 50 – 1 drankje inbegrepen

vanaf september elke dinsdag van 13.30 tot 15.00 uur

let op: tijdens de grote vakantie enkel 14 en 28 juli – 11 en 25 augustus

Coronamaatregel: geen koppeldans

9 ETT-fietsen:

elke woensdag om 13.30 uur

Vertrek: op parking GLOC Dahliastraat

Verantwoordelijken:

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

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

10. Looptraining:

Vanaf woensdag 2 september 2020

Nieuwe "start to run"

11. Fietstochten:

Korte tochten, vertrek 13.30 uur op het kerkplein

6 augustus: Slappe Uier

13 augustus: Schelle

20 augustus: Hansbrug

27 augustus: Herenthout

3 september: Averechten

10 september: Tuindersroute

Verantwoordelijken:

Jos Adriaenssens, tel: 015 31 44 14

Jozef Vandeneede, tel: 015 31 46 98

Amedé Bosmans, tel: 015 31 03 36

Dagtochten, vertrek 8.30 uur op het kerkplein

13 augustus: Scherpenheuvel

27 augustus: Herselt (wijziging)

9 september: IKEA, **vertrek: 8.30 uur**

10 september: Grimbergen

Verantwoordelijken:

Maria Lembrechts, tel: 015 31 00 56 / 0470045 27 42

Jos Kempnaers, tel: 015 31 00 56 / 0476 28 33 76

12. Wandelen:

elke donderdag om 9.30 uur. Vertrek aan de banken Markt centrum SKWC

parkeren op de nieuwe parking, Wilsonstraat

Verantwoordelijken:

Leon Leemans, tel: 0473 65 16 37

Josée Van der Auwera, tel: 015 31 66 36

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

13 Padel: * nieuw nieuw nieuw nieuw nieuw *

starten 9 en 23 september 2020, daarna telkens:

2^{de} en 4^{de} woensdag van de maand van 10.00 tot 11.00 uur op TC Heiveld

Corona-maatregelen: je kan zelf handschoenen meebrengen

ontsmettingsgel voor de handen

voorzien door TC Heiveld

maximun 12 deelnemers

Deelnameprijs: **€ 4.00** per beurt

gebruik materiaal en padelplein inbegrepen

Verantwoordelijke:

Bert Ceuppens, tel: 0473 64 07 00

e-mail: albert.ceuppens@telenet.be



Vanaf september starten we met een nieuwe sportactiviteit.



Padel is een mix van tennis en squash, wat een steile opmars kent in België. Het wordt gespeeld op een veld van 10 m x 20 m, gescheiden in het midden met een net.

Het veld is verdeeld in vakken, gelijkaardig aan tennis en omgeven door een kooi van glas en draad.

Ook de wanden hebben een functie en

zijn belangrijk bij de spelregels en de puntentelling.

De vloer is afgewerkt met kunstgras en extra bezand zodat de ondergrond vrij stabiel is en toch niet te hard. Deze sport kan het hele jaar door gespeeld worden op een overdekt terrein.

Padel is toegankelijk voor alle leeftijden, doch een beetje fysiek en lenigheid mogen niet ontbreken.

Het spel wordt doorgaans dubbel gespeeld en de puntentelling is zoals bij tennis. Padel wordt snel aangeleerd, na een uurtje heb je het onder de knie en kan je je reeds wagen aan een partijtje onder vrienden.

Sportieve kledij en sportschoenen zijn vereist voor een stevige stabiliteit.

Het is een teamsport,
dus: ambiance verzekerd

Plaats: TC Heiveld , Dreefvelden 1,
Sint Katelijne Waver
er zijn 3 overdekte terreinen beschikbaar,
belangrijk voor de herfst- en
winterperiode wanneer het weer niet
mee zit

Wanneer: 2^{de} en 4^{de} woensdag v/d maand van 10.00 uur tot 11.00 uur
start: 9 september 2020

Prijs: € 4.00, inbegrepen: huur terrein, racket en ballen en te betalen aan
Bert Ceuppens ter plaatse.

Verantwoordelijke:

inschrijven bij Bert Ceuppens via email: albert.ceuppens@telenet.be of
per telefoon: 0473 64 07 00

Wie heb ik kunnen warm maken voor deze sport en wil de uitdaging aangaan?
In de toekomst verlopen de inschrijvingen via doodle, online
Plaatsen zijn beperkt tot 12 deelnemers, dus vlug inschrijven is de boodschap.

Vriendelijke groeten van Bert



Na de lock-down i.v.m. Corona-maatregelen, krijgen we beetje bij beetje onze vrijheid terug en kunnen we opnieuw onze sociale contacten uitbreiden.

Ons bowling-event kon in volle crisis niet doorgaan, maar nu kunnen we dit opnieuw opnemen in onze agenda en volgens de richtlijnen van de Veiligheidsraad.

Het Flavours buffet wordt, na uw keuze aan het buffet, geserveerd door het keukenpersoneel en met een bezetting van max. 15 personen per tafel.

Datum van de afspraak: **donderdag 8 oktober 2020**

bij WIMA bowling, Boomse Steenweg 35, Schelle.

Uw eerdere inschrijving met betaling is verzilverd met een voucher aan dezelfde voorwaarden.

Wie echter niet kan deelnemen op deze nieuwe datum moet dat doorgeven aan de organisator, Bert Ceuppens, die dan zal trachten een terugbetaling te regelen.

Nieuwe inschrijvingen ten laatste doorgeven 17 augustus 2020.

Bij nieuwe inschrijving moet het nodige bedrag van buffet en bowlen worden gestort op rekeningnummer van OKRA: **BE53 7775 9673 2053** met vermelding:

Flavours buffet en bowl, RF:550

We lunchen samen in een gezellige sfeer van 18.00 uur tot 20.00 uur,

Nadat we onze stoute schoenen hebben aangetrokken, gaan we ons wagen aan het bowlen. Maximum bezetting per baan: 7 personen.

Het wordt een onvergetelijke avond, ambiance verzekerd.

We spelen twee beurten. Einde is voorzien rond 22.00 uur.

Prijs:

Flavours buffet en bowling: € 47.50 per persoon

enkel Flavours buffet: € 39.00 per persoon

Indien u interesse heeft, je inschrijving doorgeven aan de verantwoordelijke organisator: Bert Ceuppens, per email: albert.ceuppens@telenet.be, of per telefoon of sms: 0473 64 07 00



Vriendelijke groeten van Bert

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

- **dinsdag 8 september 2020:** geen kant,
wel kousenpoes, looper en parel
meebrengen: 1 paar kousen, naaigerief -
vulling – oogjes



- **dinsdag 22 september 2020:**
bloemenkrans, deel 2
meebrengen: knutselgerief en vilt



Kaartnamiddagen

Kaarten doen we om 14.00 uur in de grote parochiezaal ,
gevolg van Corana-maatregels

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

Data: vrijdagen 4 en 18 september 2020

Verantwoordelijken:

Cécile Van der Auwera, tel: 015 77 03 95,

e-mail: cecilevda@scarlet.be

Greet Saels, tel: 015 34 43 27, e-mail: greet.m@telenet.be



*** zowel voor leden als niet-leden ***

Zangstonde

We zingen ons opnieuw in, maar corona veilig. Iedere deelnemer is voorzien van een mondkapje (mondmasker). Vergeten of je hebt er geen, okra helpt je uit de nood.

Wanneer:

maandag 21 september 2020 van 14.00 u tot 15.15 u (15' pauze)

Plaats: grote zaal van de parochielokalen SKW Centrum.

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



Mop van de maand

Een koppel dat al 20 jaar getrouwd was, lag op een avond samen in bed, wanneer de vrouw plots voelde dat haar man haar begon te betasten zoals hij al heel lang niet meer gedaan had.

Het kriebelde eerst een beetje als zijn vingers begonnen in haar nek, en dan langzaam naar beneden schoven langs haar rug. Dan streekte hij haar schouders en nek, zijn hand schoof langzaam over haar borsten.

Daarna schoof zijn hand naar haar linker arm, streekte opnieuw langs de zijkant van haar borst, schoof zo langzaam langs haar zijde naar beneden over haar achterste, langs haar been tot aan haar enkel.

Daarna schoof zijn hand langs haar linkerbeen langzaam naar boven, stopte als hij bovenaan was en begon opnieuw onderaan haar rechterbeen op dezelfde wijze.

Toen, halverwege haar rechterbeen, stopte hij plots, rolde op zijn zij terug en begon naar de tv te kijken.

Zijn vrouw was intussen natuurlijk lichtjes opgewonden geraakt door al zijn gestreeld, en vroeg met zachte, liefhebbende stem: "Schat, dat was heerlijk. Waarom ben je gestopt?"

Hij antwoordde : "Ik heb de afstandsbediening gevonden..."

VERJAARDAGEN SEPTEMBER

1 Iwens Martine	20 Van de Ven Herman
2 Van Dievel Maria	20 Van den Broeck Jeanne
8 Verberckt Rita	21 Mariën Alfons
9 Berghmans An	22 Moortgat Cecile
9 Lamberts René	23 Bleeckx Alfons
9 Op De Beeck Louis	23 De Munter Chris
10 Blommaert Lily	23 De Roeck Christianne
10 De Wachter Hortense	23 Van de Weyer Rita
11 Van Den Eynde Herman	24 Stroobants Leo
11 Van Der Donck Raymond	24 Verbeeck Martha
11 Willio Marc	25 Liekens Leo
12 Batens Jan	25 Uytterhoeven Maria 2
12 Gullentops Liliane	25 Verrept Rosa
13 Peeters Jan	25 Vertommen Juliaan
13 Van De Sande Willy	25 Vervloet Sonia
13 Vandeneede Lutgard	26 De Winter Myriam
14 Van Stalle Jean-Paul	26 Peeters Ivonne (Jeanne)
15 Hens Virginia	26 Van Der Meirsch Georges
15 Van Broekhoven Goedele	28 Dockx Rosette
16 Van Der Auwera Ali (Aloysius)	28 Sillis Gerda
16 Van Leuven Christiane	28 Van De Ven Aloïs
17 De Boeck Hugo	29 Staelens Annie
17 Nys Nicole	30 Frans Greta
17 Verschaeren Leonia	30 Van Tichelen Fernand (Ferre)
17 Wouters Willy	30 Wilms Regina
19 Liekens Hilde	

Door de bril van Christiane

*Liefde is een uitdrukking van passie.
Tederheid is iets anders.
Passie verdwijnt op een moment
Terwijl tederheid blijft.*



PRAATKAFFEE

Wegens corona geannuleerd!

Op dinsdag 10 september zal Offendonk (zaal van de flatjes) van 14.00 tot 17.00 uur. Je kunt dan komen kletsen of praten over van alles en nog wat. Of gewoon gezellig bij elkaar zitten en Allen daarheen.

Verantwoordelijke: Christiane Guérard tel. 06-43811111

Vanaf de maand oktober starten we, meer dan waarschijnlijk, terug met ons thema

Fietstocht en bezoek stadsbrouwerij Aarschot op zondag 16 augustus.



Een twee jaar durende zoektocht ging er aan vooraf maar vanaf nu kan het verdwenen streekproduct Aarschotse Bruine opnieuw geproefd worden. Kom binnen in 't Bruine Café en ontdek de geschiedenis van de Aarschotse brouwerijen.

Samen met de gids breng je ook een bezoekje aan de nieuwe stadbrouwerij, daar wordt het brouwproces uit de doeken gedaan.

Programma:

Verwelkoming door biergids

Vertoning van een film over de brouwerijgeschiedenis

Bezoek aan 't Bruine Café

Bezoek aan de stadsbrouwerij

Degustatie en toelichting van het huisbier in 't Bruine Café

Fles Bruine als souvenir



We vertrekken met de fiets aan de kerk van Sint-Katelijne-Waver om **10.30 uur**.

We fietsen via rustige wegen (knooppunten) naar Aarschot.

We nemen een broodjeslunch in het bruin café vooraleer ons bezoek aan de brouwerij met degustatie begint.

Na het bezoek fietsen we via een andere route terug naar Sint-Katelijne-Waver.

Totale fietsafstand heen en terug is 84 kilometer.

Voor wie die afstand teveel is, is het mogelijk om eventueel op eigen kracht naar Aarschot te komen en aan te sluiten bij de broodjeslunch om 13.00 uur.

Adres: Elisabethlaan 103, 3200 Aarschot



Kostprijs: 25 euro voor het bezoek en de broodjeslunch. (drank niet inbegrepen, in de brouwerij zijn geen andere dranken dan bier te verkrijgen, dus neem eventueel zelf frisdrank mee.)

Maximum 20 deelnemers

Inschrijven vóór **6 augustus** via mail aan **ludo_marjet@hotmail.com**

Betalen op de Okra-zichtrekening **BE53 7775 9673 2053** met vermelding van uw naam en de referentie: **Ref:570**.



Activiteit op 20 september: **Educatieve Milieuboottochten**



De milieuboot neemt je mee voor een boeiende en leerrijke verkenning van de waterloop in eigen streek! 3 uur lang vaar je mee met een binnenschip op een van de rivieren of kanalen in Vlaanderen. Ondertussen maak je kennis met de rivier of het kanaal waarop je vaart, het leven op en om het water, het belang van water en watersystemen. Je ondervindt waarom integraal waterbeheer, biodiversiteit en duurzaam omgaan met water en waterlopen van levensbelang zijn.

We varen op de Dender van Aalst naar Dendermonde en terug.

Vertrek in Aalst om 14.00 uur.

Terug in Aalst om 17.30 uur.

Maximum 15 deelnemers.

Kostprijs: 8 euro.

Inschrijven vóór **10 september** via mail aan **ludo_marjet@hotmail.com**

Betalen op de Okra-zichtrekening **BE53 7775 9673 2053** met vermelding van uw naam en de referentie: **Ref:580**.

Voor de verplaatsing naar Aalst spreken we op voorhand met de deelnemers af hoe laat we vertrekken in Sint-Katelijne-Waver, en hoe we kunnen carpoolen.

Aanlegplaats: **Josse Ringoirkaai ter hoogte van nr.5, Aalst.**



Achter de schermen van het opleidingscentrum voor blindengeleide honden te Koksijde en van de bio boerderij en Alveringem
Daguitstap met een drieganglunch

Maandag **28 september 2020**

Deelnameprijs: € 65, niet leden € 70

Inschrijven: vóór 20 augustus 2020 op het regiosecretariaat.

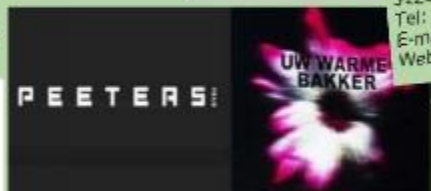
Wacht tot je je factuur ontvangt en betaal met bijgevoegd overschrijvingsformulier of neem alle gegevens nauwkeurig over bij internetbankieren (geén contante betaling).

Je inschrijving is pas definitief na betaling.

Vertrek bus: om 7.15 uur: parking Goede Herder, Mechelse steenweg 331 SKW
parking is gratis, is ook halte bus 560 (Mechelen-Lier)
om 7.30 uur op het Rode Kruisplein, Mechelen

Le Grain Noble
Stationsstraat 70
2860 Sint-Katelijne-Waver
Tel: 015/31 69 09
E-mail: info@legrainnoble.be
Website: legrainnoble.be

Van Eyken Tours
Schrieksbaan 124
3120 Tremelo
Tel: 016/53 14 57
E-mail: contact@vaneykentours.be
Website: vaneykentours.be



Bakkerij Peeters

Wilsonstraat 39
2860 St-Katelijne-Waver
Tel: 015/31 16 78
E-mail: bakkerij.peeters@skynet.be
Website: bakkerijpeeters.com

Onze sponsors