



MAANDBLAD
MAANDBLAD
FEBRUARI 2019
FEBRUARI 2019

lekker actief
okra sport

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

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

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

Films: https://www.youtube.com/results?search_query=okraskwc

Contactadres en Verantwoordelijke uitgever :

Herman Schouwaerts, voorzitter OKRA SKW Centrum.

e-mail: herman.schouwaerts@telenet.be

Contactgegevens OKRA-secretariaat, 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. ☺☺

OKRA Academie

- Maandag **18 februari 2019** van 14.00 tot 15.30 uur
Bezoek: achter de schermen van het Mechelse stadsarchief
Hof van Habsburg Dossinkazerne, Nokerstraat 2, Mechelen
Inschrijven noodzakelijk **voor 15 januari 2019** op secretariaat
Deelnameprijs: € 6, na inschrijving ontvang je een factuur ter betaling.
- Maandag **25 februari 2019** om 15 uur
Kijken naar kunst: tentoonstelling Berlinde De Bruyckere
Hof van Busleyden, Frederik de Merodestraat 65, Mechelen.
Inschrijven noodzakelijk **voor 1 februari 2019** op secretariaat
Deelnameprijs: € 18, na inschrijving ontvang je een factuur ter betaling
- Dinsdag **26 februari 2019** om 14.00 uur
Voordracht: humor in de film: slapstick en andere komedie
Parochie Centrum, Mechelsesteenweg 236, Blaasveld
Deelnameprijs: € 6, ter plaatse te betalen, inschrijven niet nodig.

*** Steeds afspreken met regiosecretariaat, tel: 015 40 57 45**

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

Computerclub – februari

Vandaag kijken wij naar de dienstregeling van de treinen, bussen en vliegtuigen en de aankoop van tickets online.



En voor de onhandige harry's en harriettes zoeken we youtube-filmpjes op om huishoudelijke taken op te lossen.

Hierna blijft de mogelijkheid voor “leden helpen leden”.

Datum/uur: **dinsdag 19 februari 2019** van 14.00 u tot 16.00 u

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

Deelnamkost: € 2.00 per persoon (huur zaal en apparatuur)

Nieuwe deelnemers: Gelieve contact te nemen met Manu Saels
Tel : 0477/333 580 – E-mail : manu@saels.eu



Zin in zingen?

Ons trefpunt organiseert een maandelijkse zangstonde voor elk die graag zingt onder de douche of aan de afwas.

Voortaan kan je in groep meezingen met bekende liedjes van vroeger.

Wij zorgen voor muziek en tekst.

Jij verzorgt de zang.

Eerste bijeenkomst: **maandag 18 februari 2019**
van 14.00 u tot 15.15 u (15' pauze)

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

We streven niet naar perfectie,
wel naar een leuk samenzijn.
Heb je zin, schrijf je dan in bij één
van de verantwoordelijken voor 4
februari.



Deelnamekost: € 0.50 per persoon (zaalhuur)

Verantwoordelijken:

- Doris Prinsen – Tel 015/55 68 91
- Rita Dewals – Tel 015/21 97 59

Technische ondersteuning: Manu Saels

Zangstonde

volgende data:

maandag 18 maart 2019

maandag 15 april 2019

maandag 20 mei 2019

maandag 17 juni 2019

.Wat is er van de SPORT ?

1.Kubb-spel:

winterstop

Verantwoordelijke: Leo Mertens, tel: 015 31 07 93



2. Petanque

Elke maandag om 13.30 uur:

Plaats: Berentrode - Bonheiden

Verantwoordelijken:

Paul Eekelaers, 0476 38 08 04

Maurits Suetens, 015 31 09 53

3. Nordic Walking,

Elke dinsdag van 9.30 u tot 11.00 uur

Vertrek aan de sporthal TC Heiveld,

Info bij de verantwoordelijken: Rita Verwimp, tel: 015 31 62 18

Leo Wouters, tel: 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. Fitnessclub

Elke maandag van 10.00 tot 11.00 uur

Waar: "Fitamien", Hoogstraat 360b, Duffel

Met 10-beurtenkaart aan € 85

Verantwoordelijken:

Herman Schouwaerts, tel: 0485 62 53 80

Simonne Van Goethemd, tel: 015 33 68 04



6. 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



7. Wandelen

Elke donderdag **om 10.00 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
Invaller: Michel Van Leuven, tel: 015 31 50 82 / 0475 46 57 26

* wandelcriterium: dinsdag 26 februari 2019, Putte Grasheide.
Wie meedoet:... afspreken met Leon of Josée

8. Fietstochten: winterfietsen:

Elke donderdag: vertrek 13.00 uur (wintertijd) aan het kerkhof, Zonstraat

Verantwoordelijken: Jos Adriaenssens, tel: 015 31 44 14
Jozef Vandeneede, tel: 015 31 46 98
Felix Op de Weerdt, tel: 015 31 37 34
Jacques Wilms, tel: 015 31 80 43 / 0473 47 72 42



9. Aquagym



Bij gebrek aan interesse worden de beurten op vrijdag geannuleerd. Spijtig.

Maar voor de geïnteresseerden bestaan er twee keuzemogelijkheden. In beide zwembaden wordt de les gegeven door een externe lesgeefster.

Mogelijkheden:

* Maanhoevebad, Maanhoeveweg 32, St Katelijne Waver
elke vrijdag van 16.00 tot 17.00 uur.

Deelnameprijs: € 6, frequentie beurten naar keuze
tel: 015 55 26 57

website: www.maanhoevebad.be

Mailadres: info@maanhoevebad.be

* Michielsbad, vertrouwd adres
elke dinsdagavond van 20.00 tot 21.00 uur
deelnameprijs: € 7, frequentie beurten naar keuze
Tel: 015 20 39 80
Mailadres: info@michielsbad.be

10. Line Dance:

Elke dinsdag van 13.30 tot 15.00 uur in de parochiezaal.

Onkosten deelname: **€ 4.00**

Verantwoordelijken :

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

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



11. Kaartspel:

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

Verantwoordelijke: Myriam Van Asschot , tel: 015 55 13 56.



12. 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

13. Netbal

Elke dinsdag van 9.30 uur tot 11.00 uur, Sporthal TC Heiveld.

Verantwoordelijke: René Van Noten, tel: 0476 33 94 99 / 015 31 20 91

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

P R A A T K A F F E E

Op **dinsdag 5 februari 2019** in zaal Offendonk

(zaal van de flatjes achter rusthuis), van 14.00 tot 17.00 uur.

Je kunt dan komen kletsen, 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

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

- **dinsdag 12 februari 2019**: kantklossen en hobby

- **dinsdag 26 februari 2019**: ballonnenhond

Meebrengen: haaknaald en wol

Info: Godelieve Sterckx, tel: 015 31 37 34



Winter wandeling langs de Kleine Nete en Kesselse heide – 11.5 km

Zondag 17 februari 2019

We komen samen op de parking van
Kessel station om 14.00 u.

Adres: Stations Steenweg 278, 2560 Nijlen

Diegenen die willen carpoolen, komen samen aan de
kerk van Katelijne-centrum tegen 13.30 u.



Graag uw aanwezigheid melden aan

Ludo Geenen op telefoon 015 20 12 69

of e-mail ludo_marjet@hotmail.com met vermelding of je wilt carpoolen of
rechtstreeks gaat.

Deelnamekost : gratis



Misviering

Het bestuur van ons trefpunt laat een herdenkingsmis opdragen voor onze zieke en overleden leden.

Deze viering vindt plaats op zondag 17 februari 2019 om 9.30 uur in de parochiekerk Sint Catharina. Iedereen is hierop uitgenodigd.

We hopen en rekenen op een massale opkomst, vooral om zieke leden te laten voelen dat we met hen meeleven.

Tevens willen we natuurlijk de overleden leden gedenken en ons medeleven met de familie betuigen door onze aanwezigheid.

Ledenbijeenkomst

We hebben **dokter Hugo Stuer** uitgenodigd. Hij is iemand die al van in zijn jeugd vertrouwd met St Katelijke Waver. Hij komt ons onderhouden met dit onderwerp: "Het belang van humor in de gezondheid".

Een namiddag doorbrengen met eens een "ernstige lezing" doet echt geen pijn.

Wanneer: vrijdag 22 februari 2019 om 14.00 uur (deuren: 13.30 uur)

Waar: parochiezaal St Catharina

Prijs: € 5, in te schrijven bij de contactpersoon of door storting, **tijdig doen!**

Inschrijven voor 15 februari 2019
Niet vergeten je keuzegroep aan te duiden.

Info:

Suzanne Torfs, tel: 015 31 36 81

Maria Cuyckens, tel: 015 31 42 60



* Oud worden *

Elke morgen opnieuw stoffen we onze hersens af.
Dan halen we onze krant uit de brievenbus of uit de krantenwinkel.

Lezen in onze luie zetel eerst de overlijdensberichten, of niet?
als Onze naam er niet bijstaat, voelen we dat we nog leven. Hoera!!

Voor onze leeftijd (55+ als okra-kid) mogen we dan toch niet klagen.
tegenwoordig leven mensen langer dan vroeger, gelukkig maar.

Als ons gevraagd wordt: "Hoe gaat het er mee?", is het antwoord vaak: "Het gaat" (misschien is dat wel een leugentje). Maar geklaag horen anderen niet graag.

Trouwens klagen en zagen brengt toch geen aarde aan de dijk en helpt niet echt.

!! BELANGRIJKE OPROEP !!

**OKRA zorgt voor een "Warme buurt" tijdens
de Week van de Zorg, van 22 tot 28 april 2019.**

**Mensen van de crea en bereidwillige okra-leden zullen zich daarvoor
inzetten. Alle resten wol of katoen kunnen daarvoor worden opgebruikt.
Doe jij ook mee? Ofwel thuis ofwel op één van de creanamiddagen
in zaal Offendonk.**

**We breien of haken rechthoeken van 21 cm op 30 cm
als decoratie op marktplaats of aan het RVT St Katelijne Wayer.
Alle lappen worden verzameld ten laatste op 14 april in zaal Offendonk
vanaf 14.00 uur bij de mensen van de crea.**

de creaploeg

*** We rekenen op veel steun en medewerking, zodat veel lappen worden
binnengebracht.***

Herman Schouwaerts

Collage busreizen 2018



kamelenboerderij



Biesbosch



Chimay





Verse dagschotels van hoge kwaliteit

Door constant op zoek te zijn naar verbetering, staan wij borg voor een kwalitatieve maaltijd, dankzij ons uniek opwarmsysteem.



Een maaltijd van hoge kwaliteit, aan huis geleverd, die u eenvoudig kan opwarmen wanneer u wenst.



Door ons uniek systeem - **DE MEAL BUTLERS** - geen maaltijden die 2 uur warm worden gehouden.

Chris Belis - info@belis-maaltijden.be

03 454 68 22



Wij zijn in het bezit van het hoogste kwaliteitslabel, uitgereikt door Qualityguard.