



SINT-KATELIJNE-WAVER CENTRUM



MAANDBLAD
WAVENBLAD
OKTOBER 2018
OKTOBER 2018



COLOFON

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

Verschijnt maandelijks.

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

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

Tel: 015 32 20 72

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.

tel 015 32 20 72 – 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 8 oktober 2018 om 14.00 uur
reisreportage: De zijderoute
Zaal 'Forum' in de Lindepoort te Mechelen.
Deelnameprijs: € 6.00, ter plaatse te betalen, inschrijven niet nodig.
- Maandag 15 oktober 2018 om 14.00 u,
voordracht: 'Hoe mensen in staat zijn kwaad te plegen
Zaal 'Forum' in de Lindepoort te Mechelen.
Deelnameprijs: € 6.00, ter plaatse te betalen, inschrijven niet nodig.

vervolg op volgende pagina

Vervolg OKRA Academie van vorige pagina

- Vrijdag 19 oktober 2018 om 9.10 uur
achter de schermen van ... het Museum van de Nationale Bank
en de Muntshouburg.

Deelnameprijs: € 50, inschrijven vóór 1 oktober op secretariaat
Mechelen, tel: 015 40 57 45

Geen contante betaling, wachten op factuur!

Programma:

9.10 uur: afspraak in lokettenhal station Mechelen en treinbiljet

10.00 uur: afspraak met gids te Brussel

10.00 u – 12.00 u: bezoek museum

12.30 uur: middagmaal in Danish Taverne

14.30 u – 16.00 u: geleid bezoek aan de Muntshouburg

TENTOONSTELLING

De Heemkring, 't Kaaskot' stelt werken tentoon.

De kunstwerken zijn het resultaat van de activiteiten in de werkgroepen.

Wergroepen: schilderen op zijde, bloemschikken, kantslossen, spinnen,
weven, smeden, schilderen op stof, patchwork, vilt en breien.

Tijdens de tentoonstelling demonstratie kunst ambachten: mandenvlechten,
houtdraaien, kuipen maken en kaarsen gieten.

Waar: Krankhoeven Grote Doelstraat, Bonheiden

Wanneer:

zaterdag 13 oktober 2018, van 14.30 uur tot 19.00 uur

zondag 14 oktober 2018, van 10.00 uur tot 12.30 uur

en van 13.30 uur tot 18.00 uur

Inlichtingen: Bert Doms, tel: 015 51 59 05



Ouder worden! (door de bril van Christian Guérard)

Elke ochtend stoffen we onze hersens af.

Dan halen we de krant uit de brievenbus

en lezen eerst de overlijdensberichten

Staat onze naam er niet bij voelen we ons in leven.

Niettegenstaande onze leeftijd mogen we niet klagen,
mensen leven nu gemiddeld langer.

Als anderen vragen: "Hoe gaat het?"

zeggen we : " Alles goed met mij"

Soms een klein leugentje,

want klagen en zagen helpt niet.

Wat is er van de SPORT ?!?

1. Kubb-spel

Elke maandag **om 13.00 uur** als het weer het toelaat.
Plaats: TC heiveld (naast tribune tennis).
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, **vanaf 4 september 2018**.

*** Dinsdag 18 september, uitzonderlijk, geen nordic walking!**

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. Fitness



Herstart: **woensdag 3 oktober 2018**.

De lessen gaan door van 10.00 uur tot 11.00 uur
in Sporthal TC Heiveld, onder de deskundige leiding van **Jan**.
Bijdrage voor de lessen: **€ 210.00** (€ 35.00/mnd) te storten op
de sportrekening **BE 08 7795 9882 7412 van OKRA SKW**

Centrum, ten laatste op vrijdag 14 september 2018.

Op die manier kennen we het aantal deelnemers op tijd en kunnen we, indien
nodig, overleggen met 'Easy Fit'.

Om te voldoen aan de voorwaarden van vorig seizoen zijn **minstens
20 inschrijvingen noodzakelijk**.

Verantwoordelijken: Herman Schouwaerts, tel: 015 32 20 72

Simonne Van Goethemd, tel: 015 33 68 04

6. 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

7. Wandelen

In september: 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: 11 oktober 2018 te Duffel.

Wie meedoet ... afspreken met Leon of Josée

8. Fietstochten

Wijziging bestemming zomer dagtocht! 13 september

13 september 2018: **Steenhuffel**

27 september 2018: **Antwerpen linkeroever**

(tunnel en veer)



Winterfietsen:

Elke donderdag: vertrek 13.30 uur op het kerkplein (Markt SKWC)

Verantwoordelijken: Jos Adriaensens, 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

Prettig bericht:

Afsluiting zomerwandelen , zomerfietsen en ETT

donderdag 4 oktober 2018 met een bbq in parochiezaal

Deelnameprijs: € 18 deuren: 14.30 uur

Inschrijven bij je sportverantwoordelijke

coördinator van de inschrijvingen: **Amedé Bosmans**

9. Aquagym



Waar: Michielsbad, Elzestraat
Uitgangspunt: zwembesturen om de 2 weken op vrijdag
van 15.15 uur
tot 16.15 uur.

Wanneer: op vrijdagen **5 en 19 oktober 2018**

De lessen worden afwisselend gegeven door Ann en
Simonne.

Verantwoordelijken en lesgeefsters:

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

Simonne Van Goethemd, tel: 015 33 68 04

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

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

... einde 'Wat is er van de sport !!'.....

NIEUWE OKRA-ACTIVITEIT VANAF OKTOBER 2018

Vanaf oktober 2018 starten we met een **computerclub**. Doel is om onze leden de mogelijkheid te geven om de wereld van de computer te betreden of de kennis uit te breiden.

Dit is een maandelijks terugkerende samenkomst op de 3^{de} dinsdag van de maand in zaal Offendonk. (zaal flatjes achter rusthuis)



afb1: rusthuis



afb2: flatjes

*Eerste samenkomst: **dinsdag 16 oktober 2018** van 14.00 u tot 16.00 u.

Laptop meebrengen is niet verplicht. Het is natuurlijk gemakkelijk dat je de opgedane kennis onmiddellijk in de praktijk kan omzetten.

Organisator: Manu Saels, tel: 015 21 97 59 / 0477 33 35 80

Deelnamekost: € 2,00 per persoon (huur zaal en apparatuur)

Inschrijven: graag vooraf door telefoon of mail aan Manu Saels
e-mail: manu@saels.eu



OKTOBER- CULTURELE UITSTAP:

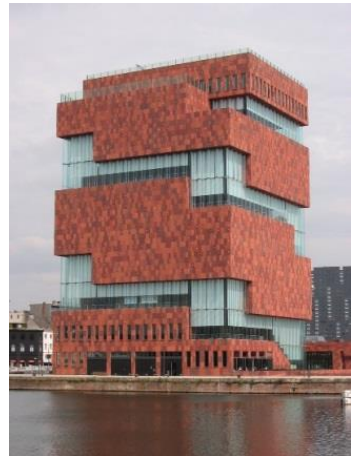
Zondag 21 oktober 2018 om 10.00

uur: Bezoek aan het Redstar Line Museum en het MAS (Museum aan de Stroom) te Antwerpen. Eventueel kan je de wijde omgeving overschouwen via de toren van één van de musea.

Samenkomst aan het veer te Hemiksem: (Callebeekstraat, Hemiksem). We nemen de waterbus van Hemiksem tot het Steen te Antwerpen en vervolgen onze weg te voet tot het museum. Later nemen we dezelfde weg terug.

Inschrijvingen en organisatie bij
Manu Saels,
tel: 015 21 97 59

Deelnamekost: € 15,00 per persoon
(= combiticket musea + retour waterbus)
Inschrijven: ten laatste **21 september** door
overschrijving op de zichtrekening
van Okra: **BE53 7775 9673 2053**



P R A A T K A F F E E

Elke eerste dinsdag van de maand (2 oktober 2018) 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!

Verantwoordelijk: Christiane Guérard tel.: 015 31 21 89

Ledenbijeenkomst

Op **vrijdag 26 oktober 2018** zetten we voor iedereen weer de deur open voor een gezellige namiddag, die we afsluiten met onze traditionele koffietafel. Je kunt dan genieten van een optreden van de coverband, de TURBO'S. Tijdens deze live muziek heb je de kans de benen eens duchtig los te gooien tijdens een dansje (zonder verplichting).



Die namiddag zullen de line-dancers, van ons trefpunt, een korte demonstratie geven van hun kunnen.

Moest je dan goesting krijgen je in de toekomst daarbij aan te sluiten, geef je maar een seintje.

Plaats: parochiezaal Sint Catharina, Markt

Start: 14.00 uur

Deuren: 13.30 uur

Prijs: **€5 per persoon**

Info en inschrijvingen: bij je contactpersoon of door storting op de rekening van OKRA SKW, nummer: **BE53 7775 9673 2053**

Inschrijven doe je **ten laatste op 19 oktober**.

* Overschrijvingen tijdig doen!

* Niet vergeten door te geven bij welke vriendenkring je aan tafel wilt zitten.



Aankondiging maandblad september gewijzigd!! Vernieuwde tekst

zondag 23 september 2018 0m 10.00 uur

Afstand: +- 80 km
Snelheid: 18 – 20 km/u

We komen samen aan de kerk, **Markt, SKW Centrum**.
De fietstocht leidt ons langs verschillende bezienswaardigheden!
's Middags eten we een klein hapje in De Schuur te Kruibeke,
waar zich ook 'het museum De Schuur' bevindt.

Dit museum herbergt een grote collectie aan oude landbouwwerktuigen.
Onderweg komen we langs het kasteel Wissekerke, dat deze zomer als
achtergrond gebruikt werd door Bruno Wyndaele
in de TV-reeks "Het zomert met".

We rijden ook rond het grootste overstromingsgebied van Vlaanderen,
namelijk de "Polders van Kruibeke".
Een boottochtje mag niet ontbreken.
We gebruiken het veer tussen Hemiksem en Bazel.



Organisator: Ludo Geenen

Deelnamkost: gratis

Inschrijven: door e-mail aan
jongokra-fietsen@okraskwcentrum.be

Crea

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

- **dinsdag 9 oktober 2018:** kantklossen en hobby
- **dinsdag 23 oktober 2018:** Tunisch rondhaken

Meebrengen: Tunische rondhaaknaald en twee kleuren wol

Info: Godelieve Sterckx, tel: 015 31 37 34



MOSSELREIS

We zijn al in de oktobermaand en dan gaan we naar jaarlijkse gewoonte mosselen eten in restaurant "De Engel" in Zandhoven. We weten dat ze daar het lekkerst zijn, maar vooraf gaan we in Beringen de Gazet van Antwerpen en Het Belang van Limburg bezoeken.

Datum: vrijdag 19 oktober 2018 (nieuwe datum!)

Vertrek: - eerste bus om 11.30 uur, Parking TC Heiveld
- tweede bus om 12.30 uur, Parking TC Heiveld

Let op, de auto's moeten **geparkeerd te worden op het niet-verharde gedeelte**, NIET op het asfalt.

Programma:

*** aankomst bij Gazet van Antwerpen + Belang van Limburg
begin van de rondleiding met gidsen**

13.00 uur (eerste bus)

14.00 uur (tweede bus)

*** einde bezoek en vertrek naar restaurant De Engel**

15.00 uur (eerste bus)

16.00 uur (tweede bus)

*** aanvang mosseldiner**

16.30 uur (eerste bus)

17.00 uur (tweede bus) :

Prijs: € 45, inbegrepen: mosselen met frietjes, koffie , gidsen voor het bezoek en bussen

(voor de mensen die geen mosselen lusten is er een steak voorzien, gelieve dit bij de inschrijving te vermelden).

Inschrijven: bij de contactpersonen of door storting op de rekening.

Bij inschrijving vermelden of je met eerste of de tweede bus meerijsd.

Om alle reservaties vlot te laten verlopen worden de inschrijvingen **afgesloten op 9 oktober 2018.**

Let op bij storting: zorg ervoor dat het geld op 9 oktober op de okra rekening staat en hou er rekening mee dat de overschrijving een tweetal dagen nodig heeft.

Contactadres en Verantwoordelijke uitgever :

Herman Schouwaerts, voorzitter OKRA SKW Centrum.

maandblad oktober 2018

 **BELIS** *maaltijden*



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.

