

BESTUURSMEEDEDELINGEN

ONDERWERP: Maatregelen CORONA

Beste leden,

Ingevolge advies van OKRA regionaal zijn wij verplicht de volgende maatregelen te nemen voor wat betreft trefpunt OKRA St.-Bernadette Mortsel - Edegem. De maatregelen zijn geldig tot **MAANDAG 20 APRIL BINNENACTIVITEITEN**

Geen turnen

Geen lijdansen

Geen clubnamiddagen op DINSDAG

Geen Kegelen

Geen QUIZ op 20 maart

Geen LENTEFEEST op 17 april

BUITENACTIVITEITEN

Geen tempowandelen

Geen wandelen

Geen fietsen

CULTUUR: Bezoek aan **VLEESHUIS** wordt **afgeschaft**- wordt terugbetaald.

De operette "**Het land van de glimlach**" wordt **uitgesteld** tot ergens in mei. Info hierover volgt.

De **daguitstap naar Luik** gaat door op **WOENSDAG 29 april**.

(Info: Jan Buyck)

De daguitstap naar **de Betuwe** (met boot) gaat door op **WOENSDAG**

27 MEI. Er mogen max. 40 personen mee aan 60 € per persoon.

(Info: Jan Buyck)

VOORZORGEN:

Indien ziektegevoel...Beter thuisblijven!

Afstand houden van elkaar.

Voldoende handen wassen.

"Appelstop" en drink bij wandelen of fietsen: zelf voorzien.



St.-BERNADETTE Mortsel-Edegem

BEWEGEN in APRIL 2020.

Meer dan 50% van de 55plussers doet nauwelijks iets aan beweging. Hun grote excuus:

"We hebben geen tijd"

We moeten nu eindelijk dat grote misverstand "**Geen tijd...druk..druk**" eens uit de wereld helpen.

Tijd of geen tijd voor iets hebben is geen kwestie van beschikbare uren of minuten

(die hebben we allen even veel) maar wel van **het stellen van prioriteiten**.

Door de corona - crisis zijn bijna alle bewegingsactiviteiten van onze OKRASPORT afgelast.

Niettegenstaande dat wegvallen moeten we zelf initiatieven nemen.

Organiseer je zelf om toch +/- 30 minuten per dag aan beweging te doen.

Ga eens wandelen, doe je boodschappen te voet of met de fiets.

Nu is de creativiteit aan jullie.

TURNEN

Donderdag 23 april zien we elkaar terug om **9u30** in het Atrium. Monik staat dan klaar om ons met een reeks pittige oefeningen op te vangen. **Zorg dat je erbij bent.**

Info: Hugo Hosteaux 03/449.66.63. 0495/92.55.30

LIJNDANSEN

Het is dan even geleden. Maar de goede dansvirus laat ons niet los. Eindelijk op vrijdag 24 april galmt de muziek dan weer door de deur van het Atrium naar buiten. Yvonne wacht jullie op om **10u** op met een reeks leuke danspasjes, **tot dan.**

Info: Rosita Van Varenberg 03/440.47.94 0473/56.96.41

TEMPOWANDELEN

Zij zijn in het bos en daar kan de corona-virus hen niets doen.

Zij kunnen dus zonder problemen het fort 5 onveilig maken.

Wij verwachten hen de maandagmorgen **20 en 27 april** om 9u30 op de parking van fort 5 aan het college.

Tijdens de gevaarperiode is afgesproken, geen gebruikt te maken van gezamenlijk vervoer in auto's en is alleen de afspraak op de parking aan het college.

Heb je zin om mee te doen? Kom meedoen! Je bent welkom.

Info: Hugo Hosteaux 03/449.66.63. 0495/92.55.30

Marc Roland 03/440.44.50 0478/44.50.91

FIETSEN

REGELING BIJ TWIJFELACHTIG WEER!!!!

Wanneer U twijfelt of een geplande tocht omwille van de weersomstandigheden **WEL of NIET** kan doorgaan, kunt U contact opnemen met de tochtleider, vanaf 30 minuten vóór het vertrek.

WOENSDAG 22 APRIL: DAGFIETSTOCHT

Indien de corona-maatregelen ons toelaten om het verenigingsleven terug te hervatten, wordt dit de eerste fietstocht van het nieuwe seizoen.

Volgens de planning zal dit een dagtocht worden en als dit om organisatorische redenen niet mogelijk is, zal ik een wandeling van een halve dag voorzien.

Ik beschik nu over de mogelijkheid om de fietsers per mail of SMS te verwittigen en zal dit tijdig doen zodat iedereen weet om welk uur wij aan het Atrium vertrekken en welk de bestemming zal zijn.

Wie niet zeker is dat ik zijn of haar e-mailadres heb, gelieve nu een mail naar **okra.bernadette@gmail.com** te sturen of een SMS naar mijn nummer 0478 44 50 91, telkens met vermelding van voornaam en familienaam.

Info: Marc Roland gsm 0478 44 50 91

DINSDAG 5 MEI: VERJAARDAGSKAARTEN

Onze groep artistieke clubleden heeft tijdens de voorbije workshops "Verjaardagkaarten" weer puik werk geleverd. De beurt van april kan omwille van de corona-crisis niet doorgaan. Maar 5 mei gaan de lampen boven de grote tafel weer aan.

Info: Hugo Hosteaux 03/449.66.63. of 0495/92.55.30.

FIETSVIERDAAGSE 24-25-26-27 AUGUSTUS

De werkgroep is al begonnen met de voorbereidingen. Suggesties van jullie zijn hartelijk welkom.

WOENSDAG 29 APRIL: DAGUITSTAP NAAR LUIK

Ten einde de gezondheids- en financiële risico's zo laag mogelijk te houden in deze corona-tijden, zullen wij geen gidsen, noch een restaurant boeken.

Hieronder het programma van de dag.

- 9u16 : Trein IC 3130 perron 2 in Mortsel-Oude God naar Brussel-Noord
10u08 : Overstappen op trein IC 508 perron 3 naar Luik-Guillemins
11u : Aankomst in Luik. 10 à 15 minuten te voet naar La Boverie, alwaar we de expositie "Hyperrealisme" bezoeken. U zal de beelden niet kunnen onderscheiden van levende personen. Nadien kan u desgewenst de gewone collectie van het museum bezoeken.
13u: Ofwel picknick in het park met eigen of in de cafetaria van het museum aangekocht eten, ofwel eerst terug naar het station, waar u zowel broodjes kan halen, als in het stationsrestaurant hopelijk de beroemde Luikse bouletten of ander warm eten kan degusteren.
14u30 tot 16u20 : Expo Toetanchamon in het station: het graf werd nagebouwd en we volgen het verhaal van de ontdekking ervan.

Terugreis:

- 16u31: Trein IC 538 perron 2 naar Oostende. Overstappen in Brussel Noord
17u06: Trein IC 3117 spoor 11 naar Antwerpen-Centraal
18u19: Aankomst Mortsel-Oude God.

Er kunnen minimaal 20 personen mee door overschrijving van 31 € op rekeningnummer BE 31 7310 0711 8155. en daarin inbegrepen de treinreis en twee toegangstickets.

Indien Covid 19 nog steeds roet in het eten zou storten, krijgt u uw geld terug, doch schrijf a.u.b. over vóór 15 april.

INFO : Jan BUYCK – buyckjan@gmail.com . tel 03/288.43.91 – GSM. 0486/60.09.80

WOENSDAG 27 MEI: DAGUITSTAP NAAR DE BETUWE

Deze daguitstap van OKRA regio Antwerpen kende reeds een aantal inschrijvingen zonder vaste datum, doch nu staat die vast op 27 mei a.s.. U gelieve uw inschrijving, voor zover u dat nog niet gedaan hebt, nu te bevestigen door overschrijving van 60 € p.p. op rekening BE31 7310 0711 8155 van OKRA Bernadette.

De eerste 40 inschrijvers kunnen mee en laat ondergetekende nu niet in de steek daar wij, indien we met minder dan 40 zijn, wij vanaf 15 april tot 5 mei 15 €, nadien zelfs 30 € p.p. annulatiekosten dienen te betalen.

Wij vertrekken op het Grijpegemplein doch het juiste uur is mij nog niet bekend, doch dit zal volgens mij tussen 7u en 8u 's morgens zijn.

Kort ter herinnering het programma:

In Leerdam (Nederland) wordt ingescheept om 10u op de "Parel van de Ligne" voor een drie uur durende vaart door het Lingelandschap.

De Linge is de langste rivier van Nederland en de Betuwe maakt deel uit van Natura 2000, beschermde natuur in Europa.

Zowel de ochtendkoffie als het warm/koud buffet wordt aan boord genuttigd.

Na de lunch brengen de bussen ons naar de vestingstad Gorinchem voor een stadsbezoek tot 17u .

Deze uitstap lijkt mij een aanrader en nadere informatie volgt, maar schrijf a.u.b. al in.

INFO : Jan BUYCK – buyckjan@gmail.com – tel 03/288.43.91

GSM. 0486/60.09.8

DATUM	ACTIVITEITEN APRIL 2020	STARTEN AAN	STIPT OM	BLZ
Do.2	Geen turnen			
Vr.3	Geen lijndansen			
Ma.6	t/m zondag 19 Paasvakantie			
Ma.6	Geen tempowandelen			
Di.7	Geen clubnamiddag			
Di.7	Geen workshop verjaardagskaarten			
Wo.8	Geen fietswandeling			
Do.9	Geen turnen			
Do.9	Witte donderdag			
Vr.10	Geen lijndansen			
Vr.10	Goede vrijdag			
Za.11	Stille zaterdag			
Zo.12	Pasen			
Ma.13	Geen tempowandelen			
Di.14	Geen clubnamiddag			
Do.16	Geen turnen			
Do.16	Geen wandelen			
Vr.17	Geen lijndansen			
Vr.17	Geen Paas- lentefeest			
Ma.20	Tempowandelen	Atrium/Fort V	9u30	2
Di.21	Clubnamiddag	Atrium	13-16u30	-
Wo.22	Dagfietstocht	Atrium	9u30	2
Do.23	Turnen	Atrium	9u30	2
Vr.24	Lijndansen	Atrium	10u	2
Ma.27	Tempowandelen	Atrium/Fort V	9u30	2
Di.28	Clubnamiddag	Atrium	13-16u30	-
Wo.29	Daguitstap naar Luik	St. Oude God	9u	3
Do.30	Turnen	Atrium	9u30	2
Vr.1mei	Feest van de arbeid: Geen lijndansen	-	-	-
Ma.4mei	Tempowandelen	Atrium/Fort V	9u30	2
Di.5mei	Clubnamiddag	Atrium	13-16u30	-
Di.5mei	Workshop verjaardagskaarten	Atrium	13u30	2
Wo.27me	Daguitstap De Betuwe	Grijpegempl.	?	3

Verantwoordelijke uitgever
 Guy Verhemeldonck
 Rubensstraat 16
 2640 Mortsel
 03 449 27 63 / 0495 40 08 73
 guy.verhemeldonck@telenet.be
Administratief verantwoordelijke
 Ann Deckers
 0486 37 27 68
 ann.ie.deckers@skynet.be

Redactie en vormgeving
 Gerd Swartelé
 03 449 55 13 / 0478 93 34 87
 g_swartele@hotmail.com

Clubnamiddag
 Rosita Van Varenberg
 03 440 47 94
 freddy.vanooyen@skynet.be

Webmaster
 Herman Stevens
 03 366 27 85
 stevens_herman@skynet.be
 www.okravernadette.be

Sport
 Hugo Hosteaux
 03 449 66 63
 hugo.hosteaux@telenet.be

Financiën
 Walter Vandenbussche
 0475 56 78 62
 waltervandenbussche@skynet.be

Rekeningnummer OKRA
 BE31 7310 0711 8155
 KRED BEBB

Cultuur
 Jan Buyck
 03 288 43 91
 buyckjan@gmail.com
Feest - Evenementen
 Guy Verhemeldonck
 03 449 27 63 / 0495 40 08 73
 guy.verhemeldonck@telenet.be

Dispatching:
 Frits Dewitte
 03 440 30 96
 en wijkverantwoordelijken

**Aan alle medewerkers
 onze dank voor hun zeer
 gewaardeerde bijdragen**

**Onze website
 www.okravernadette.be**