

JUNI: ZOMERMAAND

Jaargang 29, nummer 6
JUNI 2018

JUNI komt van Juno de vrouw van Jupiter.

Goed dat ze in die tijd een hele reeks goden hadden om het jaar succesvol in kleine stukjes te benoemen.

De meimaand zat boordevol met prettige mogelijkheden om de beentjes te strekken: bij wandelen (van het pittige tempo wandelen tot een rustige wandeling), bij turnen, lijndansen, fietsen - de beentjes kregen hun oefenstunden succesvol afgewerkt.

De daguitstap naar de Leiestreek was een hoogtepunt in de voorbije maand: een geleid bezoek aan het kasteel Ooidonk, dan per bus naar Gent, we scheepten in, genoten van een middagmaal en van een rustige vaart én een veilige thuiskomst. De clubkas deed mee een duit in 't zakje. Een totaal andere fietstocht dan gewoonlijk: op een zondag in Antwerpen, tussen een wirwar van putten, zien hoe daar terug deftige wegen van gemaakt worden.

Ook een stukje langs de Scheldedijk en het Noordkasteel gaf aan de deelnemers een frisse neus.

Het eind van de junimaand was in onze schooltijd het begin van de grote vakantie. Onze seniorenclub laat het niet aan haar hartje komen en draait rustig door.

De dinsdagnamiddagen blijven doorlopen. Ontspanning vinden we zeker wel met een zoektocht die in de maak is en er komen hier en daar nog wel gezellige en sportieve ontmoetingskansen.

Geniet van de zomer.

Dank aan onze medewerkers.

Heb je zin om mee te werken...welkom!

Geniet van de komende zomer!

Conny

BESTUURSMEEDEDELINGEN

Het is een vrij rustige periode, lijkt het.... maar dit is maar een gedacht.

Achter de schermen wordt er al flink gewerkt aan komende organisaties zoals fietsen met een etentje, de zoektocht met BBQ, de fietsvakantie, enz...

Het laatste jaar hebben we verschillende, nieuwe, jongere leden bij gekregen en dat doet ons plezier.

De meesten sloten aan om deel te kunnen nemen aan een bepaalde organisatie zoals turnen, lijndansen en/of onze prachtige cultuuruitstappen.

We vragen aan deze nieuwe mensen om ook eens een kijkje te komen nemen bij andere organisaties zodat ze ook nieuwe mensen leren kennen.

We willen ook nog graag ons bestuursteam vergroten. Zo zijn we dringend op zoek naar een administratief medewerker/ster.

De bedoeling is om bepaalde gedeelten van het secretariaat en andere zaken te verdelen.

Kom eens praten...dat kost niets.

Conny, ex voorzitter, ex secretaris en ex duivel doet al, wordt er ook niet jonger op.

We zoeken dringend iemand die haar wil bijstaan bij de organisatie van de dinsdagnamiddag zoals klaarzetten en opruimen van de zaal, voornamelijk het opruimen is belangrijk omdat er nog andere huurders na ons komen.

Vijf minuutjes uitvagen op het einde van de dinsdagnamiddag zou al veel helpen.....met dank.

Voor de rest.... Nog ne goeie zomer!

Guy VERHEMELDONCK

ONS BEWEGINGSAANBOD VOOR JUNI 2018

Eind juni sluiten we ons 29^{ste} sportseizoen af.

We zijn gestart in 1989 en sindsdien neemt “het stimuleren tot bewegen” een meer en meer belangrijke plaats in onze werking. Al van 2007 zijn we met OKRASPORT+ een door de stad Mortsel erkende sportclub. Aan onze sportwerking is voor een groot deel de aangroei van ons ledenaantal te danken. Door de nieuwe regeling voor de OKRASPORT- leden mogen die aan onze activiteiten deelnemen en we zien daar duidelijk de resultaten van. We mogen terug blikken op een succesvol werkjaar met beweging zoals altijd hoog in ons vaandel. Dat ons bewegingsaanbod zo aantrekkelijk is danken we aan onze toffe en enthousiaste ploeg sportbegeleiders.

Wij stellen die ploeg met trots aan jullie voor en zetten hen in de bloemetjes.

Wie zijn zij en wat doen zij voor jullie?

Aerobic en Gym: Monik Verbeeck, lesgeefster- Hugo Hosteaux, verantwoordelijke.

Lijndansen: Yvonne Daans, lesgeefster - Rosita Van Varenberg, verantwoordelijke.

Ons wandelteam: Stippelen wandelingen uit - verkennen - begeleiden.

Raymond Pirée, Albert Verherstraeten, Walter Van Weverberg, Jos Wellens,

Harry Vanden Wijngaert en Hugo Hosteaux - Marc Roland en Theo Van Loo.

Sporadische tochtleiders : Greet Lambert en Jo Vertommen ; Jan Vanpeborgh en Walter Van den Bussche.

Tempowandelploeg : Begeleiden: Frits Dewitte - Guy Verhemeldonck - Hugo Hosteaux - Marc Roland.

Ons fietsteam: Stippelen tochten uit: Marc Roland - Harry Vanden Wijngaert - Hugo Hosteaux
Jos Wellens. Als het nodig is komt Guy Verhemeldonck een handje helpen.

Verkennen - begeleiden: Paul Ballinckx - Ann Deckers - Frits Dewitte - Hugo Hosteaux -
Marc Roland - Jan Vanpeborgh - Jos Wellens.

We willen hier ook Rik Van De Weyer danken die na jaren inzet als wegkapitein omwille van zijn leeftijd er wenste mee te stoppen.

We zoeken nog enkele leden (vrouw-man) die ons fietsteam willen komen versterken,
bv. als wegkapitein.

Volkssporten: Roger Van Den Bussche, Wilhelmina Daans, Guy Van Linden, verantwoordelijken.

Curling: Rosita Van Varenberg en Freddy Van Ooyen, verantwoordelijken.

TURNEN

Eind juni sluiten we ons vijfde seizoen af met Monik VERBEECK als turnjuf. Zij heeft onze turngroep weten op te tillen van uit een dieptepunt tot terug een volwaardige ploeg. We willen haar hiervoor danken tijdens onze slotviering op **donderdag 28 juni 2017**.

Turnen is een deugddoende discipline die we op onze leeftijd nog allemaal aan kunnen. Wat kan er dan beter zijn dan U elke week aan te sluiten bij ons uurtje inspannend bewegen, samen met vrienden en onder deskundige begeleiding. Het geeft U iets speciaals, een voldoening.....zo iets van: "Oef, het heeft deugd gedaan". Daarom, komt eens meedoen met turnen, onder leiding van Monik onze turnleidster, die weet wat senioren aankunnen en mogen doen.

Elke donderdag kan U bij ons terecht **in het Atrium om 9u** voor wie bepaalde oefeningen wil doen met een matje op de vloer. **Om 10u** voor hen die liever niet meer op de grond gaan liggen en voor diezelfde oefeningen een andere invulling krijgen.

Op **donderdag 28 juni 2018** is het de **slotviering** met een drankje en een hapje. We komen dan met de twee groepen samen voor een gezamenlijke les **om 9u30. Zorg dat je er bij bent.**

Info: Hugo Hosteaux 03/449.66.63.

LIJNDANSEN

In juni sluiten we een tof seizoen af. Maar tot dan verwachten we jullie allemaal elke **vrijdag om 9u30 in het Atrium**. Hopelijk zien we ook Yvonne Daans helemaal hersteld terug in ons midden.

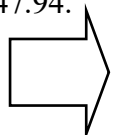
Vrijdag 29 juni 2018 is het **slotviering** met een drankje en een hapje.

Wees er bij!

Een prettige dans en dan de viering!

Info: Rosita

Van Varenberg.
03/440.47.94.



TEMPO WANDELEN

Elke **maandag** om **9u30** komen we bijeen aan het **Atrium** of op de **parking van fort V Edegem** recht tegenover het College.

Op **maandag 18 juni 2018** vieren we ons zeventiende seizoen tempo wandelen met iets speciaals. Zorg dat je er bij bent. Het zal dan ook iets later zijn vooraleer je thuis bent.

Onze eerste stappers in 2002 waren: Jetje, Tine, Frits, Rik, Door, Willy, Paul en Hugo.

Tijdens de maanden juli en augustus doen we gewoon verder.

Wie niet met vakantie is komt maar af om in een ontspannen sfeer eens flink door te stappen.

In juli vorig jaar hielden we onze 3^{de} groep boven de doopvont.

Groep 1 legt het hele parcours af aan een redelijk hoog tempo

Groep 2 doet het wat rustiger aan, een lager tempo en iets kortere afstand.

Groep 3 houdt het bij een fikse wandeling.

Wie houdt van bewegen in open lucht, in de frisse morgenstond, vindt beslist bij ons zijn gading. Kom eens meedoen, je gaat er deugd aan beleven.

Info: Hugo Hosteaux 03/449.66.63.

WOENSDAG 13 JUNI: FIETSWANDELING

In deze zomermaand fietsen we langs het rustieke buitenglacijs van Fort 3 en 2. Verder door de **SCHIJNVALLEI** naar Wijnegem waar aan het Albertkanaal het laatste project van Axel Vervoordt oprijst: **KANAAL**. We verkennen even deze indrukwekkende site.

Dan naast het kanaal om verder te kronkelen naar het statige **ZEVENBERGENBOS** in Ranst.

Door het groene landschap bereiken we Vremde.

Na 33km zijn we terug in Mortsel.

Onderweg houden we tweemaal een korte halte en een terrasje met een drankje mag ook niet ontbreken.

Vertrek om 13u30 aan het Atrium.

Info: Jos Wellens 0475 21 42 36

DONDERDAG 21 JUNI: WANDELING t.h.v. SCHILDESTRAND

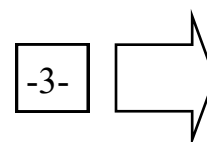
Het Schildestrand was vroeger een vakantiedorp waar mensen uit de stad een tweede verblijf hadden om hun vrije tijd door te brengen. Tegenwoordig wonen de meeste bewoners hier permanent. Het Schildestrand is intussen uitgegroeid tot een klein dorp en een hechte gemeenschap.

De **Antwerpse antitankgracht** (ook wel ten onrechte antitankkanaal genoemd) is een kunstmatige **waterloop** die een grote kwartcirkel vormt (van noord tot oost) rond de stad **Antwerpen**. De gracht heeft een lengte van ongeveer 33 km en is ten minste 6 meter breed. Ze verbindt de **Schelde** ter hoogte van **Berendrecht** met het **Albertkanaal** in **Oelegem**. De gracht werd aangelegd tussen 1937 en 1939 met de bedoeling vijandelijke (Duitse) **tanks** en ander rollend materieel te stoppen vooraleer ze Antwerpen konden bereiken. De antitankgracht speelde echter geen rol van betekenis in de **Achttiendaagse Veldtocht**. Ondertussen is de antitankgracht geëvolueerd naar een groots **natuurverbindingsgebied** dat verschillende **natuurgebieden** en **bossen** met elkaar verbindt, en migratie van dieren en planten tussen die gebieden mogelijk maakt.

Praktische info: - korte wandeling → ± 5 km
- lange wandeling → ± 8 km

Vertrek om 13u aan het Atrium met eigen auto's. Kostendelend meerijden kan uiteraard. We kunnen steeds rekenen op enkele bereidwillige chauffeurs.

Info: Raymond Pirée tel. 03 449 50 80
Albert Verherstraeten tel. 03 449 96 59



VRIJDAG 22 JUNI: CURLING OP TAPIJT

We starten om **14uur** onder leiding van Rosita en Freddy.

Maar het is ook de laatste curling van het seizoen 2017-2018 en daarom maken we er een bescheiden feestje van met een drankje en een hapje.

Trouwe curlingschuivers zorg dat je er bij bent.

Info: Rosita en Freddy 03/440.47.94.



WOENSDAG 27 JUNI DAGFIETSTOCHT MET WARME MAALTIJD

Dit aanbod staat nu al voor de 14^{de} maal op ons programma, van een traditie gesproken. En we gaan weer naar Schelle.

Daar is de vroegere kantine van volleybalclub Schelle overgedragen aan de St. Sebastiaans Schuttersgilde en is helemaal gerenoveerd.

We zijn welkom in het Gildehuis. Hugo zorgt voor een toffe tocht van +/- 45km.

Aangekomen wacht ons een koel aperitiefje, kip aan 't spit, een slaatje, warme saus en gebakken patatjes.



Voor **12,50 €** kosten, de 1,00 € administratieve kosten inbegrepen kan je die dag bij ons terecht. De dranken aan tafel zijn voor eigen rekening en te bestellen aan de toog van het Gildehuis. De partners van onze fietsers zijn ook welkom, maar moeten wel zelf terplekke geraken.
Hamerstraat 2627 Schelle.

Aanmelden is verplicht: dit kan tot **donderdag 21 juni 2018** bij Hugo Hosteaux of Guy Verhemeldonck met contant onder omslag of op de rekening **BE31 7310 0711 8155 van OKRA met vermelding dagtocht Schelle.**

LET OP!

We vertrekken **stipt om 9u aan het Atrium**. Zorg voor regenkledij, wat drinken en eventueel wat fietsherstel materiaal.

Het fietsteam: Frits, Guy, Hugo, Marc, Paul, Rik, Jos. Jan, Ann.

Info: Hugo Hosteaux 03/449.66.63 - 0495/92.55.30
Guy Verhemeldonck 03/449.27.63 - 0495/40.08.73

MAANDAG 25 JUNI: BEZOEK AAN MUSEUM DIVA

Ja, u leest het goed : we gaan een museum bezoeken op **maandagnamiddag om 14u30** : het is een nieuwe trend om de klassieke sluitingsdag voor musea van maandag op woensdag te brengen.

DIVA "Antwerp Home of Diamonds" is een belevingscentrum rond diamanten, juwelen en edelsmeedkunst, recent geopend aan de Suikerrui 17-19 te Antwerpen, waar voorheen het Etnografisch museum gevestigd was, met een nieuwe verbinding naar de Gildekamerstraat achter het Stadhuis, waar voorheen het Volkskundemuseum gevestigd was.

De naam DIVA is niet louter toevallig gekozen als één of andere afkorting, maar betekent in het Italiaans in eerste instantie "ster" en mag letterlijk met een "diamant"-ster geassocieerd worden, maar ook figuurlijk: net als een diva schittert op het witte doek, straalt de schittering van diamant in de Scheldestad al eeuwen af op zijn omgeving.

Is DIVA wel een nieuw museum? Ja en neen. Het Zilvermuseum (Sterckshof) en het Diamantmuseum bestonden al, maar DIVA is veel meer dan de samenvoeging van beide collecties: middels een audioguide krijgt de bezoeker zes briljante verhalen in zes zalen.

In de "Wonderkamer" wordt verteld over het exotisch karakter van luxeartikelen, in het "Atelier" over het vakmanschap van diamant en edelsmeedkunst, in de "Internationale Handelskamer" over Antwerpen als wereldcentrum van de diamanthandel, in de "Eetkamer" over de plaats van luxe objecten in het dagelijks leven, in de "Kluizenruimte" over het vraagstuk rond ethiek en echtheid in de diamantsector en in het "Boudoir" over de wereld van DIVA.

Elk thema roept een andere sfeer op en deze sferen ondersteunen de vele fascinerende en unieke kunstvoorwerpen. Zelfs de New York Times was bij de opening onder de indruk van de ensceneringen en lovend over de collecties.

De eerste 30 ingeschrevenen kunnen mee aan de prijs van **8 €** over te schrijven op rekening van OKRA St.Bernadette **BE31 7310 0711 8155** met vermelding "**DIVA**" of met gepast geld onder briefomslag en vermelding van Uw naam. **INSCHRIJVEN vóór 4 juni !!**

De 30 toegangskaarten zijn al door OKRA vooraf betaald en wij dienen liefst een half uur voor ons toegangslot **14u30** aanwezig te zijn, dus om **14u, Suikerrui 17-19**.

U geraakt er met de fiets of met tram 7 of 15 (halte Groenplaats), maar vertrek op tijd en laat ons zeker niet zitten met een teveel aan toegangstickets.

Na DIVA is er nog een drink voorzien in het "Stadscafé", dat stilaan ons huiscafé geworden is.

Info : Jan BUYCK : tel 03/288.43.91 - buyckjan@gmail.com . (alleen op 25 juni: 0486/60.09.80)

DONDERDAG 19 JULI: ZOEKTOCHT MET BBQ

Het is al de tiende maal dat we een zoektocht organiseren die gevolgd wordt door een verzorgde BBQ in ons lokaal. Onze zoektocht gaat dit jaar door op **DONDERDAG 19 JULI**.

We trekken naar een mooi stadsdeel van **ANTWERPEN**, nl stadsdeel **DE LEI** met hierin de Markgravelei met haar chique zijstraten en herenhuizen.

We **vertrekken tussen 12u30 en 13u30 op de binnenplaats van stadsbrouwerij DE KONICK**.

Deze plaats is gemakkelijk te bereiken met **tram 7 of 15 - halte "de merode"**

De tocht is ongeveer 4 km lang met verschillende rustmogelijkheden.

Na de tocht komen we **ten laatste om 17u** aan in het **ATRIUM** waar ons een aperitief staat te wachten gevolgd oor een verzorgde BBQ met diverse vleessoorten, groenten, sausen, enz.... en dessert.

We doen een oproep aan onze nieuwe leden om deel te nemen aan deze prachtige organisatie.

INSCHRIJVEN is verplicht. Alles samen kost u dat **15 € per persoon, te betalen aan ondergetekende** (in briefomslag) of liefst per overschrijving op het nummer: **BE31 7310 0711 8155 KRED BEBB** (met vermelding "**zoektocht**) Inschrijven kan **tot 13 juli**.

Organisatie is in handen van ons cultuurteam.

Info bij Jos Wellens, Jan Buyck of Guy VERHEMELDONCK.

DAT	ACTIVITEITEN JUNI 2018	STARTEN AAN	STIPT OM	BLZ
Vr.1	Lijndansen	Atrium	9u30	2
Ma.4	Tempo wandelen	Atrium/Fort 5	9u30	3
Di.5	Clubnamiddag	Atrium	13-17u	1
Do.7	Turnen	Atrium	9u en 10u	2
Vr.8	Lijndansen	Atrium	9u30	2
Ma.11	Tempo wandelen	Atrium/Fort 5	9u30	3
Di.12	OKRA-Bestuursvergadering	Atrium	9u30	-
Di.12	Clubnamiddag	Atrium	13-17u	1
Wo.13	Fietswandeling (Jos)	Atrium	13u30	3
Do.14	Turnen	Atrium	9u en 10u	2
Vr.15	Lijndansen	Atrium	9u30	2
Ma.18	Jaarviering Tempowandelen	Atrium/Fort 5	9u30	3
Di.19	Clubnamiddag	Atrium	13-17u	1
Do.21	Turnen	Atrium	9u en 10u	2
Do.21	Wandelen Schildestrand	Atrium	13u	3
Vr.22	Lijndansen	Atrium	9u30	2
Vr.22	Slot Curling	JOC	14u	4
Ma.25	Bezoek Museum Diva	Suikerrui 17-19	14u	5
Di.26	Clubnamiddag	Atrium	13-17u	1
Wo.27	Dagfietstocht met etentje	Atrium	9u	4
Do.28	Slot Turnen	Atrium	9u30	2
Vr.29	Slot Lijndansen	Atrium	9u30	2
Ma.2juli	Tempowandelen	Atrium/Fort 5	9u30	-
Di.3juli	Clubnamiddag	Atrium	13-17u	-
Do.5juli	OKRA-Gewestvergadering	Mayerlei	9u30	-
Di.12juli	OKRA-Bestuursvergadering	Atrium	9u30	-
Do.19juli	Zoektocht met BBQ	Br.=De Koninck	12u30	5

Verantwoordelijke uitgever

Conny Pirée-Roelandts
Doolhoflaan 44
2640 Mortsel
03 449 50 80

Administratief verantwoordelijke

Ann Deckers
0486 37 27 68
ann.ie.deckers@skynet.be

Redactie en vormgeving

Gerd Swartelé
03 449 55 13
g_swartele@hotmail.com

Zorg- en

Clubverantwoordelijke
Conny Pirée-Roelandts
03 449 50 80
conny.piree@telenet.be

Webmaster

Herman Stevens
03 605 66 28
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

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
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