

BELGIE - BELGIQUE
PB 1030 Brussel 3
BC 1415

Schakel 1

VERSCIJNT VIER KEER PER JAAR VOOR OKRA-BESTUURSLEDEN | 54^{STE} JAARGANG - NR. 1 | AFGIFTEKANTOOR 1030 BRUSSEL 3 P209122



IN DE FILM *SAMEN GELUKKIG*
SPEELT MOHANAD SAMEN
MET DRIE SENIOREN.



4 NIEUWE ROL VOOR
DE LOKALE
DIENSTENCENTRA

6 SPORT MEE
VOOR DE
WARMSTE WEEK

12 HET JAAR
VAN OKRA
IN EEN NOTENDOP



- 3 Durven vernieuwen
- 3 ORBIT, Samen gelukkig
- 4 Lokaal Dienstencentrum
- 6 Elke calorie telt
- 8 Vrijwilligers zijn het “witte goud” van morgen. We moeten ze koesteren.”
- 10 OKRA en het klimaat
- 12 Jaarverslag
- 15 Zijn we niet gelukkig
- 16 Foto van de zestien



Verschijnt vier keer per jaar voor OKRA-bestuursleden
Abonnement (vier nummers): 5 euro

Meer info: OKRA vzw, Algemeen secretariaat,
Haachtsesteenweg 579, PB 40, 1031 Brussel,
02 246 44 43, fax 02 246 44 42, roel.francois@okra.be
www.okra.be, www.okrasportplus.be

Redactie: Roel François, Katrien Vandevveegaete

Verantw. uitgever: Mark De Soete,
Haachtsesteenweg 579, 1030 Brussel

Vormgeving: Gevaert Graphics nv

Druk: Graphius, Oostakker

Oplage: 9 400 exemplaren

DURVEN VERNIEUWEN

In onze parochiekerk werd onlangs een scherm geïnstalleerd. Geen eenvoudige wijziging, want het zou het beeld van het kerkkoor grondig veranderen. Tijdens de besprekingen vooraf werd al snel duidelijk dat er fervente voorstanders en rabiate tegenstanders waren. Maar nu het er hangt, is de teneur wel overwegend positief, alhoewel er zowel voor- als tegenstanders met bedenkingen zijn. Maar alle bedenkingen helpen om bij te sturen en zo het gebruik van het scherm te verbeteren.

Waarom ik dit hier vertel? Alvast niet om beeldschermen in parochiekerken te promoten! Maar wel omdat het ook in de zingeving van OKRA rond vernieuwing en durven vernieuwen gaat. We moeten veranderen om wat ons bezighoudt in het leven naar boven te brengen en daarover in gesprek te gaan met elkaar. Dat is de zingeving in OKRA tot in de kern: gegrepen uit het leven van het trefpunt of van een bestuurslid, uit het nieuws, uit het kerkelijk jaar. De thema's kunnen alle richtingen uitgaan. Als we spreken over durven vernieuwen, gaat het over de vorm waarin we deze kern ter sprake brengen. Meestal - ik betrap mezelf hier ook op - grijpen we naar vertrouwde werkvormen: een bezinningstekst, een gebed, een evangelieverhaal. Toch moeten we niet bang zijn om af en toe buiten de lijntjes te kleuren. Waarom zou je bij je zingevingsmoment niet eens durven beginnen met een verhaal uit een andere cultuur, of met een religieus feest uit een andere geloofstraditie? Niet om onze christelijke traditie dood te zwijgen, wel om met elkaar in gesprek te gaan: wat doet het met jou, wat haal jij daaruit voor je leven? Hoe beleef je dat evt. binnen je geloofsovertuiging? Durf buiten je comfortzone te stappen door het thema dat je ter sprake wil brengen af en toe eens te verwoorden met bv. een lied, een filmpje, een gedicht of een andere werkvorm waarmee je de aanwezigen aan het denken zet en met elkaar in gesprek brengt. Een vrijwilliger vertelde me dat hij begonnen was met een tekstfragment van iemand die omschreef waarom hij niet geloofde. Daarna ging het gesprek over 'hoe geloof ik'. Of om de metafoor van de parochiekerk te gebruiken: durf ook al eens iets te vernieuwen in je kerkkoor. Het lijkt me dat we voor schitterende uitdagingen staan!

Ik geef nog graag een verhaaltje mee over twee zingevergers die ervoor gingen:

Er waren eens twee monniken, ze trokken de bergen in, hoe langer hoe hoger, op zoek naar God. Op een gegeven moment zagen ze geen mensen en geen huizen meer. Alleen nog vogels. Een van de vogels werd verliefd op hen. Hij bleef bij hen, ook toen het koud werd en winter. Hij dreigde te bevriezen.

De ene monnik zei: 'Vaarwel dan, lief vogeltje, het spijt me wel, maar ik moet hogerop, naar God.' De andere monnik zei: 'Schiets op jij, weg, anders moet ik je nog naar beneden dragen.' Maar ondanks zijn gevloek bleef de vogel. Ten slotte bracht hij dat rotbeest naar beneden, naar het warme dal. En toen hij dat deed, droeg hij ineens God in zijn handen.

Of: hoe we God dichterbij ons kunnen brengen in OKRA...

Jan Denil
Algemeen Pastor OKRA

SAMEN GELUKKIG

Mohanad Mukhtar is freelance projectmedewerker *Samen Gelukkig* bij ORBIT vzw. Hij vluchtte uit Irak en woont sinds 2011 in België. In Irak was hij bekend als succesvol maker en acteur voor theater en televisie, in België werkt hij als onthaalmedewerker in inloopcentrum De Vaart in Antwerpen, een centrum voor dakloze en verslaafde mensen. Hij had het idee voor de kortfilm *Samen Gelukkig* van Poolhert Productions. Mohanad is ook een van de hoofdrolspelers en doorkruist Vlaanderen met de film op vraag van ORBIT. Ook in jouw trefpunt kan je deze film aanvragen.

Waarom is deze film speciaal voor jou? Hoe verliepen de voorbereidingen en de draaidagen?

“Het was heel bijzonder om met niet-professionele acteurs samen te werken. Ik heb veel van hen geleerd op menselijk vlak. Voor de opnames hebben we elkaar verschillende keren ontmoet om het scenario door te nemen en te bespreken. Zo heb ik de scène over de oorlog samen met Maurits geschreven en het Arabische liedje in de film heb ik samen met Gusta geoefend op café. De draaidagen zelf duurden ongeveer een week en die periode waren we als het ware een grote familie, mede dankzij Marie en Ellen, de mensen van het productiehuis.”

Hoe verlopen de vertoningen en de nabesprekingen?

“Ik merk dat de bezoekers nog heel veel vragen hebben over migratie en dat de situatie van vluchtelingen en migranten voor velen onbekend is. Ze denken vaak dat vluchtelingen ervoor kiezen om te vluchten, terwijl de meeste mensen gewoonweg geen keuze hebben. De interesse en de openheid van het publiek doet veel, het zijn altijd heel aangename en leerrijke bijeenkomsten.”



Wat hoop je te bereiken met het project? Wat kunnen we leren van elkaar?

“We willen de boodschap van de film delen met zoveel mogelijk mensen en hopen zo verbinding te maken. De vertoningen met nabespreking zijn alvast een goede manier om het ijs te breken. De nabesprekingen zorgen ervoor dat mensen heel open en eerlijk over racisme kunnen spreken. Ik hoop dat ze hun vooroordelen in vraag stellen en laten vallen. Onbekend is onbemind, zei iemand uit het publiek onlangs. Mensen zijn mensen, vanwaar ze ook komen. Iedereen heeft vooroordelen en

iedereen heeft liefde in zich. Het komt erop aan verbinding te maken en elkaar te leren kennen.”

Sinds eind 2018 zagen maar liefst 1300 senioren de film en ontmoetten Mohanad. Worden jullie de volgende?



Info en reservatie via didier@orbitvzw.be of 02/501 11 28.

Prijs: 150 euro + verplaatsingskosten

Trailer via poolhert.com/fictie



NIEUWE ROL VOOR DE LOKALE DIENSTENCENTRA (LDC)

De werking van een lokaal dienstencentrum ken je waarschijnlijk wel. Je kan er terecht voor ontspannende of vormende activiteiten en lokale dienstencentra bieden hulp bij activiteiten uit het dagelijks leven. Soms krijgen we het signaal dat de samenwerking tussen lokale dienstencentra en lokale OKRA-trefpunten niet altijd evident is. Er is immers een overlap met het aanbod van een trefpunt. Het nieuwe woonzorgdecreet wijzigt echter de opdracht van het lokaal dienstencentrum waardoor er nieuwe kansen komen voor OKRA. Het decreet vertrekt vanuit wat er reeds aanwezig is in de buurt. De klemtoon ligt op samenwerking en het verbinden van partners en verenigingen. We geven in het kort de belangrijkste wijzigingen mee en bekijken hoe je trefpunt hierop kan inspelen.

Sinds 1 januari 2020 is het nieuwe woonzorgdecreet van kracht. Het woonzorgdecreet legt de doelstellingen en opdrachten vast van de woonzorgvoorzieningen. Opvallend is de uitdrukkelijke keuze voor zorgzame buurten en de verbindende, faciliterende rol die een lokaal dienstencentrum hierbij moet spelen. Het lokaal dienstencentrum is een van de woonzorgvoorzieningen die bij de herziening van het decreet de grootste wijziging ondergaat.

Wat verandert er?

1. Een verschuiving van verplichte activiteiten naar buurtgerichte opdrachten

De nadruk van hun opdracht verschuift van verplichte activiteiten naar buurtgerichte opdrachten. In het decreet van 2009 moest een LDC volgende activiteiten doen:

- 10 algemene informatieve activiteiten;
- 75 groepsactiviteiten van recreatieve aard (turnen, koken, crea...) van 5 verschillende soorten;
- 100 groepsactiviteiten van alge-

meen vormende aard over minstens 5 verschillende onderwerpen.

In het nieuwe decreet is dit **geen verplichting** meer. Het LDC moet nu vooral inzetten op de **sociale cohesie in de buurt**. De lokale dienstencentra richten zich hierbij in de eerste plaats naar ouderen, mantelzorgers en kwetsbare personen. Activiteiten zijn daarbij een hefboom om de doelstelling waar te maken en een aantal opdrachten in de buurt te realiseren. Dit gebeurt in nauwe samenspraak met de o. a. de



gebruikers, buurtbewoners, lokale verenigingen en organisaties.

2. Inspelen op lokale noden en krachten door opmaak van een buurtanalyse

Om het aanbod van het centrum te bepalen dient het eerst een **analyse** te maken **van de buurt**. Naast algemene cijfergegevens over de buurt moet het ook **actoren en verenigingen bevragen**. Het lokaal dienstencentrum gaat dus een grondige analyse maken van wat allemaal reeds gebeurt in de buurt. Een OKRA-trefpunt krijgt met andere woorden van bij de start de kans om mee te werken aan deze analyse. Trefpunten kunnen aangeven welk aanbod ze reeds hebben en welke klemtonen ze leggen in hun werking. Misschien is de vraag om mee te werken aan de buurtanalyse reeds gekomen?

3. Het opmaken van een meerjarenplan in samenspraak met de buurt

Vanuit de buurtanalyse maakt het lokaal dienstencentrum een

meerjarenplan voor 3 jaar op. Dit meerjarenplan komt ook tot stand op basis van een **participatief project**, waarin o.a. de lokale ouderenadviesraad en de lokale ouderenverenigingen geconsulteerd zullen worden. Je hebt dus de kans om als trefpunt aan te geven wat jullie reeds doen en mee richting te geven waar het lokaal dienstencentrum zich op moet focussen.

4. Het aanbod van het lokaal dienstencentrum

De activiteiten, die met behulp van de buurtanalyse en in het meerjarenplan bepaald werden, kunnen **in samenwerking** met een OKRA-trefpunt aangeboden of georganiseerd worden. Weet ook dat lokale dienstencentra gebruikers en potentiële leden kan toeleiden naar je trefpunt.

"OKRA IS IN MEER DAN
1000 BUURTEN IN
VLAANDEREN ACTIEF.
WE BRENGEN ELKE DAG
MENSEN SAMEN EN VORMEN
EEN STERK NETWERK
IN DE BUURT"

5. Wijziging naar infrastructuur


Het decreet van 2009 legde heel wat infrastructuurnormen op. Hierdoor creëerden heel wat lokale dienstencentra een basiscentrum, meestal centraal gelegen in de centrumgemeenten. In het nieuwe decreet kan de infrastructuur van het centrum meer buurtgericht uitgebouwd worden in **verschillende antennes** of een mix van beide. Een antenne is een plaats dicht bij de buurten waar het dienstencentrum op locatie zijn activiteiten organiseert om inwoners van verder afgelegen buurten te kunnen bereiken. Voor de buurt antennes kan het lokaal dienstencentrum gebruik maken van bestaande infrastructuur (bv.

parochiezaal) die dan aangepast (veiligheid – toegankelijkheid) kan worden i.f.v. de activiteiten. Dit biedt de kans voor je trefpunt dat je huidige ontmoetingszaal verfrist en aangepast wordt. Daarnaast kan het lokaal dienstencentrum bijvoorbeeld lokalen ter beschikking stellen voor OKRA-activiteiten.

Nieuw is in elk geval dat zowel in de voorbereiding (buurtanalyse), als de keuze van activiteiten (meerjarenplan), als bij de uitvoering ervan de lokale ouderenverenigingen en de lokale ouderenadviesraad een prominente rol dienen te spelen.

Samenvatting

De nieuwe visie voor de lokale dienstencentra vertrekt vanuit wat er reeds aanwezig is in de buurt. De klemtoon ligt op samenwerking en het verbinden van partners en verenigingen. En dus niet meer op het organiseren van activiteiten die reeds door andere verenigingen in de buurt opgenomen worden. De vroegere concurrentiepositie verandert in het nieuw woonzorgdecreet in een samenwerkingslogica. Het is een kans voor OKRA om hierop in te spelen en de meerwaarde van OKRA, als buurtspeler te benadrukken. We zijn in meer dan 1000 buurten in Vlaanderen actief. We brengen elke dag mensen samen en vormen een sterk netwerk in de buurt. Het is van belang dat we dit kunnen inbrengen in de buurtanalyses en meerjaarplannen van de dienstencentra. Op die manier voorkomen we dat er gelijkaardige en concurrentiële initiatieven op de been gezet worden.

Wil je meer info over de wijzigende rol van een lokaal dienstencentrum? Stel je vraag aan Marijn Loozen, stafmedewerker zorg via zorgrecht@okra.be of 02 246 44 30. 



Elke calorie telt

SPORT MEE VOOR DE WARMSTE WEEK

Tekst WIM BOGAERT

De week voor Kerstmis kon je er niet aan ontkomen: *de warmste week*. Niet enkel meer van Studio Brussel maar ondertussen werden alle VRT-kanalen mee in het bad getrokken. Het resultaat: meer acties dan ooit, een nieuw recordbedrag ingezameld. Ongetwijfeld deed ook jouw trefpunt zijn duit in het zakje. OKRA en OKRA-SPORT+ blikken nu al vooruit naar de editie van 2020. Alleen valt onze actie voor *de warmste week* al in de eerste week van juni. En ook jij kan daar bij zijn.

Tijdens de eerste week van juni wordt er elke dag van de week in een andere provincie een unieke sportdag georganiseerd. De opbrengst van deze dagen wordt geschonken aan Welzijnsschakels. Dit is een organisatie die zich inzet voor mensen in armoede. Ook jij kan hen helpen. Moet je daarvoor zelf de portemonnee extra open-trekken? Niet noodzakelijk. Van het

deelnamegeld gaat er sowieso één euro integraal naar het goede doel. Daarnaast kan je als deelnemer ook nog extra geld inzamelen door die dagen veel te bewegen. Per verbruikte kilocalorie verdien je immers ook een bedrag voor Welzijnsschakels. Hoe meer deelnemers, hoe meer verbruikte kilocalorieën, hoe groter het te schenken bedrag.

Welzijnsschakels

Welzijnsschakels zal met dit bedrag hun vormingsfonds spijzen. Op die manier kunnen Welzijnsschakel-groepen die vorming organiseren voor mensen in armoede of voor vrijwilligers beloond worden met een terugbetaling van de gemaakte kost. Deze vorming is van groot belang voor de mensen in armoede en de vrijwilligers omdat ze via deze



Welzijnsschakels
samen sterkt

"PER VERBRUIKTE KILOCALORIE VERDIEN JE EEN
BEDRAG VOOR WELZIJNSSCHAKELS. HOE MEER
DEELNEMERS, HOE MEER VERBRUIKTE
KILOCALORIEËN, HOE GROTER HET BEDRAG DAT
WELZIJNSSCHAKELS KRIJGT"

weg meer kennis kunnen verwerven
waardoor ze een stap(je) vooruit
kunnen zetten.

Waarom zou je deelnemen?

Omdat je er samen met vele ande-
ren ongetwijfeld een onvergetelijke
dag beleefd. Omdat je er een hele
dag beweegt wat je een portie
gezondheid oplevert. Omdat je helpt
dromen te realiseren. Omdat geven
een goed gevoel geeft. Op die
manier draag je bij aan een betere
wereld.

Waar moet je zijn?		
Datum	Locatie	Wat is er te doen?
Dinsdag 2 juni	Zaal de Kring, Duinenlaan 4 in Genk (Waterschei)	Wandelen door het mijnverleden van Limburg.
Woensdag 3 juni	Provinciaal domein de Gavers, Eikenstraat 131 in Harelbeke	Spel zonder grenzen met ruim 40 proeven. Zowel voor denkers als doeners.
Donderdag 4 juni	De Kolonie, Kapelstraat 10 in Merksplas	Allerlei werpspelen- en -sporten, aangevuld met dans, wandelingen, fiets- en motortochten.
Donderdag 4 juni	Parochiezaal Sint- Lambertus, Dorpstraat 538 in Leefdaal	Wandelingen en themawandelingen.
Vrijdag 5 juni	Brielpoort, Lucien Matthyslaan 9 in Deinze	Lijndans à volonté.
Inschrijven kan via het regiosecretariaat. Meer info: www.eenlevenlangsporten.be		

KOESTER DE Vrijwilligers

Tekst SOFIE DEVRIENDT // Foto's FRANK BAHNMÜLLER

“Vrijwilligers zijn het “witte goud” van morgen. We moeten ze koesteren.” Uit dit citaat blijkt duidelijk dat Walter Van Wouwe vrijwilligers hoog in het vaandel draagt. Hij verdiept zich graag in het vrijwilligersleven, is ook met onze OKRA-werking vertrouwd én draagt OKRA een warm hart toe.

Een kleine introductie voor zij die hem nog niet kennen...

Walter Van Wouwe zijn roots liggen in het christelijk middenveld in Vlaanderen. In zijn jeugd jaren was hij misdienaar, lid van een katholieke fanfare, lid van de katholieke scouts en vrijwilliger voor de buurtwerking in Antwerpen. Tussendoor ging hij mee met de jongerenkampen van CM. Na zijn lesopdracht als godsdienstleraar, heeft hij zich jarenlang ingezet als medewerker voor de Damiaanactie, waar hij het uitdovend vrijwilligersnetwerk opnieuw leven heeft helpen inblazen: het aantal vrijwilligers groeide van 7 000 uit tot ruim 30 000. Walter is op dit moment actief bij tal van projecten, waaronder het nieuw leef-, vormings- en inspiratieproject De Clemenspoort in Gent, waarvan hij projectcoördinator is. Als de tijd het toelaat, is hij als freelance trainer actief in strategisch vrijwilligers-management, inspirerend leiderschap, externe communicatie en fundraising.

Vanuit zijn expertise geeft hij OKRA enkele waardevolle inzichten mee.

- In een steeds sneller evoluerende kennismaatschappij waar alles complex lijkt, is het belangrijk om de eenvoud en toegankelijkheid te behouden. Door alle digitale

mogelijkheden bestaat het gevaar dat mensen naast elkaar communiceren, eerder dan met elkaar. Je hebt het ongetwijfeld ook al ervaren: je bent je verhaal aan het vertellen aan iemand, maar hij of zij laat tijdens het luisteren zijn smartphone niet los. **Echt luisteren naar elkaar is een grote uitdaging geworden.** We moeten opnieuw streven naar persoonlijkere en diepgaandere connectie. De contactpersonen van OKRA die tijdens het maandelijks huisbezoek even tijd vrijmaken om echt te luisteren naar de leden, vormen het ultieme voorbeeld van hoe je connectie kan realiseren. Zij slagen er in om door hun regelmatig contact een band op te bouwen met hun leden, die puur en oprecht is.

- In de huidige tijden van individualisering staat het ‘IK’ sterk op de voorgrond. Geloof het of niet, maar de toekomst voor een vereniging als OKRA ziet er eigenlijk best rooskleurig uit. Er is een paradigmawissel op komst die ervoor zal zorgen dat de klemtoon de komende jaren meer en meer zal komen te liggen op het ‘WIJ’. Mensen willen weg uit het tijdperk van isolement, zijn op zoek naar

een groepsgevoel en authenticiteit. **Mensen willen deel uitmaken van een warm nest waar ze zich veilig en goed voelen.** En laat dit net de kracht zijn van onze OKRA-trefpunten.

- Een cultuur van zorg en waardering is onontbeerlijk. Elke vrijwilliger speelt op zijn manier en met zijn eigenheid een belangrijke rol in het trefpuntverhaal. Iedereen is uniek en samen laten we ons trefpunt schitteren. **Draag zorg voor elkaar en uit je dankbaarheid** op frequente basis, met een woord, een schouderklop of een kleine attentie.
- Voor sommigen een evidentie, maar altijd even belangrijk is de aandacht voor afwerking. Eens je activiteit voorbereid is, begint eigenlijk pas het echte werk. **Het verschil kan hem zitten in de kleinste details:** als vrijwilliger tijdig aanwezig zijn, alle leden persoonlijk welkom heten, zorgen voor een gezellige sfeer, de mensen voorzien van een hapje en een drankje, een dankwoordje voor alle helpende handen...
- De belangrijkste vergadering van het jaar is de planningsvergade-



Een slotboodschap die Walter nog wil meegeven:

“DE MEERWAARDE DIE OKRA SCHENKT AAN DE SAMENLEVING IS VAN ONSCHATBARE WAARDE. EEN VERENIGING DIE GEDRAGEN WORDT DOOR VRIJWILLIGERS, WAAR VOLOP WORDT INGEZET OP INSPIRATIE, INNOVATIE EN PROFESSIONALISERING HEEFT EEN GOUDEN TOEKOMST VOOR ZICH EN ZAL ER IN SLAGEN OM ZICHZELF STEEDS OPNIEUW UIT TE VINDEN EN KLAAR TE MAKEN EN BLIJVEN VOOR MORGEN.”

ring. Met deze vergadering maak of kraak je OKRA. Het programma kopiëren en plakken van het jaar voordien werkt niet om nieuwe leden te werven. **Ga zeker door met het vertrouwde aanbod dat voor veiligheid en zekerheid zorgt, maar durf er een tweede spoor parallel naast leggen.** Als richtlijn zou kunnen gelden: 75% van het aanbod wordt ingevuld met vertrouwde activiteiten, die je kan verbeteren op basis van de evaluatie van het jaar voordien. De overige 25% vullen we in met een nieuwe activiteit, die zowel bij de leden als niet-leden voor een positief verrassingseffect kan zorgen.

- Weet je het even niet meer of heb je nood aan inspiratie? Durf over je eigen trefpuntmuur te kijken en klop aan bij een naburig trefpunt of een vereniging in je gemeente. **Bruggen bouwen helpt, want samen sta je sterker.**
- **Sta niet weigerachtig tegenover vernieuwing, maar moedig deze net aan.** Heel belangrijk is die openheid om te experimenteren. Wist je dat er hierdoor binnen OKRA ook een motorclub en zelfs een duikersclub bestaat? Als we met z'n allen openstaan voor vernieuwing, kunnen we OKRA op de kaart zetten als een veelkleurige regenboog; een activiteitenfestival over heel Vlaanderen.



OKRA EN HET KLIMAAT

Algemeen voorzitter van OKRA Mieke Peeters is sinds kort ambassadeur van Grootouders voor het klimaat. “Dat is de perfecte aanvulling van mijn engagement in OKRA”, vertelt Mieke.

In augustus 2018 begon de Zweedse 16-jarige Greta Thunberg te spijbelen. Ze vatte post voor het Zweedse parlement in Stockholm met een bordje *Schoolstaking voor het klimaat*. Daarmee vroeg ze aandacht voor de dreigende klimaatverandering. Enkele maanden later werd haar actie opgemerkt door jongeren in Duitsland en Zwitserland en ook in België. Dat werd de start van een jaar van massale klimaatprotesten hier en elders. Scholieren en studenten vormden Youth for climat en spijbelden vele weken om tijdens klimaatmarsen klimaatrechtvaardigheid te eisen.

Veel supporters

Jongeren, bedrijfsleiders, middenveldorganisaties waaronder OKRA, de media en de academische wereld sloten zich aan bij Sign for my Future, een burgerinitiatief dat uitgroeide tot een brede coalitie die wil dat de volgende regeringen eindelijk werk maken van een ambitieus klimaatakkoord en een goede toekomst voor de kinderen. Jongeren eisten een ambitieus klimaatplan. Vrij snel sloten



"DE GROOTOUDERS VOOR HET KLIMAAT ONDERSTEUNEN DE JONGEREN. ZE WILLEN OOK ANDERE SENIOREN BEWUST MAKEN VAN DE NOODZAAK OM IETS TE DOEN TEGEN KLIMAATVERANDERING"

Grootouders voor het klimaat zich bij hun eisen aan. Op 25 januari 2019 werd de beweging boven de doopvont gehouden in het Vlaams Parlement. Ook OKRA nam deel en sloot zich aan bij de beweging. De Grootouders voor het klimaat ondersteunen de jongeren. Ze willen ook andere senioren bewust maken van de noodzaak om iets te doen tegen klimaatverandering.

Ook in OKRA

Vorig jaar hield OKRA haar politiek congres ter voorbereiding van een memorandum i.f.v. de gewestelijke, de federale en de Europese verkiezingen. In een actualiteitsresolutie bevestigde OKRA de standpunten die haar deed aansluiten bij Sign for my Future en bij Grootouders voor het klimaat.

Die resolutie luidde: OKRA wil meewerken aan de realisatie van een klimaatneutrale maatschappij. Wij zijn het aan onze kinderen en kleinkinderen verplicht om de wereld die we voor hen in bruikleen hebben gekregen in goede staat door te geven aan de volgende generaties.

"Die keuze om mee te werken aan een klimaatneutrale, duurzame samenleving, deed mij als algemeen voorzitter ja zeggen op de vraag van Grootouders voor het klimaat om hun ambassadeur te worden," zegt Mieke Peeters.

Ambassadeur Grootouders voor het Klimaat

"Ik ben plusoma van 6 kleinkinderen. Ik ben bezorgd om wat hen te wachten staat. Ik wil hen gelukkig zien opgroeien maar ik beseft dat als wij, hun grootouders, niets doen, zij opgezadeld zullen worden met een onleefbare planeet. Dat alleen al is een goede reden om in te gaan op de vraag van de Grootouders voor het Klimaat om ambassadeur te worden. Grootouders zullen het klimaatprobleem niet alleen oplossen, maar we kunnen wel ons steentje bijdragen. Net zoals iedereen dat kan. Elke stap, hoe klein ook, telt."

Milieu in OKRA

Al in 2000 en 2001 organiseerde OKRA een programma rond milieu en natuur met als slogan OKRA: *natuurlijk*. Dat tweejarig programma werd afgesloten met de aanplanting van 15 hectaren bos op acht locaties in Vlaanderen. Grootouders en kleinkinderen werkten toen al bewust samen aan een duurzaam toekomstproject.

In 2013 en 2014 was OKRA een van de pioniers buiten de milieubeweging die inzette op sensibilisering en actie rond de klimaatopwarming. OKRA deed dat met het project *Ik vind de aarde leuk*. Een 18-tal low-impact-vrijwilligers gingen aan de slag om hun eigen ecologische voetafdruk te verkleinen. Ze bezochten talrijke trefpunten om andere senioren te inspireren om hun gedrag aan te passen. Ook via allerlei andere initiatieven werden leden aangezet om zowel in hun eigen leven als in de werking van hun trefpunt in te zetten op duurzaamheid."

Sociaal en rechtvaardig

"Ik ben me er van bewust dat wij en de vorige generaties, zonder het te beseffen, de aarde uitgeput hebben. Al voelen we ons niet schuldig, we zijn wel mee verantwoordelijk voor de klimaatopwarming. Daarom moeten we nu, samen met onze kinderen en kleinkinderen, oproepen om noodzakelijke maatregelen niet op de lange baan te schuiven. Tegelijk moeten we erover waken dat kwetsbare mensen niet de dupe worden van de groene omschakeling. Een duurzame transitie moet ook sociaal-rechtvaardig zijn," besluit Mieke Peeters. ◆

BELEIDSPLAN OKRA

DE ZILVERVLOOT VAART DE VEILIGE HAVEN IN

2020 is een bijzonder jaar voor OKRA. We kijken dan terug op een periode van 5 jaar waarin we de bakens hebben uitgezet, verwijzend naar ons beleidsplan voor de periode 2016 tot 2020. Dit betekent dus dat we volgend jaar, in 2021, van start gaan met een nieuw plan. Maar daar hebben we het later over.

Het voorbije jaar hebben we samen met de 1060 plaatselijke trefpunten werk gemaakt van een **gezonde geest in een gezond lichaam**. Het resultaat mag gezien worden: bijna 25 000 activiteiten per jaar waarvan een kleine 5 000 clubs vallen onder deze categorie. Jullie organiseerden activiteiten rond kunst, cultuur en crea, sport, zingeving enz. Het thema *Waardig ouder worden* werd tot onder de kerktoren besproken. Ook het bijzondere project *lekker actief* om ouderen terug in bewe-

ging te brengen werd een succes. Voor de toekomst is het duidelijk dat de filosofie van actief ouder worden via een diversiteit aan initiatieven een belangrijke troefkaart van OKRA blijft.

Vrijwilligers ondersteunen

In de voorbije jaren heeft OKRA veel middelen ingezet om de vele trefpunten en vrijwilligers te ondersteunen of te begeleiden. Vooral de regio's speelden hierin een hoofdrol. Jullie waren massaal aanwezig

op startdagen, gewestelijke overlegfora, kadervormingscursussen enz. Jullie konden rekenen op de persoonlijke ondersteuning van een regionale beroepskracht wanneer dit nodig was. We stelden ook vast dat een deel van onze trefpunten het niet gemakkelijk had en daarbij nood had aan concrete ondersteuning. Voor de toekomst heeft OKRA gekozen om de trefpunten naar voren te schuiven als de belangrijkste prioriteit. Meer dan nu zal er werk gemaakt worden van een degelijk systeem van begeleiding van lokale groepen. De beroepskrachten zullen in dit verband een vorming krijgen en kunnen via uitwisseling van ervaringen groeien in deze belangrijke maar vaak moeilij-



OKRA IS OOK EEN BEWEGING
VAN HET MIDDENVELD DIE
OPKOMT VOOR DE RECHTEN EN
BELANGEN VAN DE OUDEREN.

ke opdracht. We zullen ook experimenten opzetten met nieuwe, thematische groepen als aanvulling op de trefpunten.

Rechten van ouderen

OKRA is niet enkel een vereniging waar je veel leuke activiteiten kan meemaken, het is ook een beweging van het middenveld die opkomt voor de rechten en belangen van de ouderen. Daar hebben we de voorbije jaren sterk op ingezet onder het motto **degelijke levensvoorwaarden voor alle 55-plussers**. Heel wat trefpunten werkten hieraan mee door informatie te geven, leden bewust te maken of te wapenen voor bepaalde problemen, lokale of gemeentelijke acties te voeren enz. Meer dan 600 trefpunten waren actief in gemeentelijke adviesraden. Bij de gemeenteraadsverkiezingen gaven jullie de verwachtingen van OKRA door aan de politieke spelers. Er werd ook een nationaal memorandum geschreven in samenspraak met de trefpunten en de regio's. OKRA kwam regelmatig op straat onder meer rond de pensioenen en de klimaatproblemen. Er ging geen week voorbij of OKRA was aanwezig in de kranten of op televisie. Deze rol wordt in de toekomst nog belangrijker en we zullen daar in de komende jaren sterk op doorgaan. We rekenen op jullie om dit ook onder de kerktoren of in de stadsbuurt mee op te nemen.

Middel tegen eenzaamheid

Enkele jaren terug werkten veel trefpunten concreet mee aan het thema **Welkom aan boord** om een alterna-

tief te bieden voor de vele ouderen die dreigen te **vereenzamen**. We kwamen zelfs in het tv-journaal op kerstavond met de datingknop op de website. Vele 55-plussers vonden op die manier gezelschap om te wandelen, te fietsen, naar de bioscoop te gaan of gezellig te kletsen. De stijgende cijfers m.b.t. eenzaamheid en zelfdoding geven aan dat we hier in de volgende jaren moeten blijven aan werken.

Onder het thema **een reddingsboei voor kwetsbare ouderen** hebben veel trefpunten aandacht gehad voor de ouderen die zich in een zorgsituatie bevinden, hetzij thuis hetzij in een woonzorgcentrum. Jullie organiseerden activiteiten in het zorgcentrum, gingen vaak op bezoek, bezorgden attenties enz. In Peulis deden we een experiment rond warme en zorgzame buurt om een ontmoetingsplaats aan te bieden: deze ervaring willen we in de komende jaren verder uitdragen. In samenwerking met Welzijnzorg richtten we OKRA op ouderen die moeten rondkomen met een erg bescheiden inkomen. Gezien het probleem van de armoede bij senioren zullen we hier ook in de nabije toekomst rond werken.

Baby boomers

Onder de slogan **Een valreep voor de jonge 55-plussers** hebben jullie in de voorbije jaren in de trefpunten veel inspanningen geleverd om de jonge babyboomers meer te bereiken via aangepaste activiteiten. Er werd ook gezocht naar nieuwe vormen om mensen die zich bevin-

den tussen beroepsarbeid en pensioen samen te brengen. In dit verband gaf OKRA ook een boek uit *Wat te doen met je pensioen?* Uit de ledencijfers blijkt dat we er nog niet in slagen om de jonge generatie in voldoende mate aan te trekken. Dit blijft dus ook een werkpunt voor 2020 en de volgende jaren.

Digitale evolutie

We stellen vast dat de digitale revolutie niet meer tegen te houden is maar dat men te weinig rekening houdt met de ouderen waarvan een gedeelte (nog) niet mee is met de nieuwe computertoepassingen. Onder het thema **surfen op de digitale golven** deden we onderzoek naar de digitale geletterdheid van 55-plussers. Er werden ook heel wat vormingsinitiatieven ingericht om ouderen te leren werken met deze nieuwe technologie. OKRA pleit ook dat de persoonlijke dienstverlening aan ouderen blijft bestaan zolang niet iedereen mee is met de digitale communicatievormen. Ook dit thema is niet afgesloten en blijft ook in het komend decennium belangrijk.

Gekleurde samenleving

We leven in een superdiverse en gekleurde samenleving en dit is niet altijd eenvoudig. Toch heeft OKRA ervoor gekozen om positief mee te werken aan een verdraagzame en respectvolle samenleving, tegen het wij-zij-denken in. In de voorbije jaren hebben we onze leden hierover geïnformeerd en bewust gemaakt vooral via positieve getuigenissen in het *OKRA-magazine*.



OKRA HEEFT ERVOOR GEKOZEN OM POSITIEF MEE TE WERKEN AAN EEN VERDRAAGZAME EN RESPECTVOLLE SAMENLEVING, TEGEN HET WIJ-ZIJ-DENKEN IN.

Onder het thema ***Een open ark in een gekleurde samenleving*** hebben trefpunten en regio's experimenten opgezet om andere culturen te leren kennen. We lanceerden de vormingsfilm *Samen gelukkig* waar het probleem van de vluchtelingen aan bod komt. Zoals gezegd, het gaat hier om moeilijke kwesties en pas-klare oplossingen op korte termijn zijn er niet. Onbekend is onbemand. Toch zullen we in de komende jaren blijven zoeken naar verrijkende kennisgeving en constructieve samenwerkingsvormen.

Vrijwilligers

Uit de beoordeling van het verleden blijkt dat OKRA beschikt over een sterk beleid voor de 15 000 **vrijwilligers** die zich engageren. OKRA besteedt veel aandacht aan de talenten van de medewerkers en een fijne vrijwilligerscultuur waarbij iedereen zich snel thuis voelt. Daarnaast werkte OKRA aan kwalitatief samenwerken, taakverdeling en people management. Het bestuursconcept dat sinds 2016 gehanteerd wordt past hier perfect in. Via

schriftelijke en digitale kanalen zoals nieuwsbrieven werden jullie geïnformeerd als vrijwilligers. Dit alles kunnen vrijwilligers terug vinden in een werkmap voor de medewerkers. OKRA heeft ook een degelijk systeem om de medewerkers te coachen en te vormen. In de periode 2018-2020 besteden we veel aandacht aan het doorgeven van de fakkel in de trefpunten onder het thema ***Het staat in de sterren geschreven***. We wensen jullie hierbij veel succes. Uiteraard zal de aan-

dacht voor de vrijwilliger niet afnemen in de toekomst integendeel het blijft een prioritair aandachtspunt.

Tot slot

Jullie voelen het wellicht niet in je trefpunt maar OKRA zit op een scharniermoment in haar geschiedenis. Met het nieuwe beleidsplan willen we OKRA wapenen voor de komende 10 jaar. We zijn er immers van overtuigd dat OKRA een belangrijke en noodzakelijke organisatie is, zeker op het lokale niveau. In onze missie zeggen we duidelijk dat we willen meewerken aan een democratische, duurzame, solidaire samenleving waarbij we geen enkele oudere willen uitsluiten.

We geloven ook in de warme en zorgzame rol die OKRA vervult in de lokale gemeenschap. We hopen dat jullie als vrijwilligers hier willen aan meebouwen!



TONEEL

Zijn we nie gelukkig

Peter Lambert, auteur en acteur van menig toneelstuk, schreef een leuke vertelling met een lach en een traan, over ouderen hier en in Bangladesh. Denk niet, pfff, wat een zwaar thema. Peter Lambert verstaat de kunst om een moeilijk onderwerp op een amusante manier aan te brengen. Een lach en een traan, liefde en rivaliteit, een knipoog naar OKRA en een verrassend einde.

Je kan deze voorstelling boeken in je trefpunt. Zeker doen, je kan je leden een fijne namiddag bezorgen.

GOED OM WETEN

- Voorstelling is te boeken vanaf 21 januari 2020.
- Het is een namiddagvoorstelling, alleen op dinsdag of donderdag.
- Er zijn weinig voorwaarden wat de zaal betreft; in principe kan overal worden gespeeld.
- Het te voorziene speelvlak is ongeveer 6 meter breed en 4 meter diep.
- Vanaf 100 personen wordt er best een podium voorzien (aangeraden vanaf 50 personen).
- Het speelvlak is goed algemeen verlicht, de zaal hoeft niet duister te zijn.
- Een draadloze micro - headset - is nodig vanaf 150 deelnemers.
- De voorstelling duurt 70 minuten. Een pauze is in principe niet voorzien, maar kan wel in afspraak worden georganiseerd; de duur van de pauze is maximum 15 minuten.
- Drank kan worden aangeboden voor de voorstelling en tijdens een eventuele korte pauze.
- De kostprijs voor deze voorstelling is 175 euro (enkel voor OKRA-trefpunten) en verplaatsingskosten (0,25 euro per km, vanuit Zulte). De vergoeding wordt na de voorstelling direct afgerekend.
- Peter Lambert is ongeveer anderhalf uur voor de start aanwezig en blijft tot dertig minuten na het einde.
- Er is een kleine ruimte nodig voor het omkleden.
- Voorzie voor één persoon een lichte maaltijd (een broodje volstaat) en voldoende drank.

HOE AAN TE VRAGEN ?

- Graag een mailtje aan piet.elsen@okra.be of telefoneren naar 02 246 44 47 (niet op vrijdag) met volgende gegevens: trefpunt – datum (met reservedatum) plaats/adres – uur – contactpersoon (liefst met e-mail-adres).
- Je kan op dit mailadres/telefoonnummer ook terecht met vragen omtrent de voorstelling.
- Ten laatste twee maanden voor de voorstelling de aanvraag doen (mag uiteraard ook vroeger).
- Via de contactpersoon wordt zo snel als mogelijk de datum bevestigd, er volgt dan een klein vragenlijstje voor enkele bijkomende gegevens.

FOTO VAN DE 16



TRUKEN VAN DE FOOR

HET MAG GEZEGD: OKRA IS OP SOMMIGE VLAKKEN HELEMAAL MEE MET DE MEDIA.

DE VOORSTELLING 'TRUKEN VAN DE FOOR - HET LEVEN EN DE MUZIEK VAN EDITH PIAF' WERD IN ZAAL DE ADELBERG IN LOMMEL LIVE GESTREAMD NAAR MAAR LIEFST DERTIG WOONZORGCENTRA IN VLAANDEREN. DANKZIJ DE TECHNIEK KONDEN DE BEWONERS VAN DE WOONZORGCENTRA DEEL UITMAKEN VAN HET LIVE PUBLIEK VAN DE CULTUURHUIZEN.

DE VOORSTELLING WAS EEN ORGANISATIE VAN OKRA-ACADEMIE LOMMEL. DE STREAMING WAS EEN SAMENWERKING MET CULTUURCONNECT, SAMANA GEWEST LOMMEL, DE GEMEENTE, DE SENIOENRAAD EN DE LOMMELSE WOONZORGCENTRA.