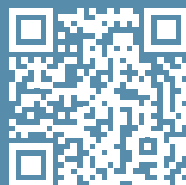


HOE KAN JE LID WORDEN?

Een OKRA-lidmaatschap kost 28 euro per jaar. Woon je met meerdere op hetzelfde adres dan betaal je 47 euro voor het ganse gezin. Bewoners van een woonzorgcentrum (en hun thuiswonende partner) kunnen lid worden voor 11 euro.



STUUR OP NAAR HAACHTSESTEENWEG 579 PB 40 - 1030 SCHAARBEEK
OF GEEF DIT INGEVULDE FORMULIE AAN EEN OKRA TEAMLID.

OF GA NAAR WWW.OKRA.BE
EN DRUK OP DE KNOP 'WORD NU LID'.

MEER INFO:
02 246 44 41 OF INFO@OKRA.BE

VUL ONDERSTAAND FORMULIER IN en bezorg het aan OKRA vzw of het plaatselijk treppunt

NAAM: VOORNAAM:

STRAAT: NR:

POSTCODE: GEMEENTE:

E-MAIL: TEL:

GEBOORTEDATUM: GM-LID?: JA - NEEN (OMCIRKEL HET JUISTE)

P.S.

Je kan ook 8 euro extra betalen, dan word je lid van OKRA-SPORT+. Hiermee kan je onbeperkt deelnemen aan alle sport- en beweeginitiatieven. Maak kennis met nieuwe sporten en gezondheidsprojecten.

MEER INFO: WWW.EENLEVENLANGSPORTEN.BE



WALTER

"Als nieuw lid had ik op één dag mijn lidgeld terugverdiend. Met mijn bon van HUBO kreeg ik 15% korting op de aankoop van een nieuwe haagschaar."

"Ik had al gehoord van lijndansen en ik wilde graag deelnemen. Dankzij OKRA vond ik de weg naar een boeiende groep enthousiaste lijndansers waar ik direct werd opgenomen. Dansen houdt me jong: het is bewegen, maar ook hersengymnastiek."



MIEKE



HENK

"Ik wilde na mijn pensioen terug beginnen met interessante tentoonstellingen en voordrachten. Toen ik het programma van de OKRA academie zag, wist ik direct dat dit iets voor mij was. En zo'n lage prijs voor zo een mooi aanbod, dat kon ik niet echt niet laten liggen."

FRANS

"Ik dacht dat OKRA niet voor mij was. Ik ben pas gepensioneerd. Tot iemand me sprak over de motorclub van OKRA. Ik droomde allang om bij een club te gaan maar had wat drempelvrees. Bij de motorclub van OKRA was ik direct op mijn gemak. Wat later ontdekte ik dat ze nog heel toffe andere initiatieven hebben waar je als jonge senior bij kan aansluiten: duikclubs, wandelclubs, computerclubs, dartclubs, popkoor, padel..."



WIL JIJ GRAAG 7 JAAR LANGER LEVEN?



WWW.OKRA.BE



@OKRAvzw



OKRAvzw



DAT KAN... DOOR TE GROEIEN & TE GEVEN

ONDERZOEK HEEFT UITGEWEZEN DAT
DEZE LEVENSHOUDING EEN GROTE IMPACT
HEEFT OP JE LEVENSKWALITEIT:

groeien

*Je gaat op zoek om levenslang
te leren en nieuwe mensen te
ontmoeten.*

*Je zet in op vriendschap en je neemt initiatief om
onze wereld mooier, warmer en duurzamer te maken.*

geven

Deze twee levenshoudingen maken twee hormonen aan die het verouderen neutraliseren. Je krijgt extra 'serotonine' dat je ontvangt als je je inzet en hiervoor waardering terugkrijgt. En je krijgt ook extra 'oxitocine', het vriendschapshormoon.

BEIDE HORMONEN VERBETEREN JE IMMUNITEIT, JE SPIJSVERTERING, JE GEHEUGEN, JE SLAAP EN NOG ZOVEEL MEER. KORTOM ZE GEVEN JE EEN GROTER GELUKSGEVOEL EN DAT HEEFT DAN WEER INVLOED OP EEN LANG EN GELUKKIG LEVEN.



IS OKRA NIET VOOR OUDERE SENIOREN?

Helemaal niet, OKRA is een dynamisch seniorennetwerk voor 55-plussers, met meer dan 1.150 trefpunten, 18.000 vrijwilligers en 130.000 leden in Vlaanderen en Brussel.

Door een sterk aanbod van sport, cultuur, crea, persoonlijke groei, reizen, academie, digitale vorming, uitstappen en nog zoveel meer kan **OKRA voor jou de plaats** zijn **om te 'groeien' en te 'geven'**.



HEEFT HET ZIN OM LID TE WORDEN? MISSCHIEN HEB JE NOG HEEL WAT ANDERE ACTIVITEITEN...

DAN NOG IS JOUW LIDMAATSCHAP ZEKER DE MOEITE WAARD.



Als lid krijg je een **bonnenboekje** met **meer dan 25 voordelen**. Je krijgt korting bij Hubo, Torfs, thuiswinkel Goed, Lunch Garden, E5 mode, museumpas, aankoop zonnepanelen enz.

Je krijgt het **maandelijks tijdschrift 'OKRA-magazine'**. Daarin vind je boeiende interviews en interessante artikels. Bovendien vind je er info over het activiteiten aanbod in je buurt.



We behartigen jouw belangen en die van alle senioren van de dorpsstraat tot de wetstraat. **OKRA geeft stem aan ouderen** en heeft invloed op het beleid. Met de nodige deskundigheid brengen we thema's als mobiliteit, betaalbaar wonen en een degelijk pensioen voor iedereen onder de aandacht.

Via **OKRA-zorgrecht** (erkende gebruikers- en mantelzorgorganisatie) kunnen we je helpen als mantelzorger of als je zelf zorg krijgt. Je kan altijd lid worden van OKRA-Zorgrecht.



Je bent als lid ook **verzekerd** bij al de activiteiten die je met ons onderneemt.

Als je CM-lid bent, kan je een extra financieel voordeel verzilveren. De CM stort je 10 euro terug in de loop van het kwartaal van je inschrijving. Als je geniet van een verhoogde tegemoetkoming, dan is dit voordeel zelfs 20 euro per persoon.



Als je nu lid wordt, geldt dit voor het jaar 2023 maar **al de maanden van 2022** krijg je er **gratis** bij.

