



Hier kom ik thuis!

Opera in de Cinema
en
Reis mee namiddag
OKRA Antwerpen

REISINFO

LEES blz. 18 en 21



LIDGELD 2024

ZIE Blz. 7



ZIE Blz. 13

SENIORENFEEST!!!

Donderdag

23 NOVEMBER 2023



OKRANTJE

NOVEMBER 2023

Nr. 11

okralinkeroever@outlook.com



okrantje.lo@outlook.com

- 3** Zingeving
- 4** Voorwoord
- 5** Jarigen en meldingen
- 6** Wekelijkse activiteiten
- 7** Maandactiviteiten + **Lidgeld 2024**
- 8** Regionale daguitstap HERITA (verslagje)
- 10** Extra... **"De Droomfabriek"** (verslagje)
- 12** Boeken uitleendienst
- 13** Seniorenfeest
- 14** Welkom en 'Winterfestival' + Meldingen
- 15** Wandelen in Rupelmonde (verslagje)
- 16** Academie najaar **2023**
- 18** 'Opera in de cinema'
- 19** Bezoek Doksite **NIETUWEDATUM**
- 20** Nieuwjaarsconcert
- 21** Reis mee infonamiddag
- 22** Opendeurdag
- 24** HALT 2 Diabetes (LUS – SAMANA – OKRA)
- 25** Brainstorm
- 27** C O L O F O N



ZINGEVING

okra
Trefpunt 55+

*Sommigen geloven dat het
leven bij 50 begint,
anderen bij 60 of 70,
maar voor mij begint het
leven elke ochtend wanneer
ik wakker word.*

VOORWOORD



Beste leden, NOVEMBER?

een maand met veel herinneringen voor velen, een maand die je doet nadenken over het leven, het leven dat je reeds hebt gehad, maar ook het leven dat nog voor je staat.

Voor iedereen is dat anders en iedereen probeert er het beste van te maken.

Herinneringen zullen blijven maar je gedachten kan je aanpassen.

*Als je negatief denkt, zullen ook je herinneringen naar blijven, maar als je positief denkt, zullen ze misschien telkens weer een glimlach op je gelaat tonen, en die glimlach is wat anderen van jou zien,
je blijheid...*

Vriendelijke groeten

Annie, Jos, Lieve, Maria en Willy



Hier kom ik thuis!

Ons OKRAntje heeft een nieuwe look gekregen, we proberen er een beetje jonger en vrolijker uit te zien...

Hopelijk vindt ook jij het leuker om te lezen. Heb je opmerkingen of wil je het nog beter maken, stuur dan een berichtje naar:

okrantje.lo@outlook.com

en vertel het ons.

MELDINGEN

Maria WAEMBEKE

°12/05/1942 - †03/10/2023



Zij was verantwoordelijke van onze teken- en toneelactiviteiten. Haar leven leek wel een getekend toneelstukje met een lach en een traan toonde ze aan haar mensen hoe je het beste

je gedachten via een tekening op papier kon zetten en hoe je door middel van een klucht je kon uiten in een sketch of toneelstukje... Het ga je goed Maria, bedankt voor alles.



NOG JARIG

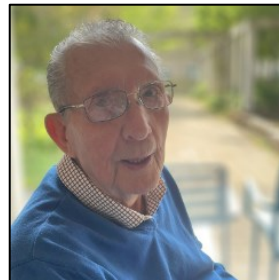
02/11 Emma BOGAERD
03/11 Martha WOUTERS
03/11 Jeannine KOCKX
06/11 Sinny CALLENS
08/11 Paul ENGELS
10/11 Jan ROBBENS

In Memoriam



André STEINGUELDOIR

°10/02/1934 - †28/09/2023



Gilberte DANSAERT

Weduwe Armand Meyntjens
°24/03/1932 - †20/09/2023

José DE GROOF

°31/12/1931 - †10/10/2023

Het bestuur, contactpersonen/kernleden en leden bieden de nabestaanden hun oprechte en christelijke deelneming aan

SPECIALE JARIGEN

DEZE MAAND

13/11	Jozef MAES	95
16/11	Nicole WILDIERS	85
27/11	Marie-Louise DE GREEF	80

13/11	Antonia MATTHEEUSSEN
18/11	Anna DE WILDE
22/11	Ria STOFFELS
25/11	Marina DE GRAEVE
27/11	José LIECKENS
30/11	Paula DE CLERCQ

Gefeliciteerd met jullie verjaardag

WEKELIJKSE ACTIVITEITEN



BILJARTEN

Elke **woensdag**
om **14u.**
in het
SAC café



FIETSEN

Elke **dinsdag**
en **donderdag**
om **13u30** aan kerk
St. Anna ten Drieën



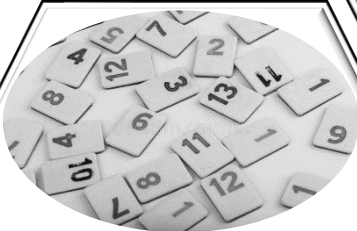
KAARTEN

Elke **woensdag**
om **14u.**
in het
SAC café



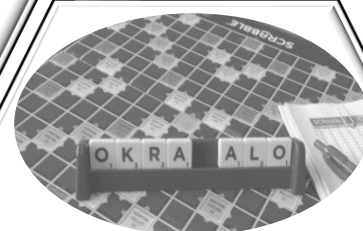
PETANQUE

Elke **dinsdag**
en **donderdag** om
14u. Fromentinstraat
CC Ter Schelde



RUMMIKUB

Elke **woensdag**
om **14u.**
in het
SAC café



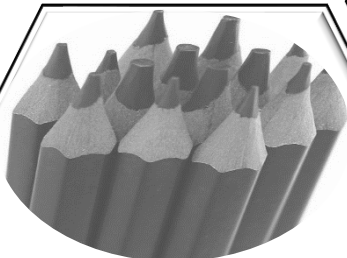
SCRABBLE

Elke **woensdag**
om **14u.**
in het
SAC café

CREA

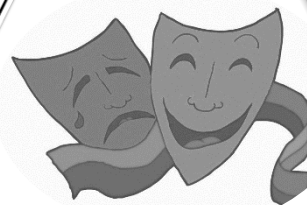
CREA

Elke **woensdag**
om **14u.**
in het SAC
zaal Belvédère



TEKENEN

Elke **donderdag**
van **10u.** tot **12u.**
in het SAC
zaal Belvédère



TONEEL

Elke **donderdag**
van **13u.** tot **15u.**
in het SAC
zaal Belvédère

OKRA

*houd je
bezig*

EENMALIGE ACTIVITEITEN PER MAAND

KOKEN
3^{de} dinsdag
van 9u. tot 14u.
keuken SAC

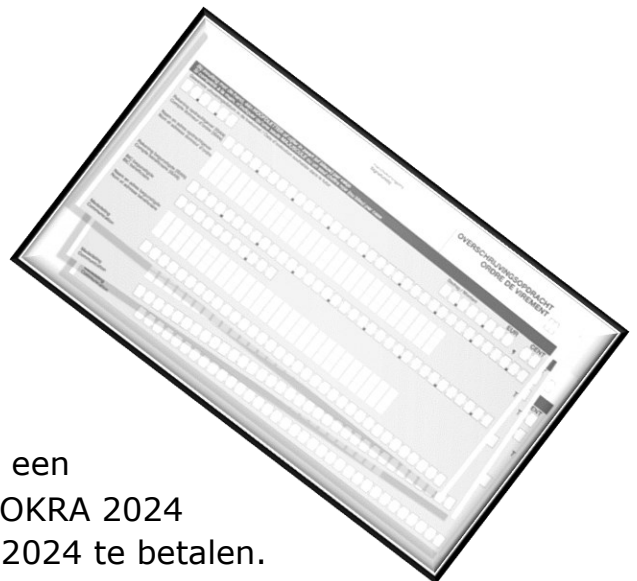
OKRA
houd je bezig

PRIJSCAARTING
2^{de} woensdag
van 14u. tot 17u.
café SAC

WANDELEN
2^{de} vrijdag
van 14u. tot 17u.
café SAC

CULTUUR
VOLGENS HET KRANTJE

LIDGELD 2024



!!! Bij je OKRAntje van deze maand vind je een overschrijvingsformulier om uw lidgeld voor OKRA 2024 alsook een formulier om uw sportzegel voor 2024 te betalen.

Gelieve te betalen **vóór 01/01/2024**

De overschrijving doe je best via deze bijgevoegde overschrijving op rekeningnummer van:
OKRA ANTWERPEN LINKEROEVER
BE78 7340 3576 1986

!!! OPGELET !!!
ACV-leden betalen via hun
ACV lidmaatschap

EENDAAGSE UITSTAP NAAR DE HERITA SITES

Vrijdag 20 oktober 2023

BEZOEK AAN HET KASTEEL VAN HEERS & BEZOEK AAN DE ABDIJ VAN HERKENRODE



Nat-Natter-Natst

Om 7.15 uur vertrek eerste ploeg Spar, 7.30 uur ploeg SAC
Met 28 enthousiastelingen trokken we naar Limburg. Het weer wilde niet echt mee, maar dat kon de pret niet drukken!

Onze eerste stop was het kasteel van Heers waar we koffie en een lekkere koffiekoek kregen. Dit kasteel heeft een bijna duizendjarige, woelige geschiedenis en dreigde enkele jaren geleden helemaal te verkrotten omdat de eigenaars geen geld hadden om het te onderhouden. Gelukkig kon het Vlaams Gewest het domein kopen en het wordt nu beheerd door HERITA. De vrijwilligers zijn begonnen met de restauratie. Het kasteel is nog niet geopend voor het publiek, maar dank zij Lieve mochten wij toch een bezoek brengen aan de werf. Het zal nog \pm 10 jaar duren eer het kasteel in al zijn luister hersteld is, maar je kon nu al zien dat het resultaat prachtig zal zijn. Daarna reden we naar de abdij van Herkenrode, waar ons een broodjesmaaltijd en lekkere Limburgse vlaai werd aangeboden. Deze site is reeds gerestaureerd en ziet er heel mooi uit. We kregen een rondleiding van de gezegende zuster Abdis...en werden ondergedompeld in een voor ons

Onbekende wereld van werken, gebed, discipline en gehoorzaamheid! Er was een wandeling over het domein gepland, maar door het slechte weer kregen we een rondleiding binnen. We werden gegidst zogezegd door de laatste abdis van Herkenrode, op het einde van de achttiende eeuw. Dit was 'n aparte belevenis, heel ludiek en helemaal niet zo saai als zo'n rondleiding soms kan zijn, echt de moeite waard! Onze terugreis verliep erg vlotjes en rond halfzeven waren we terug thuis.

Dank je wel Lieve, dit is zeker voor herhaling vatbaar !

Chris en Magda



KASTEEL van HEERS





ABDIJ van HERKENRODE



Foto's Monique VERMEIREN en Jos WULLAERT



OPNAMES DE DROOMFABRIEK 7 OKTOBER '23



Zo een 2 weken vóór de opnames kreeg het bestuur van ons trefpunt een mailtje toegestuurd met de vraag of onze mensen niet wilden deelnemen aan de opnames voor een aflevering van

"De Droomfabriek"

met Bart Peeters en een dan nog voor ons geheimzinnige BV.

Dus snel, snel wat mensen bij elkaar getrommeld om zo op 7 oktober om 13u30 met 25 gegadigden de bus op te stappen richting Diksmuide.

Na een trip van bijna 2uur werden we opgewacht door niet minder dan Bart Peeters himself en de geheime BV in de vorm van Maaïke Cafmeyer.



Daarbij ook een voltallige TV-ploeg van productiehuis De Chinezen die dit programma verzorgen voor VRT. Cameraman, geluidsmen, regisseur en heel de poespas.

Het verhaal:

De boer en de boerin van 't kakelend kippenmuseum hadden nog nooit eens op verlof kunnen gaan en daar had Bart Peters met zijn Droomfabriek een oplossing

voor. Bart zou namelijk de boerderij voor een tijdje runnen zodat boer en boerin op vakantie konden vertrekken.

Zo gezegd, zo gedaan... maar zo iets moest dus in een TV-programma gegoten worden en daar had men figuranten voor nodig...

En deze figuranten vond men bij de mensen van OKRA trefpunt Antwerpen Linkeroever.



Samen trokken we eerst naar een presentatieruimte waar ons een drankje werd aangeboden terwijl het TV-team alles opstelde voor de opnames. Boerin Maaïke gaf ons een deskundige uitleg over het uitbroeden van kuikentjes waarbij we het wonder van een uitgebroeid kuikentje konden bewonderen.



Rondleiding:

Na de presentatie van Maaïke kregen we van boer Bart een volledige rondleiding rond de boerderij.

Maar de ster of super BV van deze rondleiding was ditmaal niet Bart maar ons aller Mariake vooraan op de eerste rij met Bart in het golfkarretje. Bewonderend keek ze naar de dieren die over het domein verspreid waren...

En genieten deed ze.



We sloten deze trip af met een drankje en een lekkere pannenkoek om zo de terugreis terug aan te vatten naar huis.



Alle foto's van deze uitstap zullen in een documentje gestoken worden en voor de mensen die dit willen, verkrijgbaar zijn via e-mail



UITLEENDDIENST LEESBOEKEN



WANNEER: elke woensdagnamiddag

WAAR: in het SAC tussen 14.00 – 16.00u

PRIJS: VOLLEDIG GRATIS

(maar wel, voorbehouden aan leden van Okra/L.O.)

WAT DOE IK ALS IK EEN BOEK GELEEND HEBT ?

- er staat geen datum op, het terug binnen brengen van het boek
- als U het boek zelf wil doorgeven aan een ander OKRA-lid, geen probleem dat kan
- als U het boek wenst te behouden, ook geen probleem
- of U brengt het terug binnen, zodat ook andere leden ervan kunnen genieten

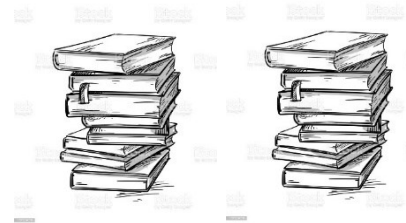
Vragen & Info :

Annie Cardinael : GSM: 0486 21 21 31

Email: anniecardinael@outlook.com

Marie-Louise De Greef : GSM: 0476 66 68 02

Email: marielouisedegreef@gmail.com



Deze maand hebben we spijtig genoeg geen menu in het krantje wegens plaatsgebrek... Maar we proberen volgende maand onze kookclub eens extra in de bloemetjes te zetten met een extra reportage.

FRIJTUUR DEN HAEN



Hanegraefstraat 10 – 2050 Antwerpen Linkeroever

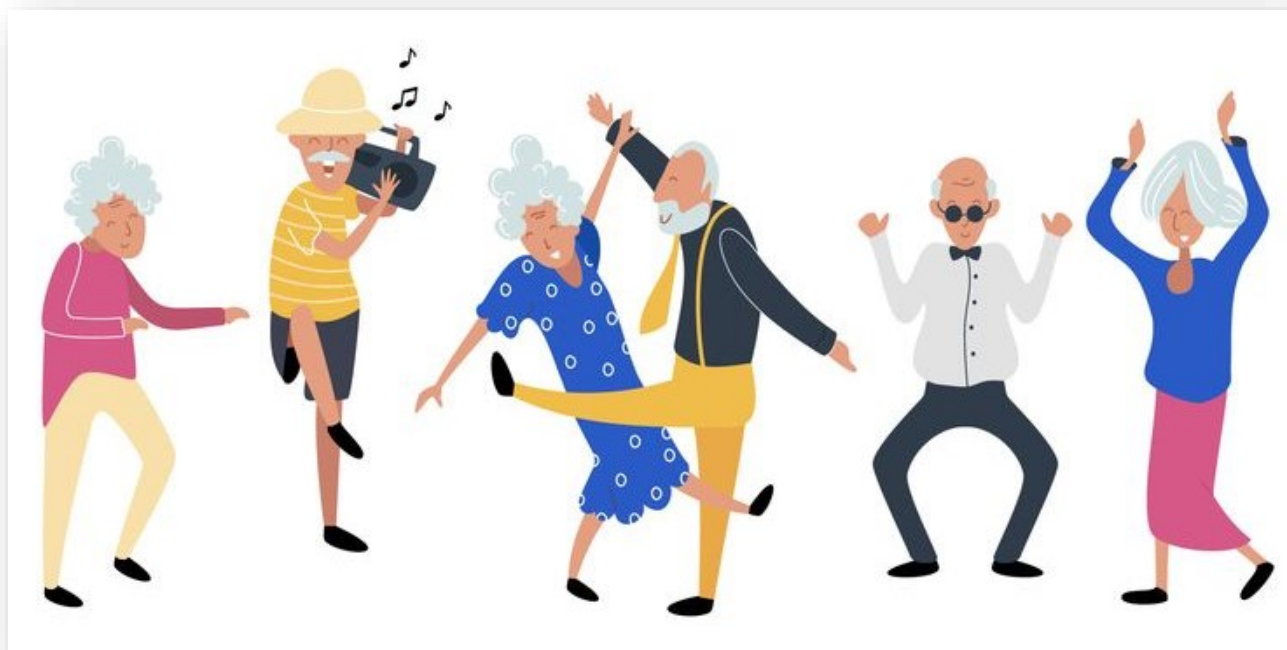
Tel: 03/219.69.09

Maandag	Gesloten
Dinsdag	Gesloten
Woensdag	16u30 – 21u30
Donderdag	16u30 – 21u30
Vrijdag	16u30 – 21u30
Zaterdag	16u30 – 21u30
Zondag	16u30 – 21u30



SENIORENFEEST

DONDERDAG 23 NOVEMBER '23



PROGRAMMA

12.00 VERWELKOMING

12.30 EETFESTIJSN: FRIKANDEL MET KRIEKJES
3 SOORTEN BROOD
DESSERT
KOFFIE/THEE

14.00 TOMBOLA MOOIE PRIJZEN TE WINNEN

15.00 BREUGELMANIA – SPEL

PRIJS: € 23,- per persoon

Plaats: SAC, Hanegraefstraat 5, 2050 Antwerpen

RESERVATIE en BETALING **vóór 17 NOV 2023**

Op **REKENING NR BE78 7340 3576 1986** – OKRA Antwerpen Linkeroever
MET VERMELDING VAN SENIORENFEEST en AANTAL PERSONEN

Na deze datum worden geen reservaties meer aanvaard

Annulaties kunnen tot en met 17 november 2023

NA DEZE DATUM GEEN TERUGBETALING MEER

Voor inlichtingen kan U altijd contact opnemen met:

Annie CARDINAE: GSM: **0486/21 21 31** of

EMAIL: anniecardinael@outlook.com



Op zaterdag 2 december 2023 om 19u nodigen we je weer uit in het Sint-Anneke Centrum (Hanegraefstraat, Linkeroever) voor het **Winterfestival**.

Als voorgerecht krijgt u Mezedes, een combinatie van kleine hapjes uit de Griekse keuken. Het wordt een aparte eetervaring, te vergelijken met de Spaanse Tapas. Een goede achtergrond voor een sociaal en gezellig samenzijn... Gerechtjes delen, een drankje nuttigen, praten, lachen enz. Kleine bordjes die met tafelgenoten zullen gedeeld worden. Een variatie aan smaken die de levendige sfeer kunnen creëren waar de Grieken om bekend staan. We voorzien volgende hapjes: tzatziki, tiropittes, Griekse salade en keftedes.

Als hoofdgerecht serveren we een rijk aromatische 'Stifado'. Dit traditionele stoofpotje is een van de populairste gerechten in Griekenland.

Ga naar een willekeurige taverne in het dorp en deze stevige stoofpot van konijn staat te pruttelen in de keuken en vult de lucht met heerlijke geuren. De mix van kruiden en specerijen tillen dit gerecht naar een niveau van gastronomisch genot.

We sluiten af met een fruitig dessertje: 'Komposta Anamikti'.

Tussen de gangen door kan u genieten van de groep 'Líkio ton ellinídon'.

De 5 dansers hebben Griekse roots of zijn gehuwd met een Griek en zijn allemaal gebeten door de Griekse dansmicrobe. De muzikant Ilias De Sutter bespeelt verschillende Griekse en andere instrumenten en ook zang is een kolfje naar zijn hand. De avond kost 35 euro per persoon.

Inschrijven kan via **onze website** of via het parochiesecretariaat op **03/219.32.29** (elke werkdag tussen 9u30 en 11u30).

Hopelijk tot dan!



Mevrouw

Sonia MERCKX

Mevrouw

Yvonne PEETERS

Mevrouw

Peggy BEAUJEAN

Mevrouw

Verda CASTELYNS

De heer en mevrouw

Paul ENGELS – Magda DE SCHEPPER

De heer en mevrouw

Leon ENGELS – Jeannine BOLLAERT

Mevrouw

Lea SOMERS

Mevrouw

Christiane VAN KERCKHOVEN

Mevrouw

Carole McMURRUGH



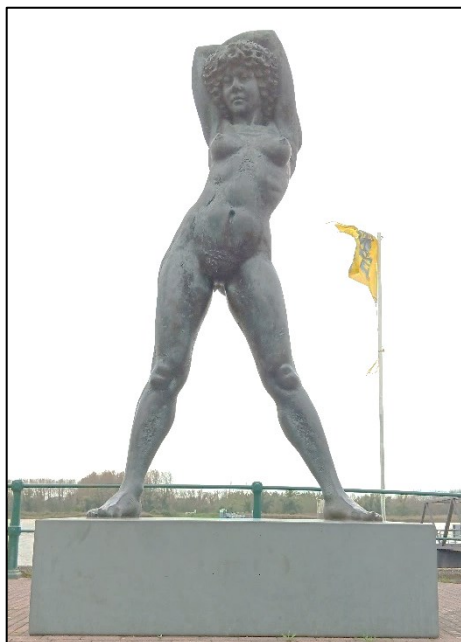
Zonnewijzeroute Rupelmonde

Vrijdag 13 oktober '23



Op vrijdag 13 oktober 2023, namen we met 15 deelnemers de bus naar Rupelmonde voor 'n heel speciale wandeling : het Zonnewijzerpad. Ik heb nooit geweten dat er in één dorp zoveel zonnewijzers staan, wel 20 in totaal. De reden is dat Mercator, die in 1512 in Rupelmonde werd geboren, en niet alleen cartograaf was, maar ook zonnewijzers bouwde, in 1594 overleed. Om de 400ste. verjaardag te herdenken, versierden de Rupelmondenaars in 1994 hun gevels en pleinen met zonnewijzers. Willy gidste ons langs het pad, dat o.a. door de oude visserswijk "Schellekes" en door kleine steegjes voerde. Onderweg passeerden we de Graventoren, de getijdenmolen en beelden van Reinaert de vos en ontdekten de zonnewijzers, die allemaal heel verschillend waren. Halverwege genoten we van een "sanitaire stop" en ook na de wandeling konden we in hetzelfde gezellige café napraten over deze boeiende tocht. Dank ie wel, Willy, het was top !

Chris



Foto's Jos





ACADEMIE OKRA ANTWERPEN

BOEIENDE VOORDRACHTEN // BIJZONDERE SPREKERS

NAJAAR 2023

-VOORJAARSBROCHURE VOLGT IN DECEMBER-



DEUREN 13u30



OKRA LID €7 / NIET-LID €10

VT OKRA LID €2 / VT NIET-LID €4

5X ABONNEMENT:

OKRA LID €30 / NIET-LID €45

ABONEMENTEN VAN VOORBIJE 2 SEIZOENEN ZIJN GELDIG

CENTRUM ANTWERPEN

VERGADERCENTRUM DE STROMING – ANTWERPEN
NATIONALESTRAAT 111, ANTWERPEN

**6
NOV**

WATERBOM VERSUS KURKDROOG

PATRICK WILLEMS

We staan in Vlaanderen voor flink wat uitdagingen, ook op het gebied van water. In heel wat gemeentes is er een risico op overstromingen terwijl ook het risico op droogte en waterschaarste toeneemt. Maar hoe komt het dat Vlaanderen zeer kwetsbaar is voor zowel de toenemende droogte als wateroverlast en wat zijn de gevolgen en risico's van klimaatverandering en urbanisatie? Professor Patrick Willems beantwoordt deze tijdens de lezing en geeft ook een overzicht van de oplossingen inzake klimaatadaptatie.

**13
NOV**

HYMNE À L'AMOUR – DE LEGENDE VAN EEN STRAATMUS, EDITH PIAF

PETER VEREECKE

Meer dan 100 j geleden geboren prikkelt haar naam nog steeds de verbeelding en de harten van heel veel mensen. Hoe komt dat? Hoe zijn haar leven, carrière en zoektocht naar liefde verlopen? Hoe heeft ze deze grande dame de la chanson Française dat verwerkt en uitgezongen? Een intrigerend en inspirerend overzicht doorheen haar grote drama's, vele tegenslagen en kleine mirakels. Veertien van haar beste chansons passeren de revue met de prachtige teksten erbij. Je krijgt Edith te horen en te zien in de oorspronkelijke opnamen, die haar buitengewone energie laten binnenstromen.

**20
NOV**

LESSEN UIT CHINA OVER ONTWIKKELING EN ONGELIJKHEID

DORIEN EMMERS – PROFESSOR IN DE CHINESE STUDIES EN ECONOMIE AAN DE KU LEUVEN

In haar onderzoek bestudeert Dorien Emmers de ontwikkeling van de Chinese economie sinds 1978 en de evolutie van sociale ongelijkheid tussen stad en platteland. Tijdens deze lezing zal zij een korte samenvatting geven over een aantal van haar onderzoeksbevindingen en illustratieve voorbeelden aanhalen. Hoe zit het bijvoorbeeld met de toegang tot onderwijs, gezondheidszorg,... in de stad en op het platteland in China.

**27
NOV**

EN DE MENS SCHIEP DE MENS. BIO-ETHIEK RONDOM HET BEGINNENDE LEVEN

PAUL SCHOTMANS – EMERITUS PROFESSOR MEDISCHE ETHIEK FACULTEIT GENEESKUNDE KU LEUVEN

Hij was gedurende vijf mandaten lid van het Belgisch Raadgevend Comité voor Bio-ethiek en gedurende drie ervan lid van het Bureau. Hij werkte vooral rondom de ethische vragen inzake begin en einde van het leven en rondom transplantatiegeneeskunde. In deze voordracht komen de ethische discussies rondom voortplantingstechnologie, menselijke erfelijkheid en stamcelonderzoek aan bod.

**11
DEC**

IN DE VOETSPOREN VAN DE OUDE KARAVANROUTES

DWARS DOOR IRAN & TURKIJE TOT ISTANBUL – AFLEVERING (5&6)

JOS ODEURS

We zetten onze 17 000km lange tocht verder en reizen in deze afleveringen doorheen Iran tot onze eindbestemming Constantinopel, nu Istanbul. Iran, het rijk van de Oude Perzen. Karavanserais en handelsroutes die rijkdom met zich brachten, wondermooie steden met een nooit geziene hoogstaande cultuur. Ook Turkije strategisch gelegen langs de oude handelsroutes, is rijk bezaaid met schitterende bezienswaardigheden.



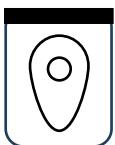
**29
JAN**

NIEUWJAARSCONCERT FRASCATI SYMPHONIC

KONINGIN ELISABETHZAAL, ASTRIDPLEIN, ANTWERPEN

Het Zwanenmeer van Tsjaikovski, 'Carnaval Ouverture' van Dvorák, de Keizerwals uit 'Die Fledermaus' van Johan Strauss jr. en 'Brindisi' uit 'La Traviata' van Verdi. Het is maar een greep uit de bloemlezing van meest geliefde melodieën uit de lichtklassieke muziek die Frascati Symphonic ons brengt tijdens ons provinciaal nieuwjaarsconcert in de Koningin Elisabethzaal. Frascati Symphonic zal ditmaal het gezelschap krijgen van de uitmuntende solisten Anja Van Engeland (sopraan), François Pardailhé (tenor) en Hrazer Karpetiyan (viool solo). Ons jaarlijks nieuwjaarsconcert belooft alweer een prachtig en aangrijpend optreden te worden. Niet te missen!

start om 14u30 (er is een pauze voorzien) - € 32 voor OKRA-leden, € 42 voor niet-leden - inschrijven is verplicht en kan vanaf 13 november tot en met 8 december 2023 via antwerpen@okra.be



PROVINCIE ANTWERPEN

Genieten van de musical A christmas Carol in het Capitool te Gent, Latijn herontdekken, naar het nieuwjaarsconcert in Bornem gaan, een culturele uitstap, dat zijn slechts enkele smaakmakers van de OKRA-academie Mechelen. Maar ook in Klein-Brabant organiseert de OKRA-academie 5 voordrachten per jaar. OKRA-academie Lier plant dan weer de filmvoorstelling Rebels en het nieuwjaarsconcert in Antwerpen.

Wil je graag bijkomende info, neem dan contact op met het OKRA-secretariaat Mechelen, 015 40 57 45





Met **Opera in de Cinema** brengt Kinopolis Antwerpen de prachtigste opera's vanuit **The Metropolitan Opera in New York.**

Bekijk onderstaand programma en ben je geïnteresseerd, geef dan een seintje aan: **Lieve Janssens**

Tel.: **0499/75 75 54** of mail haar via li.janssens@telenet.be

zodat we in groep de voorstellingen kunnen bijwonen.

Uw OKRA-prijs is 18,95€ per reprise voorstelling.

Locatie: Kinopolis Antwerpen, Groenendaallaan 394, 2030 Antwerpen.

(vlot bereikbaar met bus of tram)

De reprisevoorstellingen gaan door op **maandagnamiddag omstreeks 13u45.**

Dead Man Walking / Jake Heggie	30/10/'23
X: The Life and Times of Malcolm X / Anthony Davies	27/11/'23
Florencia en el Amazonas / Daniel Catán	18/12/'23
Nabucco / Verdi	15/01/'24
Carmen / Bizet	05/02/'24
La Forza del Destino / Verdi	18/03/'24
Romeo et Juliette / Gounod	01/04/'24
La Rondine / Puccini	29/04/'24
Madama Butterfly / Puccini	20/05/'24



Wij herdenken deze maand ook de overleden leden van het voorbije jaar.

Alfons VAN DER VELDE	27/10/'22	Jean-Paul SOENEN	25/06/'23
Irene DE BRUECKER	19/11/'22	Gonda VAN HOYWEGHEN	24/06/'23
Norbert COREMANS	07/02/'23	Lily MAMPAEIJ	01/07/'23
Marie-Reine MASQUILLE	06/02/'23	Piet KENNIS	01/09/'23
Edward TIEBOS	20/03/'23	André STEINGUELDOIR	28/09/'23
Lucienne DE MEULENAERE	27/03/'23	Maria WAEMBEKE	03/10/'23
Elza VAN DYCK	18/04/'23	José DE GROOF	10/10/'23

**BEZOEK DROOGDOKSITE
ERFGOEDSCHEPEN ANTWERPEN
NIEMAND MINDER DAN
ANGELE DE KONINCK & WILLY HUYSMANS
ZIJN ONZE HOSTS**

NIEUWE DATUM



Waarover gaat het daar in de Droogdokkensite.....

"Het Rijn- en binnenvaartmuseum van Antwerpen stelt drie schepen open voor het publiek, de Liomar, Angèle en Mon Désir.

Ze geven een perfect beeld van hoe het familiaal en economisch leven van een binnenschipper eruit zag. Aan de hand van foto's, scheepsmodellen, plannen, scheepsuitrusting

en schilderijen in de laadruimen word je naar deze, iet of wat aparte wereld gekatapulteerd.

De woningen van de schippers zijn intact gebleven.

De drie schepen zijn op dit moment historisch, sociaal en cultureel erfgoed en zijn getuige- en referentiekader van meer dan honderd jaar binnenvaart"

En..... het zijn Angèle De Koninck & Willy Huysmans, leden van OKRA L.O., en voormalige "Rijn-schippers" die ons uitnodigen en de rondleiding verzorgen !!!

WANNEER : vrijdag 17 november 2023

WAAR : DROOGDOKKEN SITE/Antwerpen -

PROGRAMMA :

- 1) bezoek aan de schepen "LIOMAR & MON DESIR"
- 2) Natje + droogje in de "ANGELE" !!

AFSPRAAKUUR: 13.00U aankomst in het pre-metrostation OPERA – ik wacht de deelnemers daar op – we gaan tot op de Rooseveltplaats naar tram 24 – met tram 24 rijden we tot zijn eindhalte – dan te voet tot aan de site

BEGIN BEZOEK SCHEPEN: 14.00 u

PRIJS : Euro 6,00 per persoon voor : bezoek aan de Erfgoedschepen + natje & droogje erbij.

Maximum aantal deelnemers : 25 personen

- !!! Deelnemers die ingeschreven waren in september, krijgen de voorkeur om mee te gaan... blijven er nog plaatsen over, dan kan er nog extra ingeschreven worden

Eventueel (!) inschrijven en betalen : tot en met WOENSDAG 08/11/23 !!!!

- betaling via rek.nummer OKRA ANTWERPEN L.O.: **BE78 7340 3576 1986**

- met de mededeling : Erfgoedschepen nieuwe deelnemer

Info: Lieve Janssens: GSM **0499/75 75 54** – E-mail : li.janssens@telenet.be



NIEUWJAARSCONCERT 2024

FRASCATI SYMPHONIC ORKEST

MAANDAG 29 JANUARI 2024

KONINGIN ELISABETHZAAL --- 2000 Antwerpen --- AANVANG 14.30U

Het **Frascati Symphonic orkest**, beheerst met zwier een veelzijdig repertoire en speelt steevast de pannen van het dak.

Romantisch, emotioneel, sprankelend, daverend: Het **"Zwanemeer"** van Tsjaikovski, de **"Carnaval Ouverture"** van Dvorak, de **"Keizerswals"** uit Die Fledermaus van Johan Strauss jr., **"Brindisi"** uit La Traviata van Verdi.

Het is maar een greep uit de meest geliefde melodieën uit ons Nieuwjaarsconcert.

Solisten: Ana Van Engeland (sopraan), François Pardailhé (tenor)
en Hrayer Karpetiyan (viool solo)

PRIJS PER /PERSOON: EURO 32,00 OKRA-leden
EURO 42,00 *niet* OKRA-leden

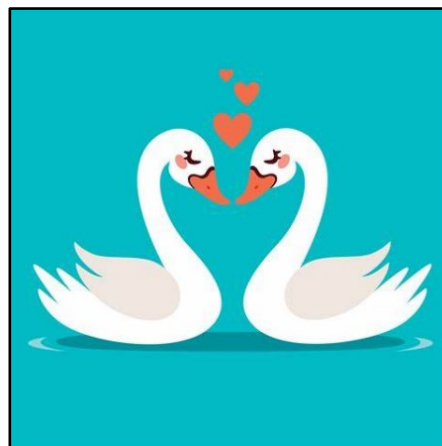
HOE INSCHRIJVEN EN BETALEN:

- U betaalt via een overschrijving aan : OKRA ANTWERPEN L.O.
 - Rekeningnummer: **BE78 7340 3576 1986**
 - Mededeling: **FRASCATI pers. OKRA-LID ... Ja/neen****
- ** : graag vermelden met hoeveel personen U inschrijft en of het om OKRA-leden of niet OKRA- leden gaat !!

OPGELET : UITERLIJKE DATUM VAN INSCHRIJVING: WO 06/12/23

Voor info kan U steeds terecht bij:

Lieve Janssens: GSM 0499/75 75 54 – MAIL li.janssens@telenet.be





REIS MEE NAMIDDAG NIEUWE BROCHURE OKRA REIZEN 2024

ONZE BROCHURE OKRA REIZEN 2024 IS
HELEMAAL KLAAR

GRAAG NODIGEN WIJ U UIT OP DE VOORSTELLING VAN ONZE BROCHURE

Via een doorlopende PowerPoint voorstelling,
maakt U kennis met onze bestemmingen.

De reisleiders van de Regio Antwerpen, Mechelen en Kempen, zijn aanwezig, en geven graag tekst en uitleg bij de bestemmingen, en trachten op Uw vragen een passend antwoord te geven.

Bij een drankje heten wij U van harte welkom !!

Kom langs, kom ons goede dag zeggen, samen kunnen we wat reisherinneringen ophalen of een gezellig babbeltje slaan.

WANNEER: VRIJDAG 08/12/23

DOORLOPEND VAN 14.00U TOT 16.00U

WAAR: Auditorium/De Stroming –

Nationalestraat 111 – 2000 Antwerpen

TOEGANGSPRIJS: Helemaal gratis !!

RESERVEREN : Niet nodig iedereen is welkom !



OPENDEURDAG

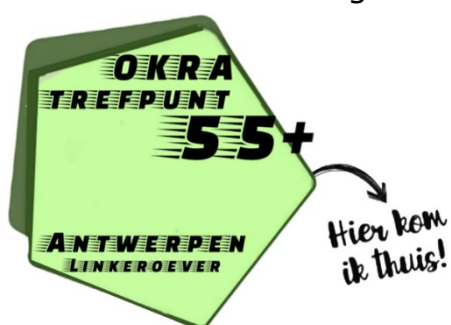


WOENSDAG 25 OKTOBER '23

Onze opendeurdag was, ondanks het druilerige weer opnieuw een SUCCES met een 60-tal aanwezigen.

Al onze activiteiten werden, elk op hun manier, tentoongesteld en kenbaar gemaakt aan Antwerpen Linkeroever.

Er werd gekeken, gebabbeld, gedronken, gegeten en er werden contacten gelegd. En dat is de bedoeling van ons OKRA trefpunt.



Het resultaat was dan ook naar wens.

Niet minder dan 5 nieuwe leden sloten zich aan bij ons trefpunt.

De inzet van onze medewerkers en verantwoordelijke van de activiteiten hadden dus wel degelijk hun nut.

OKRA houdt je bezig!!!





CONTACTEN - ONTHAAL



BILJARTCLUB



BOEKENCLUB



FIETSCLUB



CREA-CLUB



TEKENCLUB



KAARTCLUB



RUMMICUB



PETANQUECLUB



HALT 2 Diabetes – 6 november om 14 uur (tot 16 uur)

Diabetes type 2 is een chronische aandoening waarbij de bloedsuikerspiegel verhoogt. En dat heeft een enorme impact op iemands gezondheid en levenskwaliteit.

- krijg je informatie over diabetes
- screenen we iedereen die dat wenst met een eenvoudige vragenlijst
- ontdek je waar je met een verhoogd risico op diabetes terecht kan voor hulp

De diëtiste van LOGO-Antwerpen legt ons alles uit en we maken er een gezellige middag van!

Waar?

Zaal Sint Anneke Centrum, Hanegraefstraat 5,
2050 Antwerpen

Inschrijven?

Bij je vereniging of via info@lusvzw.be

Met de steun van:



District
Antwerpen

BRAINSTORM

OPLOSSINGEN OKTOBER

- 1) Benzine
- 2) Leningrad
- 3) Satraap
- 4) Hammond
- 5) Culotte
- 6) Icarus
- 7) Chopper
- 8) Messing
- 9) Cabriolet
- 10) Het weer

RESULTATEN OKTOBER

GUIDO DE MEYER	10/10
CHRIS FLUCHARD	10/10
TROP MARIETTE	5/10
VAN HOEY HELENE	7/10
CHRIS VAN LOOK	9/10
MIEKE WESTEN	10/10
FRANCINEZ DE LEEUW	8/10
JEANNINE VAN CLEEMPOEL	10/10
ANGELE DE KONINCK	8/10
MIRESE VEKEMANS	10/10

OPGAVE NOVEMBER

- 1) Welke kunstvorm beoefende Rudolf Nurejev?
- 2) Hoe noemt het alpenplantje met violette straalbloemen en gele schijfbloemen?
- 3) Welke Franse auteur schreef: "Reis naar het einde van de nacht"?
- 4) Hoe heet een bed waar je overdag op kunt zitten?
- 5) Week lichaamsdeel wordt in de medische wereld aangeduid met 'femur'?
- 6) Hoe heet de afstand tussen het wateroppervlak en het laagste punt van een schip?
- 7) Hoe wordt het voetstuk van een borstbeeld genoemd?
- 8) Italiaanse stad in Lombardije die is vastgegroeid aan het Zwitserse Chiasso.
- 9) Dit oorspronkelijk uit Afrika afkomstig insect leeft van nectar en stuifmeel.
- 10) Hoe noemt men een artikel met de beste markt positie in een segment?

De oplossingen van de puzzels vóór **20 NOVEMBER** doorgeven aan **Annie** aub
via email anniecardinael@outlook.com
of posten bij **Galgenweellaan 56 bus 2**
of telefonisch doorgeven op gsm **0486/21 21 31**

VOETSTUDIO

Pascale Steppe



- Medische Voetverzorging
- Tussenkost Mutualiteit



- Opmeten steunkousen en panty's
- Flebologie
- Lymfologie
- Littekenbehandeling



- Braces / Bandages / Orthesen
- Knie / Rug / Nek / Enkel / Pols / ...

Enkel op afspraak - Tel : 0472/422269

Gaston Burssenslaan 1 – 2050 Antwerpen Linkeroever

OKRA trefpuntnummer 11110

**Het rekeningnummer van
OKRA ANTWERPEN LINKEROEVER
BE78 7340 3576 1986
okralinkeroever@outlook.com**

Alle inschrijvingen zijn pas definitief na betaling op inschrijving of na ontvangst op bovenstaande bankrekeningnummer, met vermelding van het desbetreffend evenement en het aantal personen

Gelieve **elke wijziging** van adres, telefoonnummer GSM-nummer of emailadres door te geven aan **Maria Van Gothem**

Met dank namens het Bestuur

Teamleider/Coördinator:

Annie Cardinael
gsm 0486 21 21 31
anniecardinael@outlook.com

Financiële verantwoordelijke:

Jos Wullaert
gsm 0479 46 73 81
jos.wullaert@telenet.be

Adm. medewerker (secretariaat):

Maria Van Gothem
gsm 0491 91 13 36
mariavangothem1944@gmail.com

Mede-teamleider (PR-activiteiten):

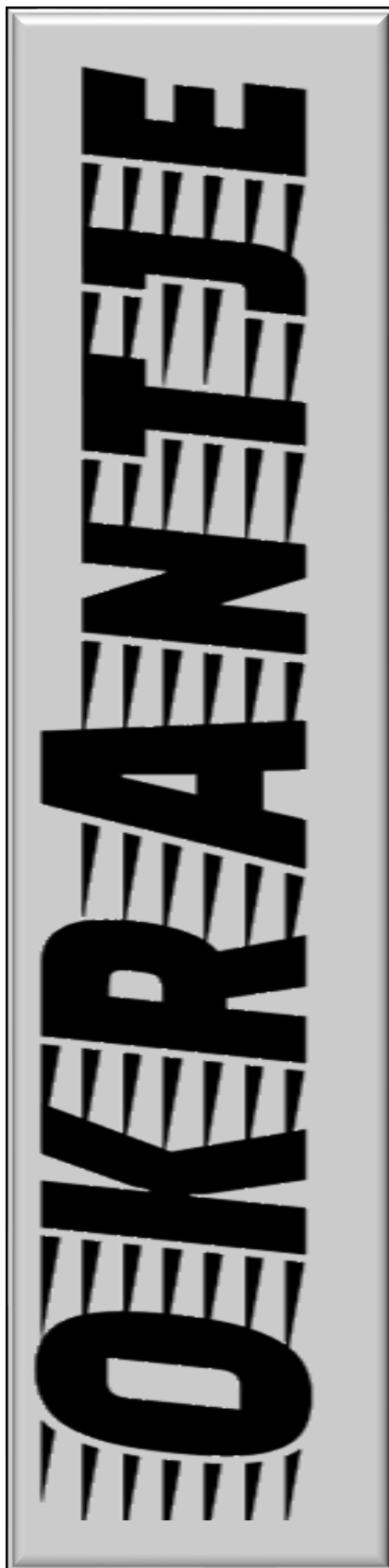
Lieve Janssens
gsm 0499 75 75 54
li.janssens@telenet.be

Adm. medewerker (OKRAntje):

Willy Vermeiren
gsm 0476 57 07 64
w2w.vermeiren@outlook.com

OKRA ONLINE

<https://www.okra.be/>





UITVAARTZORG LIEVE HEMEL

zorg voor overledenen
zorg voor nabestaanden

MET LIEFDE VOOR HET LEVEN



Drukkerij en kantoor:
Volkstraat 54, 2000 Antwerpen
Rouwcentrum en funerarium:
Waterhoenlaan 9 (hoek Blancefloerlaan), 2050 Antwerpen LO
LIEVEHEMEL.BE