

OKRA - Vuurtoren 2023

is één van de vijf trefpunten van regio Oostende

Open Kristelijk Respectvol Actief

Verjaren in april 2023

- 2 Schmitz Liliane
- 6 Vanbesien Marie-Rose
- 8 Debouck Christine
- 9 Truyen Alex
- 9 Devriendt Arthur
- 11 Gombert Rita
- 14 De Pelsmaeker Martine
- 22 Aspeslagh Denise
- 29 Vieren Marguerite 85 jaar
- 29 Dierickx Nadine



Tevens verwelkomen we Tissaen Rosemarie als nieuw lid in ons trefpunt.

behoed je voor één april, want...
dan zendt men de zotten waar men wil!"



vergeet niet de vis op één april !?!



Nieuwe leden kunnen inlichtingen verkrijgen bij Ginette
059 32 40 95

Het lidgeld kan betaald worden bij Rosette Vanbesien tijdens een van onze activiteiten. Het kan ook gestort worden op het rekeningnummer **BE20 0688 9163 6656**

van **Okra-Vuurtoren** A. Liebaertstraat 75 8400 Oostende
met als mededeling : " Lidmaatschap OKRA-Vuurtoren 2023"
Vergeet niet de namen op te geven.



OKRA

Oostende - Vuurtoren



Maandblad

april
2023

de
4
torre



OKRA:

de grootste en sterkste ouderenbeweging in Vlaanderen,
een plek waar **55-plussers thuishomen**. een bruisende
organisatie waarin **ontmoeting** en **ontspanning** centraal staan.

Onze activiteiten voor de maand april 2023

Koppeldansen: elke dinsdag om 14 uur in het ontmoetingscentrum "De Ballon".
Bijdrage 2€ koffie inbegrepen.
verantwoordelijke: Nadine 0495 42 49 48
4 , 11 , 18 , 25 april



Ontspanningsnamiddagen: dinsdag om 14 uur in "zaal Vuurtoren".
Bijdrage 5€ koffie inbegrepen.
verantwoordelijke Henriette 059 32 32 60
Ginette 059 32 40 95
4 , 18 april



Lijndansen: iedere woensdag om 14 uur
Bijdrage 2€ koffie inbegrepen.
verantwoordelijke: Nadine 0495 42 49 48
Ogelet: Tijdens het paasverlof is het College gesloten.
5 , 12 april in de BALLON
19 , 26 in het O.-L.-V.-College.



Crea: laatste donderdag van de maand om 14 uur in het parochiaal secretariaat.
Bijdrage 3€ koffie inbegrepen.
verantwoordelijke Marie-Rose 059 32 05 36
Henriette 059 32 32 60
30. maart



Wandelen: op dinsdag 25 april verzamelen we om 14uur op het st. Antoniusplein op de Vuurtorenwijk.
Breng zeker je lijn pas mee.
verantwoordelijke: Daniël 0473 50 40 85
OPGELET: er is slechts 1 wandelnamiddag in april
Dus niet tijdens het paasverlof.



Petanque: elke maandag om 14 uur in het ontmoetingscentrum "De Ballon"
Bijdrage: een consumptie in de cafetaria
verantwoordelijke: Reimond 059 32 46 72
3 , 17 , 24 april
Paasmaandag is er geen petanque.



In april starten we terug met het petanquespel. Deze activiteit gaat door in open lucht op de banen van het ontmoetingscentrum "de Ballon". Dat wil dus zeggen dat we ook sterk afhankelijk zijn van de weersomstandigheden. Bij slecht weder (regen, sterke wind) wordt er niet gespeeld. Dan kunnen we ook binnen in de Ballon er een gezellige namiddag van maken. Deze activiteit heeft plaats elke maandagnamiddag van april tot eind oktober en we beginnen om 14uur. Als er getwijfeld wordt, kunnen we altijd naar de verantwoordelijke: Reimond Vogelaere 059 32 46 72, bellen voor meer inlichtingen of om afspraken te maken. We spelen ongeveer één uur en nemen dan een rustpauze. Hiervoor gaan we in het ontmoetingscentrum "Ballon" iets consumeren. Iedere deelnemer betaalt zijn eigen consumptie. Het petanquespel wordt meestal gespeeld door twee ploegen van drie personen op één baan. Een deelnemer gooit het mikballetje in de baan. Daarna een bal of boule genoemd. Nadien speelt de tegenpartij tot hij dichterbij het mikballetje ligt dan bij de aanzetbal. Dan is het terug aan de andere ploeg. Iedere speler heeft twee ballen. Wanneer alle ballen gespeeld zijn, worden de aantal boulen van de ploeg geteld die het dichtsbij het mikballetje liggen. De ploeg die het eerst 13 punten behaalt, heeft deze partij gewonnen. Nieuwe spelers zijn altijd welkom. Heb je geen ballen: geen probleem wij hebben reserve ballen bij. We beschikken over 5 banen aan de straatkant en 2 in de groene weide. We mogen ook gebruik maken van de toiletten in de Balon.

Iedereen die wil kan ons maandblad digitaal ontvangen.
Gewoon een mailtje naar josederoo@telenet.be

13de jaar - nr.4

april 2023

OKRA OOSTENDE - VUURTOREN

met de privacy-wetgeving is het van belang dat indien U bezwaar heeft bij het verschijnen van een foto of naam op onze webside of maandblad dit schriftelijk of per E-mail te laten weten aan onze secretaris

Cursus smartphone.

13 belangstellenden schreven zich in en waren aanwezig bij de uitleg over het gebruik van de smartphone, de een kende er al wat meer van dan de ander maar iedereen volgde met veel enthousiasme.

De lessen werden gegeven door onze Okra secretaris José en zou door geen enkele beroeps beter kunnen uitgelegd zijn. Iedereen kreeg een infomapje, samengesteld door José, waar ze thuis nog rustig kunnen opzoeken als ze dat wensen. Zo leerden we Wifi installeren, versturen en beantwoorden van berichten, foto's nemen en doorzenden, beheren van contacten installeren van apps uitleg over whatsapp of messenger. enz.... Het waren zeer nuttige en aangename namiddagen, bedankt José voor het vele werk dat je gedaan hebt.

Ginette

Bingo 26 maart

51 OKRA-leden kwamen terug naar een bingonamiddag. De namiddag werd ingezet bij koffie of thee met een rijsttaartje. Nadien werden we verwelkomt door José. Hij zal samen met Willy boven op het podium het bingo spel in goede banen leiden. Zoals gewoonlijk kregen we weer een gratis nummer als geschenk. Bij de eerste ronde moesten alle getallen aan de 4 buitenzijden aangekruist worden. Betty was de eerste gelukkige die kon BINGO roepen en kon een beloning zoeken tussen de vele mooie prijzen. Er werd nog verder gespeeld zodanig dat er nog 15 personen een prijs hadden gewonnen. Na een kleine rustperiode werd de tweede ronde aangesneden. Nu moesten de deelnemers een kruis aanduiden. Viviane was hier de eerste gelukkige winnaar. 14 anderen volgden haar. In de derde ronde, waar alle getallen van de bingokaart, moest ingevuld worden was Reimond de eerst die kon BINGO roepen. 18 andere hadden ook nog prijs. Zo, alweer een mooie OKRA-namiddag en -activiteit.

Volgende bingo-namiddag donderdag 19 oktober 2023.

José

Donderdag 20 april

Paasfeest

Om 14u in zaal "Vuurtoeren"

We starten met een kleine bezinning door Dirk.

Daarna koffie of thee bij een vogelnestje.

Verkoop lotjes. Drie lotjes voor 5euro.

Muziek en zang is door Eddy Cafmeyer.

Tussen de 2 optreden van Eddy gaan we

over tot de trekking van de tombola.

Er zijn vele mooie prijzen te winnen.

Als afsluiter een vleesschotel met

ovenbrood, koffie of thee.

De bar is open voor diegene die het wensen.

Deelname prijs 17euro per persoon.

Inschrijven ten laatste 18 april

Bij Rosette 059 320 443

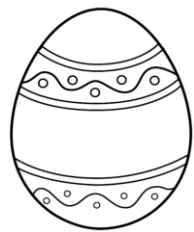
Inschrijving telt pas na betaling

Van 25 februari tot 5 maart was het de week van de vrijwilligers.

We spreken van **vrijwilligerswerk** als mensen: zich inzetten in een organisatie die geen winst nastreeft en dat onbezoldigd doen: vrijwilligerswerk wordt dus **nooit** betaald. Het werk gebeurt in een georganiseerd verband.

OKRA-Vuurtoren kan niet werken zonder die vrijwilligers, ze zijn onmisbaar. We kunnen ze niet genoeg bedanken voor hun inzet. Daarom kunnen we ook niet nalaten om ze eens allemaal op te sommen. Meaculpa mocht ik nu iemand vergeten zijn.

Op de maandagen, van april tot en met oktober, spelen we petanque. Hier leiden Reimond en Denise alles in goed banen. Op de ontspanningsnamiddagen op dinsdag (niet in februari, juli en augustus) moet de zaal 's morgens in orde gebracht worden. Daar zorgen Rita, Daniël L, Henri, Henriette en José voor. De boodschappen worden gedaan door Rosette en Reimond. In de namiddag worden onze leden bediend door Rita, Rosette, Dorine of Linda. Achter de bar staan Reimond, Daniël D, Marie-Rose. En bij de bolders kijken we naar Ginette, Denise en Leona. De leden die moeilijk de trap op en af kunnen worden met de stoelsteltjeslift van of naar de zaal gebracht door Daniël L. Nadien moet de zaal weer opgeruimd worden en alles moet terug op zijn plaats komen. Roger is hier onze voornaamste man.



Ook op dinsdagnamiddag, in de wintermaanden, gaan we wandelen. Nu zorgt Daniël L dat we zoveel mogelijk verschillende wandelroutes aandoen. Vanuit zijn ervaring uit een andere wandelclub is dat voor hem geen probleem. Andere dinsdagen, tijdens de zomerdagen (van juni tot oktober) zorgt Henri voor heerlijke fietsroutes. Met nog dikwijls een stop voor een goed ijsje.

Op dinsdag gans het jaar door, is er de koppeldans of gemeenschapsdans. Nadine is onze lesgeetster en Willy zorgt dat de woensdag kan gelijk danst worden. Rosette zorgt voor de koffie. De laatste donderdag van de maand hebben we onze creanamiddag. Marie-Roze en Henriette zorgen voor de gezellige namiddag.

verschafft april veel mooie dagen, dan pleegt mei de last te dragen!



Kalendernieuws voor de maand april 2023

Ma. 3 tot en met zo.16 april: Paasvakantie in Vlaanderen

Do. 6/4: Witte donderdag. Is in de christelijke religie de donderdag direct voor **Goede Vrijdag** en Stille Zaterdag die de paaswake overgaat in het paasfeest.

Za. 8/4 : Carnavalstoet Bredene.

Zo. 9/4: Pasen. Is een feest in de lente en bestaat altijd uit 2 dagen: Paaszonndag en Paasmaandag. Tijdens deze dagen vierten christenen dat Jezus opstond uit de dood. De Paasdagen worden vaak gevuld met tradities zoals eten met familie en vrienden, de kerk bezoeken of eieren zoeken. Eerste Paasdag valt namelijk op de zondag na de eerste volle maan in de lente.

Ma. 10/4: Paasmaandag 2° paasdag en een wettelijke feestdag.

Za. 15/4: Verjaardag ZM Koning Filip

Ma.17 tot en met zo. 23/4 OKRA-zorgweek. Jaarlijks staat de OKRA-Zorgweek symbool voor de warme verbondenheid in OKRA. Onder het motto 'Samengroeien en bloeien' willen we tijdens de OKRA-Zorgweek die verbondenheid letterlijk uitzaaien in de buurt. Tijdens de week willen we extra omzien naar elkaar.

Do. 20/4 Secretariaessedag. Dit is de dag waarop werkgevers en collega's hun secretaresse laten blijken hoe blij ze met hem of haar zijn.

Do. 20/4: Paasfeest zie flyer.

Za. 21/4: Suikerfeest. Daags voordien was het einde van de ramadan. Het is een islamitisch feest om samen met familie en vrienden het einde van de vastenmaand (de Ramadan) te vieren. Dit jaarlijkse feest duurt officieel drie dagen.