



AGENDA MAART

Westrand:

07: voorstelling 'ge moet er niet mee lachen'

13: bingo

Woensdagen: lijdansen en petanque

Dinsdag 14 en 28: wandelen

Regio:

Zaterdag 11: museumbezoek Midden-Afrika Tervuren

Donderdag 16: Angélique door Leen Persijn in De Panne

Zondag 19: operette De Lustige Weduwe,
Stadschouwburg Kortrijk

Dinsdag 21: dagtocht wandelen Ieper

Voor de voorstellingen en museumbezoek kan je terecht bij Martine 0473/44 17 38 (na 18u).

Contactpersoon OKRA-Westrand

Daniëlle Dabin: 0476 68 27 91

danielle.dabin@hotmail.be

rekeningnr. OKRA-Westrand: BE 18 0689 0657 5565

www.okra.be/trefpunt/oostendewestrand



FEBRUARI 2023



In dit nieuwe jaar willen we elkaar de hand reiken, durven zeggen dat we elkaar nodig hebben. Aanvaarden dat iedereen kleine kanten heeft, dat fouten gemaakt kunnen worden, maar dat de liefde, de vriendschap, sterker is en zo ook alles wordt vergeven. Het is soms zo moeilijk om dit te doen. Reik de hand en aanvaard dit teken: het werkt helend en brengt nieuwe kracht naar boven. Jij mag er zijn zoals je bent en samen kunnen we alles aan. Asjeblijft, sorry, dankjewel!



Hier kom ik thuis!



NIEUWS UIT WESTRAND

Wanneer je deze brief in handen krijgt hebben we genoten van de nieuwjaarsreceptie.

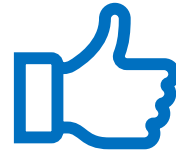
Daar hebben we enkele mensen in de bloemetjes gezet: onze jubilarissen die 50 of 60 jaar gehuwd zijn!

Annemie en Georges V.

Denise en Ghislain

Francine en Josée

Een dikke proficiat gewenst!



Het streekpunt Oostende-Veurne-Diksmuide heeft ook nieuwe leden die sinds 2020 lid zijn geworden uitgenodigd om aanwezig te zijn in Nieuwpoort. Een hartelijk welkom in de grote vereniging van OKRA. Ook aan hen van harte welkom in OKRA-Westrand en hopelijk vind je er leuke mensen om mee op weg te gaan.

Minder goed nieuws is dat er minder mensen naar de activiteiten komen. We doen ons best om iedereen mee te krijgen en hopen stilaan op een grotere opkomst van onze leden. Deze maand roepen we iedereen op om aanwezig te zijn tijdens het ontbijt. Gezellig samenzijn. Kom op, lieve mensen, jullie zijn altijd welkom!

Wij verblijven in Heelsum en doen een drietal uitstappen. Wij gaan op bezoek naar de Hoge Veluwe, ontdekken er de natuur, en duiken in het “museum onder”.

Het Kröller Müller museum kunnen wij niet links laten liggen en ook hier is een bezoek voorzien.

Het “Luistermuseum” in Bennekom doet ons terugdenken aan vervlogen muzikale tijden.

De koninklijke familie speelt in Nederland een belangrijke rol, wij trekken naar Apeldoorn voor een bezoek aan het paleis, de koninklijke stallen, en de tuinen.

Voor wij de terugreis aanvatten hebben wij in Nijmegen nog een afspraak om een wandeling te maken in deze historische stad.

Wij verblijven in een Fletcher****hotel.

Volpension vanaf avondmaal op maandag tot en met middagmaal op vrijdag.

Prijs 890 € pp. Eenpersoonskamer 1085,00 €

Inbegrepen: volpension, busreis, vergoeding chauffeur, alle bezoeken, gidsen, annulatieverzekering

Niet leden betalen een toeslag van 50 euro of het lidgeld van OKRA.

Inlichtingen en inschrijving: (min. aantal deelnemers 25)

Formulieren en gedetailleerd programma op aanvraag

Inschrijven voor 31 maart 2023

Hubert Neyrinck: 0495 70 23 99 hubert.neyrinck@gmail.com



ONTBIJT VOOR IEDEREEN

Wanneer maandag 13 feb om 9 uur
 Waar Franciscusheem, Assisiëlaan
 Wat een ontbijt in buffetvorm met uitgebreid aanbod ...
 Gezellig samen eten en praten.
 Prijs 10 euro via OKRA-rekening betalen.

Inschrijven voor 6 februari

Info en contact: Martine 0473 44 17 38 (na 18u)
martine_harteel@hotmail.com



OKRA WESTRAND - OKRA MIDDELKERKE Midweek HOGE VELUWE Nederland maandag 18 tot vrijdag 22/09/2023

Deze 5-daagse reis brengt ons naar het mooie Gelderland bij onze noorderburen. Wij ontdekken niet alleen de Veluwe, maar wij plannen heel wat bezoeken die een inkijk geven over de "Moerdijk".

Op de heenreis voorzien wij een stop in Bergen op Zoom en bezoeken wij deze stad.



LIJNDANSEN - samenwerking met FEMMA

Wanneer elke woensdag om 13.30u
 behalve woensdag 22 februari
 Waar de Veiling, Pycke de ten Aerdelaan
 Prijs 2 euro

Info en contact: Berenice 059 50 59 35
 Petra 059 70 03 30



WANDELEN – samenwerking met FEMMA

Wanneer dinsdag 7 en 28 februari
 Samenkomst aan tramhalte Mariakerke-Bad om 13.25u
 Meebrengen Lijnpas

Info en contact: Georges en Annemie 059 50 56 19
 whatsapp wandelgroep

regiowandeling Oostende 20 km.

Wanneer donderdag 23 februari om 9.45u
 Samenkomst NMBS-station aan de 'vissersvrouwen'
 Dagwandeling van Oostende naar de Vosseslag (De Haan).
 Via de Visserskaai gaan we met de overzetboot naar de Oosteroever. Daar gaat de tocht verder via strand en duinen tot aan de Vosseslag. Van daaruit wandelen we terug naar het beginpunt. Picknick meebrengen!

Inschrijven en info: Georges Cools 059 50 56 19



PETANQUE -samenwerking met FEMMA

Wanneer elke woensdag om 14u.
 Waar aan het lokaal, Transvaalstraat 34 Raversijde.

Info en contact: Jef 059 50 20 85



FILMVOORSTELLING

Wanneer 16 februari om 14.15u
 Waar Kinopolis
 Wat film 'Deviation': Koreaanse oorlogsfilm
 Daarna koffie/thee met taart

Een marineofficier en een Afro-Amerikaanse piloot worden geselecteerd voor een prestigieuze eenheid van de marine.

Tussen de twee groeit een hechte vriendschap.

Prijs 10,45 euro (vanaf 10 pers. 1 euro korting)
 Ter plaatse betalen.

Info en contact: Madeleine 059 70 17 60



ACADEMIE: Oedeem, een weinig gekend probleem

Wanneer 14 februari om 14 uur
 Waar Zaal de Burcht
 Markt 3, 8470 Gistel

Nele Devoogdt van de KU Leuven geeft een uiteenzetting over de oorzaken en het gevolg van Lymfoedeem. Eveneens zal ze uitleggen hoe je het kunt voorkomen en wat de behandeling via huidzorg, beweging en compressietherapie inhoudt.

Prijs 6 euro voor leden en 10 voor niet-leden

Info en contact: Martine 0473 44 17 38 (na 18 uur)



VOORSTELLING: - samen met SAMANA Ge moet er niet mee lachen

Wanneer 7 maart om 14 uur
 Waar Franciscusheem, Assisiëlaan
 Wat voorstelling door Gwen Deprez
 Prijs 6 euro, koffie/thee inbegrepen

Betalen voor 26 februari op rekening OKRA-Westrand.
 Betaald is ingeschreven.

Info en contact: Martine 0473 44 17 38 (na 18 uur)
 Caroline 0472 75 85 77