



OKRA INFO
maandelijks tijdschrift voor bestuursleden

Nummer 14- mei 2023 OKRA REGIO ANTWERPEN

Post: Nationalestraat 111, 2000 ANTWERPEN

Bezoek: Aalmoezenierstraat 14-16, 2000 ANTWERPEN

03 220 12 80 - antwerpen@okra.be V.U.: Rebecca Schoeters

OPENINGSUREN SECRETARIAAT:

- Steeds bereikbaar via mail en telefoon
- Langskomen kan op afspraak met jouw streekpuntcoördinator

en nu
verwijnt het grijze
en het valse
en nu
verdwijnt het dorre
en het kale
en alles
krijgt weer
glanzende gewaden
en wordt
opnieuw met
weelde overladen.

ook in mijn grijze "zelf"
voel ik iets dromerigs
iets van een
eeuwigheid
ja ook iets zomerigs
't zou ook te gek zijn
dat er niets
gebeurt in mij
want ook "in mij" legt
ieder vogeltje een ei

Toon Hermans

Nieuwe info in de spotlight

Administratie

Druivelaars en zakagenda's te koop!

Vanaf heden kunnen jullie opnieuw de OKRA zakagenda's en (Druivelaar) scheurkalenders bestellen voor 2023-2024! De prijs voor een zakagenda bedraagt €3,00 per stuk en voor een scheurkalender €4,30 per stuk. In bijlage kunnen jullie het bestelformulier terugvinden.

We zouden willen vragen om de bestelling voor jullie trefpunt **vóór 1 juni** door te geven per mail (antwerpen@okra.be) of per post via het bestelformulier in bijlage. (OKRA-secretariaat Antwerpen, Nationalestraat 111, 2000 Antwerpen).

De levering van de zakagenda's wordt momenteel verwacht begin september en de scheurkalenders einde september.

Cultuur

Wandelzoektocht 2023: flaneren op het oude Zuid: genieten van classicisme, art-nouveau en hippe uitgaansbuurt rond het vernieuwde Koninklijk Museum van Schone Kunsten Antwerpen

De nieuwe wandelzoektocht gaat van start op maandag 12 juni en loopt tot vrijdag 8 september 2023. Ze is pas beschikbaar voor trefpunten (om bv viavia mee te laten brengen op vergaderingen of zo) vanaf donderdag 8 juni. Bestellen via mail naar provincie-antwerpen@okra.be

- Verkoopadressen:
 - **OKRA-secretariaat**: elke dinsdag- en donderdagvoormiddag van 9u tot 12u, uitgezonderd week van 11 juli en week van 15 augustus.
 - **Onthaal gebouwen beweging.net** via Danielle: van maandag t.e.m. donderdag tussen 8u30 en 14u30, uitgezonderd van 3 t.e.m. 14 juli en van 14 t.e.m. 18 augustus
- Prijs: 5 EUR per boekje. De portkosten voor het eventueel opsturen van de wandelzoektochten worden doorgerekend aan de trefpunten.

Daguitstap 2 mei- 19 juni 2023: smulpapentocht Scheldeland-Oudenaarde

Alle data zijn toegekend, zij die geen reactie van ons hebben gehad vorige week hebben hun voorkeurdatum behouden, de andere zijn gecontacteerd en dank voor hun begrip om te veranderen van datum!

De eerste drie weken van de daguitstap hebben van van Bogget reizen al een vertrekuur toegekend gekregen, en deze zijn stante pede doorgestuurd vorige week woensdag.

De andere weken worden eerstdaags toegekend door van Bogget reizen, en deze worden ook snel doorgestuurd.

De facturen worden in de loop van volgende week verstuurd (meeste per mail) via collega Greet uit Mechelen.

Na het versturen van de facturen worden geen veranderingen meer toegestaan (plus één, min één) en start ook de annuleringsregeling.

Alvast zeer bedankt om meer dan 800 leden in te schrijven, een héél mooi aantal. Onze OKRA-gidsen gaan hun best doen om samen met Breydel en het palingrestaurant aan het meer van Overmere-Donk jullie een fijne, hopelijk zonnige dag te bezorgen!

Belangenbehartiging

Samenkomst belangenbehartigers

In mei verwachten we alle trefpuntvertegenwoordigers in de ouderenadviesraden en zij die belangenbehartiging in hun hart dragen. Collega Lieven Rijckoort en provinciaal voorzitter OKRA-belangenbehartiging Jos Schrauwen komen de huidige werking rond belangenbehartiging voorstellen. Een belangrijk item is uiteraard de voorbereiding van de gemeenteraadsverkiezingen, met de opmaak van een memorandum: wat verwachten wij van het gemeentelijk beleid de volgende legislatuur? Ook jullie vragen rond de taak van OKRA in diverse maatschappelijke uitdagingen voor ouderen zijn welkom uiteraard.

De seniorenraaddeelnemer of belangenbehartigers uit jullie trefpunten zullen via mail nog een uitnodiging ontvangen. Zorg dus zeker dat zij die hier interesse in hebben en/of deelnemen aan de seniorenraad, als verantwoordelijke belangenbehartiger en/of verantwoordelijke ouderenadviesraad staan aangeduid in Pamela!

Heb je in het trefpunt geen belangenbehartiger of deelnemer aan de seniorenraad , is een ander bestuurslid uiteraard ook welkom!

	Streekpunt Antwerpen-Noord & Voorkempen	Streekpunt Groot Antwerpen
Datum	17 mei 14u-16u30	10 mei 9u30-12u.
Locatie	Rozenkransheem, rondpunt Verbertstraat, Schoten. Parkeren aan kerk Schoten St.-Cordula.	Europazaal – Nationalestraat 111 2000 Antwerpen
Geef een seintje dat je er zal zijn via:	jos.jacobs@okra.be	tine.gillis@okra.be

Voorbeeldbrief aan het gemeentebestuur

In bijlage vinden jullie een ontwerpbrief om vanuit ouderenadviesraden en/of lokale trefpunten een oproep te doen aan het gemeentebestuur om voor de verkiezingen van 2024 extra ondersteunende maatregelen te nemen om het voor ouderen (en minder mobiele burgers) makkelijker te maken aan de stembusgang deel te nemen.

Het zou fijn zijn als ieder trefpunt/cluster hiermee aan de slag zou gaan.

De brief moet uiteraard aangepast worden aan de lokale situatie, maar wil een aanzet zijn om hier actie voor te ondernemen.

Met dank aan de cel belangenbehartiging voor de voorzet 😊.

OKRA VZW

Kompasdag - maandag 5 juni '23

Te noteren in je agenda: maandagnamiddag 5 juni 2023 organiseert OKRA provincie Antwerpen voor de vrijwilligers uit alle trefpunten uit alle streekpunten in de Antwerpse provincie de allereerste Provinciale Kompasdag.

Hoe moet OKRA vzw de komende jaren evolueren? Waar moet de OKRA-boot naartoe? Jullie wijzen deze dag de weg en sturen onze vereniging in de juiste richting!

Meer info en de uitnodiging volgt zo snel mogelijk! Maar noteer deze datum dus zeker in je agenda.

Nadenken over het jaarthema - donderdag 4 mei '23 – 14u-16u30.

Wil je mee nadenken of heb je goede ideeën over de toekomst van lopende projecten zoals de film Rebels, de digicoaches, zingeving, reizen, ...? Wil je mee nadenken over een jaarthema? Of ben je goed in het opsporen of laten opborrelen van noden in de trefpunten? Dan is de provinciale denkdag (vanuit de nationale cel socio-cultuur werk) wellicht iets voor jou!

Voel je jezelf niet echt aangesproken, maar wil je er wel iets over kwijt? Vul dan zeker de vragenlijst in die je in de uitnodiging kan vinden (<https://forms.office.com/e/7gkqpmTYSn>). Je hoeft dan niet deel te nemen, maar zij die aanwezig zijn, kunnen dan rekening houden met jouw inbreng!

Zeer welkom op donderdag 4 mei in de namiddag (14u start) in Zandhoven – De Populier. De flyer kan je vinden in bijlage.

Graag jouw aanwezigheid bevestigen via provincie-antwerpen@okra.be

Open beraad – cel bewegingsuitbouw donderdag 4 mei '23 10u-12u30.

Ook de cel bewegingsuitbouw zet zijn deuren open om kritisch te komen meedenken over het de OKRA vzw. Wat loopt er mis, waar kan je beter ondersteund worden als trefpunt. Wat verwacht je OKRA algemeen ivm. Thematrefpunten, lidmaatschap, .. In kleine groep met enkele vrijwilligers van over heel vlaanderen wordt er feedback geformuleerd naar de beweging. Wil jij ook graag je feedback kwijt? Dan ben je zéker welkom. De flyer kan je vinden in bijlage.

Een leuk tussendoortje



De OKRA-marktwagen is ondertussen al enkele markten gepasseerd. Ben jij al gaan kijken? Meer info:

www.okra.be/pleinopstellen

Hopelijk halen we veel nieuwe leden op voor jullie geweldige trefpunten!

Herhaling van vorige info

Meer informatie vind je in de vorige info via onze google drive:

<https://drive.google.com/drive/folders/16j-F-rNOOlqzV4tbkQox3Iy1rKWH6wK?usp=sharing>

Personeelsnieuws

Openingsuren secretariaat

Wegens bevallingsrust van onze college Eveline zal de bereikbaarheid van het secretariaat binnenkort als volgt aangepast worden:

Vanaf 15/4 tot en met 15/9:

- jullie mailtjes naar antwerpen@okra.be zullen opgevolgd worden door onze administratieve collega's Nathalie en Els van het secretariaat in Turnhout;
- jullie telefoontjes naar 03 220 12 80 zullen doorgeschakeld worden naar onze administratieve collega Greet van het secretariaat in Mechelen;
- wil je iets ter plekke komen halen of brengen op het secretariaat in Antwerpen, kan je via bovenstaande collega's of via jouw streekpuntcoördinator een afspraak maken.

Vanaf 18/9 tot en met 31/10 zal je alvast terug op maandag van 10u tot 12u en van 12u30 tot 14u30 terplekke op het secretariaat terecht kunnen. Of op afspraak natuurlijk.



Mailtjes en telefoontjes zullen op de andere weekdays uiteraard opgevolgd worden.

We danken jullie alvast voor jullie begrip voor deze tijdelijke aanpassing en wensen collega Eveline alvast een wolk van een baby toe.

Administratieve dingen

Verantwoordelijke belangenbehartiging invullen!

Kloppen al jullie bestuursfuncties nog in Pamela? In het bijzonder vragen we aandacht om na te kijken of jullie vrijwilligers van de seniorenadviesraden = verantwoordelijke ouderenraad en verantwoordelijke belangenbehartiging nog correct zijn. Deze zullen in de toekomst een uitnodiging krijgen om samen te komen, uit te wisselen en geïnformeerd te worden over bepaalde thema's. Zorg dus dat zij zeker ingevuld staan. Er zijn momenteel maar 5 trefpunten met een 'verantwoordelijke belangenbehartiging' in Pamela. De meeste onder jullie moeten deze dus nog aanvullen.

Alvast dikke merci!

Cultuur

Boemerang

*Evenement

Boemerang is een evenement in Wommelgem (Vrijtijdscentrum **Brieleke**) op **7 mei** vanaf **11u30** voor grootouders en kleinkinderen.

Er zullen verschillende activiteiten worden aangeboden die vooral vroeger heel populair waren, en specifiek in de decennia van de jaren '50, '60 en '70. En **Wendy van Wanten** zal ook aanwezig zijn. Daarnaast kan er ook samen genoten worden van een heerlijke lunch.

Het evenement is een initiatief vanuit de Karel de Grote Hogeschool en willen wij vanuit OKRA ondersteunen omdat wij intergenerationele activiteiten ook zeer waardevol vinden.

Meer informatie én inschrijven kan via:
<https://www.boemerangevent.be/tickets/>

*Reclame van je trefpunt

We hopen veel leden, maar ook potentiële leden te ontmoeten op het boemerang evenement. De ideale plaats om jouw trefpunt in de verf te zetten! Wil jij graag reclame maken op het boemerang evenement? Dat kan! Al wat je moet doen is met min. 2 vrijwilligers van jouw trefpunt een handje helpen achter de bar, in de zaal, bij een activiteit. In ruil voor jullie helpende handen mogen jullie flyers en informatie uitdelen aan de aanwezigen over jullie trefpunt. Misschien komen jullie daar wel een toekomstig bestuurslid tegen? Laat gerust weten of je geïnteresseerd ben via tine.gillis@okra.be .

Toneelvoorstelling 'Afscheid'

'Afscheid' is een tragikomische voorstelling waarbij het traantje mag, maar waar de gelukzalige momenten de bovenhand halen. Beide protagonisten weten het publiek danig te entertainen. Een pareltje om te koesteren! Op de try-out 20/02 waren de aanwezigen aangenaam verrast door het levensechte toneelspel!

Prijs: 10 euro (programma inbegrepen)

Deze voorstelling is te zien op volgende locaties/data in onze contreien, maak je mee promotie in je trefpunt om de drie zalen goed te vullen?

- dinsdag 23 mei 2023: feestzaal Moretus, Berkenrodelei 32-36, Hoboken
- donderdag 1 juni 2023: CC De Kaekelaar, Sint-Cordulastraat 10, Schoten

Vooraf inschrijven en meer info: turnhout@okra.be

KALENDER 2022-2023

2 mei-19juni Lekkerbekkentocht Scheldeland /Oudenaarde

4 mei denkdag socio-cultureelwerk voor vrijwilligers provincie OKRA –
De Populier, Zandhoven

10 mei streekpunten Groot Antwerpen: bijeenkomst voor
belangenbehartigers en vertegenwoordigers in seniorenraden

17 mei streekpunten Antwerpen-Noord & Voorkempen: bijeenkomst voor
belangenbehartigers en vertegenwoordigers in seniorenraden

**5 juni Provinciale Kompasdag: inspiratienamiddag 'werken aan een
nieuwe OKRA' Den Boomgaard Broechem**

**4 juli eerste fietsgordel cluster Antwerpen Noord – vertrek Merksem,
lokaal Kwadeveldenstraat**

4-29 september

**Daguitstappen Zeeland: bedrijfsbezoek met proevertje(s),
rondrit, vrije tijd in Middelburg en vooral: 's middags mosselvestijn!
Geen avondeten!**

29 augustus Fietsgordel Voorkempen vanuit OKRA-lokaal Broechem

**5 september Fietsgordel Antwerpse Noorderkempen vanuit
Parochiezaal Wuustwezel**