



Maart – April 2024 nr.2

*Open  
Kristelijk  
Respectvol  
Actief*

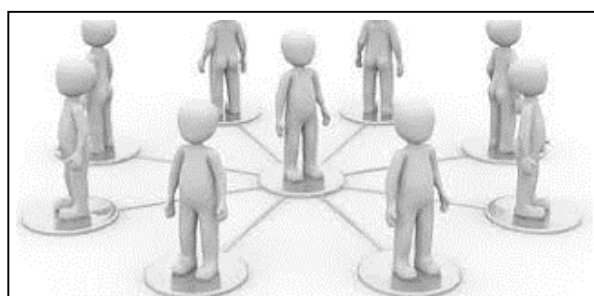


# DE EVERMOLEN

Trefpunt:

Evergem Centrum & Wippelgem

35ste jaargang



*OKRA thema: OKRA verbindt!*

## Bestuursleden OKRA Evergem-Centrum en Wippelgem

Naam	Functie	Adres	Telefoon
E.H. Miji Etienne	proost	etienne.ml@parochie-ass-eve-zel.be	0493 347 718

### Dagelijks bestuur (6)

Van Houtte Noël	voorzitter - teamleider	Everparkstraat, 36	09 328 74 60
Cleemput Rita (°)	algemeen secretaris - PR	Vogelwikkestraat, 3	0473 712 079
Dierkens Annie (°)	medevoorzitter, cultuurraad	Heffink, 9	09 357 38 26
Baetslé Guido (°)	feestorganisator, kubb-spel	Veeweg, 66	09 253 03 06
Goeman Lydie	penningmeesteres - leden - sport	Veeweg, 68	09 279 21 70
Van de Velde Monique (°)	zorg – crea - culinaire	Drogenbroodstraat, 21	0486 278 090

(°) = ook wijkverantwoordelijke

### Bestuursleden (26)

Boone Arsène	wijkbestuurslid	Reibroekstraat, 123	09 357 55 42
Bracke Yolande	wijkbestuurslid	Hekstraat 79 / 0001	0473 352 407
Bruggeman Firmin	wijkbestuurslid, kroniekschrijver	Diksmere, 21	09 357 33 64
Bruggeman Christine	wijkbestuurslid	Kriekerijstraat, 41	0499 287 819
Criel Erik	wijkbestuurslid	Koestraat, 43	09 253 25 07
De Baere Agnes	wijkbestuurslid	Belzeelse Kerkweg, 74	09 253 91 79
De Decker Magda	wijkbestuurslid	Schepenhuisstraat, 9 / B	09 253 79 72
De Groot Luc	wijkbestuurslid	Elslo, 12	09 251 75 98
De Meyer Martha	wijkbestuurslid	Azaleastraat, 66	09 357 53 70
De Pauw Christiane	wijkbestuurslid	Langerbrugsestraat, 109	09 253 63 06
De Zutter Cyriel	wijkbestuurslid	Reibroekstraat, 90	09 357 24 74
Dias René	fietskapitein	Nieuwstraat, 62 Lembeke	0475 738 951
Loete Rudi	wijkbestuurslid (**)	Waterviolierstraat, 19	0468 241 571
Manssens Freddy	wijkbestuurslid	De Seillelaan, 13	09 357 50 44
Persyn Ronny	wijkbestuurslid	Witakker, 19	09 253 94 63
Roegiers Luc	wijkbestuurslid	Drogenbroodstraat, 21 Wippelgem	0478 831 569
Spiessens René	belangenbehartiger, seniorenraad	Azaleastraat, 2	09 357 54 92
Van Acker Linda	wijkbestuurslid	Kwadeweg, 2 / 3	0479 652 805
Van Broeck Marie-Jeanne	wijkbestuurslid	Hoeksken (flats Ter Caele), 29 /06	09 261 55 15
Vanden Bossche Roger	wijkbestuurslid	Langeplasstraat, 1	09 357 62 28
Van Hamme Marie-Christine	wijkbestuurslid	Lijkstraatje, 8	09 253 55 57
Van Hoorebeke Denis	wijkbestuurslid	Kapellestraat, 20 /A102	09 253 69 47
Van Hootegem Marie-Claire	wijkbestuurslid	Droogte, 71	09 253 00 21
Vereecke Mia	wijkbestuurslid, seniorenraad	Kramershoek, 31A	09 357 51 76
Welvaert Rosa	wijkbestuurslid	Kerkstraat 77, Sleidinge	09 357 45 30
Willems Gilbert	wijkbestuurslid	Wippelgem Dorp, 117	09 357 66 06

(\*\*) update begin 2024


### Losse medewerker

Biliet Norbert (Bert)	Reizen	Azaleastraat, 21	09 357 53 88
-----------------------	--------	------------------	--------------

## Algemene inlichtingen – Trefpunt (nieuw) nummer 43304

**Secretariaat:** Vogelwikkestraat 3, 9940 Evergem - GSM : 0473 712 079 – tel. 09 253 06 81  
e-mail : [cleemput.rita@skynet.be](mailto:cleemput.rita@skynet.be)

**Web:** <https://www.okra.be/trefpunt/evergem> (sinds 2018, de vernieuwde OKRA-website, direct bij EVERGEM)

 Dit is ook de link om de elektronische kopie van deze Evermolen te downloaden!

<https://www.facebook.com/okra.evergem/> (facebook van OKRA-Evergem voor **facebook-gebruikers**)



De wijziging is zo dat, als men op voorgaande link klikt, men op de website komt, en een bijkomende bovenliggend venster krijgt met "contact houden met OKRA Evergem op facebook". Men klikt dit venster weg, en men kan de 21 reportages van ons trefpunt uit 2023 zien met foto's. Men klikt best niet op "meer", want dan moet men registreren <https://m.facebook.com/okra.evergem/> (was alternatieve link voor **niet**-geregistreerde gebruikers bij facebook)



**OKRA rekening: BE46 8902 1400 1936**  
(in IBAN-formaat)

adres: { OKRA Evergem-Wippelgem  
Vogelwikkestraat, 3 B-9940 EVERGEM

Gelieve **nooit** inschrijvingsgeld in enveloppes in de bus te steken bij bestuursleden!

## Woordje van de voorzitter

Beste vrienden van Evergem-Centrum en Wippelgem,

Vorige week zaterdag 24 februari is het 2 jaar geleden dat Rusland oefeningen deed aan de grens met Oekraïne maar het zou niet verder gaan. Helaas dat bleek maar een leugen te zijn, want Rusland viel binnen met een hele kolonne tanks en was begonnen met vernielingen aan te richten waarvan het nut en het belang zoek is. Ook in de Gaza streek valt veel menselijk leed te betreuren. Soms vraagt een mens, die het allemaal niet meer begrijpt, zich af waar het gezond verstand gebleven is. Helaas denkt ook menig mens dat de goede verstandhouding zoek is en dat het einde van de wereld misschien nabij is, als ook de natuur begint opstandig te worden met branden, overstromingen, aardbevingen, vulkaanuitbarstingen en andere calamiteiten. Als we de geschiedenis induiken, komt er nu en dan een gek aan het bewind. Hebben we niet in onze kinderjaren geleerd over een Nero, die onschuldige kinderen vermoordde, omdat hij het in zijn kop gekregen had, dat ene van die baby's hem van de troon zou stoten. Vergeten we best maar alle doemdenken.

Senioren houden zich het liefst van al in de herfst van hun leven met aangename dingen bezig, en daar maakt uw bestuur werk van (blzn.6-9). In maart nodigen we onze alleroudste senioren, de 80-plussers, uit voor een gratis wafelbak met wat amusement erbij. Elk jaar zien we die leden graag terugkomen en sommige komen alleen nog naar buiten voor die hoogdagen, want we richten weer die wafelbak in met een tweedaagse. Iedere 80-plusser kreeg tijdig zijn uitnodiging, en we hopen dat het weer goed mag zijn, zodat ze massaal zouden naar buiten komen om het POC op te zoeken. Vooral de alleenstaanden en zij die onlangs hun geliefde verloren en er nog zwaar onder lijden, vragen we met aandrang een bezoek te brengen en te genieten van een ontspannende namiddag. Voor april is de verkennende busrit het hoogtepunt (blz. 8). Het is een bijzonder prijzenswaardig initiatief van de seniorenraad om te kunnen kennis maken met de wijzigingen die onze omgeving waarin we leven ondergaat. We hebben destijds wel veel geleerd over de oude Belgen, maar laat ons zeker ook op de hoogte brengen hoe de Belg van nu leeft en werkt en welvarend is in onze contreien.

Kroniekschrijver Firmin is voor zijn kroniek gaan zoeken in de oude doos naar een bekende sportman uit het Meetjesland. Iedereen kent Roger De Vlaeminck als Monsieur Paris-Roubaix, omdat hij recordhouder is van de knotsgekke koers op de kasseien. Hij had trouwens goede geheimen en technieken om platte banden te voorkomen en te repareren. Maar hij was niet alleen goed op kasseien. Ook in het veld was hij een crack, want toen zijn broer Erik na 7 wereldkampioentitels cyclo-cross niet kon meedoen, nam Roger zijn rol over en werd wereldkampioen cyclo-cross in 1975! (blzn.16-17). We blijven ook even stilstaan bij een ander sportgebeuren, waar de sportwereld mee geconfronteerd werd. Wat een feest in sportgebeuren had moeten worden na het voetbal in Afrika, werd totaal onverwacht getemperd door het noodlot dat toesloeg in de atletiekwereld met de dood van het wereldwonder Kelvin Kiptum (blz. 27). In dit nummer vinden we van Monique twee bijdragen over haar beide interesses: er is het kookhoekje (blz. 12) en verder informatie over de organisatie "onderlinge hulp", waar zij met haar ploeg van het Wollen Hoeksken zorgen om het leed van minder begoeden te verlichten. Met enkele vrijwilligers van de breiclub is ze er op bezoek geweest is (blz. 13).

Op de sportbladzijden (blzn.22-23) vinden we de cijfertjes over de opkomsten voor al onze sporten, die sinds de start van het seizoen 2024 al in actie geschoten zijn. Vorige keer hadden we het al over gezelschapspelen in het POC en werd het kaartspel manillen toegelicht. In dit nummer vinden we een bijdrage over de pietjesbak en rummikub. Beide spelen zijn ook razend populair als gezelschapsspel (blzn. 23,25,26).

Traditioneel nodigen we de jarigen van de komende maanden uit voor hun gratis pannenkoek, maar ook alle andere leden zijn welkom in ons praatcafé om de namiddag door te brengen in gezelschap (blzn. 14-15).

Laat niet na om de aangekondigde activiteiten na te lezen en er voor in te schrijven. We vermelden speciaal de voordracht van viroloog Steven van Gucht (blz.10) over corona, die in 2020 insloeg als een bom. Verder hebben we de meeste voordrachten van OKRA academie samen gebracht (blz.11) opdat ge er geen enkele zou missen. Wel goed kijken waar ze plaats vinden en hoe er voor in te schrijven op voorhand, waar nodig.

Noël Van Houtte

Tellerstanden voor ons trefpunt bij het ter perse gaan (21-02-2024):



**255 mannen**  
**408 vrouwen**



**94 mannen**  
**132 vrouwen**

De e-maillijst bevat **357 adressen (54,0 %)** waarmee **494 leden (74,7 %)** bereikt worden.

## Activiteiten – weekerende activiteiten

Voor dit type activiteiten (onze sportactiviteiten, denksport en crea), de zogenaamde wekelijks weekerende activiteiten, volgen we onderstaand schema, waar de uitzonderingen en/of aanpassingen ten gevolge van de omstandigheden, vermeld worden bij elke activiteit. Om aan de sporten mee te doen, **is de OKRA-sport verzekering nodig**. Van de verschillende mutualiteiten kan men dit bedrag elk jaar terug krijgen. Daarvoor wordt de klevler gevraagd.

Maandag: **Kaarting** op de 1<sup>ste</sup> en 3<sup>de</sup> maandag van de maand, in het POC vanaf 14:00u

Elke 1<sup>ste</sup> maandag: puntenkaarting en daarna seriekaarting, en **gezelschapsspelen**,

De punten (2 bij winst, 1 bij verlies, 0 indien afwezig) tellen mee voor het kampioenschap.

Elke 3<sup>de</sup> maandag: seriekaarting, met **pannenkoekenbak** (rechtse kolom hieronder).

Kaarting en **gezelschapsspelen**      kaarting en **pannenkoekenbak**

maandag 8 januari 2024	maandag 22 januari 2024
maandag 5 februari 2024	maandag 19 februari 2024
maandag 4 maart 2024	maandag 18 maart 2024
maandag 8 april 2024	maandag 15 april 2024
maandag 6 mei 2024	maandag 27 mei 2024
maandag 3 juni 2024	maandag 17 juni 2024



Dinsdag:

**Crea** (blz.10): dinsdag om de 14 dagen van 13:30 u tot 16:30 u in het LDC, Hoeksken, 29A

De kalender van de bijeenkomsten in 2024 van de brei- en haakclub het Wollen Hoeksken:

16-01-2024	20-01-2024	6-02-2024	20-02-2024
5-03-2024	19-03-2024	9-04-2024	23-04-2024
7-05-2024	21-05-2024	04-06-2024	18-06-2024
2-07-2024	16-07-2024	6-08-2024	20-08-2024
3-09-2024	17-09-2024	8-10-2024	22-10-2024
5-11-2024	19-11-2024	17-12-2024	

**Fitness:** van 9:30u tot 10:30u in **Fit Factory**, Polenstraat 179, Sleidinge GSM. 0498 448 751

Gelieve de openingsuren te respecteren, en niet vroeger te beginnen dan toegelaten.

Deelname is 2€ per beurt, te bezorgen ter plaatse aan de OKRA-verantwoordelijke.

**Fietsen:** elke dinsdag namiddag vanaf begin maart tot midden oktober.

De eerste fietsdag voor het seizoen 2024 is op dinsdag 5 maart 2024.

Verzamelen ten laatste om 13:55u aan de startplaats, Kwadeweg en Zwartestraat.

Wie tijdens de tocht een bericht wil doorgeven, kan dat: GSM 0475 738 951 (René Dias).

Als het weer niet goed is (te warm of te veel regen), wordt per SMS verwittigd rond 12:45u op de fietsdag zelf door René. Wie van de fietsers geen GSM heeft, wordt opgebeld.

Woensdag:

**Lijndansen:** op woensdag van 9:15u tot 11:00u in het POC

Voor zij, die de nieuwe danspasjes willen aanleren, begint de leraar om 8:45 uur. Aan wie graag danst, kom er bij. De 1<sup>e</sup> keer gratis. Daarna betaalt men 3€ per beurt.

Voor het voorjaar 2024 zijn volgende sessies voorzien:

<del>10-01-2024</del>	17-01-2024	24-01-2024	31-01-2024
7-02-2024	14-02-2024	21-02-2024	28-02-2024
6-03-2024	13-03-2024	20-03-2024	27-03-2024
3-04-2024	<del>10-04-2024</del>	17-04-2024	24-04-2024
<del>1-05-2024</del>	8-05-2024	15-05-2024	24-05-2024



Contacteer Rita Cleemput (GSM 0473 712 079) voor meer inlichtingen.

**Petanque:** elke woensdag vanaf 14:00u op de terreinen achter het rusthuis Ter Caele,

Hoeksken, 29. Het seizoen herbegint normaal in maart, maar de spelers spreken zelf af, wanneer ze willen herbeginnen. Ze spelen als het weer het toelaat, tot zelfs in december.

Donderdag:

**Fitness:** van 10:00u tot 11:00u in **Fit Factory**, Polenstraat 179, Sleidinge GSM. 0498 448 751  
Gelieve de openingsuren te respecteren, en niet vroeger te beginnen dan toegelaten.  
Deelname is 2€ per beurt, te bezorgen ter plaatse aan de OKRA-verantwoordelijke.

**Kubbspel:** heeft plaats als het weer het toelaat, en het gras niet te nat is. De leden worden verwittigd per e-mail, en telefonisch voor wie geen e-mail bezit. Wie geïnteresseerd is, gelieve zijn naam (en telefoon of GSM) op te geven aan sportverantwoordelijke Lydie Goeman. Er zijn 2 speelsets, en per set kunnen 12 spelers deelnemen.

Vrijdag:

**Bowling:** op vrijdag om de veertien dagen in **Euro-city**, Oude Staatsbaan, 10 Lievegem.  
De deuren gaan open om 14:00u. Het spel begint om 14:15u na de samenstelling van de teams door lottrekking. Zo heeft men de kans om telkens met andere spelers te spelen.  
Deelname is 9€ voor 3 spelen. De sessies voor het voorjaar 2024 zijn:

1	vrijdag 12 januari	8	vrijdag 19 april
2	vrijdag 26 januari	9	vrijdag 3 mei
3	vrijdag 9 februari	10	vrijdag 17 mei
4	vrijdag 23 februari	11	vrijdag 31 mei
5	vrijdag 8 maart	12	vrijdag 7 juni
6	vrijdag 22 maart	13	vrijdag 21 juni
7	vrijdag 29 maart		



**Wandelen:** 2 soorten wandelingen worden voorzien: de gewone en de thema-wandeling.

- a. Voor de gewone wandelingen neemt Roger Vanden Bossche het voortouw. Die wandelingen **gaan door op de maandagen** dat er geen kaarting is: dat is de 2<sup>e</sup> en de 4<sup>e</sup> maandag. Vier dagen vóór de wandeling worden de wandelaars ingelicht per e-mail waar de wandeling naar toe gaat, en waar men zal verzamelen. Bijeenkomst is aan de BIB (bibliotheek) om 14:00 u, of wordt medegedeeld als de geplande wandeling op verplaatsing is en naar de plaats vertrek gereden wordt dmv. carpooling of als men met de tram vertrekt. Daarom wordt gevraagd te verwittigen als men mee gaat wandelen.

1	<del>maandag 12 februari</del>	6	maandag 22 april
2	maandag 26 februari	7	maandag 13 mei
3	maandag 11 maart	8	maandag <b>20</b> mei
4	maandag 25 maart	9	maandag 10 juni
5	maandag 8 april	10	maandag 24 juni



- b. Er zijn **de thema-wandelingen**, waarvoor Wilfried Van Zele als gids optreedt. Deze wandelingen gaan door op woensdag of donderdag in een week dat er geen gewone wandeling is. Voor enkele is het aangeraden om dat zelfs op zaterdag te doen, om plaatsen te vinden voor een samenkomst na de wandeling. Deze wandelingen betreffen vooral de kennismaking met het historische verleden van de bezochte plaatsen.

Deze 2 themawandelingen in het voorjaar 2024 liggen vast op de vermelde data:

1. (op zaterdag 23 maart) Water- en bierwandeling in Gent. Wandeling van de Vrijdagmarkt naar de samenvloeiing van Leie en Schelde met een bezoek aan de Sint-Baafs site. Eindpunt is de stadsbrouwerij aan Steendam. **Neem tram T2 of bus 56**  
**Start van de wandeling op de Vrijdagmarkt** (standbeeld Jacob Van Artevelde) **om 14:00u**
2. (11 april) Het Patershol in Gent en kennismaking met de Gentse Middeleeuwen.  
**Neem tram T2. Start van de wandeling aan het Gravensteen om 14:00u.**



Wees voor beide wandelingen 10 minuten vroeger op de afspraak. Tram T2 neemt 35 minuten.

Verder volgen nog

- Drongen
- Luchteren – Campagne
- Lembeke
- Wondelgemse Meersen



De wandelaars worden verwittigd met e-mail, wanneer de volgende thema-wandeling zal kunnen doorgaan, Men wordt gevraagd zijn deelneming kenbaar te maken aan de PR-vrouw Rita (GSM 0473 712 079 of e-mail: [cleemput.rita@skynet.be](mailto:cleemput.rita@skynet.be)), want die wandelingen zijn meestal op verplaatsing, met de tram of waarvoor we carpooling willen organiseren.

## Activiteiten – eenmalige evenementen

### Activiteiten maart 2024 – kort overzicht van de kalender

Maandag	4 mrt	puntenkaarting in het POC en <b>gezelschapsspelen</b> pietjesbak (blz.25-36) en rummikub
Dinsdag	5 mrt	eerste fietstocht 2024. (meer info op blz.24) Verzamelen om 13:30u, vertrek om 14:00u
Dinsdag	5 mrt	Het Wollen Hoeksken (breien/ haken), in LDC
Woensdag	6 mrt	lijndansen in het POC
Vrijdag	8 mrt	bowling in Euro-City, Waarschoot-Beke
<b>Zaterdag</b>	9 mrt	<b>Wiptontoneel " Rare Gevallen"</b> om 14.30 uur (zie tekst op blz. 7)
Maandag	11 mrt	wandeling met Roger. Verzamelen aan de BIB
Dinsdag	12 mrt	fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u
Woensdag	13 mrt	lijndansen in het POC
Woensdag	13 mrt	<b>Wafelbak 80 plussers</b> 1 <sup>ste</sup> sessie in het POC
Maandag	18 mrt	seriekaarting en pannenkoekbak in het POC
Dinsdag	19 mrt	fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u
Dinsdag	19 mrt	Het Wollen Hoeksken (breien/ haken), in LDC
Dinsdag	19 mrt	<b>OKRA Academie Gent:</b> uitstap Ensor ontdekken (details: zie verder)
Woensdag	20 mrt	lijndansen in het POC
Woensdag	20 mrt	<b>Wafelbak 80 plussers</b> 2 <sup>de</sup> sessie in het POC
Vrijdag	22 mrt	bowling in Euro-City, Waarschoot-Beke
<b>Zaterdag</b>	23 mrt	themawandeling (water- en bierwandeling in Gent) met gids Wilfried Van Zele (blz.5)
Maandag	25 mrt	wandelen met Roger. Verzamelen aan de BIB
Dinsdag	26 mrt	fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u
Dinsdag	26 mrt	<b>OKRA Academie Meetjesland</b> "Wij gaan naar Amerika" in Eeklo (details: zie verder)
Woensdag	27 mrt	lijndansen in het POC
Vrijdag	29 mrt	bowling in Euro-City, Waarschoot-Beke
Vrijdag	29 mrt	Voordracht in Sleidinge "de gevolgen van corona" Steven van Gucht (details op blz.xx)
Zondag	31 mrt	<b>PASEN</b>

### Di 19 maart – of di 26 maart 2024 om 08u45 – Uitstap OKRA Academie Gent

#### Ensor ontdekken – treinrit naar Oostende

Afspraak om 8 u 45 aan de ingang van het station Gent Sint-Pieters – 9000 Gent

Gegidst bezoek aan de tentoonstelling in Muzee en het Ensorhuis; reis naar Oostende per trein van 9u10.

We bezoeken de hoofdtentoonstelling van het Ensorjaar: "James Ensor en het stilleven in België", waar we vooral het werk van deze schilder leren kennen. Op de middag nemen we de lunch in brasserie Alfons.

In de namiddag bezoeken we het Ensorhuis waar we de mens James Ensor ontmoeten.

In Oostende stappen we naar de verschillende locaties, samen zowat 3,5km.

Inbegrepen in de prijs: toegangsprijzen, de gidsen, de lunch.

Prijs leden: €73,00 - Prijs niet-leden: €79,00

Inschrijven: (telkens maximum 14 personen) - [okra.academie.gent@gmail.com](mailto:okra.academie.gent@gmail.com) – 0480 65 38 43

### Dinsdag 26 maart - 14:30 u - Voordracht - (noteer de **gewijzigde locatie** voor OKRA Meetjesland)

#### Wij gaan naar Amerika - Het verhaal van de Vlaamse landverhuizers - Dirk Musschoot

**Locatie:** Polyvalente zaal 2, 1<sup>e</sup> verdiep -Sportpark-Burg.Lionel Pussemierstraat 157 – 9900 Eeklo

**Prijs leden:** € 8 **Prijs niet-leden:** € 10 **Inschrijven:** niet nodig

**Info:** Parking gratis op het plein voor het sportpark

Tussen 1850 en 1930 trokken meer dan 150.000 landgenoten naar de V.S. en Canada. Ze verlieten definitief hun land, dat was althans de bedoeling. Ze waren landverhuizers, mensen die hoopten in de nieuwe wereld een beter bestaan te vinden. Waarom ? Waarom precies naar Amerika ? Hoe verliep die reis ? Hoe verging het hen ? De auteur van het boek vertelt het ons in geuren en kleuren, aan de hand van waargebeurde verhalen. Een waargebeurde geschiedenis die we eigenlijk al een beetje vergeten waren.

### Activiteiten april 2024 – kort overzicht van de kalender

Maandag	1 apr	Paascafé van het POC
Dinsdag	2 apr	fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u
Woensdag	3 apr	lijndansen
Woensdag	3 apr	Dagelijks-bestuur

Vervolg op blz. 8

En "mama" was mijn eerste woordje  
 Je kuste mijn knie als ik viel  
 En waste mijn tranen weg  
 Je liet me los met moeite  
 Nu pak ik je stevig vast  
 of kijk ik naar boven  
 En zeggen we dank  
 voor al die mooie jaren!



## FAMILIENIEUWS - Overleden

We ontvingen in de voorbije periode melding van het overlijden van:

**Etienne Deweirdt**, geboren 17 april 1936 en overleden 26 januari 2024 – 90 jaar  
 Weduwnaar van Maria Hebbrecht, en verbleef in WZC Hof Ter Linden Koestraat, 47 Evergem

**Marc De Pauw**, geboren 28 april 1933 en overleden op 7 februari 2024 – 91 jaar  
 Hij verbleef in WZC Ter Hollebeke, Hooiwege, 4 Sleidinge



**Arsène Grawet**, geboren 02 februari 1928 en overleden 13 februari 2024 – 96 jaar  
 Weduwnaar van Maria Van de Voorde, en verbleef in WZC Ave Maria, Hooiwege, 1 Sleidinge

**Onze oprechte en christene deelneming in de rouw aan de betrokken families.**

## FAMILIENIEUWS – huwelijksjubilea

**Kinna Fernand en De Groote Hilde** Goeiingen 24 Evergem Wippelgem  
 50 jaar getrouwd op 16 maart 2024



**Onze hartelijkste gelukwensen aan de jubilarissen! En... ze krijgen hun cadeau!**

We blijven bij onze kandidaat-jubilarissen aandringen om hun jubileumdatum kenbaar te maken aan onze PR-vrouw Rita Cleemput, lang voor hun jubileumdatum. Anders komt ons cadeau er niet!  
*Opmerking:* als we deze lijst zien, dan leven veel van onze senioren een lang en gelukkig leven samen.

### Zaterdag 9 maart om 14:30 u (zaal de Molen) Rare gevallen - Auteur/ George Batson

Enkele synoniemen voor het woord 'raar' is: eigenaardig, vreemd, anders, gek, ongewoon, idioot, mal, grappig...  
 'Gevalle' is een verwijzing naar toestanden, dingen maar ook personen. Bij dit laatste kan men bijvoorbeeld zeggen: "Een hopeloos geval". Zet deze synoniemen samen en je krijgt een vermoeden van het gebeuren tijdens deze productie.

Bij aanvang bevinden we ons ten huize van Clara en Bert De Graef, twee dagen voor het huwelijksfeest van hun dochter Lien. De gelukwensen en huwelijksgeschenken stromen toe. Hun dochter trouwt met niemand minder dan de zoon van de familie Kriekendelvers. Deze behoren tot de rijkere en hoogwaardige klasse. Zelfs de pers toont belangstelling voor dit gebeuren. Moeder De Graef loopt op de toppen van haar tenen, alles moet tot in de puntjes in orde zijn. Vader De Graef ziet heel dat gedoe niet zitten. De spontane dienstster Josee Uytdebroeck heeft haar handen vol. Ze vraagt om steun en hulp tijdens deze drukke dagen. Zal deze noodzakelijke assistentie komen opdagen? Zo ja, Is het dan wel de juiste persoon op de juiste plaats? Behalve de persmensen duiken nog tal van andere "rare gevallen" op, de één met al betere bedoelingen dan de andere...

Dit zorgt voor vreemde, gekke, ludieke, angstaanjagende, idiote, schrikwekkende toestanden en personen.  
 Als dit huwelijk tussen Lien en Ernest maar goed afloopt.

# WIPLON *Stelt voor*

## Rare gevallen

komedie in twee bedrijven  
 Door G. Batson  
 Regie: Wim De Ruydt

**wanneer**

VRJ 1/3 om 20 uur  
 ZAT 2/3 om 20 uur  
 ZON 3/3 om 18 uur  
 VRJ 8/3 om 20 uur  
 ZAT 9/3 om 14.30 uur  
 ZAT 9/3 om 20 uur  
 ZON 10/3 om 18 uur  
 VRJ 15/3 om 20 uur  
 ZAT 16/3 om 14.30 uur  
 ZAT 16/3 om 20 uur

**waar**

ZAAL 'De Molen'  
 GOEINGEN 12, EVERGEM

**prijs** : € 11

**voorverkoop**

IN ZAAL 'De Molen'  
 GOEINGEN 12, EVERGEM

VRJ 12/1 VAN 15 - 20 uur  
 ZAT 13/1 VAN 10 - 14 uur  
 ZON 14/1 VAN 10 - 12 uur

betalen met Bancontact

**reservatie**

VANAF 15 JANUARI 2024  
 Bij MIEK ☎ 09/357.52.16

Met dank aan Gemeentebestuur Evergem

i.s.m. OPENDOEK AMATEURTHEATER VLAANDEREN

Maandag	8 apr	punten <b>kaarting</b> en <b>gezelschapsspelen</b> pietjesbak en rummikub ( <i>blz. 23</i> )
Dinsdag	9 apr	fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u
Dinsdag	9 apr	Het Wollen Hoeksken (breien/ haken), in LDC
Woensdag	10 apr	<u>GEEN</u> lijndansen (vakantie)
Donderdag	11 apr	<b>Thema wandeling met Wilfried</b> : bezoek aan het Patershol Gent ( <i>details op blz. 5</i> ).
Maandag	15 apr	serie <b>kaarting</b> en pannenkoekbak in het POC
Dinsdag	16 apr	fietstocht
Woensdag	17 apr	lijndansen
Woensdag	17 apr	<b>Ontdek Evergem Anno 2024, allen aan je startplaats</b> om 13:00u
Vrijdag	19 apr	bowling in Euro-City, Waarschoot-Beke
Maandag	22 apr	wandeling met Roger
Dinsdag	23 apr	fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u
Dinsdag	23 apr	Het Wollen Hoeksken (breien/ haken), in LDC
Woensdag	24 apr	lijndansen
Woensdag	24 apr	Dagelijks-bestuur
Vrijdag	26 apr	Bestuursvergadering met de wijkverantwoordelijken in het POC
Maandag	29 apr	wandeling met Roger
Dinsdag	30 apr	fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u

## Dinsdag 16 en woensdag 17 april

### Ontdek Evergem anno 2024 - Verkennende busronddrit voor senioren

De gemeente Evergem is volop in beweging. De afgelopen jaren werden nieuwe woonwijken en industriegebieden ontwikkeld, dorpskernen verfraaid, verkeersinfrastructuren veiliger gemaakt, buffergebieden en groenzones aangelegd, .....

De gemeentelijke seniorenraad wenst alle 55+-sers, via een verkennende busronddrit, te laten kennismaken met het Evergem anno 2024. De rit leidt langs plaatsen waar zich, tijdens de afgelopen jaren, sterke veranderingen hebben voorgedaan of waar zich, in de ( nabije) toekomst, belangrijke evoluties zullen voltrekken: het sluisencomplex in Belzele; de industriezones Durmakker, Nest, Rieme-Noord, de Kluisendokken en de Zonneberg; het ovaal van Wippelgem, het Hollands Complex, de nieuwe fietsbruggen en de geplande herinrichting van de R4; de vernieuwde dorpskern in Rieme; het waterspaarbekken in Kluisen; het kasteeldomein van Wippelgem; het Wilfried Martensplein in Sleidinge; de nieuwe sporthal in Evergem; .....

De dag wordt afgesloten met een koffietafel in het gemeentelijk sportcentrum 'Hoge Wal' in Ertvelde.

- Wanneer? woensdag 17 april 2024 voor onze OKRA-leden. 16 april voor rolstoelgebruikers .
- Voor wie : alle 55-plussers woonachtig in Evergem
- Deelnemingsbijdrage : **10 euro** (was contant te betalen bij inschrijving bij onze OKRA-vereniging)
- Inschrijven was te doen vóór pannenkoekendag van maandag 19 februari
- Opstapplaatsen (op alle plaatsen **opstappen tussen 13:00 uur en 13:20 uur**):
  - . Belzele: kerk
  - . Evergem-Centrum: parking sporthal
  - . Kerkbrugge-Langerbrugge: parking Grovermansdreef
  - . Doornzele: ontmoetingscentrum Ter Gulden Celle
  - . Kluisen: parking Toekomststraat
  - . Wippelgem: ingang kasteeldomein
  - . Sleidinge: Wilfried Martensplein
  - . Ertvelde: parking woonzorgcentrum Ten Oudenvoorde
  - . Rieme: kerk



### Activiteiten mei 2024 – kort overzicht van de kalender

Woensdag	1 mei	<u>GEEN</u> lijndansen
Vrijdag	3 mei	bowling in Euro-City, Waarschoot-Beke
Maandag	6 mei	punten <b>kaarting</b> en <b>gezelschapsspelen</b> pietjesbak, rummikub, scrabble, manillen, etc..
Dinsdag	7 mei	fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u
Dinsdag	7 mei	Het Wollen Hoeksken (breien/ haken), in LDC
Woensdag	8 mei	lijndansen
Donderdag	9 mei	<b>O.L.Heer Hemelvaart</b>

*Vervolg op blz. 9*



- Zondag 12 mei Moederdag  
 Maandag 13 mei wandeling met Roger  
 Dinsdag 14 mei fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u  
 Woensdag 15 mei lijndansen  
**Donderdag 16 mei Bedevaart Oostakker Lourdes (details: zie verder)**  
 Vrijdag 17 mei bowling in Euro-City, Waarschoot-Beke  
 Zondag 19 mei Pinksteren  
 Dinsdag 21 mei fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u  
 Dinsdag 21 mei Het Wollen Hoeksken (breien/ haken), in LDC  
 Woensdag 22 mei Lijndansen  
**Donderdag 23 mei Lentefeest met Enjoy, in de sporthal (details: zie verder)**  
 Donderdag 23 mei OKRA Academie Meetjesland  
 Maandag 27 mei serie**kaarting** en pannenkoekbak in het POC  
 Maandag 27 mei wandeling met Roger  
 Dinsdag 28 mei fietstocht. Verzamelen aan de driehoek Zwartestraat en Kwadeweg 13:55u  
 Woensdag 29 mei lijndansen  
 Vrijdag 31 mei bowling in Euro-City, Waarschoot-Beke

**Donderdag 16 mei: bedevaart naar de grot van Lourdes-Oostakker (te voet, fiets, auto)**

**Eucharistieviering in de basiliek**, samen met SAMANA

Te voet: vertrek op het Dorpsplein om 13.45 uur

Met de fiets: vertrek op het Dorpsplein om 14.30 uur

Met de auto: vertrek op het Dorpsplein om 14.45 uur

Kom met uw wagen naar het Dorpsplein, dan kan je nog iemand meenemen.

Programma: - 15.30 uur: gebedstocht

- 16.00 uur: eucharistieviering (samen met ziekenzorg)

- 17.00 uur: Broodmaaltijd in Hotel de Lourdes, vlakbij

**Deelname: 17,50 euro** voor de maaltijd (2 boterhammen, 1 hesp en 1 kaas, en koffie naar believen, met als afsluiter een dame blanche als dessert) in Hotel de Lourdes, aan de grot.

Zonder maaltijd: **gratis**. Bij binnenkomen in de basiliek krijgt men een misboekje.

Inschrijvingen en betalingen werden verwacht **vóór maandag 6 mei** bij de wijkverantwoordelijke of door storten op rekening **BE46 8902 1400 1936** van OKRA Evergem.



**Donderdag 23 mei: Lentefeest met muzikant Enjoy, Sporthal Evergem**

Zoals in vorige jaren is er een **uitgebreide feestmaaltijd** gevolgd door **dansmuziek**

**10:30** uur: deuren open

11:15 uur: welkom en 1<sup>e</sup> aperitief

12:00 uur: middagmaal aan tafel

Tomatenroomsoep  
 Kalkoenfilet, archiduc, groentjes en kroketjes  
 Duo van chocomousse  
 Koffie

14:30 uur: dans met het koppel Enjoy

**17:30** uur: einde feest

We werken met dezelfde traiteur Brabo, zoals we gewoon zijn. Ook de muzikant kwam al eens.

**Prijs: 40 euro**. Inschrijvingen en betalingen worden verwacht tegen **maandag 6 mei**, zowel bij inschrijven bij de wijkverantwoordelijke als door storten op onze rekening BE46 8902 1400 1936.



*'Safer Internet Day*

Op dinsdag 6 februari 2024 was het 'Safer Internet Day', een dag om de aandacht te vestigen op veilig omgaan met de online wereld. In dit kader bracht safeonweb graag z'n sensibiliserende filmpjes nog eens onder de aandacht. Deze zijn terug te vinden op volgende website:

<https://safeonweb.be/nl/actueel/bescherm-jezelf-online-op-safer-internet-day-en-herontdek-de-sprookjes-van-safeonweb>

Verder werd op die dag ook onze aandacht gevraagd omtrent een nieuwe vorm van oplichting: **'quishing'**. Dit betreft het gebruiken van QR-codes om gegevens of geld te stelen. Ook het gebruik van AI om gegevens te ontfutselen zit in de lift. Meer informatie kan je terugvinden op volgende website:

<https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2024/02/05/oplichting-qr-codes-quishing/>



# Wat weten we nog van Corona-virus Covid-19?

**COVID-19**, voluit **coronavirus disease 2019**, is een infectieziekte die wordt veroorzaakt door het virus **SARS-CoV-2** uit de familie van de coronavirussen. Ze danken hun naam aan de krans rond de virusdeeltjes. De voorheen onbekende ziekte werd eind 2019 voor het eerst opgemerkt in Wuhan (China) op 31.12.2019 (vandaar de 19 in covid-19) en verspreidde zich vervolgens in drie maanden tijd naar andere delen van de wereld. Eind maart 2020 waren er al besmettingen in 205 landen, zodat men van een ware coronapandemie kon spreken. Aan de universiteit van Johns Hopkins in Baltimore, USA hield men vanaf het begin de dagelijkse cijfers goed bij, maar daarmee is men gestopt op 10-03-2023.

De tellers zijn blijven staan, wereldwijd op 667.609.995 gevallen, 6.881.995 doden en 13.338.833.198 inentingen. Voor België zou dat 4.739.365 gevallen van besmetting zijn en 33.814 doden. Welk impact heeft dat gehad op de gemeenschap en de samenleving in kosten, gewijzigde gewoontes en dies meer. De man er dichtbij betrokken voor België komt toelichting geven in het Klokhuis, vergaderplaats van OKRA Sleidinge.

Vrijdag  
29 maart 2024  
om 14.00 uur

Steven  
Van Gucht



Foto: Pixabay

Wij, Samana, Onderlinge Hulp en Okra Sleidinge namen het initiatief om Steven Van Gucht, viroloog uit te nodigen tot een debat over covid en de gevolgen. Men kan het debat live volgen op vrijdag 29 maart 2024 om 14.00 uur in het 't Klokhuis te Sleidinge.

Inschrijven: 5,00 euro  
Overschrijven op rekeningnummer BE26 8908 7401 8329  
Godelieve De Sutter, gsm 0472463455





## Wat heeft corona ons geleerd?

◀---De voordracht door viroloog Steven Van Gucht over de gevolgen van corona wordt warm aanbevolen.

## Moet er nog zand zijn?

De professor van filosofie nam bij het begin van het college een lege bokaal en vulde hem met grote stenen. Toen hij vroeg of de bokaal vol was, beaamden de studenten dat. Toen nam hij een handvol keitjes, gooide die tussen de stenen in de bokaal en schudde hem lichtjes. De keitjes rolden tussen de stenen en vulden de overgebleven gaatjes in de bokaal. Toen goot hij zand in de bokaal. Het vulde alle overgebleven gaatjes op.

— Dit, zei de professor, is jullie leven. De stenen zijn de belangrijke zaken: je gezin, je partner, je gezondheid, je kinderen. Het zijn de dingen die, als al de rest zou verdwijnen, je leven toch vol zouden maken. De keitjes kun je vergelijken met je job, je huis, je auto. Het zand is al de rest, de kleine dingen. Als je het zand eerst in de bokaal zou stoppen, zou er geen ruimte meer zijn voor stenen en keitjes. Als je al je energie aan kleine dingen besteedt, zul je nooit ruimte hebben voor de dingen die écht belangrijk zijn in het leven. Heb daar aandacht voor. Speel met je kinderen, neem je partner mee uit eten, sla geen medische controle over. Er zal altijd tijd zijn om te werken, te poetsen, dingen te repareren. Heb aandacht voor de stenen. Stel je prioriteiten. Al de rest is zand.



## OKRA academie Meetjesland

**Dinsdag 19 maart of dinsdag 26 maart – 8 u 45 – uitstap - Ensor ontdekken** (zie op blz. 6)

**Dinsdag 26 maart - Wij gaan naar Amerika - Het verhaal van de Vlaamse landverhuizers** (zie blz. 6)

**Dinsdag 23 april – 14 u 30 – “Dodelijk verkeer door de eeuwen heen”** - Jean Paul De Cloet

**Locatie:** Polyvalente zaal 2, 1<sup>e</sup> verdiep - Sportpark – Burg. Lionel Pussemierstraat, 157 – 9900 Eeklo

**Prijs leden:** € 8 - **Prijs niet-leden:** € 10 - **Inschrijven:** niet nodig

**Info:** Parking gratis op het plein voor het sportpark

De spreker is auteur en voorzitter van VWZ Geschiedkundige Heruitgeverij. Het verkeer in al zijn vormen heeft in het verleden in België vele duizenden mensenlevens geëist. Het doet dat vandaag nog steeds. In deze voordracht besteedt hij aandacht aan scheepsrampen, treinongelukken, vliegtuigcrashes en allerlei ongevallen op de weg en dat door de eeuwen heen.

**Donderdag 23 mei – 8 u 00 – uitstap De Graven van Vlaanderen achterna, bezoek aan Mons**

Georges Schoonaert, gids

**Locatie:** 8 u 00 parking sporthal Eeklo – Burg. L. Pussemierstraat 157 – 9900 Eeklo

8 u 30 parking gemeentehuis Aalter, Europalaan 22 – 9880 Aalter

**Prijs leden:** € 65 - **niet-leden:** € 70 **Inschrijven:** okra.academie.aalter@gmail.com – 0477 11 56 00  
(Inschrijven voor 1 mei of tot volzet)

**Info:** Uitstap in samenwerking met OKRA academie Aalter

Deze stad met een zeer rijke geschiedenis zal voornamelijk onder Boudewijn IV volledig uitgebouwd worden. In de voormiddag zullen we tijdens een rondwandeling kennis maken met het historisch verleden van Bergen. We krijgen uitleg geven over de “Doudou-feesten” en we nemen ook een kijkje rond het nieuwe station. Na het middageten brengen we het oorlogsverleden in herinnering met o.a. een bezoek aan St.-Symphorien, een bijzondere parkbegraafplaats. Zoals gewoonlijk eindigen we het bezoek met een koffiestop ergens onderweg.

## OKRA Academie Gent

**Dinsdag 12 maart – 14 u 30 – “Van Pulcinella tot Pierke”** Luk De Bruyker

**Locatie:** Clemenspoort – zaal ‘De Parel’ – Overwale 3 – 9000 Gent

**Prijs leden:** € 6 - **Prijs niet-leden:** € 8 - **Inschrijven:** niet nodig

Pulcinella uit de Italiaanse commedia dell’arte is de stamvader van vele poppenspel figuren en dus ook van het Gentse Pierke. Luk de Bruyker ging op zoek naar die roots in Venezia en Napoli. Als bezielde verteller neemt hij je mee op deze zoektocht. Maar hoe leerde hij Pierke kennen, wie zijn zijn ‘moaten’ en wat is het verschil met Pierke Pierlala. Je komt het in zijn vertelling allemaal te weten en Pierke Pierlala neemt uiteraard het laatste woord!”

**Dinsdag 16 april – 14 u 30 – “Onbehagen”** Paul Verhaeghe

**Locatie:** Clemenspoort – zaal ‘De Parel’ – Overwale 3 – 9000 Gent

**Prijs leden:** € 6 - **Prijs niet-leden:** € 8 - **Inschrijven:** niet nodig

Iedere tijd heeft een eigen gevoel van onbehagen, met de daarbij behorende typische problemen. Zoals in onze tijd burn-out of het gevoel uitgesloten te worden. Paul Verhaeghe gidst ons langs inzichten in deze tijd en verwachtingen voor onze toekomst.

**Dinsdag 14 mei – 14 u 30 – “Klimaatoplossing in minder dan een uur en hoe daaraan mee te werken”** - Pieter Boussemaere

**Locatie:** Clemenspoort – zaal ‘De Parel’ – Overwale 3 – 9000 Gent

**Prijs leden:** € 6 - **Prijs niet-leden:** € 8 - **Inschrijven:** niet nodig

Hoofd- van bijzaken onderscheiden. Deze lezing doet daartoe een moedige poging. Vooral de essentie van de klimaatoplossing komt aan bod: kan de wereld/Europa draaien op groene energie alleen? Is kernenergie noodzakelijk? Wat met gascentrales, waterstof, enzovoort. Je verneemt er ook hoever we (Europa & de wereld) ondertussen staan met het tegengaan van de klimaatopwarming & hoe je als individu een deel van de oplossing kunt zijn.

**Dinsdag 21 mei – 14 u 30 – uitstap - Heksenwandeling, de heksenwaan in Gent**

**Locatie:** Afspraak aan de ingang van de Sint-Baafskathedraal – Sint-Baafsplein – 9000 Gent

**Prijs leden:** € 6 - **Prijs niet-leden:** € 8 - **Inschrijven:** okra.academie.gent@gmail.com

Tijdens deze wandeling wordt het fenomeen van de heksenwaan en de heksenvervolgingen belicht.

U krijgt een beeld van de omstandigheden die geleid hebben tot de heksenwaan die onze gebieden trof tussen 1580-1670. We bekijken wie de rechters waren en wie de slachtoffers waren.

## RECEPTEN MET AL EEN VLEUGJE VOORJAAR !

### Roggevlugels, krieltjes ...

#### **Ingrediënten:**

2 roggevlugels, 300gr krieltjes, boter

Komkommersla: 1 komkommer, ½ kleine rode ui

1 el kappertjes, 1el maïsolie, peper, zout

Voor een marinade: 1 rood chilipepertje, 3el witte-wijnazijn, 3 el water, 2 el suiker

#### **Bereiding:**

Maak eerst je marinade als je dit erbij wil als volgt: Verwijder eerst de zaadjes, en snipper het chilipepertje fijn. Doe de azijn, water, suiker, fijngesneden chilipepertje in een pannentje en warm op tot de suiker gesmolten is. Dek af, en laat het afkoelen in de koelkast.

Komkommersla: Snij de rode ui in fijne ringen en de komkommer in fijne linten en doe dit in een ruime kom. Voeg de kappertjes toe en breng op smaak met peper en zout en zet in de koelkast. Wil je er een marinade bij, voeg dan de marinade en 1el maïsolie toe aan de kommersla en zet 15 min. terug in de koelkast.

Spoel de krieltjes, snij ze in de lengte door en kook ze beetgaar. Zet ze even opzij.

Dep de roggevlugels droog en bak in een pan met olijfolie, kruid met peper en zout.

Bak de krieltjes kort aan in de boter, kruid met peper, zout, 1 takje tijm.

Serveer de rog met de krieltjes en de komkommersla.



### Quiche met broccoli ...

#### **Ingrediënten:** (4 pers.)

1 vel kruimeldeeg , 400gr schelvis

1 broccoli, 1 ui, 1 teentje knoflook

100 gr erwten (vers of diepvries)

1 courgette, 8 kerstomaatjes, 4 eieren

125 gr ricotta, 100 ml melk, boter,

peper en zout

#### **Bereiding:** Verwarm de oven voor op 200°

Snipper de ui fijn en halveer de kerstomaatjes. Snij de courgette in blokjes en de broccoli in roosjes.

Blancheer de broccoliroosjes kort, in licht gezouten water.

Fruit de ui en knoflook glazig in wat boter. Voeg er de courgette en erwten toe en laat 5 min. meebakken.

Klop de eieren los met de ricotta en de melk en kruid met peper en zout.

Verdeel de groenten over de voorgebakken vorm. Leg er de in stukken gesneden vis over en giet er het eiermengsel over.

Plaats 35 min. in de oven.



**SMAKELIJK!**

## *Bezoek aan onderlinge hulp : Sociale winkel 't Kruideniertje, Sleidingedorp, 10*

Onderlinge hulp is een organisatie van vrijwilligers die zich richt tot mensen in moeilijkheden (armoede, eenzaamheid...) in de deelgemeente Sleidinge.

Naast een klankbord en ontmoeting plaats zorgen zij ook voor oplossingen bij acute materiële problemen (o.m. voedselbedeling via een sociale winkel, 't Kruideniertje).

De Vereniging richt zich vooral tot mensen in nood uit Evergem. Dit zijn vooral gezinnen en alleenstaanden, die hoewel zij het materiaal en/of sociaal niet breed hebben, niet kunnen rekenen op wettelijke georganiseerde solidariteit.

Eenmaal per jaar wordt er een spaghettiavond georganiseerd als steun.



Onze ploeg van breisters bracht een bezoek, waar ze heel wat breiwerkjes hebben geschonken, zoals te zien op de foto boven.

Het was een zeer aangename, gezellige en interessante namiddag (foto onder) waarin Rachel Hillaert - met hart en ziel - heel veel uitleg, alsook antwoorden gaf op alle vragen.



Gezien het Wollen Hoeksken geen financiële steun ontvangt, doet gangmaker Monique langs deze weg terug een oproep naar gulle schenkers van wol, baby-wol, lintjes, knoopjes, brei, haaknaalden en dergelijke, zodat ze kunnen blijven verder breien voor de gestelde goede doelen: Stella Maris, Onderlinge Hulp en babynest, waar de baby- peuter truitjes binnenkort zullen geschonken worden.

Langs deze weg wil Monique alle gulle schenkers en alle vrijwillige breisters/ haaksters bedanken.

### *Interessant weetje...*



Alfred Nobel, de uitvinder van het dynamiet, die zijn fortuin schonk voor de jaarlijkse belangrijkste prijzen naar hem genoemd, had last van verstopte kransslagaders. Reeds bij gewone dagelijkse inspanningen voelde hij een uitstralende pijn in de borststreek en raakte hij in ademnood. Tot zijn verbazing stelde hij vast dat al die problemen verdwenen van zodra hij zijn fabriek binnenstapte, waar hij onderzoek deed naar explosieven en die vol hing met nitroglycerine dampen. Later zou blijken dat **nitroglycerine** de bloedvaten verwijdt. De pijn en de benauwdheid, die iemand met hartkrimp of hartfalen voelt, verdwijnen binnen enkele minuten nadat de patiënt een dosis nitroglycerine onder de tong heeft gespraid.

Bron: 'De Druivelaar'

Op de dagen van de **seriekaarting** (d.i. gewoonlijk de derde maandag in de maand) is er telkens een pannenkoekendag, waarbij alle leden, en ook vrienden kunnen komen naar ons praat- en ontmoetingscafé (p.o.c.) om er lekkere verse pannenkoeken te komen eten met een geurige tas koffie, aan schappelijke prijzen.  
We benadrukken dat dit voor alle leden is, ongeacht of ze jarig zijn of niet.

**Alleen de jarigen** krijgen die verse pannenkoek met een geurige tas koffie **gratis**, en ze kunnen komen met hun gezelschap, die tegen betaling van een verse pannenkoek en een geurige tas koffie kunnen genieten.

*Speciaal voor onze OKRA leden!*



*De beste zelfgemaakte pannenkoeken!  
Iedere derde maandag van de maand!  
Voor de jarigen op deze blz. is het gratis!*

R.C.L.

Een ontmoetingsdag **met een gratis pannenkoek** voor de jarigen **in de maand maart**. De jarigen staan hieronder vermeld



maart	
01	2
02	1
03	3
04	1
05	0
06	0
07	2
08	2
09	2
10	0
11	2
12	2
13	2
14	1
15	1
16	3
17	3
18	0
19	2
20	1
21	2
22	0
23	0
24	2
25	4
26	1
27	0
28	2
29	0
30	2
31	5

Op maandag **18 maart vanaf 14.00 uur**, nodigen we **48 leden** uit, voor hun gratis pannenkoek, in het P.O.C..

Ook alle andere leden zijn welkom in ons café, het P.O.C

**Het gebeurt dat, na het verschijnen van dit nummer, we nieuwe leden hebben die ook verjaren. Zij zijn hierbij ook hartelijk uitgenodigd.**

Hoe de verjaardagen vallen, is weergegeven in de linkse tabel, voor elke dag. Het maximum aantal verjaardagen **op één dag** is 5 (nl. op 31 maart - Pasen )

Baeyens Patricia	Defauw Olga	Termont Ivonne
Bax Adrienne	Dias René	Thys Marie Christine
Blondia Christine	Dobbelaere Rosa	Van De Voorde Blanche
Bruggeman Astrid	Dossche Simona	Van De Walle Jacqueline
Bruggeman Firmin	Gonzalez Esther Esther	Van Den Bergen Cornelia
De Baets Juliana	Hamerlinck Raphaël	Van Den Driessche Dorothea
De Clercq Luc	Haverbeke Christiane	Van Eesvelde Alice
De Cokere Gerard	Lenez Marie-Thérèse	Van Hecke Nelly
De Coster Claudine	Lescauwaet Marijke	Van Hyfte Antoine
De Jaeger Marleen	Maebe Walter	Van Kerckvoorde Nelly
De Meyer Marina	Magermans Willy	Van Landschoot Dirk
De Muynck Monique	Matthys Roger	Van Nieuwenhuysse Gerarda
De Rijcke Georgette	Piqueur Lut	Van Poucke Rita
De Smet Greta	Roelandt Viviane	Van Yper Roland
De Spiegelaere Daniël	Ryckaert Madeleine	Vanhoutte Annemie
De Sutter Paula	Spanoghe Maria	Vermeulen Lucrèse



Speciaal voor onze OKRA leden!



De beste zelfgemaakte  
pannenkoeken!  
Iedere derde maandag  
van de maand!  
Voor de jarigen  
op deze blz.  
is het gratis!

R.C.L.

Op de dagen van de **seriekaarting** (d.i. gewoonlijk de derde maandag in de maand) is er telkens een pannenkoekendag, waarbij alle leden, en ook vrienden kunnen komen naar ons praat en ontmoetingscafé (p.o.c.) om er lekkere verse pannenkoeken te komen eten met een geurige tas koffie, aan schappelijke prijzen. We benadrukken dat dit voor alle leden is, ongeacht of ze jarig zijn of niet.

**Alleen de jarigen** krijgen die verse pannenkoek met een geurige tas koffie **gratis**, en ze kunnen komen met hun gezelschap, die tegen betaling van een verse pannenkoek en een geurige tas koffie kunnen genieten.



Een ontmoetingsdag met een **gratis pannenkoek** voor de jarigen in de maand april. De jarigen staan hieronder vermeld

april	
01	4
02	3
03	2
04	0
05	1
06	2
07	5
08	1
09	2
10	4
11	3
12	3
13	0
14	1
15	2
16	6
17	1
18	3
19	3
20	3
21	2
22	3
23	2
24	0
25	0
26	3
27	1
28	3
29	1
30	2

Op maandag **15 april om 14:00 uur**, nodigen we **66 jarige leden** uit, voor hun gratis pannenkoek, in het P.O.C..

Ook alle andere leden zijn welkom in ons café, het P.O.C.

**Het gebeurt dat, na het verschijnen van dit nummer, we nieuwe leden hebben die ook verjaren. Zij zijn hierbij ook hartelijk uitgenodigd.**

Hoe de verjaardagen vallen, is weergegeven in de linkse tabel, voor elke dag. Het maximum aantal verjaardagen **op één dag is 6** (nl. op 16 april).

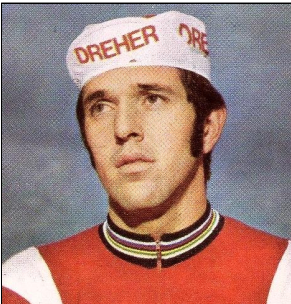
Baetslé Guido	Debosscher Maria	Roegiers Arlette
Bauwens Maria	Defreyne Annie	Rogiers Carine
Beeckman Mady	Degrande Hubert	Schauvliege Gerard
Biliet Norbert (Bert)	Dhaenens Sabine	Sesselle Walter
Bingé Jozef	D'Hont Jeanine	Timmermanns Brigitte
Blomme Ghisette	D'Hooge Maria	Van Broeck Marie Jeanne
Bracke Willy	Dierickx Arsène	Van De Velde Carine
Cooman Donald	Everaerd Monique	Van De Velde Martjen
Coone Berlinde	Hamerlinck Adelin	Van De Walle Simona
Danneels Rony	Hulpia Romain	Van De Wiele Lyliana
De Bleecker Marcella	Ide Annie	Van Eenaeme Lieve
De Bruyckere Lucien	Janssens Roos	Van Hecke Cyriel
De Clercq Odette	Lybaert Rosa	Van Hoorebeke Adrienne
De Pauw Frida	Maes Gerard	Van Parijs Cecile
De Reu Gaspar	Manssens Freddy	Van Poucke Hilda
De Ridder Rita	Meiresonne Hubert	Van Zele Wilfried
de Schryver Christiane	Meyvaert Berlinda	Vanherbruggen Hilde
De Troch Marie Christine	Mussche Roger	Vermeersch Marc
De Vuysere Julien	Muylaert Bernice	Verniers Freddy
De Walsche Hilda	Rabaut Carine	Versluys Josina
De Windt Erna	Remory Agnes	Verstraete Daniël
De Zutter Cyriel	Reynvoet Luc	Watteu Rita



## Sport uit de oude doos

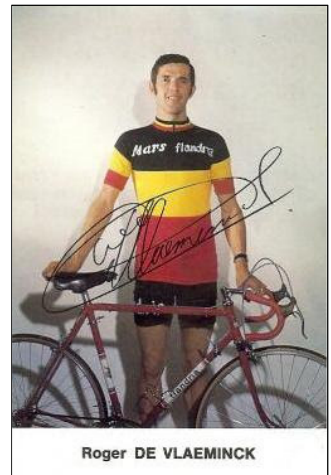
# Roger De Vlaeminck (°24/08/1947)

Vlaamser kan een familienaam niet zijn dan die van Roger, geboren en getogen in Eeklo. Twee jaar na de oorlog zag Roger het levenslicht in een periode van veel werkloosheid en de economie draaide vierkant. De jonge Roger had niet veel interesse voor school en op zijn veertiende ging hij al werken. Eerst als hulpje bij een loodgieter, later in een drukkerij en een weverij, maar dat vond hij allemaal niet naar zijn zin. Op school presteerde hij zeer middelmatig en daardoor moest hij van vader De Vlaeminck werken. Toch kreeg hij toelating om te voetballen en daar had hij veel aanleg voor. Op zijn zestiende debuteerde hij al in het eerste elftal van FC Eeklo. Pikante anekdote: Toen de piepjonge Roger uit de bus stapte, kwam de voorzitter van de club hem vragen wie hij eigenlijk was. De Vlaeminck was beledigd en stopte op slag met voetballen. Zo was Roger: vlug op zijn tenen getrapt en recht voor de raap.



Zijn oudere broer Erik was intussen reeds wielrenner geworden en Roger besloot hetzelfde te doen. Thuis hadden ze het niet breed en omdat Roger zelf geen fiets kon kopen, leende hij die van zijn broer, soms zonder het te vragen. Zijn eerste koers bij de nieuwelingen was een totale mislukking en na drie ronden gaf hij er de brui aan. Dan maar weer een tijdje voetballer, maar hij werd een beetje jaloers op broer Erik. Deze schitterde reeds als veldrijder en jonge wegrenner en werd alom geprezen om zijn groot talent. Roger begon echter hard te trainen en de resultaten volgden in vlug tempo.

Als 17-jarige in 1964 begon hij bij de nieuwelingen en won 17 koersen op 22 wedstrijden. En het vervolgde. In '65 en '66 won hij in totaal 39 koersen bij de junioren en nog drie als amateur. In die categorie (amateur in '67 en '68) won hij 45 koersen, waaronder klassiekers. In 1969 werd Roger beroepsrenner en na een paar maanden werd hij als 21-jarige zowaar kampioen van België (foto hiernaast). De Vlaeminck bleef niet bij de pakken zitten en als klassiek wegrenner groeide hij uit tot één van de allergrootsten. Alleen Merckx en Van Looy wonnen meer klassiekers, maar Roger was ook een voortreffelijk ronderenner en een grote rittenkaper. Zijn erelijst is ronduit indrukwekkend.



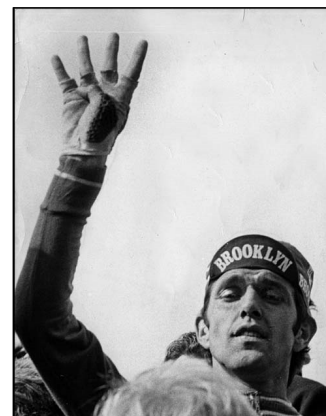
Hij won 12 wielmonumenten:  
driemaal Milaan-San Remo, eenmaal Ronde van Vlaanderen, viermaal Parijs-Roubaix, tweemaal Luik-Bastenaken-Luik en tweemaal Ronde van Lombardije.

Daar houdt het niet op, want volgende top 1-klassiekers staan nog op zijn naam:  
tweemaal Omloop Het Volk, eenmaal Waalse Pijl, eenmaal Parijs-Brussel, tweemaal Milaan-Turijn, eenmaal Coppa Agostini, eenmaal Grote Prijs van Zwitserland en tweemaal Belgisch kampioen.

Hij betwistte in totaal 69 klassiekers waarvan hij 32 keer bij de eerste vijf eindigde. Roger schreef vooral geschiedenis in Parijs-Roubaix, een koers die hem op het lijf geschreven was. Vooral dankzij zijn ervaring als veldrijder en zijn stuurbehendigheid. Viermaal won hij in De Hel van het Noorden en het hadden er zelfs vijf of zes kunnen zijn. In 1978 ontsnapte zijn ploegmaat Francesco Moser



op 20 km van Roubaix en Roger moest zich aan de ploegtucht houden en steunde de achtervolging niet, maar werd toch nog tweede. In 1981 zat hij in een kopgroep van zeven en was hij veruit de snelste van zijn kompanen. Toch werd hij verrassend geklopt door Bernard Hinault die er een machtspurt uithaalde van 600 meter en Roger strandde op een wiel. Al die topprestaties in de helleklassiekers gaven hem de bijnaam "Monsieur Paris-Roubaix".



4 maal Paris-Roubaix, maar het hadden er 6 kunnen zijn

De Vlaemincks grote levenswens om eens de wereldtitel binnen te rijden ging niet in vervulling. Dikwijls had hij pech in deze zo belangrijke koers. In 1975 in het Waalse Yvoir lag de zege voor het grijpen voor Roger, maar de verstandhouding in de Belgische ploeg was allesbehalve optimaal. Op 20 km van het einde vormde zich een groepje van acht met daarin niemand minder dan De Vlaeminck, Merckx, Van Springel en Bocklandt. Op 10 km van de meet demarreert Hennie Kuiper verrassend weg en er komt een lichte aarzeling bij de Belgen. Normaal moest men de kaart De Vlaeminck trekken, want hij was de rapste, doch de Eeklonaar kreeg weinig steun. Kuiper, een knap tijdrijder, verzwakte geen ogenblik en hield tien seconden over en pakte zo de regenboogtrui. Na de aankomst was Roger in alle staten. Hij verweet de Belgen luiards te zijn en voegde eraan toe dat Merckx hem de zege niet gunde. Voor stoute uitspraken deinsde De Vlaeminck niet terug, maar de titel was gaan vliegen.

In het rondewerk stond Roger ook meer dan zijn mannetje en schitterde vooral op Italiaanse bodem omdat hij voor een Italiaans merk reed. In 1975 deed hij het verbluffend in de Giro en werd knap vierde, plus zeven ritzeges. In 1972 werd hij ook al eens zevende en op de zes Giro's die hij reed won hij in totaal 22 ritten. Dat zijn verbluffende cijfers. Hij won ook driemaal het puntenklassement in '72, '74 en '75. Een van zijn strafste prestaties uit zijn carrière was dat hij zes keer te reke Tirreno-Adriatico won en dit tegen sterke Italianen zoals Gimondi, Nencini en Moser. Het toonde aan dat Roger inhoud had en hij won daarbij negen ritten. In Het Nieuwsblad verklaart Roger zelf: "De eindzege in de Ronde van Zwitserland was de mooiste overwinning uit mijn wielersloopbaan. Ik veroverde de leiderstrui op de eerste dag en behield hem tot het einde. Op de laatste dag klopte ik Merckx drie keer: in de korte ochtendrit, in de tijdrif van 20 km en uiteindelijk in het eindklassement. Weinigen kunnen zeggen dat ze nu en dan eens Merckx konden kloppen."



Op de fiets waren Merckx en De Vlaeminck hevige rivalen en gunden elkaar geen blik en ook geen zege.

In kleinere rittenkoersen trok de Eeklonaar ook vaak het laken naar zich toe. Zo won hij de ronde van Sardinië, de ronde van Apulië, de ronde van Mallorca en de vierdaagse van Duinkerke. In die meerdaagse koersen won hij maar liefst 68 etappen, want Roger was ook razendsnel aan de meet. Nog een grote referentie: slechts drie renners wonnen alle monumenten één of meerdere keren en dat waren Eddy Merckx, Rik Van Looy en jawel onze crack uit Eeklo. Zeer terecht was Roger daar fier op. Hij was ook een uitstekend veldrijder. Hij werd eenmaal wereldkampioen, tweemaal Belgisch kampioen, plus 60 zeges en dit in de periode waar broer Erik 80% van zijn wedstrijden won. Op de weg was hij goed voor 259 overwinningen en opnieuw deden alleen Eddy en Rik het beter.

Dank u Roger om ons als streekgenoot zoveel jaren te verwennen met je sterke prestaties. Geniet nog met je vrouwtje van je pensioen. Je was een supercrack!

Kroniekschrijver Firmin Bruggeman

# Stichting Tegen Kanker bestaat 100 jaar

In een tijdperk waarin de strijd tegen kanker crucialer is dan ooit tevoren, markeert Stichting tegen Kanker haar **100-jarig bestaan** met een blik op het verleden en een visie voor de toekomst. Opgericht in 1924 door de visionaire artsen Antoine Depage en Adrien Bayet, is de organisatie gegroeid van een bescheiden initiatief tot een vlaggenschip in de wereldwijde strijd tegen deze verwoestende ziekte.

## Een eeuw van toewijding: van koningin Elisabeth naar koningin Mathilde

Onder de hoge bescherming van koningin Mathilde wordt het honderdjarig jubileum van Stichting tegen Kanker gevierd, een symbolische erkenning van de voortdurende inspanningen van de organisatie en haar partners in de strijd tegen kanker. Het begon allemaal met koningin Elisabeth, die de Liga tegen Kanker steunde, geleid door Dr. Antoine Depage, een pionier in chirurgie en radiotherapie. Nu, een eeuw later, blijft de steun van het koningshuis een baken van hoop voor degenen die getroffen zijn door kanker en degenen die zich inzetten voor hun zorg.

## De groeiende last van kanker: een tijdige oproep tot actie

Met bijna één op de drie mannen en één op de vier vrouwen die vóór de leeftijd van 75 jaar kanker krijgen, wordt de urgentie van de situatie steeds duidelijker. De incidentiecijfers blijven stijgen, met naar schatting bijna 75.000 nieuwe gevallen per jaar in België. Deze ziekte heeft een verwoestend effect gehad op talloze levens en families over de hele wereld, en België staat niet immuun voor deze uitdaging. Ondanks deze sombere statistieken is er echter hoop in de vooruitgang die is geboekt in de behandeling en overleving van kankerpatiënten.

*Een bijzonder aandachtspunt in de strijd tegen kanker is de relatie tussen de ziekte en senioren. Met de vergrijzing van de bevolking neemt ook het aantal gevallen van kanker bij ouderen toe.*

Factoren zoals veroudering, langdurige blootstelling aan risicofactoren en een verminderde immuniteit dragen bij aan het verhoogde risico op kanker bij senioren. Daarom is het van vitaal belang dat de preventie, diagnose en behandeling van kanker bij deze kwetsbare groep speciale aandacht krijgen in het bredere kader van de kankerbestrijding.

## Een gedurfde toekomstvisie: verdubbeling van de overlevingskans

Met een gedurfde ambitie voor de toekomst heeft Stichting tegen Kanker zich ten doel gesteld de overlevingskans bij kanker aanzienlijk te verbeteren. Het streven naar een toename van de overlevingskans met 10% tegen 2040 markeert een ambitieuze, maar haalbare doelstelling in de voortdurende strijd tegen deze ziekte. Deze ambitie wordt ondersteund door een toewijding aan wetenschappelijk onderzoek, met een recordbedrag van €35 miljoen dat in 2024 wordt vrijgemaakt voor kankeronderzoek. Deze investeringen zullen een cruciale rol spelen in het versnellen van de vooruitgang in de behandeling en het begrip van kanker, en zullen hopelijk resulteren in een betere prognose voor toekomstige generaties.

## Team Hope: de kracht van samenwerking

In het hart van de strijd tegen kanker staat Team Hope, een samenwerkingsverband van wetenschappers, artsen en zorgverleners die zich onvermoeibaar inzetten voor het welzijn van kankerpatiënten. Deze getalenteerde professionals belichamen de missies van Stichting tegen Kanker en vormen de kern van de voortdurende inspanningen om de ziekte te begrijpen, te behandelen en te overwinnen.

## Een oproep tot actie: een nieuw nationaal kankerplan

Terwijl de organisatie haar honderdjarig bestaan viert, blijft Stichting tegen Kanker ook een krachtige pleitbezorger voor verandering op nationaal niveau. Met de publicatie van de eerste Belgische Kankerbarometer in 2022 heeft de organisatie de dringende noodzaak van een nieuw nationaal

kankerplan benadrukt. Dit plan, dat zich richt op preventie, behandeling en ondersteuning, is essentieel om de groeiende last van kanker aan te pakken en een betere toekomst te bieden aan degenen die getroffen zijn door deze ziekte.

## Een toekomst van hoop

Terwijl Stichting tegen Kanker haar eerste eeuw van toewijding en prestatie viert, richt ze haar blik op een toekomst van hoop en vooruitgang. Met gedurfde ambities, wetenschappelijke doorbraken en een onvermoeibare inzet voor degenen die getroffen zijn door kanker, blijft de organisatie een lichtend voorbeeld van veerkracht en vastberadenheid in de wereldwijde strijd tegen deze ziekte.

## Kanker en senioren

Kanker is een ziekte die mensen van alle leeftijden treft, maar het risico op het ontwikkelen ervan neemt toe met de leeftijd. Senioren, doorgaans gedefinieerd als mensen boven de leeftijd van 65 jaar, lopen een verhoogd risico op het krijgen van kanker. Verschillende factoren dragen bij aan dit verhoogde risico, waaronder veroudering, langdurige blootstelling aan carcinogenen, en veranderingen in het immuunsysteem. Hieronder verkennen we de relatie tussen kanker en senioren, inclusief de meest voorkomende vormen, beschikbare behandelingen en preventieve maatregelen.

## Verhoogd risico bij senioren

Senioren hebben een hoger risico op het ontwikkelen van kanker dan jongere mensen, grotendeels als gevolg van veroudering en de accumulatie van schade aan DNA gedurende hun leven. Daarnaast kunnen langdurige blootstelling aan risicofactoren zoals tabaksrook, overmatige blootstelling aan de zon, en bepaalde chemische stoffen op de werkplek het risico op kanker verder vergroten. Ook spelen genetische factoren en veranderingen in het immuunsysteem een rol bij het verhoogde kankerrisico bij senioren.

## Meest voorkomende vormen van kanker bij senioren

Enkele van de meest voorkomende vormen van kanker bij senioren zijn:

**Borstkanker:** Hoewel borstkanker vaker voorkomt bij vrouwen, kunnen ook oudere mannen borstkanker ontwikkelen. Regelmatige screenings zijn cruciaal voor vroege detectie en behandeling.

**Prostaat**kanker: Prostaat

kanker is een van de meest voorkomende vormen van kanker bij mannen, vooral bij senioren. Vroege detectie via prostaatscreenings kan de kans op genezing vergroten.

**Darm**kanker: Het risico op darmkanker neemt toe met de leeftijd, en regelmatige screeningtests zoals colonoscopieën zijn essentieel voor vroege detectie en behandeling.

## Behandeling van kanker bij senioren

De behandeling van kanker bij senioren kan complex zijn vanwege bijkomende gezondheidsproblemen en verminderde veerkracht. Chirurgie, chemotherapie, radiotherapie en doelgerichte therapie zijn enkele van de gebruikelijke behandelingsmodaliteiten. Bij oudere patiënten kan echter voorzichtigheid geboden zijn bij het kiezen van de behandeling, omdat sommige therapieën ernstige bijwerkingen kunnen hebben. Artsen zullen de algehele gezondheid en kwaliteit van leven van de patiënt zorgvuldig afwegen bij het plannen van de behandeling.

## Preventie van kanker bij senioren

Preventie blijft een essentieel onderdeel van de strijd tegen kanker bij senioren. Gezonde levensstijlkeuzes, zoals regelmatige lichaamsbeweging, een uitgebalanceerd dieet, het vermijden van tabak en overmatig alcoholgebruik, kunnen het risico op kanker helpen verminderen. Bovendien zijn regelmatige screenings en gezondheidscontroles cruciaal voor vroege detectie en behandeling van kanker bij senioren. Het is belangrijk dat senioren en hun zorgverleners proactief zijn in het

*vervolg op blz. 20*

nastreven van preventieve maatregelen en gezondheidsonderzoeken om het risico op kanker te minimaliseren.

## Samenvatting



Zeg "nee" tegen tabakroken en alcoholgebruik.

Kanker blijft een ernstige bedreiging voor senioren, met een verhoogd risico op het ontwikkelen van de ziekte als gevolg van veroudering en andere factoren. Door bewustwording, vroege detectie, geavanceerde behandelingen en preventieve maatregelen kunnen senioren hun kansen op het ontwikkelen van kanker verkleinen en een gezonde levensstijl behouden. Het is van vitaal belang dat senioren en hun zorgverleners samenwerken om het risico op kanker te begrijpen en effectieve strategieën te implementeren om deze ziekte te voorkomen en te behandelen.

Bron: <https://www.seniorennet.be/post/vrije-tijd/stichting-tegen-kanker-bestaat-100-jaar>

## Wat is de rol van Kom op tegen Kanker?

Kom op tegen Kanker ijvert bij overheden voor veranderingen aan de wetgeving die het risico op kanker voor de bevolking helpen te verminderen. Daarnaast vinden we het belangrijk om mensen te sensibiliseren en te informeren over oorzaken van kanker, risico's en de voor- en nadelen van vroegtijdige opsporing.

De missie van kom op tegen kanker is:

Tot er een wereld zonder kanker is, vermijden, bestrijden en verzachten we de ziekte. Daarnaast zetten we onze expertise in voor een beter beleid rond kanker. Om dat allemaal te kunnen doen, mobiliseren we zoveel mogelijk mensen om zich mee in te zetten tegen kanker.

Bron: <https://www.komoptegenkanker.be/missie>

Hoe is Kom op tegen Kanker ontstaan?

In 1988 deed radio-presentatrice Kathy Lindekens een oproep om een geldinzamelingsactie voor kankerbestrijding te organiseren. Ze voelde zich door de dood van haar ouders en door het contact met jonge kankerpatiënten persoonlijk zeer sterk bij het thema betrokken.

Welke dag is Kom op tegen Kanker?

Donderdag 17 oktober 2024 is het de Dag tegen Kanker en kunnen kankerpatiënten in verschillende ziekenhuizen workshops volgen georganiseerd door Kom op tegen Kanker.



Kathy Lindekens met bekende TV personen

Waarom Kom op tegen Kanker steunen?

Kanker heeft een grote impact op het leven van kankerpatiënten en de mensen in hun omgeving. Daarom zorgt Kom op tegen Kanker voor de nodige ondersteuning, of dat nu is in de vorm van praktische hulp, informatie, financiële steun, een luisterend oor of activiteiten die zijn aangepast aan kankerpatiënten.

Kun je voorkomen dat je kanker krijgt?

Je kunt niet vermijden dat je mogelijk kanker krijgt, maar je kunt wel een en ander doen om het risico op de ziekte te verkleinen. Niet roken, je alcoholconsumptie matigen, gezond eten en bewegen, verstandig omgaan met de zon en met (mogelijk) kankerverwekkende stoffen.

**Met OKRA Evergem naar Bad Hofgastein, Oostenrijk  
van zaterdag 31 augustus tot zondag 8 september 2024**



- **VAN ZATERDAG 31 AUGUSTUS TOT ZONDAG 8 SEPTEMBER 2024**
  - **1385 EURO\***
  - **SUPPLEMENT SINGLE: 177 EURO**  
(Incl singel in etappehotel te Ulm)
- \* Verblif in all-in, busreis en overnachting in Ulm tijdens de heenreis inbegrepen. In Ulm is je avondeten, een drankje, ontbijt, middagmaal en gids ook inbegrepen.

Bad Hofgastein ligt in het hart van de vallei van Gastein. De afstand Evergem tot Bad Hofgastein is 1050 km en wordt gedaan met een comfortabele busreis met regelmatige tussenstops in 2 dagen. De eerste overnachting is in Ulm, en de 2<sup>de</sup> dag is een bezoek aan Ulm, waarna doorgerezen wordt naar het Intersoc Hotel Astoria met veel comfort. Excursies naar de muziekstad Salzburg, de zoutmijnen van Hallein, een Schnapscultuur in een artisanale jeneverstokerij, een rit met kabelbaan naar de top van Bad Gastein en facultatieve uitstappen naar persoonlijke goesting.



--> Meer details en info zijn te verkrijgen bij PR-vrouw Rita Cleemput (0473 712 079)

De gratis inbegrepen wellness van maar liefst 36 000 m<sup>2</sup>



ULM



SALZBURG



Genieten van schnaps



Genieten van terrasjes

# OKRA Sport – overzicht van de opkomsten



**Bowling:** het bowlingseizoen 2024 heeft een geweldige start genomen wat opkomst betreft. Vrijdagnamiddag is een geschikte periode om de week uit te bollen en af te sluiten, en de locatie komt ook goed uit voor onze spelers, want we hebben de bowlinghall voor ons alleen.

We zijn gestart met **35** actieve spelers maar na 3 sessies is het aantal effectieve spelers al opgelopen tot **47** (28 mannen en 19 vrouwen). Na elke sessie wordt een daguitslag opge maakt, en met het systeem van handicap (HDC), die eigenlijk een toegift van punten is, maakt iedere speler kans om bovenaan in de uitslag voor te komen.

De sessiewinnaars voor de voorbije 3 sessies zijn, met NN=aantal keer dat de dagwinnaar al winnaar werd in het lopende jaar 2024:

sessie	datum	spelers	M	V	winnaar	scratch <sup>oo</sup>	HDC	uitslag	NN
sessie 01	12-01-2024	35	22	13	Dekerte Eddy	425	213	638	1
sessie 02	26-01-2024	33	22	11	Beirnaert Ronny	542	156	698	1
sessie 03	09-02-2024	41	26	15	Vereecke Magda	389	288	677	1

(<sup>oo</sup>) De scratch (naakte score) zijn de gespeelde punten. Daarbij wordt de HDC gevoegd om de uitslag te bekomen. Raadpleeg de kalender voor het voorjaar 2024 in de rubriek van de weerkerende (sport)activiteiten (blz.5)



**Fietsen:** de seizoensstart is voorzien voor dinsdag 5 maart (blz. 24)

We beginnen met een nieuwe lijst waarin de fietsers opgenomen zijn, die vorig jaar meegereden hebben, en enkele nieuwe leden, die speciaal toetreden zijn om het seizoen met OKRA Evergem te kunnen meerijden. Die lijst bevat **54** fietsers, waaronder 26 mannen en 28 vrouwen.

Alle fietstochten worden in veilige banen geleid door de begeleiders: René Dias, Annie Dierkens, Monique De Craene, Erik Criel, Albert Genetello. We hopen op een belangrijke groep sporters, en we raden ten stelligste aan dat de fietsers de tochten meemaken met de beschermende helm. We willen dat niet opdringen, maar hopen dat begrip en gezond verstand helpt om dit uit eigen beweging te doen.



**Fitness:** Deze sport gebeurt binnen in een zaal, en ligt eigenlijk nooit stil. Sinds de start van 2024 is de beoefening van deze sport weer aan het opflakkeren en hebben we nu al **35** actieve beoefenaars (11 mannen en 24 vrouwen). De cijfertjes met de opkomsten sinds de start zijn:

	dinsdag	aantal	don'dag	aantal
week 01	2-01-2024	13	4-01-2024	11
week 02	9-01-2024	17	11-01-2024	12
week 03	16-01-2024	13	18-01-2024	10
week 04	23-01-2024	22	25-01-2024	15
week 05	30-01-2024	15	1-02-2024	13
week 06	6-02-2024	17	8-02-2024	17
week 07	13-02-2024	15	15-02-2024	15



**Lijndansen:** Voor de eerste 2 maanden van 2024 zijn er 6 danssessies geweest met **28** actieve dansers (2 mannen en 26 vrouwen). In die periode waren die goed voor 147 opkomsten (135 voor de vrouwen en 12 voor de mannen). De opkomsten voor de voorbije periode:

sessie	datum	dansers	M	V
sessie 01	17-01-2024	26	2	24
sessie 02	24-01-2024	23	2	21
sessie 03	31-01-2024	25	2	23
sessie 04	07-02-2024	25	2	23
sessie 05	14-02-2024	22	2	20
sessie 06	21-02-2024	26	2	24



**Petanque:** De normale periode voor het petanque spel kende in het verleden een start einde maart en eindigde eind oktober. In de voorbije periode stopte het spel pas eind december, en begin dit jaar hebben de strafste spelers al de koude en soms minder goed weer getrotseerd om er aan te beginnen. Ook kregen de terreinen een opknappbeurt, en heeft men er voor gezorgd dat de toeschouwers een zitplaats hebben waar ze het spel kunnen volgen.

Intussen hebben al 6 speelsessies plaats gehad, en zijn er **18** dapperen, actieve spelers (12 mannen en 6 vrouwen) komen opdagen, goed voor 47 opkomsten, zoals de tabel hierna laat zien:

sessie	datum	spelers	M	V
sessie 01	10-01-2024	5	4	1
sessie 02	17-01-2024	3	2	1
sessie 03	24-01-2024	12	7	5
sessie 04	31-01-2024	12	7	5
sessie 05	07-02-2024	6	4	2
--	14-02-2024	<b>regen</b>		
sessie 06	21-02-2024	9	5	4



**Wandelen:** Het aantal deelnemers voor deze wandelingen was **50** in 2023, waaronder 21 mannen en 29 vrouwen. Zoals beschreven in de kalender vooraan, gaan die door op maandagen dat er geen kaarting is, d.i. de 2<sup>de</sup> en de 4<sup>de</sup> maandag. Roger Vande Bossche (vooraan in het peloton, in de foto hierboven) neemt het voortouw en plant de wandeling.



## *Rummikub spel*

Rumikub, Rummicubb, Rumikup of Rummicup? De juiste benaming van het spel is **Rummikub**.

Rummikub is een erg populair gezelschapsspel van **Goliath Games** voor twee, drie of vier spelers. Het eerste Rummikub spel dateert al uit de jaren dertig. Het oorspronkelijke spel werd met kaarten gespeeld. De versies van nu bestaan uit stevige kunststof stenen die de spelers voor elkaar geheim kunnen houden door ze recht te zetten op een plankje. Welke versie men ook gebruikt, het blijft een topspel.

### **Rummikub Spelregels**

Bij een begin van een Rummikub spel trekken alle spelers 14 stenen. Wanneer iedereen zijn stenen heeft, wordt opnieuw een steen getrokken om de startspeler te bepalen. De persoon met het hoogste cijfer, mag het spel beginnen. De steen die getrokken wordt om de startspeler te bepalen, wordt terug in de zak gestopt. De bedoeling van een Rummikub spel is om als eerste alle stenen kwijt te raken.

Het Rummikub spel bevat 106 stenen met cijfers in vier verschillende kleuren. Van elke kleur zijn er stenen van het cijfer 1 tot en met 13. Daarnaast zijn er nog twee jokers. In het midden van de tafel komen tijdens het spel reeksen van opeenvolgende cijfers komen te liggen. Een reeks moet uit minimum drie verschillende stenen bestaan. Alle stenen uit een reeks bevatten dezelfde kleur. Een andere manier van afleggen is minimum drie stenen met hetzelfde cijfer leggen, maar in dit geval moeten de stenen wel allemaal een andere kleur hebben.

Met de rijen die in het midden van de tafel liggen, mogen alle spelers schuiven. Zolang op het einde van de beurt alle rijen maar weer kloppen en ze uit minstens drie stenen bestaan.

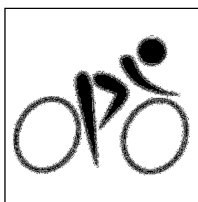
De spelers mogen tijdens hun beurt zo veel rummikub stenen afleggen dan ze kwijt kunnen. Er is echter wel een speciale voorwaarde om de eerste keer af te leggen. Bij de eerste aflegbeurt moeten de spelers minstens een waarde van 30 op tafel leggen.

Wie niets kan afleggen, moet een steen bijtrekken. Dan is de volgende speler aan de beurt. Jokers kunnen voor alles gebruikt worden, ook om in het begin aan waarde 30 te komen. Een joker die in een beginserie wordt gebruikt, heeft de puntenwaarde van de steen waarvoor hij in de plaats komt.

Wanneer er iemand al zijn stenen kwijt is, eindigt het spel Rummikub onmiddellijk. De andere spelers tellen nu hoeveel de waarde van hun resterende Rummikub stenen is. Dit zijn hun strafpunten. Op deze manier wordt bepaald wie de tweede, derde of vierde plaats verdient.

Bron: <https://www.spelmagazijn.be/rummikub>

## OKRA Sport – Fietsen 2024



Vanaf de eerste dinsdag in maart (nu 5 maart, in 2024) start het nieuwe fietsseizoen, dat duurt tot midden oktober. Elke dinsdagnamiddag wordt er gefietst vanaf 14.00 uur. Midden juni is er een oliebollentocht naar een plaats waar ook niet-fietsers kunnen komen smullen, en traditioneel is er op een dinsdag in september een fietstocht die de ganse dag duurt.

Het verzamelpunt voor de start van elke fietstocht is aan de driehoek van de Kwadeweg en de Zwartestraat, en de start wordt gegeven om 14:00 uur stipt. Om dit te kunnen realiseren worden de rijders er verwacht ten laatste om 13:50 uur, zodat men alle aanwezigen kan noteren. Dit laat toe om op het einde van het jaar precieze statistieken te hebben voor elke deelnemer, maar we wensen ook correcte statistieken te hebben voor allerhande studies door derden.

Natuurlijk kan niet iedereen op het laatste moment toekomen, en daarom wordt er op aangedrongen tijdig te verschijnen. Als men ook het precieze getal van deelnemers kent, kan de fietskapitein René Dias de juiste aantallen doorgeven aan het café, waar men halverwege de tocht een rustpauze zal houden (nl. van 15:30u tot 16:30u). Er wordt getracht 's avonds steeds terug te zijn aan de stopplaats in Evergem rond 17:45u of vroeger, zodat men van de TV-avond niets moet missen.



Het fietsen is een gezonde bezigheid en ideale sportbeoefening. Door de beweging van enkels en knieën, door het inzetten van een pak spieren, en door de doorgedreven inspanning waardoor ademhaling en bloedsomloop gestimuleerd worden is het een gezondheidsoefening bij uitstek. Om zorgeloos te kunnen rijden, zonder risico voor enig gevaar, suggereren we een helm te dragen en moeten een aantal spelregels in acht genomen worden:

1. wie een elektrische fiets gebruikt, die kan vertrekken zonder trappen, moet een aparte verzekering hebben. Dit zijn fietsen waarmee men gemakkelijk te voet bergop kan gaan, zonder te hard aan de fiets te moeten duwen.
2. De volgorde in het fietspeloton is zo dat alle gewone fietsen zonder elektrische motor vooraan rijden, en dat alle elektrische fietsen achter de gewone fietsen rijden. Uitzonderingen zijn de wegkapiteins, die zonder hulp van elektrische motor rijden. Uit ervaring van de voorbije jaren weten we dat nu bijna iedereen elektrisch rijdt.
3. Om tegen pech gewapend te zijn, wordt iedere deelnemer verwacht een binnenband bij te hebben, passend op zijn fiets, zodat vervanging door de wegkapiteins snel kan gebeuren, met de juiste band voor de juiste fiets.
4. Men komt met goed opgepompte banden aan de start (bandendruk: 4 bar). Zo kunnen we het aantal platte banden zeer laag houden. De doelstelling = 0, zoals in 2023.
5. Bij het nemen van een hindernis zal de linkse rijder afremmen, terwijl de rechtse rijder gewoon voort blijft rijden tot voorbij de hindernis (vb. een paaltje midden op het fietspad). Na de hindernis trekt de linkse rijder weer op, om zo naast zijn fietsgezel terug te gaan rijden. Het is wel de linkse, niet de rechtse rijder, die afremt.
6. Bij elektrische fietsen duwen velen een veel te grote versnelling. Men start in een lagere versnelling, zoals bij een auto, en men schakelt enkele keren naar een hogere.
7. Als we onderweg stoppen voor een drankstop, laten we de weg vrij voor het verkeer.

De eerste rit is een opwarmer, over slechts 25 km aan een tempo niet sneller dan 16 km/u met wegkapitein Erik Criel op kop. Die eerste rit – de openingsrit – is onze Milaan-San Remo, die niemand wil missen, en gaat dit jaar naar Lijn 58, het vroegere station van Waarschoot.



# Pitjesbak – Pietjesbak

## Wat is juist: Pitjesbak of Pietjesbak?

Velen vragen zich af wat nu het juiste woord is: pitjesbak of pietjesbak. Eigenlijk worden beide benamingen door elkaar gebruikt en zijn ze allebei correct volgens de Nederlandse taal.

## Maar wat is een pitjesbak?

Een pitjesbak is een achthoekige houten bak die binnenin bekleed is met groen vilt. In de pitjesbak wordt een dobbelspel gespeeld. Hier heb je drie dobbelstenen voor nodig.



Het pietjesbak dobbelspel kan gespeeld worden met twee tot acht spelers. Aan het begin van het spel zetten alle spelers een zelfde aantal krijtstreepjes op een zijde van de pietjesbak die hun score voorstelt. Doorheen het spel kunnen de krijtstreepjes weggeveegd worden of bijgezet worden. Wie als eerste als zijn strepen kwijt is, wint het pietjesbak dobbelspel.

De speler die eerst aan beurt is, gooit de drie dobbelstenen. Hij mag stoppen, ofwel nog een tweede of een derde keer dobbelen. De laatst gegooide worp telt. De andere spelers mogen nu op hun beurt met de dobbelstenen gooien. Ze proberen een betere score te behalen, maar mogen maximum evenveel keer dobbelen als de eerste speler. Wie de hoogste score heeft, mag één twee of drie streepjes wegvegen.

## Hoe scoor je bij de pitjesbak?

Het aantal ogen van een dobbelsteen bepaalt het puntenaantal.

- één oog = 100 punten
- twee, drie, vier of vijf ogen = 2, 3, 4 of 5 punten
- 6 ogen = 60 punten

Hieronder vind je de mogelijke dobbelsteen combinaties, van hoog naar laag.

- 1, 1, 1 = **Drie apen**
- 6, 5, 4 = **Soixante-neuf**
- 6, 6, 6 of 5, 5, 5 of 4, 4, 4 of 3, 3, 3 of 2, 2, 2 = **Zand**. Hoe hoger de zand, hoe beter.
- 3, 2, 2 = **Zeven**. Hiermee behaal je altijd de laagste score.

Bij alle andere worpen telt de som van de dobbelstenen. Hoe hoger de som, hoe beter de worp.

Wanneer iemand drie apen gooit bij de pietjesbak, wint hij onmiddellijk het volledige pitjesbak spel. Dit telt wel enkel wanneer hij voorheen al minstens één streepje heeft uitgewist. Als dit niet het geval is, dan mag hij niet meer verder spelen. Bij het winnen met een soixante-neuf worp mogen direct drie streepjes weggeveegd worden. In het geval een zand gegooid werd, twee.

Er is nog een bijzondere situatie bij de pitjesbak, **stoef** genaamd. Dit is wanneer de eerste speler na één worp al stopt met dobbelen. Als hij met deze worp de hoogste score behaald, dan mag hij direct twee krijtstreepjes wegvegen. Verliest hij van iemand anders, dan is hij verplicht om twee streepjes bij te zetten.

**Bron:** [https://www.spelmagazijn.be/pitjesbak-pietjesbak?utm\\_source=google&utm\\_medium=organic](https://www.spelmagazijn.be/pitjesbak-pietjesbak?utm_source=google&utm_medium=organic)

vervolg op blz. 26

## Teerlingbak - Spelitleg

Van het teerlingen- of dobbelspel, dat in een pietjesbak kan gespeeld worden, bestaan tientallen varianten. Eén ervan, dat in onze streken dikwijls en met een in principe beperkt aantal deelnemers wordt beoefend, is het volgende:

Elke speler zet op zijn gedeelte van de rand van de pietjesbak negen verticale krijtstreepjes. Je werpt elk om beurt met een dobbelsteen en wie het hoogst aantal ogen gooit, mag beginnen. Daarna wordt in de wijzerrichting van de klok gespeeld tot iedereen aan de beurt is geweest.

De speler die begint mag zoals hij/zij zelf wil 1, 2 of 3 maal werpen, telkens met 3 dobbelstenen. De beste worp telt. Het aantal keren dat die speler geworpen heeft, bepaalt het aantal worpen dat iedere speler krijgt. Is de eerste worp goed, dan heeft hij er alle belang bij geen tweede maal te werpen. Hij gunt op die manier zijn tegenstrevers zo min mogelijk kansen om zijn worp te verbeteren.

### Puntentelling:

1 oog = 100 punten

6 ogen = 60 punten

2, 3, 4 en 5 ogen = respectievelijk 2, 3, 4 en 5 punten

### Voorbeelden:

$(3, 4, 5) = 3 + 4 + 5 = 12$  punten

$(1, 6, 5) = 100 + 60 + 5 = 165$  punten

$(6, 3, 2) = 60 + 3 + 2 = 65$  punten

$(1, 1, 2) = 100 + 100 + 2 = 202$  punten

$(1, 4, 5) = 100 + 4 + 5 = 109$  punten

$(1, 1, 6) = 100 + 100 + 60 = 260$  punten

De winnaar van een beurt mag in principe 1 streepje wegvegen. In sommige gevallen echter 2, 3 of zelfs alle streepjes:

- liggen de drie teerlingen met hetzelfde vlak naar boven gekeerd, dan scoor je "zand" of "saint", bijvoorbeeld "zand van twee" bij worp (2, 2, 2). "zand van zes" is meer waard dan "zand van vijf", deze is op zijn beurt meer waard dan "zand van vier" etc. Zand is in waarde net boven 260 en is goed voor het uitvegen van twee streepjes.
- De combinatie (6, 5, 4) samen 69 of "soixante-neuf" overtreft in waarde "zand" en laat toe drie streepjes te vege.
- Werp je zand van enen (1, 1, 1) of "drie apen" en ben je minstens al één streepje kwijt, dan mag je alle resterende streepjes uitvegen en ben je dus uit. LET OP! Werp je "drie apen" terwijl je nog alle streepjes staan hebt, dan ben je onmiddellijk verloren en moet je een rondje betalen.
- Bij gelijk spel tussen twee of meerdere spelers spelen ze een barrage. Elke speler werpt om beurt één dobbelsteen. Bij een barrage tellen de ogen van de dobbelsteen. Dus 6 ogen tellen voor 6 punten, 1 oog voor 1 punt. De winnaar van een gelijk spel mag steeds maar 1 streepje wegvegen, ongeacht de waarde van de worp van het gelijkspel. M.a.w. ook al gooiden twee spelers in dezelfde beurt "3 apen", dan nog mag de winnaar van het gelijke spel slechts 1 streepje wegvegen.
- Een "plaagregel": de pechvogel die de combinatie (2, 2, 3) werpt, de laagst mogelijke score, zet een streepje bij. Hetzelfde geldt voor wie bij zijn worp een dobbelsteen buiten de pietjesbak ziet belanden.

Bron: <https://www.wevelgem.be/teerlingbak>

We hopen weldra heel wat geïnteresseerden te mogen ontvangen op de eerste maandag van de maand om de namiddag ontspannen door te brengen om het pietjesbakspel aan te leren of te beoefenen.

## Als het noodlot toeslaat...

### Wereldrecordhouder marathon Kelvin Kiptum (24) dood na auto-ongeluk

De Keniaanse marathonloper en wereldrecordhouder op de marathon bij de mannen, Kelvin Kiptum (24), is zondagavond (d.i. 11-02-2024) rond 23 uur plaatselijke tijd in het westen van Kenia om het leven gekomen bij een auto-ongeluk. Zowel Kiptum als zijn Rwandese coach Garvais Hakizimana zouden ter plekke gestorven zijn. Vermoedelijk is een tegenligger of een dier betrokken bij het ongeval waarvoor Kiptum moest uitwijken. Volgens politiecommandant Mulinge verloor Kiptum de controle over het stuur, waarna de wagen tegen een boom botste en zestig meter verderop in een dijk terecht kwam. De Toyota Premio raakte zwaar beschadigd. Het nieuws rond het overlijden van Kiptum zorgde zondagavond direct voor een enorme schok. Niet alleen in Kenia en de atletiekwereld, maar in de complete sportwereld.

"We zijn geschokt en diep bedroefd door het verschrikkelijke nieuws", reageert World Athletics-voorzitter Sebastian Coe op X. Coe spreekt van een "ongelooflijke atleet die een ongelooflijke erfenis nalaat". "Kenia heeft een bijzonder juweel verloren" schreef de Keniaanse minister van sport Ababu Namwamba op het socialemediaplatform X

### Wereldrecord en magische grens

Pas op zijn zeventiende, veel later dan de meeste van zijn concurrenten, begon Kiptum competitief te lopen. Hij stond bekend om een extreem hoog trainingsvolume, tot 300 kilometer per week.

In 2022 debuteerde Kiptum op de marathon, in Valencia, Spanje. Hij deed er alle monden openvallen door meteen naar 2u01'53" te snellen, de op drie na snelste marathontijd ooit.

In april 2023 won hij de marathon van Londen in 2u01'09", de tweede snelste marathontijd ooit.

Op 8 oktober 2023 in Chicago, amper zijn derde wedstrijdmarathon, liep Kiptum een nieuw wereldrecord in een tijd van 2u00'35". Hij onttroonde zo zijn landgenoot en tweevoudig olympisch kampioen Eliud Kipchoge.

Kiptum was de eerste persoon die de marathon drie keer onder de 2u02'00" liep.

Hij werd gezien als de gedoodverfde kandidaat om als eerste onder de magische grens van de twee uur te duiken in normale wedstrijdstandigheden. Eliud Kipchoge deed dat in een speciaal georganiseerde recordpoging met 41 hazen en bevoorrading per fiets, waardoor het niet gold als een officieel wereldrecord. Op 14 april zou Kiptum de marathon van Rotterdam lopen en hij trainde om daar voor het eerst onder de twee uur proberen te duiken. Helaas, het zal niet mogen zijn...



Op 8 oktober bracht Kiptum het wereldrecord op de marathon in Chicago op 2u00:35. — © AFP

# KALENDER DER GROTE EVENEMENTEN



Bedankingsfeest voor medewerkers -	voorbij, donderdag 5 januari <b>2023</b>
Nieuwjaarsfeest voor leden en gasten – 209 deelnemers	voorbij, maandag 23 januari
Okra Promenade orkest in de Bijloke, Gent	voorbij, zondag 12 februari
Bezoek aan de hotelschool “Ter Groene Poorte” – 50 deelnemers	voorbij, donderdag 9 maart
Wafelbak 80+ - eerste sessie – 101 deelnemers	voorbij, woensdag 15 maart
Wipton toneel voor OKRA-leden	voorbij, zaterdag 18 maart
Wafelbak 80+ - tweede sessie – 73 deelnemers	voorbij, woensdag 22 maart
Bezoek aan Breydelham, Gavere en Zwalmstreek – 49 deelnemers	voorbij, woensdag 29 maart
Treinuitstap naar Bokrijk – 17 deelnemers	voorbij, woensdag 12 april
2 <sup>e</sup> Bezoek aan de hotelschool “Ter Groene Poorte” - 49 deelnemers	voorbij, woensdag 19 april
Lentefeest in de Sporthal – 194 deelnemers	voorbij, donderdag 4 mei
Bedevaart naar Lourdes-Oostakker, i.s.w.met Samana – 38 deelnemers	voorbij, donderdag 11 mei
Treinuitstap naar Brugge – 28 deelnemers	voorbij, donderdag 25 mei
Midweek in Floreal, Blankenberge – 61 deelnemers	voorbij, maandag 12 t/m vrijdag 16 juni
Fietstocht en Oliebollentocht voor auto's – 92 deelnemers	voorbij, dinsdag 20 juni
Ribbetjes uitstap in St-Laureins en uitstap naar Sluis – 94 deelnemers	voorbij, woensdag 5 juli
3-daagse op den Heffink: dag 1 – aperitiefnamiddag en BBQ – 215 deel.	voorbij, woensdag 19 juli
3-daagse op den Heffink: dag 2 – kaarting, spelen, kinderaanimatorie, 94 deel.	voorbij, don' dag 20 juli
3-daagse op den Heffink: dag 3 – bingo – 81 deelnemers	voorbij, vrijdag 21 juli
Boottocht op de oude Leie – vertrek aan Recollettenlei, 53 deel.	voorbij, dinsdag 29 augustus
Zomerreis naar Verbania (Italië) – 35 deelnemers	voorbij, zaterdag 9 t/m zondag 17 september
Daguitstap voor de fietsers naar Sint-Laureins, 24 deelnemers	voorbij, maandag 25 september
Kaasavond - dag 1 in het POC – 57 deelnemers	voorbij, woensdag 4 oktober
Kaasavond - dag 2 in het POC – 68 deelnemers	voorbij, donderdag 5 oktober
Herfstfeest in de sporthal – 195 deelnemers	voorbij, dinsdag 17 oktober
Voordracht over zorgvolmacht in het POC – 60 deelnemers	voorbij, woensdag 15 november
Senioren dag CC Stroming met Margriet en Celien -32 deelnemers	voorbij, maandag 20 november
Terugkomdag v/d reizigers uit Verbania – 39 deelnemers	voorbij, woensdag 22 november
32 <sup>e</sup> Grote OKRA wafelbak in het POC -240 deelnemers	voorbij, zondag 26 november
Sinterklaasfeest in Zaal de Molen – 145 deelnemers	voorbij, dinsdag 5 december
Filnamiddag in het POC - geannuleerd	
Kerstmarkt in Leuven - geannuleerd	



Bedankingsfeest voor medewerkers	voorbij, woensdag 10 januari <b>2024</b>
Nieuwjaarsfeest voor leden en gasten- 208 deelnemers	voorbij, maandag 29 januari
Okra Promenade orkest in de Bijloke, Gent	voorbij, zondag 11 februari
Bezoek aan Klingele chocolade – 50 deelnemers	voorbij, donderdag 22 februari
Wipton toneel “Rare Gevallen” voor OKRA-leden	zaterdag 9 maart
Gemeentelijke Busrit “Ontdek Evergem anno 2024”	dinsdag 16 en woensdag 17 april
Bedevaart naar Lourdes-Oostakker, i.s.w.met Samana	donderdag 16 mei
Lentefeest in de sporthal	donderdag 23 mei
Midweek in Floreal, Blankenberge	maandag 10 t/m vrijdag 14 juni



**Werkten mee aan dit nummer:** Firmin Bruggeman, Rita Cleemput, Lydie Goeman, Monique Van de Velde en Noël Van Houtte

**Verantwoordelijke uitgever:** Noël Van Houtte

-- Dit nummer werd gedrukt op **550** exemplaren --