



Nieuwsbrief september 2023

OKRA Trefpunt Koolskamp

OKRA Koolskamp: activiteiten september

maandag	28/aug	14 u.	fietsen
donderdag	31/aug	14 u.	dansen
maandag	4/sep	14 u.	petanque
dinsdag	5/sep	13.30 u.	vrije kaarting + Rummikub
donderdag	7/sep	9 u.	wandelen start aan De Nieuwe Deure, Izegemseardeweg 32, Beveren
		14 u.	dansen
maandag	11/sep	9 u.	dagfietstocht start op het Dorpsplein in Koolskamp
maandag	18/sep	14 u.	petanque
dinsdag	19/sep	11.30 u.	Herfstfeest OKRA Koolskamp met hulding kaartkampioenen
maandag	25/sep	14 u.	fietsen
vrijdag	29/sep	14 u.	Fruitkaarting OKRA Koolskamp
maandag	2/okt	14 u.	petanque
dinsdag	3/okt	13.30 u.	vrije kaarting + Rummikub

Noteer ook al in jullie agenda:

- voordracht 'Weerzeggerij' door weerman Geert Naessens op donderdag 9 november om 14 u. in het nieuw Lokaal Dienstencentrum BEN, georganiseerd in samenwerking met OKRA Ardoorie en De Tassche.
- OKRA Koolskamp Seniorenfeest op vrijdag 17 november in OC 't Zonneke.

Eindklassement kaarten



Naam	Gewonnen	Verloren	Punten
Lefevre Dally	26	7	3.244
Sinnaeve Michel	23	10	3.265
Naessens Eddy	23	10	3.264
Quequin Jacques	22	11	3.155
Eeckhout Maria	22	11	3.106

Proficiat aan de kaartkampioenen Dally Lefevre en Michel Sinnaeve die gehuldigd worden tijdens ons Herfstfeest op dinsdag 19 september 2023 in OC 't Zonneke.

Nieuw!

Kookworkshop op dinsdag 7 november

OKRA Koolskamp organiseert 'n kookworkshop eenpansgerechten op dinsdag 7 november om 18 u. in OC 't Zonneke.

Onder begeleiding van Joke maken we 4 eenpansgerechten (vlees, vis, Thais en vegetarisch) klaar, die we hierna gezellig samen opeten.

Deelnameprijs OKRA-leden = € 20 p.p., alle ingrediënten inbegrepen.

Inschrijven uiterlijk op 15 oktober mits betaling via

overschrijving naar BE75 8508 3771 6751 op naam van OKRA TREFPUNT 55+ met betaalmededeling Koken + naam deelnemer(s). Er wordt 'n deelnemerslijst aangelegd in volgorde van betaaldatum. Maximum 20 deelnemers!



Nieuw!

Soepel actief

OKRA Lichtervelde en Koolskamp organiseren samen 'n lessenreeks 'Soepel actief', met als doel onder deskundige begeleiding op een laagdrempelige manier je spieren doen versterken zodat ze (terug) pijnvrij en soepel kunnen bewegen. Je krijgt ook toegang tot een online portaal met oefeningen die je thuis kan uitvoeren.



Waar en wanneer?

Sporthal Lichtervelde op 16 en 23 oktober, 6 en 20 november, 4 en 18 december
Sporthal De Ark Ardoorie op 4, 11, 18 en 25 maart, 15 en 22 april
telkens op maandag van 9.30 u. tot 10.30 u.

Deelnameprijs leden OKRA (SPORT+) en leden CM = € 45 p.p.

Inschrijven uiterlijk op 20 september mits betaling via overschrijving op het rekeningnummer BE75 8508 3771 6751 op naam van OKRA TREFPUNT 55+ met betaalmededeling Soepel actief + naam deelnemer(s). Er wordt 'n deelnemerslijst aangelegd in volgorde van betaaldatum. Maximum 20 deelnemers voor beide trefpunten samen!

Beste OKRA-leden,

Het bestuur nodigt jullie graag uit op het **Herfstfeest** van **OKRA Koolskamp** op **dinsdag 19 september 2023** in **OC 't Zonneke**. Tijdens het Herfstfeest worden onze kaartkampioenen gehuldigd, maar niet kaarters zijn zeker ook welkom!

Programma Herfstfeest

11.30 u.	deuren open en ontvangst met aperitief en versnaperingen
12.00 u.	welkom door de voorzitter
12.15 u.	broccolisoup met broodje, kalkoenfilet met boschampignons en kroketjes, + wijn / water of 1 andere gewone consumptie (zware bieren € 1,50 opleg) met bediening aan tafel
14.15 u.	huldiging kaartkampioenen
14.30 u.	1 ^{ste} optreden Nico Debuck
15.15 u.	stuk taart met koffie
16.00 u.	2 ^{de} optreden Nico Debuck
17.00 u.	einde

Deelnameprijs: OKRA leden € 32 en niet-leden € 40

Inschrijven: **uiterlijk op 11 september 2023** via overschrijving op het rekeningnummer BE75 8508 3771 6751 op naam van OKRA TREFPUNT 55+ met betaalmededeling Herfstfeest + naam deelnemer(s) of geef onderstaande ingevulde strook én het inschrijvingsgeld af bij 'n bestuurslid.

⌘-----

Inschrijving Herfstfeest OKRA Koolskamp

Naamzal met personen aanwezig zijn op het Herfstfeest op dinsdag 19 september 2023 en betaalt hierbij x € 32 = €

Heb je geen vervoer, meld dit tijdig aan een bestuurslid. Dan zorgen we ervoor dat je thuis opgehaald en teruggebracht wordt.