



open
kristelijk respectvol actief

okra

Trefpunt Ranst – Informatieblad



Maart 2025

www.okraranst.be

De maand Maart

In de maand maart begint de lente en verlaten we de wintertijd! Na de koude wispelturigheden van einde februari, zijn de zonnestraaltjes welkom. En alhoewel de naam 'maart' afgeleid is van Mars, de oorlogsgod, is maart ook de 'vrouwenmaand' ! Dat



komt omdat het op 8 maart de Internationale Vrouwendag is. Jaarlijks wordt er op deze – officieel erkende – feestdag aandacht besteed aan de rechten van vrouwen wereldwijd en aan de rol die zij spelen in de samenleving. Beeld je onze OKRA-werking maar eens in zonder de immense inzet van onze vrouwen! Met heel veel dank !

Agenda toekomstige activiteiten:

woens 5 maa	Spellennamiddag
dins 11 maa	Clustervergadering
dins 18 maa	Koffienamiddag
woens 19 maa	Spellennamiddag
vrij 21 maa	PCForum/HelpMekaar
woens 26 maa	Zangnamiddag
vrij 28 maa	Dagelijks Bestuur 09.30 u. Groot Bestuur 10.00 u.



Koffienamiddag

Op dinsdag 18 maart 2025 houden we nog eens een 'gewoon' praatcafé, met bingo en koffie met gebak.... Op voorhand aanmelden is niet nodig, de deelnemers betalen ter plekke 5 € voor de gewone lekkere koffie met een ovenvers gebak! De lieve bediening is in de prijs begrepen!

Ons Lentefeest

Lekker, gezellig samen eten op **dinsdag 8 april** om 13 u.

De Smaakmeester uit Oelegem zal ditmaal onze menu verzorgen.

- >Tomatensoep met balletjes
- >Buffet: kabeljauw met prei-currysaus en krielaardappeltjes, kalkoengebraad met champignonroomsaus, groentekrans en krielaardappeltjes
- >Dessertbuffet met 3 verschillende glaasjes
- >Koffie/thee

Prijs leden € 25 en niet-leden € 40, alle drank tijdens de maaltijd inbegrepen.

Inschrijven kan tot 30 maart 2025 bij Luce 0485/65 56 08 en door betaling op rekeningnummer BE41 9734 0214 0210, met vermelding van naam en lentefeest. Betaald is ingeschreven.

Spellennamiddagen

Onze volgende spellennamiddagen gaan door op **woensdagen** 5 en 19 maart en 2 en 16 april.

Iedereen welkom, breng familie en vrienden mee! Meer volk = meer leuke !.

Voor meer inlichtingen : Myriam 0477 805 337

Zangnamiddag

Na de vorige succesvolle edities komt er nu zoals reeds aangekondigd onze volgend plezante zangnamiddag met Jef en Monique op woensdag 26 maart om 14 h. Iedereen welkom ! Deel in onze zangvreugde!



Hobby- en Handwerkclub. Dinsdags 13.00 – 16.00 u. Alle mensen die van kleine creatieve werkjes houden, naald, draad, tekenpotlood, penselen, ... zullen er hun gading vinden. En uiteraard altijd een gezellige babbel met een koffietje of iets anders !
Bij deze doen we nogmaals een warme oproep om dit gezellige groepje te versterken, ze komen bijeen op de dinsdag namiddagen, brengen naaiwerkjes enzo mee, geven mekaar raad en daad! Meedoen!
Inlichtingen bij *Maria Andriessen* 03/485 62 95 of 0486/97 85 81.

Lokaal is niet beschikbaar

Verhuurd op weekends 1-2/3 , 8-9/3, 15-16/3, 22-23/3 en 29-30/3.

Vergaderingen

Dinsdag 11 maart: 9.30 u clustervergadering Voorkempen Okralokaal Ranst

Vrijdag 28 maart: 9.30 u. DB en 10 u. GB

Computerforum – HelpMekaarCafé

We houden ons volgend forum op vrijdag 21 maart om 10 u. in ons lokaal. Ondertussen worden individuele vragen steeds in de mate van het mogelijke tussendoor opgelost. Info : Leo 0497/40 61 59.



OKRA Bridge

Wij bridgen elke woensdagavond om 19 u. en vrijdagnamiddag om 13.30 u.
Info bij Herman Embrechts 0478/55 08 30

Darts

Op vrije momenten kan er steeds Darts gespeeld worden. Gewoon vragen aan den toog of vragen aan Luc als die in de buurt is, hij helpt je met veel plezier en deskundigheid!



Biljart



Er wordt gespeeld op maandag-, dinsdag- en donderdagnamiddag.
Inlichtingen bij Jos Van Loy 0474/56 67 83

Onze 'Ketsers' zijn goed bezig, af en toe op verplaatsing naar bevriende groepen, ook worden deze al eens in ons lokaal ont vangen.

Petanque

Na dat we in januari de start van het regelmatigheids criterium dienden uit te stellen wegens de te slechte weersomstandigheden zijn we op 3 februari terug van start gegaan, er zijn nog drie personen met het maximum van de punten, maar de weg is nog lang en zoals het spreekwoord zegt, aan de meet delen ze de prijzen uit.

Met Valentijn werden onze petanquers verwend met een zakje snoep, gevuld met gometjes in hartvorm en met aardbeismaak.

Op **donderdag 27 maart** houden we ons clubkampioenschap, we starten stipt om 13 u. de deelnemers dienen aanwezig te zijn om 12.30 u.

Wij spelen door de week op maandag- en donderdagnamiddag om 13.30 u.

Graag aanwezig om 13.15 u. voor de verdeling van de terreinen en de ploegen volgens toeval. Zo vermijden we situaties van 'ik speel alleen met die persoon'. We zijn een groeiende groep vrienden die in steeds wisselende opstelling tegen mekaar spelen. Na het petanquespel van maandag en donderdag kan er altijd gekaart worden tot 18 u. *Alle verdere info bij Ingrid 0484/95 28 11 of Annie 0485/69 19 11 of op petanque@okrranst.be*



Verslag: Voordracht en kwis "Verkeersveiligheid"

In samenwerking met Femma Ranst organiseerden we een kanjer van een voorlichtingsevenement vooral rond en voor fietsers in het verkeer. Hoofdinspecteur Kim Lenaerts bracht zijn boodschappen heel intensief! Zijn 'opener' was spraakmakend: 'wees NIET te hoffelijk in het verkeer!'. Kim verklaarde omstandig dat door 'hoffelijk' te zijn in het verkeer, we de andere verkeersdeelnemers in de gelegenheid stellen om verkeersinbreuken te plegen. Als elk doet wat de verkeerswet oplegt, is er geen hoffelijkheid nodig en loopt alles vlotjes. Met een listig opgezette quiz toonde Kim overduidelijk aan dat we als fietser heel goed op onze tellen moeten passen! Eigenlijk hebben fietsers NERGENS voorrang! Enkel als er op een rijweg duidelijk 2 witte onderbroken lijnen zijn aangebracht, heeft een fietser voorrang. We



onthouden ook dat de zgn. 'fietsuggestiestroken' geen enkele waarde hebben en niks kunnen afdwingen. Ze hebben enkel een optisch versmallend effect. Andere weggebruikers hebben ook recht om hier te rijden, te parkeren.

Dat de hoogste score voor deze quiz 15 op 20 was, spreekt boekdelen over onze parate kennis terzake! . Een goed idee zou zijn dat we tijdens onze gezamenlijke fietstochten al eens in groep bepaalde signalisaties bespreken! Ook onthouden we dat er per wiel minstens 2 gele of oranje dubbelzijdige spaakreflectoren verplicht (of witte reflecterende streken op de banden) zijn. Als afsluiter toonde Kim dat de opgeheven hand van een verkeersagent het volledige verkeer van auto's, fietsen, voetgangers die een kruispunt naderen onmiddellijk volledig stillegt. Daarna kan hij aangeven welke verkeersdeelnemers in een bepaalde richting verder mogen. Echt om te onthouden! Zoals trouwens alles van deze boeiende en leerrijke namiddag!



Meer info voor de fietser in het verkeer vind je op <https://www.veiligverkeer.be/weggebruikers/fiets/>

Fietsclub Plezierfietsers: elke dinsdag vertrek aan Okralokaal om 13.30 u. Meer info op 0486 39 60 05.

Fietsclub Sportief: elke dinsdag en donderdag vertrek aan Okralokaal om 13 u. Meer info op 0477 80 53 37.

Onze **EXPOKRA** was een volledig schot in de roos! De naartige voorbereidingen van Nicole met haar 'crew' mondden uit in een weergaloos succes! Prachtig ingericht lokaal, professionele tentoonstellingspanelen met verlichting, onvermoede talenten van onze eigen leden werden prachtig voorgesteld. Voor de talrijke bezoekers waren er buiten de verwelkomingspannekoek extra 'verwenkoffie's'. De fietsers krijgen een dikke proficiat om



én de voorbereidingen én 2 dagen tentoonstelling én de opruim optimaal te verzorgen. Zeker voor herhaling vatbaar!

Belangrijk

Het wordt steeds moeilijker om verantwoordelijken te vinden voor 'onze toeg'. Soms stellen zich problemen rond het sluitingsuur van activiteiten. De regel: de verantwoordelijke voor een geplande activiteit, die ook dan toogverantwoordelijkheid heeft, besluit wanneer de activiteit afgelopen is. Dan sluit automatisch ook de toeg.

Forumdag valpreventie

Op donderdag 24 april 2025 om 9.30 u in den Boomgaard is er een forumdag rond valpreventie. Hier al wat info van het

Expertisecentrum Val- en fractuurpreventie Vlaanderen

Vaak zijn ouderen zich nog te weinig bewust dat het voorkomen van valincidenten mogelijk is. Gedachten zoals "ik ben te oud geworden", "er is niets meer aan te doen" of "vallen overkomt mij niet" belemmeren dikwijls dat ouderen iets aan hun valrisico (laten) doen.

Richtlijnen in het kort

1. Maak je spieren sterker. Beweeg elke dag actief. ...
2. Doe ook oefeningen voor je evenwicht.
3. Laat je ogen controleren bij een brillenwinkel.
4. Draag stevige, platte schoenen.
5. Maak je huis veilig, bijvoorbeeld door genoeg licht en geen losse spullen op de vloer.
6. Drink geen alcohol

Nuttige Tel Nr/GSM/E-MAIL

Jos Van Loy		0474/566.783	vanloyj@gmail.com
Bogaerts Myriam		0477/805.337	myriam2a@hotmail.com
Ingrid Van den Brande		0484/952.811	ingridvdb1@telenet.be
Clerckx Peter	03/457.58.61	0484/356.087	peterclerckx45@gmail.com
Herman Embrechts		0478/550.830	hermanembrechtsf@gmail.com
Luce Gevers	03/485.55.73	0485/65.56.08	luce.gevers@telenet.be
Nicole Peeters		0475/36.41.33	peetersnicole@telenet.be
Leo Beeckx		0497/40.61.59	leo.beeckx@scarlet.be