



Hier kom ik thuis!



trefpunt 55+
Trefpunt Ranst – Informatieblad
September 2019

Koffienamiddag dinsdag 17 september in nieuwe stijl !



Vanaf september zullen onze koffienamiddagen een ander kleedje dragen. We willen namelijk wat meer afwisseling aanbieden en eens afstappen van onze maandelijkse pistolets en koeken.

Onze prijs van 5€ blijft voorlopig behouden, alleen zal er variatie komen in wat we gaan eten.

Dit houdt wel in dat we graag willen weten op hoeveel aanwezig we moeten rekenen. In onze maandelijkse info zal

je steeds kunnen lezen wat onze "menu" zal verschaffen. Gelieve dan te laten weten of je al dan niet aanwezig zal zijn. Verwittigen kan bij Myriam op nr. 0477 805 337 of bij één van de andere bestuursleden.

Voor de maand september voorzien we een koud schoteltje met boterhammetjes. In oktober vervalt de koffienamiddag die voorzien was voor 15 oktober want

.... als we niet meer naar de Chinees kunnen gaan ... 在长者的房间里炒锅

... dan laten we die gewoon naar ons komen! Of toch iets wat er op lijkt J

Iedereen zal al wel eens ge"wok"t hebben. En zoniet dan kan je ermee kennis maken in ons lokaal, want op 22 oktober komt de "Wokmobiel" naar Okra Ranst.

Wat houdt dit allemaal in? We starten met een receptie van een goed uur met tal van warme en koude hapjes, vervolgens worden jullie uitgenodigd op een soepbuffet en tot slot gaan we naar de wokmobiel waar er behalve de 8 wokgerechten vergezeld van gebakken rijst en noedels ook nog tal van andere hapjes voorzien zijn, waaronder bijvoorbeeld tempura van kip, krab en inktvis, chicken wings, spare ribs, thai cigar, enz...

Voor dit festijn betaal je slechts 25€. Partners- niet leden betalen 30€. Dranken zijn niet inbegrepen, maar zijn zoals steeds aan onze democratische prijzen te verkrijgen. Graag inschrijven met bijgaand inschrijvingsstrookje tegen ten laatste 5 oktober. Nog belangrijk om weten : we starten om 13 u (lokaal open vanaf 12u)



INSCHRIJVINGSTROOK WOKMOBIEL 22 OKTOBER 2019 (uiterlijk tot 5 oktober 2019)

Ik neem deel :

- NAAM + voornaam: X 25€
NAAM + voornaam: X 25€
NAAM + voornaam: X 25€
Partner- niet lid X 30€

Graag storten op rekening BE 62 9730 5320 7261 van Okra trefpunt Ranst of cash betalen aan uw contactpersoon of lid dagelijks bestuur.

Agenda toekomstige activiteiten:

Table with 2 columns: Day and Activity. Includes dates from Dinsdag 3 september to Dinsdag 17 september and activities like Fietshappening, Spellennamiddag, Computerforum, Squaredans, Kubbe initiatie, and Koffie met fimvertoning.



Okra koffie / ledenbijeenkomst

Op dinsdag 17 september komen wij vanaf 13.30 u. weer samen in ons lokaal om eens gezellig te keuvelen, te biljarten of andere spelletjes te spelen. Paul Boumans ging mee op fietsvakantie in juni en even later op daguitstap naar Dordrecht; hij kon het niet laten om over beide activiteiten erg mooie videoreportages te maken, die we gaan bewonderen! Rond 16 u. dan gaan we dus een eerste keer van onze vernieuwde formule genieten: dit keer een koud schoteltje met boterhammen. Rond 17 u. sluiten wij dan deze namiddag af. Zoals gewoonlijk bedraagt de deelnameprijs slechts 5 euro.

Vergadering Dagelijks Bestuursteam

Het dagelijks bestuursteam vergadert in ons lokaal op vrijdag 27 september om 09.30 u.

Spelennamiddag : opgelet: om 14 h.

De volgende spelennamiddag gaat door op **woensdag 4 september vanaf 14 h.** Wil je rummicubben, scrabbelen, kaarten, biljarten, gewoon babbelen of een lekkere koffiefilter drinken? Wil je daarover nog meer weten, bel dan Coleta De Cock: 03/353 32 76.

OKRA Ranst Squaredans voor senioren

Onze dansavonden worden steeds maar gezelliger en ongedwongener, we maken plezier terwijl we ons gestructureerd bewegen, we oefenen ons geheugen, ons reactievermogen, onze ruimtelijke oriëntatie, onze evenwichtszin, onze soepelheid, maar vooral ook onze lachspieren ! We doen dit een volgende keer op dinsdagavond 10 september. Iedereen welkom !

OKRA Computerforum

Na de lange zomer steken we onze koppen nog eens bijeen op vrijdag 6 september om 10.00 u. In ons lokaal. Indien je onderwerpen graag behandeld zou zien, of informaticavragen in het algemeen, laat iets weten op pcforum@okraranst.be. Indien er tijd is, zullen we uitweiden over het nieuwe OKRA nationaal Pamela platform.

Voor de cultuurliefhebbers

CONCERT 22/10/2019: Najaarsconcert van Okra in De Singel. Voorstelling om 14u30. Amaryllis Temmerman en John Terra coveren tal van nummers, allemaal in de sfeer van eind jaren 60, begin jaren 70. Prijs 18 €, voor niet-leden 23 €.

Inschrijven bij Myriam kan nog *tot 20 augustus!*

Data om alvast te noteren: NIEUWJAARSCONCERT op maandag 27 januari in de Koningin Elisabeth Zaal. OPERETTE in de Arenbergschouwburg op 6 en 7 april 2020. Deze keer wordt het "Het land van de glimlach" .

Kubben Wa's da ?

Velen onder ons kennen dit spel waarschijnlijk al en hebben dit misschien al wel eens met de kleinkinderen gespeeld , of zien spelen.

Maar er zijn er ook wel voor wie dit onbekend is. Onbekend is echter niet onbemind. En daar willen wij bij helpen. Daarom organiseren we op woensdag **11 september om 14u** een kubben-initiatienamiddag voor geïnteresseerden. Iedereen is hierop welkom, zowel geoefende spelers als nieuwelingen. We hopen op genoeg volk om er dan daarna een nieuwe deelwerking van te kunnen maken die (twee)wekelijks een "stokje komen gooien". Niet aarzelen komen !!



Nuttige Tel Nr/GSM/E-MAIL

Jos Van Loy		0474/566.783	vanloyj@gmail.com
M-Louise Verhaegen	03/475.03.14	0476/243.624	marie-louise.verhaegen@telenet.be
De Cock Coleta	03/353.32.76	0496/417.786	jorisrymen@gmail.com
Deproost Walter	03/485.59.69	0476/318.808	walter.deproost@telenet.be
Bogaerts Myriam	03/290.65.37	0477/805.337	myriam2a@hotmail.com
Clerckx Peter	03/457.58.61	0484/356.087	peterclerckx45@gmail.com
Luce Gevers	03/485.55.73	0485/65.56.08	luce.gevers@telenet.be
Leo Beeckx		0497/40.61.59	leo.beeckx@scarlet.be

FIETSEN MET OKRA RANST - NIEUWS VOOR 2020

Het houdt niet op. Deze zomer is ons weer heel genadig. De Plezierfietsers zien het aantal deelnemers verder toenemen: dinsdag 6 augustus waren we met 54 trappers, dus 27 Plezierfietsers, voor een mooie tocht omheen Ranst.

Voor onze fiets-middenweek begin juni in Houthalen/Limburg waren we ook met 27 actieve doorzetters. De vraag naar "meer" werd toen gauw gesteld voor volgend jaar en we gaan daarop in: voor de periode van 1 tot en met 5 juni 2020 hebben we een optie genomen voor een aantal kamers (kleine appartementen) bij VAYAMUNDO in Mariakerke/Oostende. Er is daar heerlijk achterland en zeezichten die op onze verkenningen liggen te wachten.

Inschrijven voor deze nieuwe fietsvakantie kan vanaf 3 september tot einde december 2019, tenzij we voor die tijd al zijn volgeboekt. De formule is Volledig Pension en de prijs zal rond de € 300 per persoon bedragen op basis van tweepersoonskamers, vervoer niet inbegrepen. Voor liefhebbers die een eigen kamer wensen is er mogelijkheid om een appartementje te betrekken met aparte slaapkamers, maar gemeenschappelijke badkamer/toilet. Daarmee kan de toeslag "enkele kamer" vermeden worden. Wij willen opnieuw met eigen auto's of met de trein naar Oostende reizen. Wie niet zijn eigen fiets(en) kan meenemen zal deze weer kunnen meegeven met ons fietsentransport, hetzelfde voor bagage.

VAYAMUNDO is bij enkele van onze leden al goed bekend: het is een ruim, modern vakantieverblijf van het ACV. Er zijn verschillende restaurants en bars, sportgelegenheden (overdekt zwembad en jacuzzi); er is plaats voor fietsen en auto's. Het hotel is op de zeedijk, met tramhalte voor de deur. Het centrum van Oostende ligt binnen tram - of zelfs wandelbereik. Wie lid is van ACV-bie (bouw, industrie, energie) kan een fikse korting genieten.

Wij verwachten veel belangstelling en vragen daarom zo snel mogelijk in te schrijven bij de fietsverantwoordelijken. Je inschrijving is "voorlopig" omdat het zo lang op voorhand is en omdat de juiste prijs nog volgt. Ze wordt definitief wanneer je het voorschot betaalt voor 30 november 2019.

Veel dichterbij is onze **speciale happening op dinsdag 3 september 2019**: onze fietstocht wordt een beetje ingekort; we zorgen ervoor om tegen 15.30u terug te zijn in ons lokaal. Paul maakte een prachtige reportage van de fietsvakantie in de Bosberg afgelopen juni. Tijd om die gebeurtenis nog eens op te halen en om na te kaarten. Er wordt voorzien in een gratis drankje en hapje voor allen. Moest het slecht weer zijn zodat we niet kunnen fietsen, kom dan tegen 15.30 toch naar het lokaal voor die film-happening!

Programma OKRA ACADEMIE VOORKEMPEN 2019 – 2020

Dit is een overzicht. U krijgt een meer gedetailleerde beschrijving telkens een maand op voorhand.

24/10/2019	Back to the sixties	Marc Brillouet
07/11/2019	To Mars or not to Mars, that is the question	Nancy Vermeulen
21/11/2019	De psychologie van het ouder worden	Prof. Lucas Van den Ven
05/12/2019	"De waterski's van pastoor Munte"	Manu Adriaens
23/01/2020	Vlaanderen uit de knoop	Hajo Beeckman
13/02/2020	Een regenboog van dialecten	Magda De Vos
05/03/2020	Rugpijn, kwaal van deze eeuw	Dokter Moens
19/03/2020	Noorwegen	Guido Vervoort

Ons lokaal is bezet op volgende data:

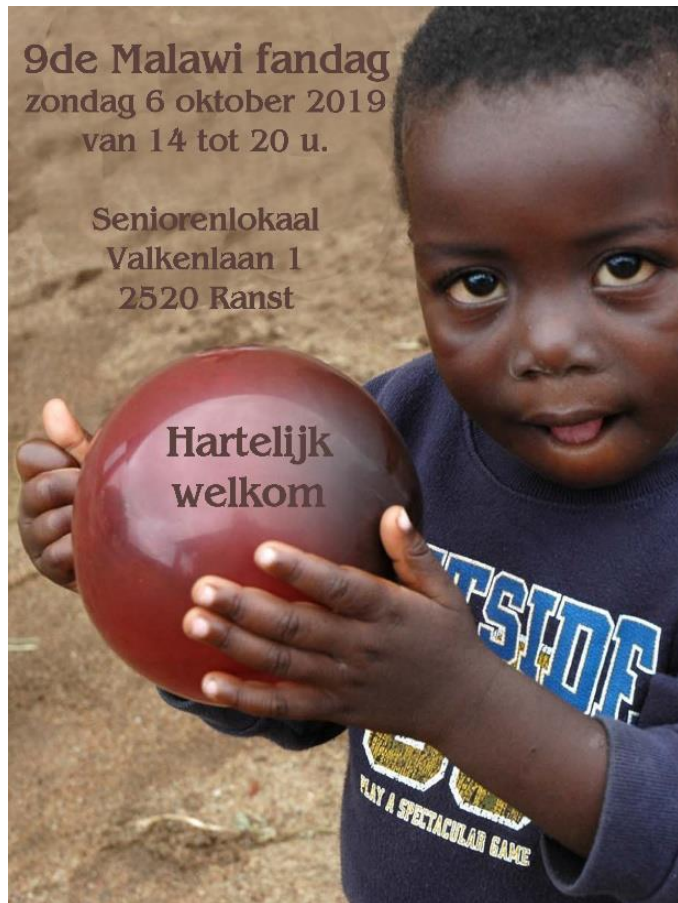
Verhuurd op 01 - 07 - 22 - 28 Sep

Maa 9 Sep : Vergadering SAR 09.30-12.00 u.

Vrij 27 Sep : Vergadering DB 09.30-12.00 u.

Welkom op onze aanstaande Malawi fandag

Op **zondag 6 oktober 2019** organiseren we onze **9de Malawi fandag**. We willen die namiddag een gezellige bijeenkomst houden met beelden en informatie over Malawi en ons project in Chilumba. We verwachten veel aangename herinneringen van de studenten die tijdens dit voorjaar in Chilumba gewerkt hebben. We hopen ook de nieuwe stagiairs, die in januari 2020



9de Malawi fandag
zondag 6 oktober 2019
van 14 tot 20 u.

Seniorenlokaal
Valkenlaan 1
2520 Ranst

**Hartelijk
welkom**

naar Chilumba vertrekken, aan jullie voor te stellen. Alle Malawi fans, donoren, sponsors en sympathisanten zijn welkom vanaf 14.00 u. in het 'Seniorenlokaal' in de Valkenlaan 1 te Ranst. Je hoeft zich vooraf niet aan te melden voor deze namiddag. De consumpties moet je natuurlijk wel betalen, maar de prijzen zijn democratisch. Het namiddag programma ziet er als volgt uit; en we raden je aan om zeker tegen **14.30 u. aanwezig** te zijn voor de presentaties van de studenten 2019.

Programma :

14.00 u. Start fandag

14.30 u. Presentaties door de stagiairs van hun verblijf in het voorjaar 2019

Neneh Holsters vertelt over haar ervaringen in de kleuterklas
De stagiairs in de lagere school vertellen over hun stage
Margot Debois gaf les in het secundair maar ook in het 7^{de} leerjaar

Astrid de Beukelaar en Elies Denys tonen de 'closing day' van de Happy School

Als afsluiter toont Hanne Adriaenssens haar film over het totaalverblijf

16.30 u. Voorstelling van de stagiairs 2020

16.45 u. Voorstelling Malawi kalender 2020

17.30 u. Opening buffet (vooraf inschrijven graag!)

Aan het eind van de namiddag is er gelegenheid om lekker te smullen ten voordele van het project. Op het menu staat : aperitief, een lekker zomersoepje, lamsragout of kipblanquette (kip met gebakken spekjes en champignons) of een vegetarisch stoofpotje met als afsluiter een dessert. De prijs voor deze maaltijd is : 15 euro per volwassene en 8 euro voor kinderen tot 10 jaar. Voor deze maaltijd graag je vooraf melden, ofwel per e-mail hulpfondschilumba@outlook.com, ofwel via het invulformulier op de website www.hulpfonds-chilumba.be. Hartelijk welkom en weet dat u eet voor het goede doel.

Met vriendelijke groeten,

Het Chilumba team

Bankrekening BE62 9730 5320 7261 van Okra Trefpunt Ranst, 2520 Ranst
Opgelet: lidgelden en sportverzekering op BE32 9731 1038 2802 tnv OKRA trefpunt Ranst

