



## JANUARI 2016

**WIJ WENSEN AL ONZE LEZERS  
EEN HARTVERWARMEND 2016,  
WAARAAN UW OKRA TREFPUNT  
EEN STEENTJE WIL BIJDRAGEN**

### **Bij het nieuwe jaar...**

Laten we zacht zijn voor elkaar,  
niet met Kerstmis maar het hele jaar.  
Laten we zacht zijn voor eenzame mensen,  
een vriendelijk woord is wat ze wensen.

Zacht moeten we zijn voor de armen  
dat ze zich aan onze hartelijkheid warmen.

Teder en zacht met onze kinderen  
dat niet boosheid of geweld hun geluk verhinderen.

Laten we zacht zijn voor mensen die falen,  
die volgens ons de normen niet halen.

Laten we zacht zijn en elkaar respecteren,  
niet oordelen naar wat anderen presteren.

Laten we zacht zijn voor mensen in rouw,  
geef hen alle tijd, zet ze niet in de kou.

Zacht moeten we zijn en steeds vergeven,  
een klein gebaar naar mensen om mee te leven.

Help ons zacht te zijn voor elkaar,  
niet alleen met Kerstmis, maar het hele jaar.



## ACTIVITEITENKALENDER VAN DEZE MAAND

- **vrij 8/1 14.00u.:** Nieuwjaarsreceptie in Tijd
- **zon 10/1 14.00:** Nieuwjaarsconcert van De Steiger in de H.Hartkerk
- **woe 13/1 14.00u.:** OKRA Academie
- **Di 19/1 19.00u.:** voorstelling in De Steiger n.a.v Welzijnschakel
- **Di 26/1 14.30u.:** Winterconcert De Singel
- **Woe 3/2 14.00u.:** Pannenkoekennamiddag samen met Ziekenzorg
- **Ma 28/3 14.30u.:** (Paasmaandag): operettenamiddag in de Arenbergschouwburg

### OPGELET:

**in de maand januari wordt er niet gewandeld.**

**Elke maandag: FIETSEN**  
(gaat enkel door bij gunstige weersomstandigheden)

**Elke vrijdag:** petanque, Kubb, kaarten, gezelschapsspellen, babbelen , ...  
kortom: GEZELLIGHEID

Voor activiteiten kan je de deelname-prijs betalen

✓ via overschrijving op rekening  
**BE07 0688 9416 9366** van  
OKRA-Trefpunt BOOM PARK,  
2850 Boom

✓ of bij je contactpersoon

Deze maand inschrijven voor:

- \* Lidgeld
- \* Pannenkoekennamiddag en Pluk je dag van 3 februari: € 5.00 voor 29 januari
- \* Operettenamiddag van 28 maart: € 28.00 voor 29 januari

## DIT BLAD HEEFT EEN BIJLAGE

Dit is het eerste nummer van het blad van 2016. Traditiegetrouw is hier het jaarprogramma van dit nieuwe jaar toegevoegd.

Je kan al eens rondneuzen en je keuzes maken; vergeet alleszins de data niet over te nemen op uw kalender. Zo hoeft je niets te missen van dit ambitieuze OKRA-programma.

Nog vragen of suggesties ? Contacteer iemand van het kernteam of stuur een mailtje aan

**[okratrefpuntboompark.weebly.com](http://okratrefpuntboompark.weebly.com)**



## REDACTIE

Werkten mee aan dit blad:

Joke Bruyndonckx, Michel Jansens, Marcel Mans, Ward Gielis, Michel Van Reeth.

Wil je zelf een bijdrage leveren aan dit blad of heb je interessante tips, suggesties of aanbevelingen, contacteer

Michel Van Reeth, tel 03 888 28 25

Meer weten over uw Trefpunt ?

Foto's of filmpjes bekijken van onze activiteiten ?

Oude nummers van het blad raadplegen ?

Bezoek dan onze website:

**[okratrefpuntboompark.weebly.com](http://okratrefpuntboompark.weebly.com)**

Het emailadres van ons Trefpunt :

**[okra.boom.park@gmail.com](mailto:okra.boom.park@gmail.com)**

Op facebook zijn we terug te vinden als  
***OKRA-Trefpunt Boom Park***

## DE GEHEUGENSTEUN

### WINTERCONCERT

Zaal *DE SINGEL* te Antwerpen

Dinsdag 26 januari om 14.30u.

Openbaar vervoer: Bus DE LIJN 500 van uiterlijk 12.50u. tot VII Olympiadelaan; daar overstappen op tram 2 of tram 6

VOOR ALLE LEDEN VAN  
OKRA BOOM PARK

# OKRA NIEUWJAARSRECEPTIE

VRIJDAG, 8 JANUARI 2016  
van 14u. tot 15u. in café TIJL.

Meer info op pagina 6



## VAN HARTE WELKOM !

## WELKOM AAN BOORD

*“Welkom aan Boord van OKRA. Kom er bij, jong of oud, man of vrouw, fit of minder fit... We omringen je met zorg, aandacht en vriendschap. We trekken er samen op uit, leren nieuwe mensen en dingen kennen. We beleven heel wat dingen samen, nemen de tijd om te genieten en te bewegen. We zoeken elkaar op, spreken verder af en af en toe verbroederen we met anderen”.*

*Dit is kort gezegd de boodschap van het centraal thema van OKRA voor de komende twee jaar.*

*Twee jaar lang zetten we in op Omarmen, Ontdekken, Ontspannen en Ontmoeten in en*

*OKRA.*

**Omarm, ontdek, ontspan en ontmoet met OKRA**

Het is natuurlijk geen toeval: vier belangrijke woorden die beginnen met de O van OKRA. Dit geeft meteen aan dat het centraal thema zich twee jaar gaat nestelen in het hart van OKRA. Want ontmoeting tussen mensen is uitermate belangrijk, het is de zuurstof die de levensenergie en kracht geeft. Goede, regelmatige en deugddoende ontmoeting maakt het verschil tussen gaan slapen met een glimlach op het gezicht of een donderwolk. Op dit vlak kunnen we met OKRA het verschil maken.

### **Omarm**

OKRA is van oudsher een beweging die zorg en aandacht voor mensen hoog in het vaandel draagt. Mensen samen brengen, het onderling contact bevorderen, een thuisgevoel en een aangename tijd bezorgen staan dan ook bovenaan het lijstje.

### **Ontdek**

Nieuwsgierigheid is hier het sleutelwoord. Ook bij ouderen kriebelt het al eens en komen deze verzuchtingen naar boven: *“Op welke plaatsen ben ik nog niet geweest? Waarvoor heb ik eerder nog geen tijd gehad? Wat wil ik toch minstens één keer in mijn leven doen? Welke uitstap is er nog nooit van gekomen?”.*

Honger naar weten en begrijpen, het ver-

langen om dingen onder de knie te krijgen zijn geen privileges voor jongeren. Bijleren zal dus ook op de agenda staan van OKRA: *“Wat heeft me al altijd geïnteresseerd? Welke vaardigheden wil ik nog onder de knie krijgen? Hoe zit dat nu met deze wereld en met de toekomst voor mijn kinderen en kleinkinderen?”*

### **Ontspan**

Is het niet zoveel aangeneramer om je passie en je geliefkoosde bezigheden samen met anderen te doen? Samen iets creëren, ontwerpen, knutselen, organiseren werkt motiverend. Het is fijn om met een vaste

groep mensen wekelijks

een hobby te delen: kaarten, petanquen, rummikub te spelen... Deze bezigheden scheppen meteen een uitgelezen kans tot een goede babbel met vertrouwde contacten of een nieuwe vriendschap.

Met een vriendenploeg samen naar de film of een concert gaan, een theatervoorstelling bijwonen, een bedrijf bezoeken... OKRA en haar leden kennen de goede dingen des levens. Neem daarbij nog regel-

matig een feestje en sportieve activiteiten op maat van een senior en het lijstje is volledig!

### **Ontmoet**

De bijeenkomsten en de activiteiten binnen het Trefpunt zijn ideale gelegenheden om mekaar te ontmoeten.

Maar de behoefte aan contact en elkaar opzoeken blijven we verder invullen op onze wekelijkse vrijdagmiddag: een moment in de week om bij te praten, een boek te kiezen, iemand ontmoeten, genieten van een lekkere koffie of een frisse pint; het is een moment van ONTSPANning, OMARMing, ONTDEKking én ONTMOETing!

Kom jij mee aan boord?

Alleszins **WELKOM!**

**Meer info over dit thema op**

[www.welkomaanboordbijokra.be](http://www.welkomaanboordbijokra.be)



## TROEF !

Nu de winterperiode is gestart (welke winter ??) zijn er uiteraard minder buitenactiviteiten, ook om en rond café Tijn, onze vertrouwde petanque-stek.

Maar niet getreurd: er zijn nog altijd de plezierige binnenspelen (Blokus, Rummikub enz.)

Maar er zijn ook mensen die graag een kaartje zouden willen leggen (en niet om te goochelen... ) Je kan natuurlijk altijd mochelen en zwartepieten maar kaarten met zijn vieren is toch zoveel leuker.

Daarom een warme oproep aan iedereen die graag eens een kaartje legt: kom ons kaartgenoege ondersteunen !

Men zegge het voort !

Ps: er zijn er die niet tegen hun verlies kunnen; als je komt om te winnen gelieve dat dan vooraf te melden ☺

## WANDELEN MET OKRA

Tijdens de maand januari is er geen georganiseerde wandeling voorzien (het zou toch maar regenen of sneeuwen...).

In tegenstelling met de voorgaande jaren zal er tijdens de maanden juli en augustus wél een wandeling voorzien zijn (dan zal het zeker zomeren !)

## NIEUWJAARSCONCERT IN DE H.HARTKERK

Op zondag, 10 januari om 14.00u. is er in de H.Hartkerk het nieuwjaarsconcert van DE STEIGER m.m.v. Kurt Van Eeghem, Remy Van Kesteren, Aldo Baerten en Mikhail Zemtsov. Dit concert wordt georganiseerd samen met de Gezinsbond van Boom.

Tickets en info op [www.desteiger.be](http://www.desteiger.be)  
of tel. 03 880 18 12

## OKRA ACADEMIE

### Giuseppe Verdi, van dorpsorganist tot senator

Door Johan Uytterschaut

In de lezing wordt het werk van deze grootheid van de Italiaanse 19de-eeuwse operascène belicht langs de rode draad van zijn levensloop. Niet alle opera's komen in detail aan bod – daarvoor zijn er enkele niet interessant genoeg. Maar de belangrijkste titels waarmee Verdi stenen heeft verlegd in de stroom van het Italiaanse operaleven van zijn tijd, zullen besproken worden aan de hand van relevant beeld- en geluidsmateriaal. Daarbij zal voortdurend herinnerd worden aan de humus waaruit Verdi's wortels geput hebben en op welke manier hij een eigen stijl heeft verworven. Wat maakt Verdi's muziek tot wat ze is? Dat is een kernvraag die gaandeweg zal ingevuld raken, om uit te monden in de erfenis die hij uiteindelijk voor het nageslacht heeft achtergelaten.

De mens Verdi en zijn werk, en waarom beide gelopen zijn zoals ze gelopen zijn. Daar zal het dus over gaan.

### De spreker

Johan Uytterschaut is basbariton. Hij studeerde musicologie aan de Rijksuniversiteit van Gent, en deed daarna hogere muziekstudies aan het Gentse Koninklijk Muziekconservatorium. Aan het Lemmensinstituut te Leuven behaalde hij het hoger diploma zang bij Roland Bufkens. Hij volgde ook vervolmakingslessen bij Malcolm King, Philip Gosset en Antonio Pappano. In 1998 won hij de eerste prijs op het Torneo Internazionale di Musica te Rome. Dit bezorgde hem een recitaltournee in verschillende Europese steden.

Johan Uytterschaut is actief als oratorium- en liedzanger en als vertolker van hoofdrollen in opera's. Hij is tevens docent aan de LUCA School of Arts, campus Lemmens te Leuven, en hij geeft inleidingen voor 'Opera in de Cinema' in de zalen van Kinopolis en voordrachten. Hij publiceerde in 2009 het boek 'Portret van een Dubbelmonarchie' over Giuseppe Verdi en Richard Wagner.

Parochiaal Centrum Boom Centrum  
Woensdag, 13 januari 2016 om 14.00u.  
Toegangspreis: € 5.00 koffie inbegrepen.

## OKRA - NIEUWJAARSRECEPTIE

Hartelijk welkom op de OKRA Nieuwjaarsreceptie van ons Trefpunt ! We verwachten je op vrijdag, 8 januari. Met een drankje en een knabbeltje willen we elkaar alle goeds voor 2016 wensen.

Proef er meteen de gezelligheid van een doordeweekse vrijdagmiddag in ons ontmoetingscentrum Tijl. Petanque-weer of geen petanque-weer: er valt altijd wat te beleven ! Het officiële gedeelte loopt tot 15.00u. maar het café blijft, zoals elke week, geopend tot 17.00u. Je mag na de receptie dus gerust wat blijven plakken !

Vrijdag 8 januari

café TIJL, Wilgenstraat 7

van 14:00 u. tot 15:00 u.;

café blijft open tot 17.00u.

Toegang gratis

Inschrijven niet noodzakelijk

## OPERETTE "VIKTORIA EN HAAR HUZAAR"

Na het grote succes van 'Op de purp'ren hei' programmeert het VMT (het *Vlaams Muziek Theater*) een schitterende operette met muziek van Paul Abraham: 'Viktoria en haar Huzaar'.

Deze populaire operette vertelt het verhaal van de Hongaarse ritmeester der huzaaren die ontsnapt uit een krijgsgevangenenkamp in Siberië. Bij een bezoek aan Tokio herkent hij zijn vroegere verloofde, die intussen getrouwd is met de Amerikaanse ambassadeur in Japan.

Via allerlei verwickelingen in Rusland komt de ontknoping in Hongarije.

**Praktisch:**

Paasmaandag 28 maart 2016 om 14.30u.

Arenbergschouwborg

Prijs: € 28.00 (niet OKRA leden € 35.00)

Inschrijven voor 29 januari (zie pag. 2)

## HERNIEUWING LIDGELD 2016

Voor de vergeetkousen willen we graag nog even de betaling van de lidgelden voor 2016 in herinnering brengen:

Uw lidgeld betalen kan, hetzij via uw contactpersoon, hetzij door overschrijving op de rekening van uw trefpunt (zie pag. 2).

## FACEBOOK

Tegenwoordig "zit" iederéén op Facebook: de jeugd, de jongvolwassenen, kranten en tijdschriften, ... kortom: iedereen die met zijn of haar tijd wil meegaan.

Dus kon ook uw Trefpunt niet ontbreken.

Je kan voortaan

**OKRA-Trefpunt Boom Park**

naar hartenlust "liken", "volgen" en "delen".



## GELUK KUN JE LEREN

Gelukkige mensen leven langer en gezonder. Ze presteren beter en hebben meer vrienden. Redenen genoeg dus om aan je geluk te werken. Dat kan, want geluk heb je voor 40 % zelf in handen.

Ontdek met "Pluk je Geluk" hoe je je geluk en je mentale fitheid kunt vergroten. Meer info rond het thema:

[www.plukjegeluk.be](http://www.plukjegeluk.be)



Rond dit onderwerp richt ons Trefpunt, in samenwerking met Ziekenzorg, een informatienamiddag in die verzorgd zal worden door CM.

Nadien smullen we heerlijke pannenkoeken .

**Praktisch:**

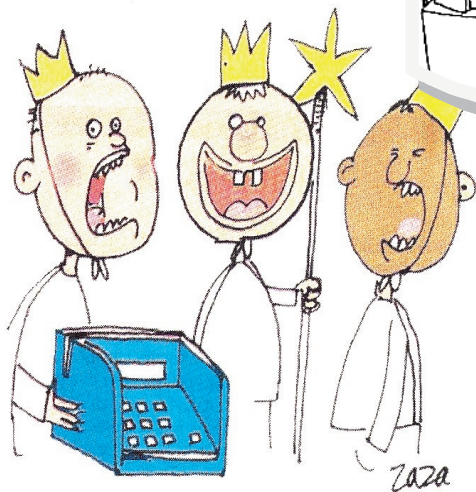
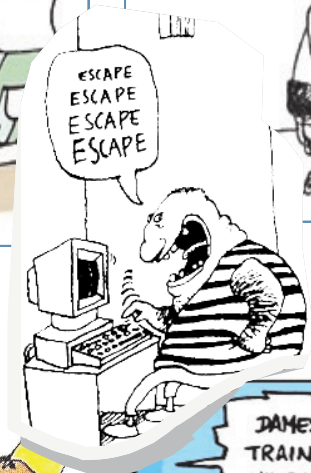
Woensdag 3 februari om 14.00

Deelnameprijs: € 5.00, koffie en pannenkoek inbegrepen

Inschrijven voor 29 januari (zie pag. 2)

## Mobiele telefoons van 1990 tot nu

Alles komt terug. Konden mobiele telefoons rond de eeuwwisseling niet klein genoeg zijn, dan lijkt groot vandaag weer in.



Volgende week aan uw deurbel !

## OKRA BOOM PARK: EEN LEVEND TREFPUNT

Ons OKRA Trefpunt lééft : we ontmoeten elkaar, en zijn met elkaar begaan.

Ons OKRA Trefpunt bewéégt: er sluiten nieuwe mensen aan en van anderen nemen we afscheid. Dat is een golvende beweging, net als het leven zelf.

Het OKRA bestuur ondergaat dezelfde golfbeweging, geen ontkomen aan...

Lieve, Anne Marie, Joke, Luc en Ronny vormden de voorbije jaren het kernteam van Boom Park: de drijvende ,sturende en stuwende krachten, samen met vele helpende handen.

Maar ook het kernteam leeft en beweegt. Vanaf 2016 verlaten Lieve en Ronny het team en verwelkomen we Marcel en André.

**Lieve Van Dyck** heeft als Trefpunt-webmaster haar stempel gezet , verzorgde de communicatie en maakte zowat alle verslagen. **Ronny Verberckmoes** was onze secretaris en dus handig met pen, papier en computer; hij was het koppeltelen tussen ons Trefpunt en de regio Antwerpen.

Zij verlaten onze bestuursploeg , maar niet onze OKRA : we gaan ze beslist nog ontmoeten op komende activiteiten

Een warm en hartelijk dankjewel voor hun fantastische inzet !

Tegelijk een warm en hartelijk welkom aan **André Torfs en Marcel Mans** !

André , de man die het vuur bij de zomerbarbeque brandend houdt : voor hem is vlees garen kinderspel en haringen bakken ontspanning ! Ondertussen heeft Ronny hem de knepen van het vak bijgebracht en wordt hij onze nieuwe secretaris .

Marcel , sportman in hart en nieren : stipelt wekelijks een fietstocht uit , zorgt dat het petanquen volgens de juiste spelregels verloopt ; leerde ons geduldig het KUBB spel en KROLF aan , en zal vanaf nu mee KAR -trekker van de ploeg worden .

Met deze nieuwe krachten erbij gaan we voor een nieuw jaarplan vol activiteiten .  
Joke

## DAGUITSTAP NAAR DE KERSTMARKT

Met dertig waren we voor de daguitstap naar Düsseldorf. Een gezellige autocar bracht ons naar een ontbijtstop in Sevenum, Nederland. De dag kon al niet meer stuk.

Dave, de pientere chauffeur van Reizen Lauwers, bracht ons tot enkele meters van het oude stadsdeel, waar de eerste (van de 7 !) kerstmarkten stond opgesteld. Chris (ja, de grootste) wou het hele gebeuren eens vanuit een ander oogpunt bekijken: dapper bemachtigde ze een zitje in het reuzenrad en kreeg een buitengewoon overzicht over de wijde omgeving ! We wuifden haar nog na... maar zagen haar pas 's avonds terug. Gezond en wel.

Tussen de geur van speculaas, eucalyptus, chocolademelk en glühwein vonden we een weg doorheen het land van de kerstman. De Duitse kerstmarkt blijft toch nog altijd iets hebben: vele kunstwerkjes uit glas, metaal, papier en keramiek die de weg naar geschenkpapier vinden.

Tegen de middag was het kerstmarktprogramma afgewerkt en werd het tijd voor de serieuze dingen. Maar eerst nog een snack-

je. Op 17 december op een terrasje een broodje naar binnen spelen, het heeft iets onwezenlijks maar wij deden het !

Het serieuze werk dus. Op de Köningsallee, de Champs-Elysee van Düsseldorf, hebben we niet veel OKRA leden een winkel zien binnenlopen. Maar de andere winkelstraten moesten er aan geloven. Visa en Eurocard waren nuttig en kwamen van pas ! En inderdaad, het was wel vooraf aangekondigd maar velen hadden toch een gezond wantrouwen: solden in december ? Ja hoor, de kerstman is hier werkelijk goedkoper dan thuis.

Op de terugweg hadden de organisatoren nog een laatste programmapunt voorzien: een lekker diner in een Nederlands gezellig restaurant. Alles in de prijs inbegrepen ...!

Dankjewel, OKRA voor dit leuk initiatief.

De aanwezigen hebben van deze schitterende dag genoten , wie thuis bleef heeft een fijne dag gemist !