



NOVEMBER 2020

Afscheid

Het afscheid was zwaar
Maar in gedachte leef je verder
Eén of twintig jaar
Je glimlach blijft glashelder

Hoor ik je lievelingslied
Gaat een rilling door me heen
Je bent weer dicht bij mij, ik geniet
Voel me even minder alleen

Ooit kom ik je vergezellen
dan kunnen we elkaar omarmen
en oh wat heb ik je veel te vertellen
het zal onze harten verwarmen

Activiteitenkalender

NOVEMBER

maandag	2 november	Kerkhofbezoek (zie pag 6)
dinsdag	17 november	Petanque Bosstraat
woensdag	18 november	Herfstontmoeting Pama
vrijdag	20 november	Trefpuntwandeling
zaterdag	21 november	Filmvoorstelling in PC Tijn met koffietafel

DECEMBER

donderdag	10 december	Kerst-en shopping-uitstap naar Rijssel
donderdag	17 december	Sound of Music (zie pag 12. Inschrijvingen afgesloten)

JANUARI 2021

maandag	25 januari	Nieuwjaarsconcert regio Antwerpen (zie pag 8)
---------	------------	---

De doorgehaalde lijnen zijn AFGELASTE activiteiten.

Raadpleeg onze website voor de laatste stand van zaken.

De deelnameprijs kan je als volgt betalen

✓ Wegens Corona voorlopig enkel via overschrijving op rekening
BE 07 0688 9416 9366 van OKRA-Trefpunt Boom Park

✓*	BETALEN VÒOR	€	ACTIVITEIT...	WAAR VIND JE DE INFO
	20 november 31 december	28,00 zie pag 3	Nieuwjaarsconcert Elisabethzaal Lidmaatschap 2021	zie pag 8 zie pag 2-3

* Tip van de redactie: als reminder kan je in deze kolom aankruisen waarvoor je betaalt

Hernieuwing lidmaatschap 2021



Op kousenvoeten komen we bij je aankloppen voor de hernieuwing van het lidgeld.

Op kousenvoeten, want we beseffen dat er dit jaar niet veel te doen was bij Okra en we hopen met z'n allen dat dat volgend jaar beter zal zijn.

Om meteen met de deur in huis te vallen; in 2021 wordt het Okra lidgeld statutair met een paar euro's geïndexeerd maar Okra nationaal heeft beslist om een korting toe te kennen zodat het lidgeld in 2021 uiteindelijk niet verhoogd wordt. Waarvoor dank!

Vele leden hebben het gevoel dat het lidgeld van 2020 'ongebruikt' bleef doordat

er geen activiteiten konden worden aangeboden. Dit is allesbehalve het geval. Het lidgeld werd en wordt trouwens niet gebruikt voor het inrichten van activiteiten. Bijna alle activiteiten worden door ons eigen trefpunt ingericht (herinner u de bucketlist van januari!).

Het Okra lidgeld gaat grotendeels naar de productie en verzending van het OKRA magazine, dat gelukkig niet is weggevallen tijdens deze moeilijke tijden. Ook de verzekeringen, lonen van de vaste medewerkers, de huur van gebouwen, ... worden door het lidgeld betaald.

Meer over de besteding van het lidgeld kan je vinden in het Okra magazine.



Aan zee

1967, Raversijde aan zee. Een vaste ploeg KWB'ers van Boom Tuinwijk is met het ganse gezin in de Kinkhoorn met vakantie. Zand en water, méér moet dat niet zijn voor de jeugd (de pubers hadden al wel eens oog voor iets of iemand anders maar dat terzijde).

Zelfgemaakte windvliegers oplaten, fortent bouwen, het typische strandgeluk is van alle tijden.

De zon lokt ons het water in en met wat geluk zorgt de wind voor deining. "Kijk, daar komt een golf" roept iemand en allen sprongen we op, zo hoog mogelijk. De durvers doken er in, wat steevast aanleiding gaf tot een moeder die ons vanop veilige afstand tot de orde riep.

Ja, af en toe was de golf ons te machtig en

proefden we het zoute nat. Maar het werd pas écht leuk als de golf gevolgd werd door een tweede golf, vooral als die tweede golf vlak na de eerste kwam. Pret! Zout!

2020. Een tweede golf met een heel andere betekenis. Geen zout en geen pret, helemaal niet zelfs! Geen stoere, joelende kinderen maar bittere ernst!

Het wordt zwaar. Niet alleen omdat de horeca (en ons café) op slot gaan. Het is vooral die eenzaamheid dat aan het lichaam knaagt, vooral bij senioren.

Maak er het beste van. Voor jezelf. Maar ook voor de ander: breng een coronaveilig bezoek aan een vriend of vriendin. Of neem eens de telefoon en bel ze op. Zo zal de tweede golf ons minder raken.

⇒ PRAKTISCH

Een OKRA-lidmaatschap kost **€ 25.00 per jaar**. Voor een gezinslidmaatschap betaal je **€ 42.00** (alle leden van het gezin die op hetzelfde adres wonen genieten hiervan).

Bewoners van een woonzorgcentrum (en hun partner) betalen slechts **€ 10.00**. Voor **€ 8** per jaar extra ben je lid van OKRA-SPORT+.

Nieuw dit jaar is dat de lidkaart op een andere manier wordt bezorgd en dat ze voortaan jaarlijks vernieuwd wordt. Ook het kleven van de sportzegel vervalt en wordt vervangen door een afzonderlijke lidkaart van Okra Sport +. Graag uw lidmaatschap hernieuwen tegen 31 december 2020 via overschrijving (zie pag 2)

Corona

NOG MAAR EENS EEN PROGRAMMAWIJZIGING

Dit blad was op 27 oktober helemaal ingeblikt, klaar om naar de drukker te versturen. Maar we waren voorzichtig want er kwamen mogelijk nieuwe coronamaatregelen op ons af.

Inderdaad!

Donderdagochtend, 29 oktober: de redactie opnieuw aan het werk om heel het blad te hertekenen.

Misschien vind je hier en daar nog een "kemel" maar we hebben een sterk vermoeden dat je ons dat wil vergeven!



Corona heeft al lelijk huis gehouden in de Okra activiteiten, ook van ons trefpunt. We hadden al een aantal extra buitenactiviteiten op het programma gezet maar de regeringsbeslissing van 27 en 28 oktober dwingen ons om het heel wat rustiger te doen.

Wij danken u voor het begrip.

Om je actief bezig te houden vind je hiernaast een Okra-kruiswoordpuzzel, met dank aan Milly

Blijf in beweging

“Lekker Actief” zal – voorlopig- niet in Okra-groep kunnen gebeuren. Maar bewegen zou je niet mogen schrappen. Om je fysieke weerbaarheid te verhogen, nu zeker in coronatijd, het is zelf essentieel om te blijven bewegen !

Daarom onze superbelangrijke raadgeving: blijf in beweging !

Je kan en mag buiten om te wandelen en te fietsen (alleen of met maximum 4 personen tegelijk). Blijf je liever in je kot? Dan kan je thuis wat fitnessoefeningen doen; in de loop van dit jaar hebben we er een aantal in dit blad voorgeschoteld.

Weet je niet hoe er aan te beginnen? Aarzel niet om onze sportverantwoordelijke Marcel te contacteren!

Tot slot: “Lekker Actief” bestaat uit twee delen: actief en lekker; voor dat laatste is er altijd wel een plaatske in je voorraadkast... Tip: kijk naar de suggestie op pag 12



CORONA-QUIZ

De regionale werkgroep “quiz” heeft een totaal nieuwe quizformat in elkaar gestoken. De aankondiging van de quiz kan je vinden in het OKRA-magazine van november op blz.28

Van 2 tot 30 november kan je meedoen. Individueel, per gezin, ...

Kijk op op www.okra.be

KRUISWOORDRAADSEL

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															

HORIZONTAAL

(1) onze trefdag # 55+ers (2) zonnegod # aldaar # overdreven # Amerikaanse ziekenhuisserie (3) senior # Okra-Magazine (4) een weg in het park # dier (5) denkbeeld # oude lengtemaat # op een bep. plaats (6) Europeaan # jongensnaam (7) krijgen dit blad # autokenteken Turkije (8) komt bier uit # windvrije kant (9) fotograaf jaarmarktwedstrijd # straling v/d zon # muzieknoot (10) bestuur Okra Boom-park (11) onlangs # portret # vogel die wel eens iets laat vallen (12) muzieknoot # kadastraal inkomen # borrel op kerstmarkt (13) een blz in dit boekje # ja in het Russisch (14) restaurant voor o.a. legerofficieren # kip (15) binnen # dit heb je hopelijk daarnet al eens ingevuld # Rooms-katholiek

VERTICAAL

(1) Zonder hen geen wekelijks gezellig samenzijn # muzieknoot (2) zonnegod # Anno Domini # eerste letter Okra (3) vervoeging van snijden # ondiep water (4) krijgt brons # binnenkort # telefoon (5) slee # inlichtingen # wintersportartikel (6) milliliter # binnen (7) drankje vóór diner # meisjesnaam (8) hard ijzer # autokenteken Roemenië (9) zwemt in de parkvijvers # drinken onze mannen graag (10) gebakken of gekookt # onverwacht (11) Okra-eefbestijn eind augustus # neon (12) aantal Okra-boekjes # papa (13) chimpansee, gorilla # met uitzondering van (14) hebben nieuwe ministers afgelegd # onze zaal # allemaal (15) nummer # senioren adviesraad # oude B munt



Leven is als sneeuw
Je kunt het niet bewaren
Troost is dat jij er was
Uren, maanden, jaren

Herman van Veen

November...

November: herfst, chrysanten.

We herdenken onze overleden familieleden,
vrienden en kennissen.

Een kaarsje bij het gedachtenisprentje op de kast, een stil
gebed, een bezoek aan het kerkhof...

Ook ons trefpunt herdenkt de leden die ons het afgelopen jaar
ontvallen zijn. Normaal zouden wij op 2 november een bezoek
brengen aan het kerkhof maar dit wordt omwille van coronapre-
ventie geannuleerd en verplaatst naar een latere datum.

Wij willen graag onze leden gedenken:

Lea Siebens-Van Reeth, 83 jaar, overleden op 26 maart

Melanie De Gang - Hallems, 90 jaar, overleden op 28 april

Frans Van Boxem, 83 jaar, overleden op 4 mei

Mit De Deckker, 101 jaar, overleden op 4 juli

Paula Buelens, 97 jaar, overleden op 27 juli

Lisette Roggen, 90 jaar, overleden op 15 augustus

LUIDOP LEZEN!

Weeuwsnitje en de dweven zergen

Er leefde eens heel wer veg, in een krachtig pasteel, een scheel hoon meisje en dat heette Weeuwsnitje. Maar in dat krachtig pasteel woonde nog iemand. De biefstoeder; de moze biefstoeder van Weeuwsnitje. Iedere dag trok zij haar kloonste scheetje aan en dan ging zij voor het wiegeltje staan, en dan zei ze: "Wiegeltje, wiegeltje aan de spand, wie is de vronste schouw van lans het gand?" En dan antwoordde dat wiegeltje: "Biefstoeder, gij zijt scheel hoon, maar Weeuwsnitje is nog muizendschaal doner dan gij." En dan werd de moze biefstoeder nog stozer. En op een dekere zag ging ze naar de joze bager en ze zei: "Joze bager, gij gaat Weeuwsnitje nidkappen en haar achterlaten in het wonkere dood." De joze bager, de leersmap, hij pakte zijn wietgescheer, sprong met zijn klatte zolen op zijn perk staard en smeeet Weeuwsnitje in het heupelkrout. En Weeuwsnitje, ocharme, zat daar te schruilen van de hik, want het zat daar vol met woute stollen. En plots kwamen daar uit het heupelkrout de dweven zergen aan. Met verkrachte eenden brachten zij Weeuwsnitje naar hun haddenstoelenpuijsjes. Toen kwam daar ook de prone schins voorbij en die zag Weeuwsnitje liggen. Hij reed op een pimmelschaard en papte van zijn staard. Weeuwsnitje had zich verklist in een frut stuit van de houtte steks en lag in een kazen glist. En de prone schins was vroeger nog matroos geweest, want hij zad hen jaar op een slip gescheten. Hij werd natuurlijk zapelstot van Weeuwsnitje. Hij streek haar kak in de ogen en muste haar recht op haar kond. Ze trouwden veel, hadden lange kinderen en gaven een groot kannepoepefeest.



Ik had deze nacht een droom

Het was zomer 2021.
Een nieuw darmvirus had zich als pandemie verspreid.
We zaten op het strand met pamber aan en dachten bij onszelf: die maskers in 2020 waren nog niet zo erg.



Ik werd blij van...



...de lekkere attentie die ik heb gekregen van ons Okra trefpunt via mijn contactpersoon omdat we, in tijden van Corona, mekaar zo weinig kunnen zien

... Ik was aan het petanquen en 't was "hoog water".
Wat was ik blij dat corona de (versierde) voordeur richting toiletten niet dichtgetimmerd had!

zie pag 10 voor de afbeelding

... heel blij met het zo-maar-telefoontje van mijn kleindochter met de woorden
"ik wou je nog eens horen oma!"

NIEUWJAARSCONCERT

Klassiek Wenen 1788

Onze regio heeft een rijke traditie op het vlak van het organiseren van een heus nieuwjaarsconcert.

Dat is dit jaar niet anders! Wie er al bij was weet dat deze concerten van een hoog niveau zijn!

Vorig jaar maakten we kennis met het Orfeo symfonisch orkest, en dat optreden sloeg in als een bom! Er is niet gearzeld om hen terug te contacteren voor 2021.

Het programma draait helemaal rond twee van de drie 'Weense Klassieken', Joseph Haydn en Wolfgang Amadeus Mozart.

Mozart vervoert ons met zijn opera's 'de Toverfluit' en 'Don Giovanni': het orkest speelt de ouvertures en diverse aria's. Van Haydn krijgen we het concerto in Es voor trompet en de symfonie 'La Passione' te horen.

Dirigent: Rik Ghesquière

Solisten: Alfonso González Barquín (top-trompettist!), Koen Ver-eertbrugghen (tenor), Noa Vanden Broucke (mezzosopraan)

Presentatie: Vincent Verelst

⇒ **PRAKTISCH Nieuwjaarsconcert regio Antwerpen**

• Maandag 25 januari, om 14.30u

• Koningin Elisabethzaal, Koningin Astridplein 26 Antwerpen

• Prijs: OKRA-leden 28,00 EUR, (niet-leden 38,00 EUR)

• Inschrijven vòòr 20 november (zie pag 2)

Mocht de datum in het gedrang komen omwille van Corona wordt naar een alternatieve datum gezocht of wordt het bedrag terugbetaald.

Intiem concert met Lady Linn

We hadden een bucketlist vol met geplande activiteiten maar één of ander venijnig beest doorkruiste de plannen. Maar het trefpunt blijft niet graag bij de pakken zitten.



“De Kaaimannen”, het Boomse exportproduct naast Tomorrowland en gekend van “Theater aan ’t Water”, zat met hetzelfde probleem maar kon toch “Clan-destino”, een miniconcertreeks, organiseren. Maar al te graag pikten we ons (steen) wagonnetje daaraan. Met 24 leden van Boom Park konden we genieten van een

intiem concert van Lady Linn en echtgenoot in een bijzonder kader: de machinehal van voormalige steenbakkerij Frateur. Je wist niet waar eerst te kijken!

Bedankt Kaaimannen om dit voor ons mogelijk te maken en we kijken uit naar een hernieuwde samenwerking in 2021!

JAARMARKT WEDSTRIJD

2020

Het was weer wat! Een jaarmarktwedstrijd om duimen en vingers af te likken... De wedstrijd bracht, ook letterlijk, volk op de been: deelnemers die, individueel of in groep, eropuit trokken om de vragen zo correct mogelijk te beantwoorden en meteen een gooi te doen naar het juiste antwoord op de schiftingsvraag. Er kwamen **23 antwoord formulieren** binnen waarvan 20 met de juiste oplossing. De schiftingsvraag heeft dus de winnaar aangeduid. Guido en Marie-

Jeanne, de opstellers van de wedstrijd, legden het traject af op 00 u, 53 min en 25 sec.

Winnaar van de aankoop-bon van de Wereldwinkel werd **Anne Marie Leens** met een afwijkende tijd van **00:03:04**. De tweede prijs (10 drankbonnetjes van ons Trefpunt) gaat naar **Ria De Smet** met een afwijkende tijd van **00:03:20**. Proficiat!

Bedankt aan de inrichters en de deelnemers van deze 5de jaarmarktwedstrijd.

OPLOSSING

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
4	11	9	5	8	7	1	10	12	6	3	2

SCHIFTINGSVRAAG

uur	min	sec
00	53	25

Guido calligrafeert onze vensters

Okra heeft veel aandacht voor vereenzaming van senioren en hun geestelijke gezondheid. De ramen van ons clublokaal PC TIJL werden door Guido Van Aken van een mooi en grappig opschrift voorzien. En zo doen we - onbedoeld- mee aan de Boomse actie voor geestelijke gezondheid.

Beloofd: de kunstwerken blijven op de ramen staan tot we, over zoveel weken, de deuren opnieuw mogen opengooien...

Nb: dit bericht verscheen ook op onze Facebookpagina en bereikte al 170 lezers!



Okra academie

Zoals je wellicht nog weet werden alle Okra voordrachten van dit najaar in de ganse regio, dus ook deze van de academie Rupel, afgeschaft omwille van corona.

Helaas worden nu ook alle voordrachten van het voorjaar 2021 afgeschaft.

De abonnementen voor de voordrachten blijven geldig en kunnen dus in het volgend seizoen worden aangewend.

De regio maakt van de nood een deugd en gaat aan de slag met drie online voordrachten die vanuit het auditorium in de Nationalestraat zullen worden gestreamd. Je zal de voordracht gratis thuis online kunnen volgen.

Meer daarover in onze latere berichtgeving

Van onkruid naar kruiden- en geurtuintje

Okra's kruidentuintje

DEZE MAAND IN THE PICTURE

Citroentijm

Thymus Citriodorus

WEETJES: Komt oorspronkelijk uit Zuid Europa. Onderscheidt zich van gewone tijm door de gele randjes aan de blaadjes. Werd vroeger gebruikt als luchtverfrisser. Kan groeien tot 30 cm. hoog.

CULINAIR: Heeft een frissere smaak dan gewone tijm. Bloemetjes, blaadjes en jonge takjes kunnen gebruikt worden. In thee geeft het een verfrissende smaak; wordt gebruikt bij vis, kip en lamsvlees.

Appeltaart met citroentijm en aardbeien gemarieneerd met citroentijm zijn eenvoudige bereidingen en zijn ook lekker.

MEDICINAAL: Een thee met citroentijm is rustgevend, vooral bij slapeloosheid en hoofdpijn. Zorgt voor een goede spijsvertering. Gebruikt bij verkoudheid en hoesten lost het slijmen op. Werkt ook anti bacterieel en schimmelwerend. Citroentijm siroop wordt ook gebruikt bij astma. Tijmolie werkt ontsmettend en opwekkend

STANDPLAATS / BLOEI / SNOEI: Verdraagt volle zon en vraagt goed doorlatende grond. Doet het ook goed in potten. Men kan gans het jaar door oogsten.

LEVENSDUUR / VERMEERDEREN: Meerjarige winterharde plant. Kan gans het jaar aangeplant worden. Vermeerderen door stekken in het voorjaar (takje van +/- 10 cm).



Ricotta boter met citroentijm

Meng **100 gram ricotta** met **100 gram zachte boter** en **1 eetlepel verse citroentijm-blaadjes** onder elkaar en pers er een **teentje look** bij. Doe het mengsel in een nat boterpapier of alu folie en rol tot een dikke sigaar. Bewaar in de koelkast tot gebruik of vries in. Een schijfje boter is lekker bij gebakken of gegrild vlees of vis. Het vervangt dan de kruiden- of lookboter.

WEETJE: nat boterpapier of alu folie zorgt ervoor dat de mengeling niet aan het papier blijft kleven bij gebruik .

Gegrild geitenkaasje met citroentijm en speculoos

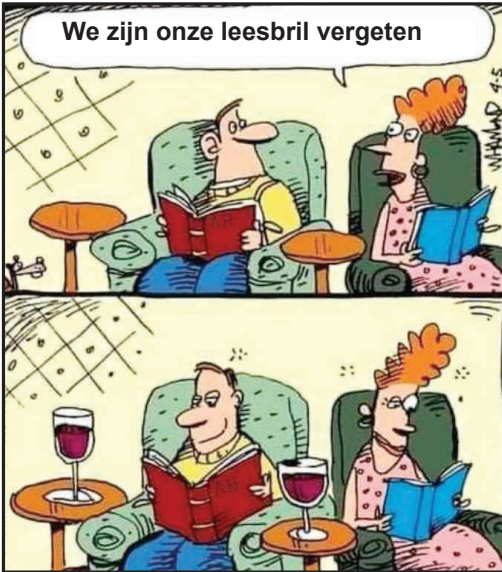
Ingrediënten voor 4 personen: • 4 kleine geitenkaasjes type Crottin (de Chavignol) • 2 eetlepels vloeibare honing • 4 eetlepels gekruimelde speculoos • 1 klontje boter • 2dl. droge witte wijn • gemengde sla (voorbeeld: jonge slablaadjes, radijsjes, lente ui, kerstomaatjes) • citroentijm

Verdeel de sla over 4 borden. Verhit de wijn met de helft van de honing en de helft van de tijm. Laat 3 minuten koken, neem van het vuur, laat een klein beetje afkoelen en roer er een klontje ijskoude boter door met een houten spatel. Laat de saus lauw worden. Schik intussen de kaasjes in een ovenschaal. Verdeel de overgebleven tijm en honing over de 4 kaasjes. Gril de kaas enkele minuten onder de hete grill van de oven. Schik de warme kaasjes op de sla, sprenkel de lauwe saus over de sla en bestrooi met de speculooskruiden.

The Sound of Music



Een aantal leden van ons trefpunt hebben zich ingeschreven voor de voorstelling van THE SOUND OF MUSIC. Het is vandaag nog niet bekend of het op die datum zal kunnen doorgaan. Het is mogelijk dat een nieuwe datum gezocht zal worden. In dat geval contacteren we de leden die reeds hebben ingeschreven om te horen of de nieuwe datum schikt.



BLIJF OP JE HOEDE VOOR CORONA-FRAUDE

De laatste dagen verscheen in de media een oproep tot verhoogde waakzaamheid voor toenemende phishing en fraude via mails en sms-jes. Deze valsheden zitten tegenwoordig vaak verstopt in een corona-jasje. Moest je dus een berichtje krijgen via mail of sms i.v.m. een geldsom die je moet betalen of zou krijgen als corona-premie, kijk dan zeker eerst goed na vanwaar dit berichtje komt. 90% zeker dat dit NIET WAAR IS. Blijf hier dus waakzaam in en wijs ook je leden op deze oplichtpraktijken.



Info over uw Trefpunt

Wens je foto's en filmpjes te bekijken van onze activiteiten of het archief van het maandblad te raadplegen?



- okratrefpuntboompark.weebly.com
- park-babbelbox.weebly.com/
- www.okra.be/trefpunt/boom-park



okra.boom.park@gmail.com



OKRA-Trefpunt Boom Park

Werkten mee aan dit blad: Joke Bruyndonckx, Michel Jansens, Walter Mampaey, Marcel Mans, Milly Smedts, Marina Switsers, André Torfs, Ronny Verberckmoes, Guido Van Aken, Michel Van Reeth, Anne Van Reeth.

Wil je zelf een bijdrage leveren aan dit blad of heb je interessante tips, suggesties of aanbevelingen, contacteer *Michel Van Reeth*: 03 888 28 25.

Oplage: 140 exemplaren

Door uw lidmaatschap ontvangt U hetzij regelmatig, hetzij voor specifieke activiteiten informatie van OKRA BOOM PARK. Vanwege de aangepaste privacywetgeving (GDPR), die strengere normen introduceert op het vlak van gegevensbescherming, hebben wij onze privacyverklaring aangepast. Kijk voor meer informatie op <http://okratrefpuntboompark.weebly.com> of raadpleeg de brochure in PC Tijl.