

Meimaand, Mariamaand

Buiten het dorpje daar staat al sinds eeuwen,
zo'n klein kapelletje, groen van het mos.
Iedere meimaand dan wacht daar Maria
tussen het groen aan de rand van het bos.
Als in de avond de sterren gaan blinken,
dan is ons dorpje zo stil en vol vree.
In 't klein kerkje, daarginds in de velden,
hoor je in koortje: Maria Ave.
Brabanders hebben met moeder Maria,
sinds grijze tijden 'n innige band.
Niet te geloven maar deze traditie
bleek tegen alle vernieuwingen bestand.

Ruud Van der Heijden

Activiteitenkalender

MEI

zaterdag	8 mei	Fietstocht Scherpenheuvel (zie pag 5)
vrijdag	14 mei	Poëziewandeling (zie pag 5)
vrijdag	21 mei	Trefpuntwandeling (zie pag 4)
dinsdag	25 mei	Regio daguitstap: de Betuwe

SEPTEMBER

ma-vrij	13-17 sept.	Midweek J-Okra naar Nederland (info volgt later)
---------	-------------	--

DECEMBER

donderdag	9 dec 2021	The sound of music - herneming (info volgt later)
-----------	------------	---

Doorstreepte lijnen zijn omwille van Corona AFGELAST.

Voor een update van onze activiteiten of voor het vernemen van trefpuntnieuws, raadpleeg regelmatig www.okratrefpuntboompark.weebly.com

Heb je zelf een idee? Laat het ons weten via een email aan okra.boom.park@gmail.com

Babbel mee op onze babbelbox op www.park-babbelbox.weebly.com/. Daar kan je zelf ook een onderwerp lanceren.

Overlijden

Op 30 maart overleed thuis en omringd door haar familie, **GABY COOPMAN**, echtgenote van **Stijn Hellemans**. Samen met Stijn was Gaby gedurende vele jaren actief bestuurslid in trefpunt Boom Park.

Gaby heeft er mee voor gezorgd dat een aantal jonge senioren besloten om aan te sluiten bij OKRA. Bij de overgang naar een jongere bestuursploeg waren zij beiden positieve en steunende krachten, fervente supporters en begaan met het voortbestaan van een levendige seniorenvereniging.

Wij zijn haar hiervoor bijzonder dankbaar.

Door de huidig geldende maatregelen werd er in intieme kring afscheid genomen van Gaby.

Namens het bestuur en de leden bieden wij Stijn en de familie onze christelijke deelneming en wensen hen veel sterkte.

Edito



Een andere OKRA? Bingo!

De medewerkers in vast dienstverband bij Okra (Nationaal en in de Regio) zijn, omwille van corona, enkele dagen per week technisch werkloos en werken bovendien van thuis uit. Het is door die manier van werken dat Okra er in slaagt het hoofd boven water te houden. Chapeau! Dat daardoor de motor al eens hapert is te begrijpen en wordt zeker aanvaard!

Zo was de communicatie over de komende affichagecampagne laattijdig én met mondjesmaat. Wat en hoe het zou gebeuren, dat wisten we niet. Maar ondanks die gebrekkige informatie publiceerden we in de vorige nieuwsbrief een artikel met een oproep om massaal een Okra affiche voor het raam te hangen. Een affiche met een dikke merci voor alles wat Okra doet, waar Okra voor staat...

Eerlijk? Bij ons hangt de affiche niet uit. En bij jou ook niet. We hebben er nog nergens één zien ophangen...

Want de Okra die op die manier werd voorgesteld is niet onze Okra. Wij zijn immers springlevend en jong van hart. Wij staan open voor jonge senioren met een brok energie en willen voor hen knappe activiteiten ontwikkelen. En onze communicatie oogt fris en eigentijds... Bingo! Maar deze Bingo hebben we echt gemist in dat campagnebeeld!

Neen Okra, wij hadden hier veel meer van verwacht! We hadden maar al te graag onze schouder gezet onder een campagne om Okra in het straatbeeld te brengen. We hadden de affiche op de beste plaats voor ons raam laten hangen tot de inkt door de zomerzon verdwenen zou zijn.

Okra, doe je huiswerk over en je mag op ons rekenen!





Wekelijks fietsen

Nu de lente zich volop manifesteert doet een mooie fietstocht het bloed in d'aderen stromen!

Op een coronaverantwoorde manier houden we op maandag onze geapprecieerde wekelijkse fietstocht. De afstand is wat korter dan gewoonlijk bij gebrek aan sanitaire drankstop.

Mochten over enige tijd de terrassen opengaan dan gaan we er zeker gebruik van maken! We houden je op de hoogte.

⇒ PRAKTISCH

- **ELKE MAANDAG** om 13.30u. stipt voor een tocht van 30 à 35 km aan een rustig tot matig tempo.
- Vertrek aan de H.Hartkerk.
- Moeilijkheidsgraad *
- Ongevallenverzekering Okra Sport+ (sportzegel) verplicht



Wandelen

De wandeling van vrijdag 21 mei leidt ons richting Hellegat en een stukje Walenhoek. Voor de tocht van ongeveer 7,5 km vertrekken we stipt om 13.30 uur aan PC Tijnl.

Vòòr het vertrek en bij aankomst is het sanitair in PC Tijnl beschikbaar.

We splitsen ons op in groepjes volgens de op dat ogenblik geldende coronaregels. Een mondkapje dragen en afstand houden zijn ondertussen welbekend.

En wie weet... wanneer over enkele weken de coronamaatregelen het toelaten kan je na de wandeling op het terras van PC Tijnl verpozen bij een drankje!

⇒ PRAKTISCH

WANDELING VAN ONGEVEER 7,5 KM VRIJDAG 21 MEI

- Vertrek om 13.30u aan PC Tijnl
- Geen sanitaire stop onderweg
- Moeilijkheidsgraad *
- Ongevallenverzekering Okra Sport+ (sportzegel) verplicht



Dagfietstocht naar Scherpenheuvel

Op zaterdag 8 mei is er weer onze jaarlijkse dagfietstocht naar Scherpenheuvel. Omwille van de nu geldende en dan misschien veranderende corona-maatregelen gaan we "ter elfder ure" (in dit geval op donderdag 6 mei), aan de deelnemers de praktische regeling doorsturen.

We vertrekken om 9 uur; de rest van de info krijg je dus later (zijn de terrassen en toiletten open, gaan we ergens iets eten of nemen we onze picknick mee, ...) Wie aan Marcel laat weten of hij/zij van plan is om mee te fietsen krijgt op 6 mei een mailtje met de nodige info.

⇒ PRAKTISCH

DAGFIETSTOCHT NAAR SCHERPENHEUVEL **ZATERDAG 8 MEI**

- vertrek om 09.00u. aan PC Tijn
- Moeilijkheidsgraad * * *
- gelieve vòòr 6 mei uw deelneming te bevestigen aan marcelmans@telenet.be méér info volgt via mail aan de ingeschreven leden
- Ongevallenverzekering Okra Sport+ (sportzegel) verplicht

Nb: of je nu deelneemt of niet, ook op andere momenten gaan fietsen blijft gezond!



Petanque

We zijn al opnieuw gestart met wandelen en fietsen. **VANAF VRIJDAG 7 MEI** gaan we ook opnieuw petanquen. Niet dat het al zal gebeuren zoals voorheen, maar wanneer we een aantal goede afspraken maken moet het ons lukken!

PETANQUEN KAN OP ONZE PETANQUEVELDEN

⇒ WAT ZIJN DIE AFSPRAKEN?

- **VANAF 7 MEI** elke vrijdag van 13.30u tot 16.00u.
- we spelen op 2 petanquevelden; de 10 spelers worden verdeeld in groepen van 2x3 en 2x2
- we houden een afstand van 1,5 meter; ook een mondkmasker is verplicht
- elke speler brengt eigen spelmateriaal mee
- het café is gesloten; geen dranken verkrijgbaar, toiletten zijn open
- toeschouwers zijn niet toegelaten

Veel speelplezier!





Wandelzoektocht

Onze OKRA vrienden van de buurgemeente NIEL hebben in hun gemeente een wandelzoektocht uitgestippeld.

Wil je Niel beter leren kennen dan is dit een mooie gelegenheid om je te leiden langs onbekende wegen en paden. Je kan deze zoektocht individueel doen of afspreken met enkele sportievelingen. Dat kan nog **tot 15 september 2021**. Er zijn enkele mooie prijzen voorzien en de winnaars worden persoonlijk verwittigd. Veel succes!



⇒ PRAKTISCH

Het **deelnemingsformulier** kan verkregen worden aan € 5.00 bij:

- Bakkerij Baeyaert, Edw. Claessen-slaan 94 Niel (di en do gesloten)
- Bakkerij De Klok, Em. Vandervelde-laan 47 Niel (woe gesloten)
- Schoenen Wilssens, Dorpstraat 33 Niel (zondag gesloten)
- Verheyden, Prov. steenweg 437 Schelle

- Van Doorslaer, Ridder Berthoutlaan 14 Niel

- Een deel van de tocht is moeilijk toegankelijk voor rolstoelgebruikers, maar kinderbuggy's vormen geen probleem. Deelnemers moeten zich aan de geldende coronamaatregelen houden.

- Enkel de deelnemers die lid zijn van Okra zijn gedekt door de ongevallenverzekering.



Poëziewandeling

Poëzie en wandelen, het kan best samen-gaan! Wie dit concept kent van tijdens de jaarlijkse midweek, kent ook de speciale sfeer van wandelen en het luisteren naar mooie teksten en gedichten.

Anita Franquet vertelde ons in het aprilnummer van ons blad over haar passie voor taal. Vandaag brengt zij poëtische teksten terwijl we een rustige wandeling maken in het park van Boom.

We vertrekken om 13.30 uur aan PC Tijn voor een uurtje cultuur in de natuur.

Vanzelfsprekend houden we ons aan de geldende Coronamaatregelen; indien we met meer dan 10 deelnemers zijn dan splitsen we de groep. Ook het mondkapje niet vergeten.

Bij het begin en het einde van de wandeling openen we de toiletten van PC Tijn.

⇒ PRAKTISCH

POËZIEWANDELING

VRIJDAG 14 MEI

- Vertrek om 13.30u stipt aan PC Tijn
- MOEILIJKEITSGRAAD *
Deelname is gratis; inschrijven niet noodzakelijk

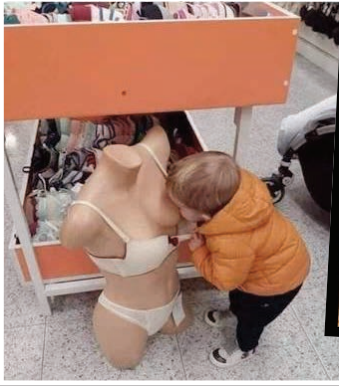
In verband met de dan geldende coronamaatregelen: volg de laatste berichtgeving via email of op de website.



Pagina zeven **R**



ATTENTIE, ATTENTIE!
Mist iemand een kind in een
oranje jasje?
Ga naar de afdeling lingerie.
Uw kind heeft honger



Polette onderging een kleine operatie, en moest het van de dokter 14 dagen kalm aan doen.

Zij vertelde dat aan Jos, haar man en benoemde hem prompt tot mantelzorger.

Jos trok op slag zijne jas aan!



Ik word blij van...



...Een grote broer die voor de deur staat met Okraboekjes én paaseitjes en me dropt waar ik moet zijn.

Bestuur bedankt voor de klokken.

André

...Op een kille lenteavond lekker warm voor de houtkachel met een frisse Duvel genieten van het jaarverslag 2020.

Walter

...Bij het ontwaken de zon ontwaren en beseffen dat die dag wandel- of fietsplezier zal brengen

Joke

...Elke dag om 10u de activiteiten onderbreken en met z'n tweeën tijd maken voor een geurende tas koffie...

Michel VR

...Onderweg een bekende tegenkomen en er een vriendelijke "goedendag" mee uitwisselen

J.

...op een warme maartdag met een vriendin af spreken aan het veer in Basel, elk met een fietsritje achter de rug om enkele meters verder richting Kruibeke gezellig bij te klappen bij een picknick vergezeld van een rosé

Heb je zelf ook "een klein gelukje" mee-gemaakt dat je wil delen? Mail het dan naar: okra.boom.park@gmail.com met vermelding van "ik word blij van..."

On-ver-vang-baar!

Je herinnert je nog de jaarvergadering over het voorbije werkjaar die we je dit jaar op 27 februari digitaal hebben aangeboden.

Het was daarmee de bedoeling om enerzijds dit statutair nummertje (met activiteiten en financieel verslag) effectief te laten plaatsvinden; anderzijds was het een gelegenheid om op een ludieke manier nog eens iets van Okra te laten horen.

Werd het gesmaakt? Tot op vandaag werd het filmpje, dat op Youtube staat, reeds 226 maal bekeken. En het werd inderdaad gesmaakt, dat hoorden we aan jullie uitgebreide reacties.

Hiermee is wel aangetoond dat de leden van ons Trefpunt open staan voor nieuwe vormen van communicatie; dat is mooi! Maar het moet toch gezegd: met zoveel mensen samen bij elkaar in PC Tijl, een glas, een babbel, een nieuwjaarszoen... dat is wel on-ver-vang-baar hé!



Blij-tip

Je dankbaarheid kan je uiten !
Vertel jij je kinderen regelmatig hoe gek je op ze bent? Vertel jij je partner hoe dankbaar je bent dat zij/hij diegene in je leven kwam? Vertel je je vrienden weleens dat je dankbaar bent voor de vriendschap?
Nee? Probeer het eens, je wordt er helemaal blij van. En jij bent niet de enige. Ja, het is soms wat ongemakkelijk. Maar wat maakt het uit als iedereen er vrolijk van wordt?

Mijn passie

TONY HOEFMAN: Mijn jaarlijkse voetbedevaart naar Scherpenheuvel.



Meimaand - Maria maand

In mei leggen alle vogeltjes een ei. De fruitbomen vol bloesem. Bron van nieuw leven in fauna en flora.

Mei is ook de maand van Maria. Vele mensen gaan op bedevaart naar Maria, waar ook ter wereld. Te voet, per fiets, met de auto ... Een hele "begankenis". Zij blijven maar gaan, alsof iedereen bij Maria wil zijn.

Tot 2019 gingen Bomenaars ononderbroken op voetbedevaart naar O.-L.-Vrouw van Scherpenheuvel. Geen oorlog hield hen tegen. Zij moesten en zouden te voet naar Scherpenheuvel trekken. Nu houdt dat 'coronabeestje' de mensen tegen, gewild of ongewild.

De betekenis van de voetbedevaart naar Maria is voor iedereen verschillend: sportief, gelovig, of beiden. Afzien doet men toch.

Habitué's beleven een voetbedevaart als een moment van bezinning, om dieper in te gaan in op de noden van het leven. Verbondenheid en solidariteit is ook samen op weg gaan. Dat kan met een gesprek over het geloof. Of het is een

gesprek over levensproblemen, of over gewone koetjes een kalfjes. Het brengt de mensen op een andere manier dicht tot elkaar en tot Maria. Op minder goede momenten kan, mag men, op haar beroep doen.

Ondanks de vele ronkende titels die aan Maria worden toegewijd (Googel eens "Litanië tot Maria") is Maria gewoon zichzelf gebleven, de moeder van Jezus, de schakel tussen ons en haar Zoon. Voor mij en voor vele tochtgenoten is naar Maria gaan een 'thuis komen', waar dat ook mag zijn, in welk bedevaartsoord ook.

Aan al onze moeders, Maria 's, mensen die een moederrol vervullen: een fijne Moederdag (alhoewel in het Antwerpse de moeders pas echt zullen gevierd worden op 15 augustus).

In zijn bijdrage bezorgde Tony ons nog een mooi Maria-gedicht. Een pareltje!

Daarom geven we het een prominente plaats op de voorpagina van het blad van deze meimaand-Mariamaand.



Je kon in het blad van vorige maanden reeds kenismaken met de memoires van William. Zolang zijn pen vloeit lees je hier het vervolg.

Mijn ouders hadden een tweede verblijfplaats in de Kempense bossen maar de laatste jaren van hun actief leven werd het hun hoofdverblijfplaats en kwam vader 's morgens naar Boom om er het werk op te starten waarna hij opnieuw richting Vorselaar verdween.

Op een ochtend merk ik dat er de helft van een gebit aan zijn witte schort kleeft. Grappend vraag ik hem waar en met wie hij de nacht heeft doorgebracht. Pas als ik het van zijn achterwerk pluk beseft hij de ernst van de situatie. Hoe en waar dat ding op die plaats is beland is onderwerp van heel wat discussie. Ten einde raad neemt hij het besluit opnieuw langs te rijden bij een vijftal bejaarde klanten in Berchem die hij de dag tevoren had bezocht. Bij de ene oogst hij verwondering bij de ander een bulderlach. De rechtmatige eigenaar blijkt niet tussen deze mensen te zitten. Uiteindelijk neemt hij de Antwerpse ring, Boudewijnsnelweg richting Kempen, vastbesloten om moeder het onwaarschijnlijke verhaal te vertellen. Op dat ogenblik kon ie helemaal niet vermoeden dat net daar de oplossing te vinden was...
Moeder was druk bezig met onkruid wieden rond de chalet. Al vanop afstand begint vader met zijn bizar verhaal. Pas als moeder begreep waar bij vader het probleem zat durfde ze op te staan en vader aan te kijken. Ze miste de helft van haar tanden...

Mogelijk nog grappiger was dan de kant van het verhaal van moeder. Die had zich de avond tevoren te slapen gelegd en beseftte dat ze nog een restje van een Mokatine in haar mond had. Een beetje onachtzaam legde ze de prothese naast haar bed op een stoel met de bedoeling het de volgende morgen te reinigen. Ze had niet het minste vermoeden dat vader zich die ochtend op de stoel en op het gebit had gezet om zijn schoenen vast te knopen en te vertrekken richting Boom.
De kers op de taart? Moeder durft zich die dag uiteraard niet vertonen in het openbaar maar ze moest nog wel gaan tanken. De man die gewoonlijk zijn klanten trouw bedient krijgt dit keer daartoe niet de kans want moeder glipt schichtig achter de pompen door om zelf vol te tanken. In haar haast was ze haar sleutels op een van de pompen vergeten en ging ernaar op zoek. De hulpvaardige pompbediende had het ongewone gedrag opgemerkt, neemt de sleutels en denkt moeder te kunnen helpen met de woorden 'En Magrietje, ben je ze kwijt??'

De woordkeuze kon niet ongelukkiger. Hij bedoelde immers de sleutels, zij hoorde een verwijzing naar tandprobleem. •

OKRA Terras open???

Ongetwijfeld volg je de versoepeling van de coronamaatregelen op de voet; de hunker naar vrijheid is nog nooit zo groot geweest. Ook het kernteam is daar volop mee bezig. **Helaas kunnen wij onder de geldende voorwaarden, en hoe graag we het ook zouden wensen, voorlopig ons terras NIET openen.**

Van zodra er nieuwe voorwaarden bekend gemaakt worden zullen wij de situatie opnieuw bekijken.

Raadpleeg daarom regelmatig uw mailbox en onze website.

Heet
van de naald

AANRADER

DE DERDE ONLINE
VOORDRACHT
IS BESCHIKBAAR

Okra Academie online

Een paar honderd mensen keken reeds naar eerste twee online voordrachten.

MARC VAN DE LOOVERBOSCH; www.rgsteam.be/okra1 (tot 22/5/21),

FILIP LARDON; www.rgsteam.be/okra2 (tot 8/6/21)

NIEUW TOM ROBERSSCHEUTEN; www.rgsteam.be/okra3.

Thema: de **Mattheuspassion**.

Limerick

Boom-Park, 'n OKRA-doelgroep uit Boom,
hebben soms "uitspattingen", maar het blijft VROOM
vragen met zachte dwang aan Onze Lieve Heer,
geef alstublieft onze vrijheid weer
maar Hij zit zelf met de kerk in lockdown

Wilfried Van Camp



Het einde van de tunnel

Aan het einde van de tunnel,
gloort een heel klein sprankje licht.
Maar wat blijft is de ravage,
die vorig jaar is aangericht.
Want de weg naar 't kleine lichtje
loopt langs tranen van verdriet
Er is hoop en dat stemt dankbaar,
maar droogt alle tranen niet.

Aan het einde van de tunnel,
voelen we nog steeds de pijn.
Maar die pijn zal gaan verzachten,
als we samen kunnen zijn.
Want dan kunnen we pijn delen,
heel dicht tegen elkaar aan,
zonder afstand, zonder angsten,
nieuwe toekomst binnen gaan.

Naar het einde van de tunnel,
loopt 't gekwetste levensspoor,
Langs de tranen naar het licht toe,
daar breekt onze glimlach door.
Daar beleven we de vrijheid,
hoopvol in het nieuwe jaar
Aan het einde van de tunnel
daar omhelzen we elkaar.

Hans Cieremans

Ingezonden door Marcel Siebens



De vistrap

Ken je een vistrap? Wikipedia verklaart het als volgt:

Een vistrap of vispassage is een waterbouwkundig kunstwerk dat tot doel heeft vissen toegang te geven tot een door een dijk, dam, stuw of sluis ontoegankelijk geworden achterland. Ook nabij gemalen treft men vistrappen aan om de vis veilig langs hetemaal te laten zwemmen.

Kort door de bocht is een vistrap een uitweg voor vissen...

De redactie zocht voor het blad van april naar een uitweg voor een originele aprilvis. We vroegen je om te zoeken naar het aantal vissen dat in het blad verborgen werd en ons een mailtje te sturen met je bevindingen.

Er zat geen enkele vis in verstoppt. Het juiste antwoord was dus "0", "nul" of "geen".

Onze trouwe lezers redeneerden waarschijnlijk met "daar trappen we niet meer in" want we kregen geen enkele mail met het juiste antwoord.

De aprilvisprijs, een 14-daagse reis naar de Balearen, wordt dus niet uitgekeerd.



Van onkruid naar kruiden- en geurtuintje

Okra's kruidentuintje

DEZE MAAND IN THE PICTURE

Dragon *Artemisa dracunculus.*



WEETJES: Dragon is oorspronkelijk afkomstig uit Centraal Azië. Bij ons is het kruid bekend sinds de middeleeuwen. Er bestaan veel verschillende soorten dragon: Franse, Duitse, Mexicaanse, Russische en wilde. De Franse en de Russische dragon zijn bij ons de meest bekende soorten.

CULINAIR: Franse dragon is aromatisch, peperachtig, anjischachtig en zoet van smaak. Deze wordt in de keuken het meest gebruikt en zeker en vooral in de Franse keuken. Russische dragon is bitterder en heeft minder uitgesproken andere smaken.

Het kruid kan gebruikt worden in kipgerechten, eibereidingen, salades, vinaigrettes, bearnaisesaus, tartaresaus, soepen, een fijne kruidenmengeling (fines herbes), kruidenboter en dragonazijn.

In warme gerechten wordt dragon pas op het einde van de bereiding toegevoegd.

Voor onmiddellijk gebruik trek je enkel de blaadjes af; om het kruid te drogen of in te leggen gebruik je ook de stengels.

MEDICINAAL: Dragon is eetlustopwekkend en stimuleert de spijsvertering. Het heeft ook een kalmerende werking bij maagkrampen. Het kruid is tevens vochtafdrijvend.

Thee van dragon bevordert de nachtrust; de etherische olie heeft een antibacteriële werking. Dragon is een goed alternatief in een zoutarm dieet.

STANDPLAATS / BLOEI / SNOEI: In de winter heeft dragon graag wat beschutting en in de zomer heeft ze graag volle zon. Het kruid is niet helemaal winterhard. In een warm klimaat heeft de plant kleine witte bloempjes.

In de zomer en de herfst kan er geoogst worden. De plant heeft de sterkste smaak vóór de bloei.

LEVENSDUUR / VERMEERDEREN:

Dragon is een doorlevende plant op voorwaarde dat hij in de winter beschermt staat. Vermeerderen doen we door in de lente kopscheuten te stekken of door de wortelstok te scheuren.



Dragonazijn

Spoel 3 tot 4 takjes dragon af en dep droog. Doe de takjes dragon in een fles witte wijnazijn. Zet de fles op een donkere koele plaats gedurende 2 weken.

Dragonazijn kan gebruikt worden in allerlei dressings en vinaigrettes.

Nog lekkere recepten vind je op pag 14

IN DE LUCHTHAVEN...



...30 MINUTEN LATER...



VOOR ALLE VEILIGHEID
HEB IK HET AANTAL
CONTACTEN IN HUIS
GEHALVEERD!



Konijn in mosterd-dragonsaus

Ingrediënten: 1 panklaar konijn of 1 bil per persoon, 1 bosje dragon, 100 gr mosterd, 50 gr boter, 1,5 dl room, peper en zout, 2 dl witte wijn, 2 dl vleesbouillon, 1 theelepelt suiker

Bereiding: dragon wasen, fijnhakken en vermengen met de mosterd. Verwarm de oven

op 225°C.

De konijndelen inwrijven met de helft van de mosterdmengeling en in een braadslede aanbakken aan alle zijden.

Als de stukken mooi bruin gekleurd zijn schuif je de braadslede 30 min in de oven. Voeg dan de witte wijn en de vleesbouillon toe en laat verder garen (nog eens 30 min.) Haal het vlees uit de braadslede en houd warm.

Zef het braadvocht en breng aan de kook. Voeg de rest van de mosterd toe en ook de room. Laat inkoken tot sausdikte en breng op smaak met peper en zout. Dien op met een garnituur naar keuze.

Kruidenboter

Ingrediënten: 125 gr zachte boter, 1 tl fijngesnipperde ui, 1 teentje knoflook fijngehakt of geperst, 1 tl citroensap, 2 tl fijngehakte peterselie, 1 tl fijngehakte dragonblaadjes, beetje witte wijn, wat druppels worshestershiresaus

Bereiding: Meng de boter met de ui en de look; voeg het citroensap toe, en roer de kruiden door de boter. Breng op smaak met enkele druppels witte wijn en Engelse saus, peper en zout.

• Kruidenboter past bij BBQ gerechten en ander gegrild vlees.

KRUIDENBOTER BEWAREN?

Bevochtig een stuk aluminiumfolie, leg de kruidenboter er op en maak er een rol (dikke sigaar) van. Draai de uiteinden dicht. Je kan de rol bewaren in de koelkast of diepvriezer.

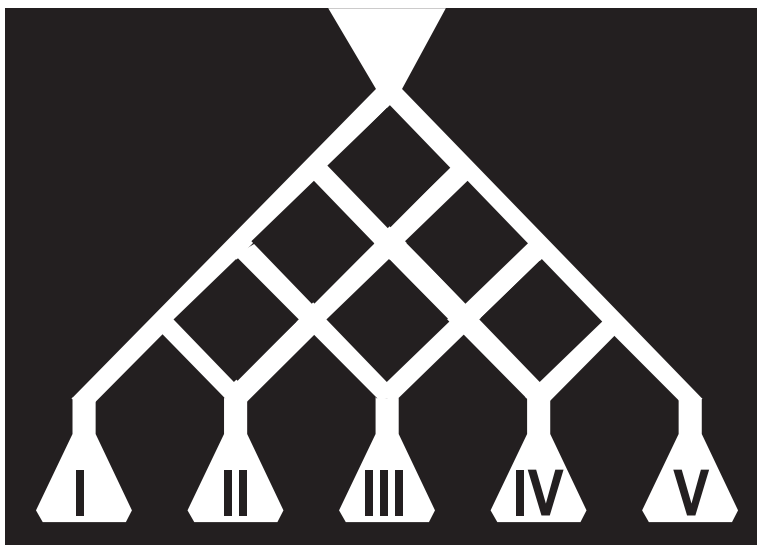
Hersensbrekers



Op hoeveel manieren kan een koning op een schaakbord van 3 x 3 van links onder naar rechts-boven komen? Hij mag alleen vooruit, schuin naar rechts of naar rechts lopen.



Tina laat in de trechter een bal vallen. Telkens de bal aan een splitsing komt, gaat hij naar links of naar rechts. Op hoeveel manieren kan de bal in bakje II terecht komen?



A 1

B 2

C 3

D 4

E 5

**JE KAN NOG STEEDS
DEELNEMEN!**

WIE-NIET-WAAGT- NIET-WINT- WEDSTRIJD

Vind je het blad niet meer terug?
Het staat ook op onze website
[www.okratrefpuntboompark.
weebly.com](http://www.okratrefpuntboompark.weebly.com)

OPLOSSINGEN SPELLETJES BLAD APRIL

KRUISWOORD

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	G	R	A	S	M	A	N	D		A	P	R	I	L	
2	O	O	M		U		N	O	R	M	A	P	A	L	E
3	E	D		I	N	A	R	A		P	A	S	E	N	
4	D	E		P	A	R	G	I	N	A		S	E	S	
5	E	K		N	A	R	G	I	K	U	I	K	E	N	
6	W	O	E	N	S	D	A	G		S	E	L	A	H	
7	E	O	S		S	B	M	E	N		O		O	D	
8	E	L	S		I	N	Z	A	N	G	K	O	O	R	
9	K	E	E		E	S	T	E	R		I	K		R	A
10		E	N	D		E	L	C	D		E	I	N	D	
11	A	N	T	I		N	A	S	I		O	N		E	
12		D	I	K			C	S	I					I	N
13		B	O	E	K	E	N			H		V		A	R
14	Q		O	N				A	P	R	I	L	V	I	S
15	A			O	P	Z	U	N	P	A	R	S	B	E	S

SUDOKRA

MARINA	WALTER	FRANS	NICOLE	MARCEL	ANNE	ANDRE	MARC	JOKE
JOKE	MARCEL	NICOLE	ANDRE	MARC	WALTER	ANNE	FRANS	MARINA
MARC	ANNE	ANDRE	JOKE	MARINA	FRANS	NICOLE	MARCEL	WALTER
ANNE	FRANS	MARC	WALTER	NICOLE	JOKE	MARCEL	MARINA	ANDRE
NICOLE	ANDRE	MARCEL	FRANS	ANNE	MARINA	WALTER	JOKE	MARC
WALTER	MARINA	JOKE	MARC	ANDRE	MARCEL	FRANS	ANNE	NICOLE
ANDRE	JOKE	WALTER	MARCEL	FRANS	MARC	MARINA	NICOLE	ANNE
MARCEL	NICOLE	MARINA	ANNE	JOKE	ANDRE	MARC	WALTER	FRANS
FRANS	MARC	ANNE	MARINA	WALTER	NICOLE	JOKE	ANDRE	MARCEL

SPIJTIG DAT ZULKE BORDEN MOETEN GEPLAATST WORDEN IN DE NATUUR

TOCH!



Info over uw Trefpunt

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

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

✉ okra.boom.park@gmail.com

f OKRA-Trefpunt Boom Park

Redactie: Joke Bruyndonckx, Michel Jansens, Walter Mampaey, Marcel Mans, Marina Switsers, André Torfs, Ronny Verberckmoes, Michel Van Reeth, Anne Van Reeth.

Werken mee aan dit blad: André Jansens, Tony Hoefman, Marcel Siebens, Wilfried Van Camp, Guido Van Aken, William Van Hoorenbeeck.

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 van OKRA BOOM PARK ontvangt U op regelmatige basis, in gedrukte vorm of op digitale wijze, informatie van deze vereniging. In onze privacyregels (GDPR) kan je terugvinden hoe wij met uw persoonlijke gegevens omgaan. Je kan dit privacy-engagement terugvinden op onze website www.okratrefpuntboompark.weebly.com/gdpr-verklaring.html of in gedrukte vorm in ons lokaal PC Tijl.