 **Maandblad April 2024 OKRA Ichtegem** 

De zon moet maar even door de wolken schijnen en het borrelt in Okra van de activiteiten. De Petanquers spelen vanaf nu terug buiten op het Sportplein waar ook onze fietsers dinsdag zich verzamelen voor hun toertje.

In samenwerking met onze gemeente die de actie buitenspeeldag voor de kinderen organiseert op woensdag 17 april op het sportplein te Ichtegem mogen onze Petanquers demonstratie geven van hun spel alsook hun Kub spel. Een leuk initiatief waar oud en jong van elkaar zullen leren. Aanvang 13.30 uur op het Sportplein voor onze spelers.

De inschrijving voor ons Paasfeest op donderdag 11 april sluit af op 5 april, zie het maandblad van maart. Het Paasfeest in CC De Ster start 13.30 uur en de muzikale begeleiding is onze Johnny Clarysse, inkom 8/10 euro niet leden, koffie en taart inbegrepen.

Enkele van onze bestuursleden zullen op 4 april een EHBO cursus volgen om het welzijn van onze leden te verzekeren ook tijdens de activiteiten, hartelijk dank daar voor dat jullie dit willen doen. Jullie worden op 4 april verwacht in CC De Ster van 19.00 tot 22.00 uur.

**De culturele activiteiten voor april zijn:**

Op dinsdag 23 april Lenteconcert te Middelkerke met liedjes van Toon Hermans. Volzet.

Op donderdag 25 april Dansinstuif te Kortemark in het ontmoetingscentrum De Kouter, Ichtegemstraat 2, Kortemark. Aanvang 14 tot 17 uur de deuren gaan open om 13 uur. Inkom 7/10 euro niet leden, koffie en taart inbegrepen, kaarten te bestellen uiterlijk tegen 18 april via uw contact persoon.

**De Sport activiteiten voor april zijn:**

**Okra West-Vlaanderen nodigt ons uit om mee te wandelen:** Het betreft dagtochten van 20 km met mogelijkheid een lus van 10 km te doen. Het vertrek is om 10 uur en je brengt eigen picknick mee. Vooraf inschrijven bij de tochtbegeleider waar je ook mee afspreekt hoeveel km je doet en waar je start. Deelname is 2/3 euro niet leden. Op dinsdag 16 april gaat deze tocht door in Ieper. Start Familiekring, Crescendostraat 19 te Ieper. Tel: Jean-Luc Wydhooghe, 057/205885. Email: jean.lucwydhooge@telenet.be.

**Fietsen** op dinsdag 2, 16 en 30 april, start op het Sportplein om 13.30 uur.

**Wandelen** **en Nordic** op woensdag 10 en 24 april start op het Sportplein van 9.30 tot 10.30 uur.

**Kaarten en Rummikub** op woensdag 3 en **10** april (door speeldag kinderen verzet) om 13.30 uur in t’ Klavertje Vier.

**Lijndansen** op dinsdag2 april **in CC De Ster** en 16, 23 en 30april in de Sporthal van 9 tot 11 uur.

**Petanque** op vrijdag 5, 12, 19, en 26 april op het Sportplein start 13.30 uur.

**Weetjes:** De gemeente steunt eerste lijn psychologie die betaalbaar is. Je kunt terecht op [www.elpen.be](http://www.elpen.be) of rechtstreeks contact opnemen met Kasper Imbo via tel: 0485843780 of embokasper@gmail.com. Praten helpt.

Bewegen met Bart geeft uitleg hoe je jezelf gelukkiger kunt voelen en bekijk ook waarom wij moeten bewegen zodat onze spieren niet verzwakken alsook mooie oefeningen om makkelijker op te staan na een val.

Wil je mee doen in de week van 10 tot 14 juni met **de Zotte Sportweek** om sporten uit te proberen die je anders nooit doet zoals Boogschieten, Boksinitiatie, Skiën, Golfinitiatie, Skydiven, Quad rijden, Duikinitiatie, Ballonvaren, Strandzeilen, Gellyball, Motorrijden, Padellen enz. Vraag info aan uw contactpersoon.

**In het vooruitzicht:** Op woensdag 29 mei gaan we per fiets naar Houthulst op Bedevaart. Ook niet fietsers kunnen met carpooling mee. Verdere info volgt in april.

Het ganse team van Okra wenst U nog een prettige Pasen en veel plezier en hartelijk welkom op een of meerdere activiteiten.

 Rose Marie Plyson en Christina Smith.