



Trefpunt Kortrijk

NIEUWSBRIEF - 21 ste jg. - okt. 2024

<https://www.okra.be/trefpunt/kortrijk>
<https://www.facebook.com/OkraStadKortrijk>

Omarm je probleem!
Omarm je pijn!
Omarm je gebrek!

Therapeuten van allerlei slag proberen je te overtuigen dat je niet kan blijven vechten tegen een probleem. Ik heb het over allerlei problemen. Een lastige knie of heup. Een ziekte waar de medische wereld (nog) geen oplossing voor vindt. Ouder worden op een manier die je niet verwacht had. Een kanker die onverwacht de kop op steekt.

Problemen bij de kinderen.

Omarm je probleem!

Allemaal goed en wel. Je kan niet anders dan aanvaarden wat je overkomt maar dat is helemaal niet zo vanzelfsprekend. Je wil dat niet. Je begrijpt het niet. Je zegt dat 'de dokter' of 'de kinesist' dat moet oplossen. Je hoopt tegen beter weten in dat alles vanzelf zal genezen. Dat gebeurt niet en dat weet je.

Ik kwam volgende tekst tegen op mijn pad.

Alzheimer is een rare ziekte.

Als je ze aanvaardt en er leert mee leven kan je terug leven!

Omarm je probleem. Dat is wat deze drie zinnen mij zeggen. Je kan blijven vechten. Je kan al je energie verliezen in boos zijn en opstandig, maar dat verandert niets aan je probleem.

Omarm het, aanvaard het en leer er mee leven, want dan krijg je iets moois in de plaats. Stel je voor: 'Je kan terug leven!'

Als dat voor Alzheimer waar is, zal dat ook gelden voor de lastige knie, de kanker die je overkomt of de problemen bij de kinderen.

Ik hoop dat onze leden, de kleine familie rond hen en de brede kring samen hun probleem omarmen, aanvaarden en er leren mee leven.

Als ik daar ergens een heel klein beetje kan aan helpen dan doe ik dat!

Als Okra daar een heel klein beetje aan kan bijdragen dan doen we dat ook hoor!

Steunende groeten,
Martine Vandenbussche



GSM: 0487/222112 -

Bellen alleen op weekdays tussen 18 en 20 uur. Een boodschap
Vergeet uw naam niet te vermelden.

Eigen activiteiten:



Het Okra koor komt elke maandag samen om 14.45 uur.

Gratis en nieuwe leden zijn van harte welkom

Waar: JeugdhosTel in de Passionistenlaan 1, Kortrijk, elke maandag om 14.45 uur.

Wie wil het koor steunen en mee repeteren voor het optreden van 18 november?

Graag een seintje naar de Okra gsm



Bowling: vanaf 4 oktober en dan iedere vrijdagmiddag om 14 uur

Waar: Bowling Max aan het station van Kortrijk.

Wie deelneemt aan de bowling moet wel de sportverzekering betaald hebben.

Deelnemen aan de bowling is ter plaatse te betalen. Iedereen welkom, ook kijkers!

Maandag 7 oktober stipt om 14 uur

NIET 14u30 zoals verkeerdelijk in de vorige nieuwsbrief

Voordracht "wegwijs in de papieren voor waardig levenseinde (LEIF)

Waar: VC Mozaïek vzw., Overleiestraat 15 A. om 14.00 uur.



Donderdag 10 oktober om 14 uur: Mini- uitstap met Rita.

Start: Sint-Vincentius, Houtmarkt 33 Kortrijk

Inschrijven bij Rita op het nummer 0495/ 27 10 53 of r.pattyn@live.be

Dinsdag 15 oktober en dinsdag 5 november om 14 uur: relax zwemmen

Waar: Lago Kortrijk Weide, Nelson Mandelaplein 19, 8500 Kortrijk

Op bovenstaande data kan je zonder reserveren gaan relax zwemmen. Ga je op een andere dinsdag of donderdag relax zwemmen? Dan kan je de okra meerbeurten kaart gebruiken of één ticket kopen met je Okra lidkaart. Dan moet je wel vooraf reserveren. Doe je dat ter plaatse dan moet je € 1 extra betalen. Reserveren kan telefonisch, via de website of per mail. Met Okra lidkaart: 10 beurtenkaart relaxpas: € 49 Tijdens schoolvakanties, ook deze van Wallonië, kan je niet relax zwemmen, dan zijn de kinderen baas.

Woensdag 23 oktober: kaarting en gezelschapsspelen vanaf 14.30 uur

Waar: Cafeteria De Wijngaard, Wijngaardstraat 48, Kortrijk. Pasgeld meebrengen a.u.b.

Donderdag 24 oktober: Streekpuntwandeling: Kom uit je kot!



Okra stad Kortrijk organiseert de wandeling. Iedere wandelaar is van harte welkom, ook de niet wandelaars zijn welkom om een praatje te slaan bij een kopje koffie! De bar is open.

5 km langs de Kleiputten en de Vlasakker.

7,5 km via het Lang Water en over wegeltjes naar Boevekerke.

Start: tussen 13.30 uur en 14.30 uur

Waar: OC Lange Munte, Beeklaan 81, Kortrijk

Ter plaatse betalen: € 2 voor de leden, € 3 voor niet leden - gezonde versnapering inbegrepen.

Donderdag 31 oktober start stipt om 14 uur- Bezoek aan het centraal magazijn van de Kringloopwinkel, max 50 pers

Wat gebeurt er met alle ingezamelde spullen (textiel, huisgerief, meubelen, elektro, enz ...) alvorens deze in de rekken van de kringloopwinkels belanden ? Tijdens dit bezoek krijgt men een blik achter de schermen, gaande van sortering, opslag en transport.



NIEUW IS TOCH ZÓ PASSÉ.

De deelnemers worden stipt om 13.45 uur verwacht aan de glazen deur van het gebouw van de Deltagroep (zie foto), zodat men stipt om 14.00 uur kan starten!

Waar: Magazijn Kringloopwinkel, Warande 9 in Heule.

Inschrijven: door vóór 21 oktober € 5 te storten op de OKRA rekening BE59 0882 5580 1826.

Deze activiteit is enkel toegankelijk voor leden.

Donderdag 31 oktober om 16.30 uur : Halloween avondwandeling

Met Halloween organiseren wij een avondwandeling in Kooigem met verzameling op de parking achter de kerk en wij vertrekken om 16.30 uur

De wandeling bedraagt 6 km en loopt via de Molentjesstraat, Geitenbergstraat naar de Tontekapel. De terugweg gaat via de Tontestraat. Het is geen vlak parcours!

Breng misschien je 'pielelucht' mee.

Vrijdag 8 november stipt om 12 uur: gezellig samen zijn met maaltijd in de wereldkeuken. !! Let op de nieuwe datum.

Waar: Wereldkeuken, Gentsesteeweg 68, Kortrijk

Inschrijven door € 31 te storten op de OKRA rekening BE59 0882 5580 1826 ten laatste tegen 1 november.

Maandag 18 november om 14 uur in de kunst kerk Rochus,

Herdenking van de overleden leden, we komen samen in dankbare herinnering. Uw aanwezigheid is een steun voor wie treurt om een afscheid.

Deze herdenking wordt sfeervol verzorgd met teksten, een streepje muziek, solozang en een lied van ons Okra Koor.

Na de herdenking is er een kop koffie en een bezoek aan de gerenoveerde kerk.

Waar: Art church Rochus, Doorniksewijk 85, Kortrijk. Parkeren achter de kerk. .

Inschrijven vóór 11 november door € 3 te storten op de OKRA rekening BE59 0882 5580 1826.

Voor alleenwonenden: Okra klavertje vier

Kleine initiatieven worden via Whatsapp doorgegeven zodat je op de hoogte bent en kan meegaan als je dat wenst. Alleenwonenden die willen toetreden tot deze Whatsapp groep kunnen hun naam en telefoonnummer doorgeven aan Carine Verstraete 0468 596223.



Uw gsm-nummer



Uitzonderlijke en dringende info geven wij door via uw gsm-nummer. Wie zijn gsm-nummer wil doorgeven kan dit doen via mail naar okrastadkortrijk@gmail.com of via de Okra GSM.

Voor de agenda

Donderdag 5 december: uitstap naar Rijsel

Dinsdag 17 december Kerstfeest

Andere activiteiten:



Donderdag 17 oktober - Streekpuntwandeling Zwevegem

Verzamelen aan OC Lange Munte om 13.30 uur

Inschrijven bij Marnix op het nummer 056/20 21 46 of kerckhof.marnix@gmail.com

Start: Theatercentrum, Otegemstraat 18 a, Zwevegem

Aan alle oud-kajotters en oud-kajotsters
Zondag 20 oktober 2024 om 14.30 in het OC van Aalbeke

vieren we 100 jaar **(V)KAJ**.

Inschrijven door ten laatste 5 oktober € 15 pp te storten op de rekening van VKAJ vriendenkring BE96 7775 9694 0605
Koffie + gebak + feestprogramma + bubbels en frietjes



Zondag 20 oktober start tussen 8 en 15 uur 'Trage wegenwandeling' in Rollegem

Een organisatie van 11.11.11 en natuurland Kortrijk. Start voor OKRA wandelaars: 14 uur
Start aan de Kindervriend ingang via de Tombroekstraat in Rollegem.

Via het perfect uitgepijld parcours kan je stappen of lopen en op een aangename manier de trage wegen verkennen. Verschillende afstanden: 4, 8, 12, 18 of 26 km om te wandelen of te lopen. Niet wandelaars zijn van harte welkom. De bar is open.

Inschrijven door ter plaatse te betalen. Alle uitleg op de flyer bij deze nieuwsbrief



Nieuwe reeks SOLODANS in Kortrijk

Maandag van 9.30 tot 10.30 uur

Data: 21/10, 4/11,, 25/11,, 2/12, 9/12 en 16/12

Waar: OC De Lange Munte, Beeklaan 81, Kortrijk

Enkele les € 7,5 Okra lid of € 9 geen lid

Info & inschrijven op voorhand via kortrijk@okra.be of 056 52 63 53 of ter plaatse

! Deelnemen kan nog voor wie de eerste lessen gemist heeft!

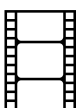
Dinsdag 19 november 14.30 uur voorstelling i.s.m. de Kortrijkse ouderen verenigingen.

Waar: OC lange Munte om 14.30 uur

Op de Koffie: Swing de namiddag door met de Cherry Dots & 10 Square Feet

Tickets: <https://www.schouwburgkortrijk.be/> of ticketsservice@kortrijk.be 056 23 98 55

Donderdag 24 oktober om 14.30 uur – Budafilm in Budascoop.



- Julie Zwijgt - Drama
- Quand vient l'automne - Misdaad-drama
- Waarom Wettelen - Drama, komedie



Maandag 4 november Okra Quiz

Wie doet er mee? Laat dit weten via de okra gsm of door een mail te sturen naar okrastadkortrijk@gmail.com. We maken dan groepjes van vier.

Voor de contactpersonen:

Woensdag 30 oktober: bestuursvergadering + afhalen magazines

De stem van ouderen wordt te weinig gehoord. Ga op 13 oktober dus zeker stemmen.
Jouw stem doet ertoe!
Geef je stem aan ouderen op de lijst van jouw keuze, zo kunnen zij jouw belangen verdedigen.
Bekijk het filmpje op https://youtu.be/gre_zv9nrQ