

**EEN ACTIEVE OKRA-WINTER**

Welkom bij de wintereditie van de Oost-Vlaamse pagina's van OKRA-magazine. Winter blijft een magisch seizoen, ondanks het natte en koude weer. We blijven dus als OKRA ook actief in de wintermaanden. Wat kan je de komende periode verwachten? In dit katern kan je al heel wat terugvinden. Elk trefpunt en elke cluster heeft bovendien een eigen kalender. Om die uit de doeken te doen, hebben we heel het magazine nodig. Laten we ons beperken tot "bijleren".

Er komt een voorjaar vol opleidingen, dikwijls al gestart in verschillende clusters en die nu een vervolg kennen. Een gevarieerd pakket is het. En nu reeds een waar succes.

Om bij te leren moeten we niet naar buiten. Ook het internet biedt veel leerstof. Geniet van de mooie vernieuwde website en neem zeker een kijkje op de video-pagina en de sociale media van OKRA. Een absolute aanrader!

Internet en smartphone, veel senioren aarzelen nog bij het gebruik van de smartphone. Hulp is in de buurt. Zie je bijgaande foto? Bestuursleden van de cluster Wichelen volgden de gratis opleidingen smartphone via de subsidies van Digibanken. Doen! Je kan ook gaan acteren. In het Gentse wordt nu reeds gewerkt aan een OKRA-toneelgroep. In dit magazine lees je trouwens een interview met de regisseur van het theatergezelschap. Een nieuwe troef voor OKRA.

De komende weken worden ook gekenmerkt door gezellig samenzijn, familie en feesten. We nestelen ons in deze periode nostalgisch dicht rond de kachel om samen met familie en vrienden te feesten. Kerst, Nieuwjaar, Sinterklaas ... het zijn toffe momenten. Het is ook wel leuk dat trefpunten feestjes organiseren, waarbij ze denken aan de eenzame senioren. Tot slot: ben je al gewoon aan de nieuwe huisstijl, aan het vernieuwde OKRA-magazine. Levendiger, kleurrijker... Het is het dynamische beeld dat we willen uitdragen en waarrond we senioren willen verbinden. Je ziet, OKRA zit niet stil...

Geniet van de winterblues.

**Marc**

**INHOUD**

- **2** Open Doek voor een OKRA toneelgroep
- **4** Sport in Oost-Vlaanderen
- **5** OKRA reageert op de afschaffing van papieren dienstencheques
- **6** OKRA Academie
- **6** Wist je datje mediateam
- **7-8** Hier bruist het

**COLOFON: Redactie:** Geert Beullens, Nic Fruru, Marc Hollanders, Ingrid Samson, Anneke Van Steen, Dirk Van Beveren, Mieke De Zutter, Klaartje Neirinckx, Frank Lenders, Fabienne Sichien  
**Fotografie:** Rechtenvrije foto Pixabay, Ingrid Samson, Fabienne Sichien, Frank Lenders, Maurice De Bremme, OKRA TV mediateam Oost-Vlaanderen, Willy Dhaenens, Luc Rogiers, Edgard Eeckman

OPEN DOEK  
VOOR EEN OKRA  
TONEELGROEP



EDGARD-WEIN ROELENS

“De voorstelling  
laat niet zien  
hoe het afloopt”

.....  
OKRA Oost-Vlaanderen  
.....  
experimenteert al een hele  
.....  
tijd met het opstarten van  
.....  
'themagroepen', zowel in  
.....  
trefpunten als regionaal  
.....  
en provinciaal. Er groeide  
.....  
interesse voor een toneel-  
.....  
werking. Een gepast stuk of  
.....  
thema vinden, een regisseur  
.....  
en repetitieruimte zoeken en  
.....  
het aanspreken van acteurs  
.....  
en actrices (allen 60+) vergde  
.....  
tijd en overleg. Goed nieuws  
.....  
intussen: de repetities vingen  
.....  
dit najaar aan!  
.....



Edgard  
Eeckman

**Dirk Van Beveren** (gewezen OKRA-medewerker) en **Nic Fruru** (OKRA-vrijwilliger bij o.a. het orkest en journalist voor OKRA TV) bundelden hun krachten om het project concreet gestalte te geven. Nic en Dirk kozen voor het stuk *'De grote vakantie'* van auteur en regisseur **Edgard Eeckman**. Het thema maakt deel uit van de leefwereld van de 60-plusser. We laten Edgard zelf aan het woord over zijn theaterstuk.

### Het stuk heet *'De grote vakantie'*: waarover gaat het concreet?

Velen zullen zich herkennen in het thema. De dokter doet onderzoek en velt een vonnis. Dat is wat het hoofdpersoonage Tessa overkomt. Opeens is haar einde een precieze datum. Hoe neemt ze die laatste bocht voor de eindmeet? Moeilijk. Gelukkig zijn er talrijke anderen die daar een mening over hebben: vrienden, burens, specialisten ... Terwijl zij vol twijfel op de achtergrond haar eigen slot organiseert, weet haar omgeving perfect wat ze zou moeten doen. Maar dat alles leidt niet tot dodelijke ernst. Neen hoor, integendeel zelfs. Niettegenstaande het thema is *'De grote vakantie'* geen voorstelling die zwaar op de hand is. Het is geen komedie, maar als auteur en regisseur koos ik er expliciet voor om het onderwerp met humor te benaderen.

### Vanwaar jouw interesse of betrokkenheid met het thema?

Wie geboren wordt, zal ook sterven, dat is een zekerheid. Dat besef heb ik al heel lang. Als je ouder wordt, begin je daar nog meer over na te denken. Daarnaast zijn er gebeurtenissen die je met de neus op de feiten duwen, zoals naasten of vrienden die overlijden. Mijn vader en nonkel zijn alle twee gestor-

ven aan slokdarmkanker, mijn schoonmoeder aan een hersentumor en mijn schoonvader overleed met kanker. Mijn nonkel vroeg en kreeg euthanasie. Ik heb 16 jaar in het UZ Brussel gewerkt als communicatiemanager en daar word je ook niet alleen met leven geconfronteerd. Ik denk vaak: pluk de dag want het kan morgen totaal anders zijn. Laat voelen wie je graag ziet. En als je nog iets goed te maken hebt met iemand, stel het niet uit. Aan het schrijven van *'De grote vakantie'* gingen gesprekken met prof. dr. Wim Distelmans vooraf. Hij is voorzitter van de Federale Commissie Euthanasie, professor in de palliatieve geneeskunde aan de VUB en oncoloog aan het UZ Brussel.

### Welke boodschap wil je met dit stuk meegeven aan de toeschouwer?

Het kernonderwerp van de theatertekst is een waardig levenseinde, een onderwerp dat bijzonder actueel is en blijft. In het begin van de voorstelling krijgt Tessa een vonnis te horen, maar de voorstelling laat niet zien hoe het voor haar afloopt. Via de commentaar van anderen, krijgen we een zicht op haar denken. We zien een vrouw die zich informeert om haar toe te laten zelf te beslissen hoe ze haar levenseinde wil

beleven. Dat is voor mij ook de boodschap, zonder dat die er vingerdik op ligt: iedere mens moet zelf uitmaken wat voor hem of haar een waardig levenseinde betekent. Finaal gaat het stuk over het zelfbeschikkingsrecht.

### Alle acteurs en actrices zijn 60-plussers. Is dat bijzonder?

Dat is bijzonder en niet bijzonder tegelijk. Ik ben zelf ook 67 en alle acteurs en actrices en ik hebben meer verleden dan toekomst. Het thema ligt daarom niet ver van ons bed. Dat is bijzonder. Tegelijk voel ik geen verschil in enthousiasme of engagement in vergelijking met een regie met jonge mensen. Op dat vlak ben ik blij dat ze niet bijzonder zijn, maar even leuk om mee samen te werken.

### Noteer alvast één van onze namiddagvoorstellingen in de agenda:

- **MAANDAG 17 MAART**  
in het cultureel centrum in Merelbeke
- **WOENSDAG 19 MAART**  
in het cultureel centrum Nova in Wetteren
- **ZONDAG 27 APRIL**  
in het cultureel centrum Ter Vesten in Beveren – Waas
- **VRIJDAG 9 MEI**  
in de Gaston Martenszaal in Zulte

Deze voorstellingen staan open voor leden en niet-leden. Detailinformatie is op het moment van het ter perse gaan van deze provinciale pagina's nog niet gekend, maar volgt in de loop van de komende weken. Onze enthousiaste groep acteurs kijkt er alvast naar uit om je te verwelkomen!

“Terwijl zij vol twijfel op de achtergrond haar eigen slot organiseert, weet haar omgeving perfect wat ze zou moeten doen.”

# ONTDEK DE OOST-VLAAMSE SPORTEVENTS



## SPORTAANBOD 2025

We timmeren momenteel volop aan het sportaanbod van 2025. In het voorjaar zijn er weer volop sportdagen, dansfeesten, KUBB- en petanquetornooien, fiets- en wandeltochten gepland over heel Oost-Vlaanderen. We bundelen dit aanbod in een mooie digitale sportbrochure die je kan aanvragen op ons secretariaat.



## Indoor KUBB

Wist je trouwens dat je tijdens de winter aan indoor KUBB kan doen? In het Waasland speelt men twee keer per maand een partijtje KUBB in de Boulodrome van het provinciaal domein 'De Ster' in Sint-Niklaas. Zin om een spelletje mee te spelen? Men speelt telkens op vrijdag van 09.30 tot 12.00 uur, op volgende data: **3/12** en **27/12**, **10/01** en **24/01**, **14/02** en **28/02** en **14/03** en **28/03**. Plezier verzekerd!

Meer info via het secretariaat. Zin om zelf indoor KUBB te organiseren? Contacteer ons, en we helpen jullie op weg!

## Winterse wandelingen

Ook tijdens de wintermaanden wordt er bij OKRA volop gewandeld. Onze ervaren wandelbegeleiders trakteren je elke maand op een dagwandeling van 20 km, door de mooiste landschappen van Oost-Vlaanderen. Noteer alvast **dinsdag 28 januari**, **25 februari** en **25 maart** in je agenda.

Wens je de uitnodigingen voor de wandeltochten te ontvangen, of wil je graag onze sportbrochure aanvragen? Stuur een mailtje naar [oostvlaanderen@okra.be](mailto:oostvlaanderen@okra.be), en we zorgen dat je de brochure of uitnodigingen via mail ontvangt.





# Jouw rechten, onze zorg

OKRA reageert op de aankondiging dat op 1 juni 2025 de papieren dienstencheque ophoudt te bestaan.

Vanaf 1 juni 2025 kunnen dienstencheques enkel nog elektronisch (digitaal) besteld worden. De papieren versie houdt dus op te bestaan. Met OKRA zijn we ongelukkig met de gang van zaken. Ouderen behoren immers – als het over digitalisering gaat – vaak tot de meest kwetsbaren. Voor deze groep is de papieren dienstencheque een laagdrempelig middel om op legale wijze beroep te kunnen doen op huishoudhulp, wat de zelfredzaamheid verhoogt. Deze vorm van digitalisering zorgt dus voor een grotere afhankelijkheid. Tegen februari 2025 wordt er een 'alternatieve manier van ondersteuning' beloofd voor mensen die minder of niet digitaal vaardig zijn, zodat zij zonder gebruik van e-id of *itsme* toegang zouden hebben tot de digitale dienstencheques. Wat die oplossing zou moeten inhouden, is voor ons een raadsel.

Bij de veiligheid van de digitale dienstencheque kunnen ook vraagtekens geplaatst worden. Net zoals alle andere digitale systemen zijn ze immers een potentieel doelwit van bijvoorbeeld hackers en

phishers, waardoor mensen met beperkte digitale vaardigheden extra onzeker zijn om de digitale technologie te omarmen.

Voor ons is het dus duidelijk: een volledige digitalisering van de dienstencheque is onaanvaardbaar, want het bouwt drempels in voor heel wat mensen om van het systeem gebruik te maken. Bovendien druist het flagrant in tegen wat de kerntaak van een overheid zou moeten zijn: het verlenen van dienstverlening die voor iedereen toegankelijk is, ook als die georganiseerd wordt in samenwerking met een private partner.

Meer weten? Lees het volledige persbericht via [www.okra.be](http://www.okra.be) bij 'Actueel', alle berichten "OKRA reageert op volledige digitalisering van de dienstencheque".

## DE ACADEMIE-PROGRAMMA'S IN 2025

Ook voor 2025 hebben de vrijwilligers van de 15 Oost-Vlaamse academies een boeiend programma samengesteld. Een aanbod van voordrachten, wandelingen, uitstappen en concerten. Een breed gamma aan thema's van gezondheid, over natuur, geschiedenis en cultuur tot actueel maatschappelijk. Zo krijg je inzichten in slaapproblemen of darmkanker. Je hoort fascinerende verhalen over bijen of vogels. Je leert wat over bier. Of een spreker neemt je mee in de geopolitieke situatie van onze wereld, de klimaatcrisis of artificiële intelligentie. Je wandelt met een gids door Aalst of Gent. Je kan Doornik of de havens van Gent en Terneuzen bezoeken. Je leert luisteren naar muziek van Beethoven, gospel of rock. Een herfstconcert met Nils De Caster en Sara De Smedt of een nieuwjaarsconcert met Dirk Brossé. Onder de vele sprekers onder meer Jef Vermassen, Jean-Paul Van Bendegem, Dirk Musschoot, Martin Heylen en Steven Van Gucht.

Je vindt onze academies in Beveren-Waas, Sint-Niklaas, Dendermonde, Lokeren, Lochristi, Wetteren, Gent, Eeklo-Meetjesland, Merelbeke-Oosterzele, Deinze, Kruisem, Aalst, Zottegem, Aalter en Temse-Waterkant.

Alle info, data, locaties en prijzen vind je op de websites van elke academie, via [okra.be/activiteiten](http://okra.be/activiteiten) of in de academie-brochure 2025.



Wist je datje?

### Wist je dat...

- ➔ OKRA een eigen Youtube-kanaal heeft?
- .....
- ➔ Je het kanaal via [youtube.com/OKRAVZW](https://youtube.com/OKRAVZW) kan raadplegen?
- .....
- ➔ We maandelijks een journaal voorzien rond wat er leeft in OKRA?
- .....
- ➔ OKRA Oost-Vlaanderen een eigen mediateam heeft waarbij bekwame vrijwilligers op regelmatige basis verslag uitbrengen van het reilen en zeilen in onze provincie?
- .....
- ➔ Je deze Oost-Vlaamse reportages kan bekijken door op onze Youtube-pagina even door te klikken naar 'OKRA provinciaal'?
- .....
- ➔ Er op regelmatige basis reportages bijkomen?
- .....
- ➔ Wij jullie alvast heel veel kijkplezier toewensen!

HIER  
BRUIST  
HET

# Hier bruist het in Oost- Vlaanderen



## STERKE CLUSTERS

In het Waasland konden alle senioren een stukje OKRA meepikken tijdens verschillende clusteractiviteiten. De Beverse Feesten met Baristabus eind augustus, de OKRA-stand op de vrijetijdsbeurs in Lokeren en de sneukeltocht in Sint-Niklaas.



## HET DAK ERAF!

Veel mooi volk (430 aanwezig!) gespot op 19 september tijdens de speculoosfeesten, een organisatie van OKRA Lembeke. Met Dirk Bauters, Vanessa Chinitor en Kurt Crabbé werd er zelfs gedanst en ging het dak er helemaal af!



## ELKE STAP TELT

In augustus trokken onze wandelaars de wandelschoenen aan voor een dagwandeling naar de Kalkense Meersen. Na een gezellige picknick trok de bonte bende richting Nieuwdonk, waar ze de dag in schoonheid eindigden. Wandelen, dat is telkens weer een stapje dichterbij de natuur.



HIER  
BRUIST  
HET

## Startdagen

Onze provinciale startdagen zitten erop: de OKRA-vrijwilligers in de trefpunten kregen een warm welkom en een bad aan inspiratie voor het komende werkjaar. Het tweede deel bracht een muzikale verrassing. Kijk en geniet mee!



Startdag streekpunt Gent



Startdag streekpunt Aalst



Startdag streekpunt Eeklo



De meezingnummers van "Zie ze zingen" werkten nogal aanstekelijk. Hier en daar werd zelfs gedanst!



Muzikale omlijsting door "Tegenzin" in Aalst en Gent.



Startdag streekpunt Oudenaarde



Startdag streekpunten Waas en Dender



Onze nieuwe directeur Sonja Vertriest was op de startdag in Gent hoogstpersoonlijk aanwezig om de bestuursleden een hart onder de riem te steken én te motiveren om een mooi werkjaar 2025 in elkaar te knutselen.