



1954 • 2024

NIEUWS UIT LIMBURG

december 2024 - april 2025



INHOUD

OKRA-ACADEMIE

Fitgym

Winterwandeldagen

LOM | Padel

OKRA-CREA doedagen

Reiscafé | OKRA Pelgrimeert

Beste OKRA-lezer,

OKRA kleurt je leven. Wat een fijne en dankbare slagzin om mijn voorwoord aan vast te hangen. Als hoofdkleur heeft OKRA gekozen voor een warm oranje. Daarnaast verwelkomen we nog andere OKRA-kleuren. Ieder trefpunt, ieder teamlid, ieder stuurgroep lid, ieder kernteamlid brengt eigen accenten aan. Elk OKRA lid heeft een eigen kleur. Ook binnen OKRA neemt Limburg een eigen kleur in op het pallet. En elk accent, elke kleur draagt bij tot het geheel. Neem je iets weg of voeg je iets bij dan verandert het beeld. Want al die kleuren vormen een geheel, geven vorm en betekenis. Het is een én-én-verhaal.

Je omgeving speelt een belangrijke rol, kleurt mee de dingen in. Niet te warm, niet te koud, het juiste licht, misschien moet er af en toe iets gerestaureerd worden. En niets is waardevol als er geen publiek is.

Zowel de trouwe bezoeker die elke dag komt en steeds opnieuw kan genieten en tegelijk nog openstaat voor ontdekkingen, als de nieuwe bezoeker die aangetrokken wordt door het onbekende.

Bij de start van een nieuw en kleurrijk OKRA jaar is het goed om even stil te staan. Om de schoonheid en het waardevolle van ieders engagement binnen OKRA te bewonderen en tegelijk de uitdagingen te zien. Het behouden en levendig houden van wat er is.

Maar ook het creëren van nieuwe mogelijkheden en het aantrekken van nieuwe mensen.

Een nieuw perspectief, een nieuw doek, een nieuwe creatie.

Nicole Meeusen

Teamleider

OKRA-Limburg



Proficiat aan de trefpunten die een OKRA-star wisten te bemachtigen. In categorieën meeste nieuwe leden, meeste nieuwe vrijwilligers, de leukste inzending van foto's of filmpjes en het trefpunt dat de fijnste vernieuwende activiteit wist te organiseren.

ACADEMIE HASPENGOUW

SINT-TRUIDEN, ANDERS BEKEKEN

Dinsdag 18 februari

Iedereen kent Sint Truiden van de wekelijkse markt en de leuke terrasjes op de markt, maar wist je dat je in deze stad heel wat 'culturele pareltjes' kan ontdekken: de begijnhofkerk, het Festraetsuurwerk, de abdijtoren, de academiezaal, ... Genoeg om er een uitstap naar te plannen. Uiteraard mag een gezellig etentje niet ontbreken.

Info: Gedetailleerde informatie kan je bekomen bij marie-rose.polling@telenet.be



ACADEMIE LIMBURG

AVONDVOORSTELLING: DE INSTAGRANNIE

Donderdag 17 april om 20u

Annie Gruwez heeft de sociale media ontdekt. Haar account 'Instagrannie for life' ontploft zowat. Zakenman en manager Vincent De Graeve verleidt Annie met aanlokkelijke sponsordeals! Of dit naar de zin is van kleinzoon Gianni is maar de vraag. We maken ook kennis met Rudy Rodrigo een Vlaamse zanger met talent, maar zonder volgers. Kan de 'Instagrannie' hem helpen? Wie weet, maar de 'posts' en 'stories' zijn volgens manager Vincent natuurlijk niet gratis. Gaat hij in zee met 'De Instagrannie' of verslikt hij zich in de deal? En heeft Annie zelf ook nog iets te zeggen?

Met Danni Heylen, Hugo Sigal, Leen Dendievel, Lennart Lemmens en Jeroen Maes

Waar: CC Hasselt

Prijs: € 22

Info en reservatie:

barbel.cuppens@okra.be

ACADEMIE HASSELT

AVONDVOORDRACHT: CHINA, VERLEDEN EN HEDEN DOOR NICO BIJNENS

Dinsdag 18 februari om 19u

Waar: Demersite Hasselt

Info: mathieu.erlingen@telenet.be, pauldemeyer@telenet.be of greet.veulemans@telenet.be



ACADEMIE HASSELT

AVONDVOORDRACHT: HET VATICANAAN, ACHTER DE SCHERMEN VAN DE KERK DOOR RIK TORFS

Dinsdag 18 maart om 19u

Waar: Demersite Hasselt

Info: mathieu.erlingen@telenet.be, pauldemeyer@telenet.be of greet.veulemans@telenet.be



ACADEMIE LIMBURG

SCHILDEREN IN HASSELT

Telkens op dinsdag van 9.30u tot 12.30u.

7, 14 en 28 januari

4, 11 en 25 februari

11 en 25 maart

1, 22 en 29 april

6, 13 en 27 mei

Je experimenteert met verschillende materialen, op canvas of papier, met penseel of potlood. Er is ruimte voor je eigen ideeën. Jacqueline Nouwen begeleidt je in je eigen creatieve proces.

Prijs: € 98 voor leden, € 128 niet-leden

Info en inschrijven: barbel.cuppen@okra.be



CINEMA ZED HASSELT

Aan OKRA-leden voordeeltarief naar de film in Cinema ZED Hasselt! Hou de Facebookpagina van OKRA en de Academie in de gaten voor de aankondiging van de maandelijkse film op de eerste zondagnamiddag van de maand.

Prijs: als OKRA-lid betaal je € 9 in plaats van € 11

Info: barbel.cuppens@okra.be

THE ROXY THEATRE KOERSEL

Op de laatste vrijdag van de maand kan je aan een voordeeltarief voor OKRA-leden genieten van een namiddag film in The Roxy Theatre in Koersel.

- **31 januari:** Milano van Christina Vandekerckhove met onder andere Matteo Simoni
- **28 februari:** Conclave, een meeslepende thriller over macht en geloof van Edward Berger
- **28 maart:** BXL, een film van de broers Ish en Monir Ait Hamou
- **25 april:** een film uit de selectie van het MOOOV filmfestival

Prijs: € 7,50 inclusief koffie of thee tijdens de pauze

Info: barbel.cuppens@okra.be

ACADEMIE HASPENGOUW

DE GROTE RAPPÈL 3

Woensdag 30 april om 18u

De Grote Rappèl 3 brengt de naoorlogse periode tot leven, van de jaren '50 tot vandaag. Je wordt teruggekatapulteerd naar de golden sixties, beleeft de hoogdagen van de punk en de disco in de jaren '70 en je leeft mee met een familie die zich staande probeert te houden in een wereld die steeds verandert, tegen de achtergrond van de Koude Oorlog en een militair kamp dat voortdurend paraat staat. Het totaalspektakel begint met een belevingswandeling van ongeveer 1,2 kilometer waarin je hoogtepunten uit 175 jaar Leopoldsburg te zien krijgt. Daarna volgt de show van twee keer 50 minuten in een overdekte speeltent.

Waar:

Leopoldsburg

Prijs: € 65 bus + ticket

Info:

bernaneven

@hotmail.com



FITGYM

Op verschillende locaties in Limburg kan je Fitgym-lessen volgen. Het aantal lessen per reeks en ook de inhoud verschilt per locatie. 1 les duurt 1 uur. Er kan gebruik gemaakt worden van sportmateriaal zoals flesjes, ballen, dynabands, handdoeken en stokken. Vaak werken we ook met muziek. Je houdt je conditie op peil met een aerobic sessie of beweegt op leuke liedjes. De lesgever zorgt voor voldoende afwisseling en voor je het weet is het lesuur voorbij.



DAG	UUR	LOCATIE	ADRES
Maandag	13u	St. Lambrechts Herk	Sporthal Elckerlyc, Pastorijstraat 4, St Lambrechts Herk
	14.30u	Kuringen C	Stedelijke Sporthal Kuringen, Grote Baan 171, Kuringen
	15.45u	Kinrooi	Sporthal, Nelisveld 5, Kinrooi
Dinsdag	9u	Lommel Kerkhoven	Feestzaal Heidegalm, Kanaalstraat 18, Lommel
	9.15u	Borlo	Parochiezaal (naast de kerk), Bergstraat, Gingelom
	9.15u	Hasselt Banneux	Ontmoetingscentrum De Hazelaar, Merellaan 17, Hasselt
	10u	Kanne	Onder de Sint-Hubertuskerk, Brugstraat, Kanne
	10.30u	Tongeren	Dienstencentrum De Piepel, Dijk 118, Tongeren
	10.30u	Hasselt Katarina	Ontmoetingscentrum, Nicolaas Cleynaertslaan, Hasselt
	10.30u	Pelt	Sportcentrum De Bemvoort, Jeugdlaan 8, Overpelt
	10.55u	Kortesseem	Sportpark De Weyer, Oud Mersenhoven 15C, Kortesseem
	19u	Schoonbeek	Zaal Beterveld, Schoolstraat 23, Bilzen-Schoonbeek
Woensdag	9.30u	Kermt	Kermeta, Diestersteenweg 204, Kermt
	10.45u	Genk Bret	Parochiecentrum De Fleekeraer, Zagerijstraat 42, Genk Bret-Gelieren
	11u	Runkst	Ontmoetingscentrum Runkst, Runkstersteenweg 149, Hasselt
	19.30u	Stevoort	Zaal Steborg, Broekstraat 1, Stevoort-Hasselt
Donderdag	9u	Beek	Zaal Jan van Abroek, Jef Vanhooftstraat 3, Bree
	9u	St. Huibrechts Lille	Parochiezaal Sint Hubertus, Lille Dorp 26, St Huibrechts Lille: fitgym
	10u	St. Huibrechts Lille	Parochiezaal Sint Hubertus, Lille Dorp 26, St Huibrechts Lille: stoelgym
	10.30u	Genk Noord	Buurtcentrum Zwartberg, Lucien Londotstraat 3, Genk
Vrijdag	9u	Lummen	Sportcomplex Vijfsprong, Sportweg 8, Lummen

PRIJS

Je hebt de keuze tussen een 10-beurtenkaart of een jaarabonnement (=golden kaart).

Met een 10-beurtenkaart mag je op verschillende locaties deelnemen.

- : **10-beurtenkaart:** € 30 voor leden OKRA-SPORT+ of CM** en € 60 voor niet-leden
- : **Jaarabonnement:** € 75 voor leden OKRA-SPORT+ en € 150 voor niet-leden
- :
- : Aan te vragen via sport.limburg@okra.be of 011 26 59 37.
- : Vraag zeker tijdig je kaart aan!
- : ** Nog geen lid van OKRA-SPORT+ maar wel CM-lid, dan geniet je voor de eerste
- : 10-beurtenkaart van het voordeeltarief van een OKRA-SPORT+ lid.
- : **Inschrijven:** via sport.limburg@okra.be of 011 26 59 37

Winterwandeldagen Postel & de Kaasboerin

Dinsdag 25, woensdag 26 en donderdag 27 februari



: Postel (Mol) is de uitvalsbasis van onze OKRA-
: Winterwandeldagen. Erg mooie wandelingen over
: afwisselende paden, dichte bebossing, akkerland
: en vele vennen en meertjes.

: OKRA wil je laten genieten van deze prachtige
: omgeving! Er is de mogelijkheid om de abdij te be-
: zoeken met de bus, hier maken we een korte wan-
: deling in de omgeving. 's Middags kunnen jullie van
: een warme maaltijd genieten of je eigen picknick
: nuttigen. We sluiten de dag af omstreeks 17u.

: **Prijs:** € 19 busrit (incl. koffie/thee bij aankomst) of
: € 6,50 deelname met eigen vervoer (incl. koffie/
: thee bij aankomst) en € 24 voor het middagmaal
: (tomatenroomsoep met balletjes, vidé met fris
: slaatje en aardappelkroketjes - Veggie alternatief
: mogelijk - incl plat en bruisend water op tafel).
: Inschrijven kan via het trefpunt of individueel via
: sport.limburg@okra.be. En dit vóór 26/01/2025.
: **Meer info:** sport.limburg@okra.be



*Een tweede leven voor
uw geliefd meubel ...*

Ambachtelijke zetelopmakerij
(ook kleine herstellingen en nieuwe vullingen)



GRATIS
kussenset
~ 4 stuks ~
bij bestelling (herstoffering)

Rechterstraat 33, 3511 Kuringen
Telefoon: 011/22.76.48
Openingsuren: enkel na afspraak
info@coenenvanlaer.be
www.coenenvanlaer.be



*"Wij bieden u, via ambachtelijke werkwijze, de best mogelijke
herwaardering of herstoffering van uw meubel."
Vrijblijvende offerte en advies.*

LOM

Onze Limburgse OKRA Motorclub (LOM) werkte ijverig aan hun nieuw jaarprogramma dat weer vol avonturen, nieuwe uitdagingen en gezellige bijeenkomsten staat. Datums en locaties zijn onder voorbehoud.

Vrijdag 10 januari:
Nieuwjaarsreceptie,
Traiteur Jacky Dilsen

Zaterdag 15 februari:
GPS-les voor motards,
Demersite Hasselt

Vrijdag 7 maart:
Praatcafé, Sporthal Kiewit

Zaterdag 22 maart: Opfris-
sing verkeersreglement +
EHBO, Demersite Hasselt

Dinsdag 1 april:
Bloesemtocht, Panishof
Borgloon

Zondag 6 april: Dag van de
Motorrijder, Veiling Borgloon

Vrijdag 18 april: Paasontbijt-
rit, De Ploeg Diepenbeek

Donderdag 1 mei:
Hollandse 1 meirit

Zondag 18 mei:
Paljaskesrit, Bocholt

Zondag 25 mei: LOM
treffen, Schoonbeek

Dinsdag 10 juni: OKRA pel-
gimeert (motorzegening),
De Kevelaer

Naast dit vast programma voorzien we nog talloze ritten die doorheen het ganse jaar last minute worden ingepland. Tevens worden veel van onze doordeweekse ritten herhaald in het weekend!

**Nog geen lid maar wens je een keertje een kennis-
makingsrit mee te rijden? Dat kan.
Stuur eric.hulsmans@okra.be een bericht.**

Dit programma verschilt met het gedrukt exemplaar en is het meest correcte!



Padel

Padel is niet meer weg te slaan uit ons sportief aanbod. Voortaan ook in jouw buurt. Iedereen kan het op zijn eigen tempo.

KIEWIT

Elke maandag- en donderdagvoormiddag van 9u tot 12.00u in 2 blokken van 1,5u.
Waar: Tenkie Park, Tulpinstraat 14C, 300 Hasselt

HEUSDEN-ZOLDER

Elke dinsdag van 10u tot 11.30u.
Waar: KTPC De Mangel, Stadionlaan 14, 3550 Heusden-Zolder

SINT-TRUIDEN

Elke maandag van 10u tot 11.30u.
Waar: TC Wimbledon, Zoutleeuwsesteenweg 120, 3803 Wilderen

BILZEN

Elke vrijdag van 8.30u tot 13u.
Waar: TC Katteberg, Zeepstraat 44, 3740 Bilzen

Deelnameprijs: € 50 voor 10 beurten, organisatie en verzekering inbegrepen.
Meer info en inschrijven: via okrastart2padel@gmail.com

Voortaan kan je lid worden van thematrefpunt 'Padel Limburg', een trefpunt dat zich specifiek richt op padel. Het lidmaatschap is hetzelfde als dat van OKRA en van OKRA-SPORT+.

BOCHOLT

Elke woensdag van 10u tot 11.30u.
Waar: TC Bocholt, Eikenlaan 2, 3950 Bocholt

HERK DE STAD

Elke maandag van 10u tot 11.30u.
Waar: TC Sporta Herk-de-Stad, Manestraat 82 bus 1, 3540 Herk-de-Stad

HOUTHALEN OOST

Elke woensdag van 9u tot 10.30u en van 10.30u tot 12u.
Waar: TC Driehoeven, Wolfbergstraat 58, 3600 Genk

KERMT

Elke donderdag van 9u tot 10.30u en van 10.30u tot 12u.
Waar: Terreinen van Tennis & Padel Smash Kermt, Ten Hove 12 Kermt



Crea doedagen

Voor de creatievelingen wordt het een uitzonderlijk mooi creatief jaar. Daar zorgen onze OKRA-Doedagen voor.



FEBRUARI

We leren je voor Pasen een paasmandje en servetring maken van macramé.

Dinsdag 04/02, Hasselt, Demersite CM gebouw

Donderdag 06/02, Bree, Zaal Emmaüs

Maandag 10/02, Pelt, De Peel Neerpelt Centrum

Dinsdag 11/02, Hechtel, De Schans

Maandag 17/02, Neerharen, Ontmoetingscentrum

Dinsdag 18/02, Bommershoven, Panishof



MEI

Driehoektasje uit patchwork.

Dinsdag 13/05, Hasselt, Demersite CM gebouw

Donderdag 15/05, Bree, Zaal Emmaüs

Maandag 19/05, Neerharen, Ontmoetingscentrum

Dinsdag 20/05, Hechtel, De Schans

Dinsdag 20/05, Bommershoven, Panishof



MAART

In maart borduren we een tas met veldbloemen.

Maandag 17/03, Pelt, De Peel

Dinsdag 18/03, Hechtel, De Schans

Dinsdag 11/03, Hasselt, Demersite CM gebouw

Donderdag 13/03, Bree, Zaal Emmaüs

Maandag 24/03, Neerharen, Ontmoetingscentrum

Dinsdag 25/03, Bommershoven, Panishof



APRIL

In april leren we je reliëfhaken en Schaduwbreien.

Dinsdag 22/04, Hasselt, Demersite CM gebouw

Donderdag 24/04, Bree, Zaal Emmaüs

Maandag 28/04, Neerharen, Ontmoetingscentrum

Maandag 28/04, Pelt, De Peel

Dinsdag 29/04, Hechtel, De Schans

Dinsdag 29/04, Bommershoven, Panishof

Uren: Telkens van 9.30u tot 12.30u en van 13u tot 16u.

Inschrijven: halve dag: € 8 voor OKRA-leden (1 consumptie inbegrepen), € 12 voor niet-lid
Volledige dag € 14 voor leden (2 consumpties inbegrepen), € 18 voor niet-lid
Materiaal niet inbegrepen



OKRA-REISCAFÉ LIMBURG

Maandag 16 december 2024

van 13.30u tot 16.30u.

Demersite Hasselt,
Herkenrodesingel 101.

Ook benieuwd naar ons voorjaars- en zomeraanbod voor 2025?

Kom dan zeker langs in één van onze reiscafés en ontdek samen met ons welke mooie bestemmingen er op het programma staan!

De reisleiders van de organiserende provincies zullen je hier alvast met open armen verwelkomen. Er zal ook steeds een algemene stand zijn voor info over de reizen van andere provincies.

ACTIVITEIT IN DE KIJKER



OKRA/VLAMO seniorenharmonie

De OKRA-seniorenharmonie vierde haar 40-jarig bestaan met een jubileumconcert onder leiding van Felix Ceunen in zaal Kermeta te Kermt. Het talrijk opgekomen publiek kon het concert wel smaken. Na het concert volgde een huldiging en een receptie.

OKRA Pelgrimeert naar Kevelaer

Dinsdag 10 juni

Kevelaer is een prachtig bedevaartsoord waar onophoudelijk mensen komen bidden tot Maria, Troosteres van de bedroefden. Op pinksterdinsdag nodigen we alle OKRA leden van harte uit in het prachtige bedevaartsoord Kevelaer. We zullen jullie met een warm OKRA hart ontvangen voor een deugddoende en muzikale viering in de indrukwekkende Mariabasiliek. Tevens voorzien we 's middags de mogelijkheid om een heerlijke maaltijd te nuttigen en namiddag met één van onze gidsen op wandeling te gaan. We maken er een fijne daguitstap van!

DAGPLANNING

10u45: Aankomst in Kevelaer & wandeling naar de Mariabasiliek (1km)

11u30: Eucharistieviering in de Mariabasiliek met OKRA Koor

12u30: 3gangen maal in Het Priesterhuis, vrije lunch in het centrum of eigen picknick

14u: Keuze uit begeleide stadswandeling, natuurwandeling of vrije tijd

16u: Gezamenlijk afsluitmoment met slotwoord in Het Forum Pax Christi, een met glas overdekte 'openluchtkapel'

16u30: We keren terug huiswaarts

PRAKTISCH

- Prijs met middagmaal en busvervoer: € 40
- Prijs met middagmaal, zonder busvervoer: € 19
- Prijs zonder middagmaal, met busvervoer: € 21

De opstapplaatsen worden bepaald na de inschrijvingen. We garanderen een opstapplaats in de buurt voor grote groepen.

Inschrijven: via laura.ongena@okra.be met vermelding van prijs-categorie voor 20 mei.



CREA DOEDAGEN BROCHURE '24-'25

Raadpleeg de brochure op onze website www.okra.be/provincie/limburg of vraag een gratis exemplaar aan bij crea.limburg@okra.be of 011 26 59 38