

The logo for 'okra' is displayed in a white circle. The word 'okra' is written in a blue, lowercase, sans-serif font.

NIEUWS UIT West-Vlaanderen

december 2024 – april 2025

Samen vlammen
tegen eenzaamheid in
De Warmste Week van
18 tot en met 24 december
in Brugge! Koop jij ook een
warm hartje om de strijd tegen
eenzaamheid te steunen?
5 euro/hartje



COLOFON STREEKPUNTEN

BRUGGE • 050 44 03 81

IEPER • 056 52 63 40

KORTRIJK • 056 52 63 53

OOSTENDE • 059 55 26 90

ROESELARE & TIELT • 051 26 53 07

Meer info op www.okra.be/west-vlaanderen

Alle inschrijvingen
voor activiteiten in dit
katern verlopen via
westvlaanderen@okra.be
of via deze
telefoonnummers



BOWLINGTORNOOI

Deelname: telkens 8 euro per persoon, ter plaatse te betalen

Donderdag 5 december om 14 uur

Bowling Joyken, Hille 71, Zwevezele

Vrijdag 7 februari om 14 uur

Bowling De Ring, Verbrandhofstraat 165, Roeselare

DANS

Solo-dans

Wekelijks op maandag

van 9.30 tot 10.30 uur

OC De Lange Munte,

Beeklaan 81, Kortrijk

Variatie jaren '80, funk, pop, latin en nog veel meer



Start to OKRA Dance (nieuw!)

Koppeldans voor beginners (vanaf januari). Welkom alleen of met partner om samen de eerste stappen te zetten in de OKRA-koppeldansen.

Wekelijks op dinsdag van 9.30 tot 10.30 uur

Spothal Arendswijk, Leopold III-plein 71, Harelbeke

Deelname: 30 euro OKRA-leden, 50 euro niet-leden (reeks van 10 lessen)

Dansinstuif

Vrijdag 7 maart om 14 uur (nieuw!)

OC De Troubadour, Vlaswaagplein 3, Bissegem

Dinsdag 11 maart om 14 uur

OC Den Bunder, Iepersestraat 52B, Moorslede

Donderdag 24 april om 14 uur

OC De Kouter, Ichtegemstraat 2A,

Kortemark

TEMPOFIETSERS

Fietsritten met een afstand tussen 60 en 100 km.

Gemiddelde tempo is 22 km per uur.

Fietshelm en koersfiets zijn verplicht.

Het fietsseizoen is van maart tot oktober.



De eerstvolgende ritten gaan door om 13.30 uur in:

IEPER

Dinsdag 11 en 25 maart, 8 en 22 april

KORTRIJK

Donderdag 13 maart en 10 april

MOTORTOERTOCHTEN

Onze motorclub organiseert een toertocht op **zaterdag 19 april** 'Een rondje West-Vlaanderen' vanuit Roeselare

Info: Marc Notredame, 0499 74 95 96

of marc.notredame49@gmail.com

www.mtcokrawv.be

VOLLEYBAL

Ben je 55-plusser en heb je ervaring met volleybal?

Kom eens meetraineren met de ploeg van OKRA-SPORT+ West-Vlaanderen.

De ploeg traint op vrijdagvoormiddag in de sporthal van Pittem:

6 en 20 december; 3, 17 en 31 januari; 14 en 28 februari;

14 en 28 maart; 11 en 25 april; 16 en 30 mei

Info: Marc Lambrecht, marclambrecht@hotmail.com

SPECIALLEKES IN DE SPORT

Donderdag 23 januari

Sport Vlaanderen, Nijverheidsstraat 114, Assebroek
Sportdag met 4 sportinitiaties

Woensdag 26 februari

OKRA team Universalis

Spothal Ter Bocht, Ingelmunstersesteenweg 11,
Meulebeke

DAMMEN

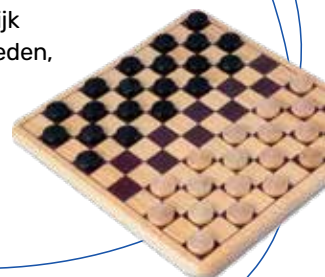
↳ Ook dit is (DENK-)sport

Altijd al willen dammen, maar je weet niet hoe te starten? Na deze initiatie ontdek jij wellicht een nieuwe passie!

Dinsdag 4 februari om 14 uur

CM, Beneluxpark 22, Kortrijk

Deelname: 3 euro OKRA-leden,
5 euro niet-leden



IN DE KIJKER

THEMA- WANDELINGEN

Januari

Dinsdag 28 januari POËZIEWANDELING

Kasteel van Moerkerke,
Kasteelstraat 7,
Moerkerke-Damme
*'Koken op rijm met humor en
azijn'*

Onthaal met welkomstkoffie
om 9.45 uur met start van de
begeleide poëziewandeling om
10.15 uur. Aansluitend kan men
aanschuiven voor een lunch.

Deelname:

Leden: welkomstkoffie en
poëziewandeling 4 euro /
met lunch 38 euro.

Niet-leden: toeslag 4 euro
Inschrijven verplicht vóór
14 januari

Maart

Maandag 17 maart HONDENWANDELING

De Brave Hond, Gullegemse-
straat 135, Sint-Eloois-Winkel
Hondenwandeling 3,5 km –
in groep, honden aan de leiband.
Start om 15 uur.

Deelname: 2 euro OKRA-leden,
3 euro niet-leden
Inschrijven verplicht vóór
10 maart

Maandag 24 maart POËZIEWANDELING

OC Caneghem, Sint-Bavostraat
6, Kanegem
Poëziewandeling – in groep.
Start om 14 uur.

Deelname: 2 euro OKRA-leden,
3 euro niet-leden
Inschrijven verplicht vóór
17 maart

STREEKPUNT- WANDELINGEN

- Vertrek tussen 13.30 en 14.30 uur
- 2 euro OKRA-leden,
3 euro niet-leden
- Versnapering inbegrepen
- Keuze uit afstanden
tussen 4 en 10 km
- Inschrijven ter plaatse tenzij
anders vermeld. Grote groepen
graag vooraf inschrijven.

December

Vrijdag 6 december

Zaal Jonckhove,
Aartrijksteenweg 9, Aartrijke

Februari

Dinsdag 11 februari

GC Den Ommeganck,
Ridder Janlaan 3, Dadizele

Vrijdag 21 februari

Sint-Niklaaskerk,
Dorpstraat 81, Westkapelle

Maart

Maandag 10 maart

Oud Gemeentehuis,
Lepelstraat 1, Oostnieuwkerke

Donderdag 27 maart

Parochiaal Centrum,
Westernieuwweg 5a, Varsenare

April

Donderdag 10 april

Buurthuis, Pladijsstraat 278,
Sint-Lodewijk

Vrijdag 11 april

Ridefort, Sportstraat 2,
Rudderveorde

Maandag 14 april

Foyer OC Mandelroos,
Gemeenteplein 1, Oostrozebeke

Maandag 28 april

OC d'leffe, Hoogstraat 122, Deerlijk



PROVINCIALE DAG- WANDELTOCHTEN

- Tocht van 20 km
- Verzamelen om 9.45 uur.
- Vertrek om 10 uur met middagstop
(eigen picknick meebrengen)
- 2 euro OKRA-leden,
3 euro niet-leden
- Vooraf inschrijven via Jan Omey,
Jan.Omey@outlook.com
– 0478 45 04 86

Dinsdag 17 december

Zaal CM Brouwershove,
Westkerkestraat 28, Eernegem

Dinsdag 21 januari

WZC De Ril, Oostendelaan 139,
Middelkerke

Dinsdag 11 februari

GC Den Ommeganck,
Ridder Janlaan 3, Dadizele

Dinsdag 18 maart

Hof van Oeselgem,
Wakkensesteenweg 16, Oeselgem

Dinsdag 15 april

GC Den Tap,
Pastoor de Beirstraat 1,
Lendelede

Meer info of inschrijven via
westvlaanderen@okra.be



↪ Rutger Mathys

NIEUWJAARS- CONCERT

De mooiste melodieën uit opera, operette, musical en film. Special guest: Rutger Mathys met mondharmonica

Zondag 19 januari om 15 uur
OC Marke, Hellestraat 6, Marke
Deelname: 22 euro OKRA-leden,
25 euro niet-leden
Inschrijven tegen uiterlijk
6 december

TOEREN IN DE MOEREN

Onze klassieker binnen het kransje West-Vlaamse sportevenementen! Kort samen te vatten in drie woorden: wandelen (5-8-12-16 km), fietsen (45-60 km) én sneukelen. Noteer volgende data alvast in je agenda!

Dinsdag 24 juni trefpunten uit streekpunten Brugge en Oostende

Woensdag 25 juni trefpunten uit streekpunten Ieper en Roeselare

Donderdag 26 juni trefpunten uit streekpunten Kortrijk en Tielt



Mag het al eens wat zotter voor jou in 2025?

Indoor Skydive

Ice Mountain Adventure Park Komen

Donderdag 20 maart

Deelname: 48 euro OKRA-leden,
55 euro niet-leden

Tandemsprong

Vliegveld Moorsele

Zaterdag 14 en zondag 15 juni

Deelname: 240 euro OKRA-leden,
250 euro niet-leden



↪ Interesse? Mail jouw naam naar westvlaanderen@okra.be, dan houden we jou op de hoogte!



BEETHOVEN 9 DOOR SYMFONIEORKEST VLAANDEREN met exclusieve meet&greet!

Donderdag 3 april
18.30 uur exclusieve
meet&greet voor OKRA
20.30 uur start voorstelling

Verwacht vuurwerk dat creativiteit en hoop ontketent en universeel broederschap viert. Chef-dirigent Kristiina Poska en Symfonieorkest Vlaanderen blazen je van je sokken. Ze kunnen daarvoor rekenen op een sterrenteam van solisten en het Estonian Philharmonic Chamber Choir. Exclusief bij OKRA! Het bijwonen van de finale repetitie en een meet&greet met de chef-dirigent die toelichting geeft over dit meesterwerk.

Concertgebouw, Brugge
Deelname: Rang 1 tickets
40 euro OKRA-leden,
46 euro niet-leden
Inschrijven vóór 22 februari
Wees er snel bij, plaatsen zijn beperkt!

Openlucht spektakel MUSICAL 1830

Donderdag 14 augustus om 20.45 uur
1830 wordt een revolutionaire kijk op het ontstaan van het Koninkrijk België. De revolutiegolf die in de 19de eeuw door Europa woedt, breidt zich uit als een olievlek tot ze ook onze contreien bereikt. Dit tot groot ongenoegen van de Hollanders die onder leiding van Koning Willem 1 het gezag hebben over de Belgische gebieden. De Belgen drukken steeds meer hun ontevredenheid over zijn regeerstijl uit, tot op een avond heel Brussel in rep en roer wordt gezet. Sleutelfiguren zoals Frédéric de Merode en Louis de Potter vechten mee voor de vrijheid van het Belgische volk.
Kasteel Wijnendaele, Torhout
Deelname: Luxe tickets (incl. zitkussen en dekentje, drankjetons en programmaboekje, parkingticket)
75 euro OKRA-leden, 82 euro niet-leden
Inschrijven vóór 1 mei



Provinciale meibedeavaart PELGRIMS VAN HOOP

Verlang je ook naar de driejaarlijkse meibedeavaart? Dit keer niet in Koksijde maar wel in de Basiliek van Dadizele.

Een meibedeavaart waarbij OKRA West-Vlaanderen gedurende een week bedevaarders samenbrengt om op een eigentijdse wijze te bezinnen, samen te zingen, samen diepgang te vinden in de teksten, samen even de stilte op te zoeken. Een voorsmaak voor Lourdes '26.

We denken na over de wortels van Maria en onszelf, over de vreugdevolle en troostende hoop, over de hoop van onze OKRA-trefpunten, over hoop, liefde, vertrouwen en vergeven.

Maandag 12 mei trefpunten uit de streekpunten Brugge en leper

Dinsdag 13 mei trefpunten uit het streekpunt Roeselare

Woensdag 14 mei trefpunten uit de streekpunten Oostende en Tielt

Donderdag 15 mei trefpunten uit het streekpunt Kortrijk

Deelname 2 euro

Inschrijven via jouw trefpunt



Culturele dagtrips OP STAP MET LIEVE

Van maart tot oktober 2025 organiseert OKRA West-Vlaanderen een reeks culturele dagtrips naar diverse steden in Vlaanderen. Gediplomeerd gids Lieve neemt telkens een kleine groep van maximaal 25 deelnemers mee op sleeptouw. De eerste dagtrips brengen ons (met trein of eigen vervoer) naar:

Donderdag 27 maart Brussel 'Waar Europa en politiek een hoofdrol spelen'

Donderdag 24 april Kortrijk 'Waar het verleden ontmoet wat morgen brengt'

Donderdag 22 mei Leuven 'Waar het eeuwige streven naar kennis de stilte van het geloof ontmoet'



Meer info of inschrijven via
westvlaanderen@okra.be

MUSEUM- BEZOEK WINTERTUIN VAN DE URSULINEN (met autocar)

Verken het voormalig internationaal meisjespensionaat in O.L.V.-Waver en ontdek de hoogtepunten van het historische gebouwencomplex, inclusief de prachtige wintertuin in art-nouveaustijl uit 1900. Middagmaal inbegrepen.

Zaterdag 8 maart

Opstapplaatsen: Hotel Melinda, Oostende & NMBS-station, Diksmuide

CREANAMIDDAG

TELKENS KEUZE UIT 4 CREATECHNIEKEN

CM Roeselare, Mandellaan 79

Deelname: 6 euro OKRA-leden, 12 euro niet-leden
+ prijs materiaal

Maandag 9 december vanaf 14 uur – thema Valentijn
Gehaakt kussen / geschenkdoosje / muts en sjaal / magische geldbeugel

Maandag 3 februari vanaf 14 uur – thema Pasen
Kippen / geplooid papier kip / Paasstuk – haas / borduren op canvas

CREA-DOEDAG

Telkens minstens 3 createchnieken aan te leren
OC Walnes, Iepersteenweg 2, Woumen

Deelname: 7 euro OKRA-leden, 10 euro niet-leden
+ prijs materiaal

Donderdag 13 maart vanaf 9.30 uur

Kroonluchter haken / krans met jute, pitriet en roosjes / kerstlap

BEZOEK AAN FOLLIE & KOFFIE

Maak kennis met deze conceptstore in hartje Kortrijk en ontdek welk haak- of breiprojectje bij jou past!

Deelname: 10 euro OKRA-leden, 13 euro niet-leden
(koffie en zoete zonde inbegrepen)

Maandag 17 maart om 14 uur



IN DE KIJKER

SHOWNAMIDDAG: LES FOLLES DE GAND

Klaar voor een prachtige en wervelende shownamiddag met de sterren van de Gentse Feesten?

Donderdag 13 februari om 14 uur

OC Mandelroos, gemeenteplein 1, Oostrozebeke
Deelname: 15 euro OKRA-leden, 20 euro niet-leden

OKRA PROMENADEORKEST

Het OKRA Promenadeorkest bestaat uit een 50-tal 55-plussers: strijkers, blazers, zang, piano, accordeon en percussie. Het brengt een aangename mix van licht-klassiek, filmmuziek, chansons, schlagers, hafabra en easy listening muziek.

Dinsdag 11 maart om 14 uur

CC Spikkerelle, Scheldelaan 6, Avelgem
Deelname: 10 euro OKRA-leden, 15 euro niet-leden



LENTECONCERT IL SOGNO

Laat je verrassen door een gevarieerd programma van hitgevoelige nummers, folksongs en eigen composities gebracht door de achtkoppige band van De Lovie vzw, Il Sogno.

Dinsdag 29 april om 14 uur

CC De Branding, Populierenlaan 35, Middelkerke
Deelname: 12 euro OKRA-leden, 18 euro niet-leden

VOORDRACHTEN

Deelname: 8 OKRA-leden, 12 euro niet-leden (tenzij anders vermeld)



Een Boeddhist: is dat ne rare tist?

In deze leerrijke voordracht, die tegelijk lichtvoetig van toon is, vertelt **Manu Adriaens** in heldere bewoordingen over deze filosofie. De vele anekdotes toveren automatisch een glimlach op het gezicht.

Dinsdag 10 december om 14.30 uur
OC d'lefe, Hoogstraat 122, Deerlijk

Vlaamse kleinkunstenars

Spreker **Ronny Roose** leerde als adolescent de muziek en teksten van Jan de Wilde, Zjef Vanuytsel, Wim de Craene en anderen kennen. De snaar die toen geraakt werd, blijft nazinderen. We ontdekken grote namen en kleine parels. De essentie waar het om draait in goede kleinkunst, waardevolle en pakkende teksten, wordt geïllustreerd met het oeuvre van Miel Cools tot Bart Peeters.

Woensdag 11 december om 14 uur
CC De Ster, Engelstraat 54, Ichtegem



Veerkracht bij Senioren

Zijn de belangrijkste oorzaken van stress voorbij als de beroepsactiviteiten op een lager pitje staan? Of moeten we echter vaststellen dat sommige veranderingen in het ouder wordende brein de stressgevoeligheid kunnen beïnvloeden? Tijd om met **Michael Portzky** te kijken naar wat mentale veerkracht

is, en hoe dit helpt tegen stress.

Donderdag 12 december om 14.30 uur
P.Z. H. Hart, Poperingseweg 16, Ieper

Solotheater 'Van Paemel Spreekt'

Jacques Lesage maakt een aangrijpende bewerking van het gekende toneelstuk van Cyriel Buysse, 'Het gezin van Paemel'. Het levensverhaal van een kleine boerenfamilie in het begin van de 20ste eeuw krijgt leven in één acteur en een tiental personages. Een confrontatie met sociale economische wantoestanden die vandaag nog herkenbaar zijn.

Woensdag 22 januari om 14 uur
Foyer van De Balluchon, Moerestraat 19, Koekelare

Infosessie slechtziendheid

Maak kennis met de ervaringswereld van blinden en slechtzienden. Je leert verschillende hulpmiddelen kennen en je ontdekt hoe je het beste kan omgaan met blinden en slechtzienden.

Donderdag 23 januari om 14 uur
CM, Beneluxpark 22, Kortrijk

Deelname: 5 euro OKRA-leden,
9 euro niet-leden
Maximaal 30 deelnemers!
Op voorhand inschrijven.



Wit-lof from Belgium

Beleef een nostalgische trip doorheen de jaren '80 aan de hand van anekdotes en unieke film- en muziekfragmenten, gebracht door radiomaker **Gust De Coster**.

Donderdag 13 februari

om 14.30 uur

P.Z. H. Hart,
Poperingseweg 16, Ieper

Deelname: 10 euro OKRA-leden,
15 euro niet-leden

Gezond eten, gezond ouder worden

Dr. ir. **Eric De Maerteleire** bespreekt de impact van onze voeding en levensstijl op het verouderingsproces. Hij vertelt wat we kunnen doen om gezond(er) oud(er) te worden door kleine dingen te veranderen.

Vrijdag 14 februari om 14 uur

OC Oud Gemeentehuis,
Dorpplaats 7, Reninge

Mattheüspassie

Muziekkenners beschouwen de Mattheüspassie van Johann Sebastian Bach als één van de grootste meesterwerken van de klassieke muziek. In de bijzondere setting van de kerk in Schore geeft **Peter Verecke** een toegankelijke uitleg voor wie het religieuze werk beter wil leren kennen, begrijpen en voelen.

Donderdag 20 maart om 14 uur
Onze-Lieve-Vrouwkerk, Schore

Meer info of inschrijven via
westvlaanderen@okra.be



FILM

Human Forever

De 24-jarige zorgvernieuwer Teun Toebes heeft een missie: de levenskwaliteit van mensen met dementie verbeteren. Tijdens een reis rond de wereld onderzoekt hij hoe in andere landen wordt omgegaan met dementie. En wat we van elkaar kunnen leren om de toekomst mooier en inclusiever te maken. Het resultaat is de documentaire 'Human Forever'. Een indringende en hoopvolle film die aan de hand van persoonlijke verhalen van de mensen laat zien waarom wij moeten veranderen.

Donderdag 16 januari, 'Het Verzonken Kasteel' ARhus, De Munt 8, Roeselare

Donderdag 16 januari, PZ H Hart, Ieper

Dinsdag 11 februari, OC d'lefte Deerlijk

Deelname: 8 euro OKRA-leden, 12 euro niet-leden

Le Grand Bain

Wat doe je als vijftigjarige Fransman met een buikje en een depressie? Synchronzwemmen! Met humor en ontroering toont deze film hoe een groep mannen de vreugde van synchronzwemmen ontdekt, terwijl ze hun angsten en levensproblemen onder ogen zien.

Maandag 3 februari

om 14.15 uur

CC Kruispunt, Maria Doolaeghestraat 2B, Diksmuide

Deelname: 4 euro OKRA-leden, 5 euro niet-leden



CC De Spil

Geniet van 1 euro korting op de dinsdagnamiddagfilms in CC De Spil, Roeselare. Je betaalt 6 euro in plaats van 7 euro. Meer info over de films: www.despil.be

Budascoop Kortrijk

Donderdag 19 december om 14.30 uur

Keuze uit 3 films

ZINGEVING
EN ZORG

INSPIRATIEVOORMIDDAG

Het evangelie toepassen op het leven van vandaag aan de hand van het ToBiAS-project.

Woensdag 26 februari om 9 uur

't Schorrehof, Marktplein 16, Nieuwpoort



Meer info of inschrijven via westvlaanderen@okra.be