

JUBILEUMJAAR

September 2025

OKRA JOURNAAL <https://www.youtube.com/watch?v=h37z8W4CMgQ>



Trefpunt

Okra Oude Bareel

<https://www.okraoudebareel.be>

[okraoudebareel.be](https://www.okraoudebareel.be)

Bank: Okra Oude Bareel BE51 8906 3432 4962

Telefoonnummer secretariaat: 09 219.08.35 of 0474 52.06.83

www.facebook.com/okraoudebareel

zorg@okraoudebareel.be



Gebed van een Oudere

Heer, gij weet beter dan ik, dat ik stilaan ouder word en op een dag oud zal zijn.

Bescherm me tegen de verfoeilijke gewoonte te denken dat ik absoluut moet meespreken over elk onderwerp en bij elke gelegenheid.

Verlos me van het verlangen steeds het pad van de anderen te willen effenen en hun problemen op te lossen. Maak me bedachtzaam maar niet zwaarmoedig, hulpvaardig maar niet bezig.

Het lijkt wel jammer niet alle wijsheid die ik vergaard heb te gebruiken maar ik zou uiteindelijk graag enkele vrienden behouden.

Belet mij mijn verhalen uit te spinnen tot eindeloze bijzonderheden. Geef mij vleugels om tot de kern van de zaak te komen.

Verzegel mijn lippen over mijn kwalen en pijnen. Ze worden talrijker en erger naarmate ik ouder word, en het verlangen om erover te spreken wordt zoeter met de jaren. Ik durf niet te vragen om voldoende genade om de verhalen over andermans kwalen welgezind te aanhoren, maar help me tenminste om ze met geduld te verdragen!

Maandwandeling: Domein Puyenbroeck

Maandag 1 september



Onze maandwandeling gaat dit keer door in het, door de meesten onder ons, wel gekende prachtige Provinciaal domein Puyenbroeck.

Het lange parcours van ongeveer 7,7km verloopt vooral over onverharde wegen. De korte wandeling gaat vooral over verharde wegen en bedraagt 3,7 km.

We vertrekken aan het parochiaal centrum om 13.10 uur, de wandeling start om 14 uur. We parkeren op parking 2 (van het zwembad), Puydonckdreef 1, Wachtebeke en verzamelen aan het onthaal van het zwembad.

Na de wandeling kunnen we samen iets drinken in de vernieuwde selfservice van de Sportbar.

Ben je chauffeur, verwittig dan patrick.van.hende@proximus.be. Wil je meerijden, laat het weten aan Patrick (betaal € 3 aan de chauffeur)



Vrijdag 12 september film : LA VENUE DE L'AVENIR



Vier neven en nichten worden door een onverwachte erfenis bij elkaar gebracht in een verlaten huis in Normandië. De eigenares van het huis Adèle Meunier vertrok naar Parijs op zoek naar de identiteit van haar moeder. Terwijl haar nakomelingen haar voetsporen volgen, ontrafelen ze Adèles verleden om hun eigen toekomst vorm te geven.

De komedie/drama start om 14 uur in Kinopolis en kost je € 11,50.

Betalen vóór 5 september op onze bankrekening BE51 8906 3432 4962.

Meer info: annie.mussely@hotmail.com tel. 09/228 84 72 of GSM 0479/29 22 56.

MUDEL Deinze - Roger Raveel - PICNIC

Woensdag 17 september



In het museum MUDEL in Deinze is er momenteel de tentoonstelling ROGER RAVEEL PICNIC, waar we meer dan 50 werken uit de verzameling van het Roger Raveel Museum kunnen bewonderen. Roger Raveel (1921-2013) is één van de belangrijkste Belgische naoorlogse kunstenaars en als figuur is hij onlosmakelijk verbonden met Machelen-aan-de-Leie.

We bezoeken de tentoonstelling met gids op woensdag 17 september om 14.30 uur.

Inschrijven ten laatste op 2 september, zodat we tijdig een 2^{de} gids kunnen bijvragen.

Het MUDEL is gemakkelijk te bereiken met het openbaar vervoer – dan 10' stappen naar het museum:

- bus 12b (vertrekken om 13.04 uur Oude Bareelstraat => Deinze station om 14.09 uur)
- Trein Dampoort : 13.42 uur => 14.08 uur aan station van Deinze

Je bent ingeschreven door betaling van € 5 op de rekening van Okra Oude Bareel BE51 8906 3432 4962.

Ter plaatse betaal je zelf de toegang tot het museum : museumpas = gratis / anders € 8 betalen.

Voor info linda.feys@outlook.be – 0486 100 723

Vriendschap is als een
treinreis, sommigen
stappen in, sommigen
uit & anderen blijven
zitten, tot het einde.

Ga nooit heen zonder groeten

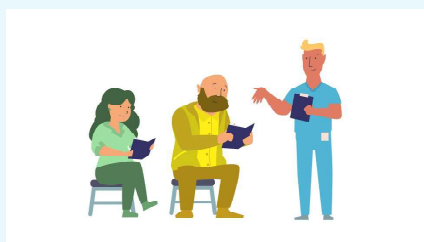
Ga nooit heen zonder een zoen.
Wie het noodlot zal ontmoeten,
kan het morgen niet meer doen.
Ga nooit heen zonder te praten
want dat doet een hart zo'n pijn.
Wat je 's morgens hebt verlaten,
kan er 's avonds niet meer zijn.



Lezing: Patiëntenrechten



Maandag 22 september



Zolang we niet ziek zijn, denken we niet aan ziekte/huisarts/specialist/behandeling en - nog minder- over de rechten die wij hebben als "patiënt".

Nochtans is het belangrijk die rechten goed te kennen, als je ziek wordt. Het gaat immers over een zeer persoonlijke aangelegenheid.

En vragen zijn er genoeg: Kan je (zomaar) een tweede opinie vragen over je ziekte? Wie heeft er recht op informatie over je ziekte? Als je plots zo ziek bent, dat het je niet zélf kan gevraagd worden, wie gaat dan "beslissingen" nemen over je behandelingsmogelijkheden?

We leven in België in een geprivilegieerde situatie, op het vlak van patiëntenrechten, maar weinig mensen kennen die rechten. Het wordt tijd dat wij, in de werkgroep zorg van OKRA Oude Bareel, om daar verandering in te brengen. Op 22 september om 14 uur spreekt Dr. Anna Vakaet over "u en uw rechten als patiënt".

En we gaan de lezing onderhoudend en interactief maken. Er gaan voorbeelden gegeven worden uit de dagelijkse praktijk, om de patiëntenrechten te illustreren en we proberen alle vragen die op de lezing zelf gesteld worden te beantwoorden.

Je mag je vragen nu al insturen op het mailadres zorg@okraoudebareel.be. Die mails bereiken Dr. Vakaet direct.

Inschrijven doe je door vóór 19 september € 3 (koffie + gebak inbegrepen) over te schrijven op de rekening van Okra Oude Bareel BE51 8906 3432 4962 met vermelding "lezing patiëntenrechten".

Info: eddy.volckaert@gmail.com

Daguitstap naar het Kasteel van Loppem

Dinsdag 23 september



Op enkele kilometers van Brugge vinden we een uniek en imposant kasteel, omgeven door een romantische Engelse tuin. Het volledig intact gebleven interieur van het Kasteel van Loppem (1863) ademt geschiedenis uit. Tevens werd daar het algemeen enkelvoudig stemrecht voor mannen door Gentenaar Edward Anseele onderhandeld. Over die rol zal Eric Bauwens, auteur van de biografie van Anseele, ons in Loppem meer vertellen.

We starten 's morgens met een rondleiding in het kasteel, picknicken dan in de prachtige tuinen (picknick + drank meebrengen), testen de doolhof van het domein uit, doen een wandeling van zo'n 3 km op het domein en sluiten de dag af met een drankje in de tuinen van de Abdij van Zevenkerken. Ook hier zal je duiding krijgen over een aantal historische wetenswaardigheden over Zevenkerken.

We vertrekken aan het parochiaal centrum om 9 uur.

Rondleiding met gids om 10.15 uur – Voor zij die een museumpas hebben is de toegang gratis, voor anderen € 7 (ter plaatse toegang aankopen).

We rijden met persoonlijk vervoer: chauffeurs kunnen zich melden, anderen delen mee of ze vervoer willen. Zij die meerijden, betalen persoonlijk € 6 aan de chauffeur. Wie alleen komt, wordt om 9.45 uur op de parking van het kasteel verwacht.

Je bent ingeschreven voor deze activiteit na betaling van € 6 (gids) op de rekening van Okra Oude Bareel.

Interessant : [Podwalk Kasteel van Loppem - Stappen door de kasteelgeschiedenis | Brugse Ommeland](#)

Gebruik Smartphone voor beginners

Het gebruik van de smartphone is niet altijd even gemakkelijk. Door de snelle evolutie van de digitalisering in onze samenleving moeten we ons voortdurend aanpassen. Om meer vertrouwen te krijgen bij het gebruik van de smartphone worden er opnieuw enkele lessen gegeven. Deze sessies richten zich op de volgende onderwerpen: werken met de camera en galerij, verschil tussen Wifi, 4/5G, Bluetooth, leren werken met Its'me en de Helena app, Google lens, Whatsapp, Google maps en het scannen van papieren documenten met de smartphone.

De nieuwe reeks zal doorgaan op volgende vrijdagen: 03/10 – 24/10 – 07/11 – 14/11 en 21/11, telkens van 14 uur tot 16.30 uur. Het aantal deelnemers is beperkt tot 12.

Opgelet: Er zal voorrang gegeven worden aan mensen die nog niet hebben deelgenomen aan een vorige sessie.

De bijdrage voor de cursus bedraagt € 20 (incl. koffie). Stort dit bedrag op onze rekening BE51 8906 3432 4962 en je bent ingeschreven. Meer info bij sabine.verle@gmail.com of annie.mussely@hotmail.com 09/228 84 72 of 0479/29 22 56

Daguitstap naar Antwerpen Museum aan de Stroom – M.A.S.

Dinsdag 4 november



Het M.A.S. is een speciaal gebouw met een wandelboulevard die op elke verdieping een speciaal uitzicht geeft over de stad. Elke verdieping brengt een ander verhaal over Antwerpen. Als wereldstad en haven heeft Antwerpen een rijk verleden.

We gaan meerdere zalen bezoeken met een gids en nadien is er nog de mogelijkheid om op eigen tempo ofwel iets te herbekijken ofwel rustig te genieten van het uitzicht vanop de wandelboulevard.

Praktisch:

- ☞ Wanneer?
Dinsdag 4 november 2025
- ☞ Vervoer?
Trein van Gent Dampoort naar Antwerpen Centraal
Samenkomst om 9.45 uur, elk zorgt zelf voor treinticket. Vertrek trein om 10.02 uur
Aan Antwerpen Centraal nemen we de bus naar het MAS
- ☞ Lunch:
In café Storm is er gelegenheid voor een kleine lunch
- ☞ Elk betaalt individueel de inkom € 6 of maakt gebruik van de Museum pas.
In het museum kan enkel met kaart betaald worden. Bezoek met gids start om 13.00u

Gelieve in te schrijven, **vóór 7 oktober** door € 6,50 (dit is enkel voor de gids) over te schrijven op de rekening van Okra Oude Bareel BE51 8906 3432 4962 met vermelding "MAS".

Meer info bij annie.mussely@hotmail.com 09/228 84 72 of 0479/29 22 56 of bij monique.den.haese@gmail.com

Lijndansen



We starten op dinsdag 9 september vanaf 14 uur tot 16.15 uur in de Kring Oude Bareel met een nieuwe lessenreeks tot 16 december.

Vanaf dinsdag 7 oktober om 13.30 uur wordt er een reeks van 6 lessen gegeven voor nieuwkomers, aan de aantrekkelijke prijs van €10.

Ben je onbekend met lijndansen, dan kan je komen uitzoeken of dit iets voor jou zou kunnen betekenen.

Lijndansen is een plezierige en sociale activiteit die je lichaam fit houdt, je geheugen, coördinatie en evenwicht verbetert en de kans op depressie vermindert.

En dan is er nog het positief effect van muziek, dus meedoen !

Voor de reeks van 13 lessen lijndansen betaal je € 50 op de Okrarekening BE51 8906 3432 4962 vóór 1 oktober.

Meer info bij annie.mussely@hotmail.com tel 09/228 84 72 of 0479/29 22 56.

Initiatielessen lijndansen

Vanaf dinsdag 7 oktober willen we nieuwkomers een kans geven lijndansen aan te leren. Dwz 6 weken van 13.30 uur tot 14 uur aan de aantrekkelijke prijs van € 10. Indien je mensen kent die interesse hebben, laat ze maar komen. Graag storten op de Okrarekening BE51 8906 3432 4962 vóór 1 oktober.

Fotoclub:



Op donderdag 4 september om 14 uur in de parochiale kring.
Info: ericdeloof@skynet.be of geertvandaele2003@yahoo.com

Praetcafé:



Op donderdag 11 september in het parochiaal centrum om 14.30 uur. Je kan komen kaarten, rummikub of een ander gezelschapsspel spelen of gewoon een babbel doen. Ook is er steeds iemand aanwezig om informatie te geven over computer, smartphone of tablet.
Info: gilbert.praet@skynet.be of 0476 90 59 72 of hildedecock996@gmail.com of 0473 84 72 34.

Wandelvoetbal:



Elke maandag.
Tijdstip en plaats zijn afhankelijk van de weersomstandigheden.
Info bij dirk.verdonck2@telenet.be en motoguzzi.marc@gmail.com

Fietsen:

Opgelet andere datum (4de donderdag i.p.v. traditionele 3de donderdag!



Op 25 september fietsen we naar Zevergem. Start om 14 uur aan het parochiaal centrum Oude Bareel. Helm en hesje warm aanbevolen!

Info bij: persijn.geeraert@scarlet.be

Padel:



Elke donderdagvoormiddag tussen 9 uur en 13 uur op TC De Krijte - Krijtestraat 60 Oostakker. Info: dirk.vantroos@skynet.be of 0473992036. Elke dinsdagvoormiddag om 10 uur en 11 uur op Padel 4u2 - E. Hielstraat 108, Gentbrugge.

Info: christelle.vanrijn@gmail.com

Wekelijks wandelen:



4,5km of 7,5 km iedere donderdagvoormiddag om 9.30 uur en elke dinsdagnamiddag om 14 uur. We komen samen aan de hoek van de Lijsterbesdreef en de Nachtegaaldreef

Inschrijven: moniek.degheest@hotmail.com of 09 228 92 82

Petanquen:



Iedere vrijdag van 14 uur tot 16 uur in de parochiale kring Oude Bareel. €1 ter plaatse te betalen.

Info paul.deduytsche@gmail.com

Samen uit eten gaan:



Voortaan gaan we eten in het restaurant "Arbed" in Gentbrugge.

Op 26 september om 12 uur.

Wegens verbouwingswerken in Parnassus kunnen we daar voorlopig niet meer reserveren. Daarom hebben we een ander sociaal restaurant gekozen nl. ARBED in Gentbrugge, Kerkstraat 108. Prijs € 17,00 storten op onze bankrekening vóór 20 september. We nemen de bus om 11 uur aan P&R tot de Dampoort, dan overstappen op bus 11 naar Gentbrugge.
Info: hildedecock996@gmail.com of 0473 84 72 34

Zondagsgevoel:



Op zondag 14 september. We verwachten je om 15 uur in Rozebroeken.

Info bij annie.mussely@hotmail.com tel. 09 228 84 72 of moniek.degheest@hotmail.com

Zondagswandeling:

Op 28 september is er de maandelijkse stadswandeling om 10u + vrijblijvend aperitief in Gent. Afspraak onder de stadshal met Bart.

Zwemmen



Op 1 september start OKRA Oude Bareel met een OKRA zwemprogramma in zwembad Lago Gent Rozebroeken. De bedoeling is om op eigen tempo voldoende bewegingsoefeningen te maken gedurende 1 uur per week, elke maandagnamiddag tussen 16 uur en 17 uur.
Het deelnemen aan deze activiteit gebeurt via een 11-beurtenkaart (10 beurten betalend) aan een tarief van € 20 voor Gentenaars en Destelbergenaars. Voor niet-Gentenaars kost een 11-beurten-kaart € 40. De kaart is een jaar geldig. Samenkomst deelnemers : om 15.45 uur aan de ingang van het zwembad.

Info: dirk.vantroos@skynet.be - 0473992036

Genealogie



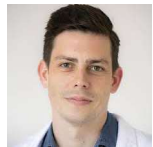
Benieuwd naar je voorouders, hun gezinssamenstelling, woonplaats en beroep? Met een beetje geluk komen we tot de beginjaren 1600 via opzoekingen in de registers van de burgerlijke stand en de parochieregisters.

Interesse? Kom dan eens langs tijdens het praetcafé op donderdag 11 september om 14.30 uur in het parochiaal centrum Oude Bareel, Beelbroekstraat 2, Sint-Amandsberg.

Om te starten hebben we wel wat gegevens nodig zoals bv. geboorte- of huwelijksakten van je ouders vanaf ongeveer 1900 omdat we pas vanaf dan de registers kunnen raadplegen. Eveneens laptop of tablet meebrengen indien mogelijk. Info andre.de.bock@skynet.be of eddywoussen@telenet.be

Gent:

Dinsdag 9 september - 14.30 uur.



Ons DNA in ziekte en gezondheid door Tim Van Damme.

In de jaren 90 sloegen wetenschappers over de hele wereld de handen in elkaar om onze genetische code voor het eerst van A tot Z te lezen. Het zou uiteindelijk 10 jaar duren voor ze slaagden in hun opzet.

Tim Van Damme is arts en onderzoeker aan het Centrum Medische Genetica van het UZ Gent.

Locatie : Clemenspoort - zaal'De Parel' - Overwale 3 - 9000 Gent

Prijs leden: € 7 - Prijs niet-leden: € 10. Ter plaatse betalen. Inschrijven: niet nodig .

Okra Reizen

Vanaf 1 september start Okra-Reizen zijn nieuwe werking. Een reisorganisatie, helemaal zelfstandig en met als doelpubliek de actieve 55 +er. Cultuurreizen, verblijfsvakanties, fietsvakanties, themareizen, singlereizen... alles komt aan bod! Voortaan zal in het Okra-magazine de brochure voor de winter- en zomerreizen toegevoegd zijn.

Vanaf 4 september kan je de najaars- en wintervakanties boeken:

Online vanaf 9 uur op <https://okra-reizen.be>

Telefonisch vanaf 9.30 uur op het nummer 02 246 67 16

Wens je een mail te sturen naar Okra-Reizen? => info@okra-reizen.be

Wil je de website bekijken? => www.okra-reizen.be (vanaf 1 september!)

Okra Promenade-orkest



Op dinsdag 14 oktober 2025 verwelkomt het 50-koppig OKRA PROMENADE ORKEST u voor een sfeervol optreden met muziek gaande van licht klassiek over musicalliedjes tot popdeuntjes. Dirigent is Hans Moreels, solisten zijn (alt) Carine De Clercq en (accordeonist) Bert Lenny.

Nic Fruru praat de melodieën aan elkaar.

Kaarten: 15 € te bekomen op 0479 993932 of gilbert.vds@belgacom.net (kaarten adk 16 €).

Waar: Kerk van Zaffelare, aanvang: 15 uur - deuren 14.30 uur.

VANAF DEZE MAAND KAN JE JE LIDGELD 2026 BETALEN

Nieuwe leden die zich vanaf 1 september aansluiten bij ons trefpunt, zijn lid tot einde 2026.

Okra-lid € 33

Okra-gezinslid € 56 (voor beide partners)

WZC-bewoner € 13 een eventuele partner (al dan niet in het WZC) betaalt ook € 13

Okra-sport € 12 pp. (dit wordt integraal terugbetaald door je mutualiteit)

Als je wil deelnemen aan de talrijke sportactiviteiten van ons trefpunt, word je geacht ook lid te worden van Okra-sport. Aan dit lidmaatschap is ook een sportverzekering gekoppeld.

Dit lidmaatschap wordt door jouw mutualiteit terugbetaald. In februari zorgen wij voor de getekende documenten.

Alles mag in één bedrag worden overgeschreven op onze bankrekening BE51 8906 3432 4962 met vermelding "lidgeld 2026", je geboortedatum en emailadres.

Leden die voor het eerst aansluiten en lid zijn van de CM, ontvangen een eenmalige tegemoetkoming van € 10.

NOTEER IN UW AGENDA

Maandag 1 september
Woensdag 17 september
Dinsdag 23 september
Dinsdag 4 november
Dinsdag 14 oktober
Donderdag 16 oktober

Maandwandeling: Domein Puyenbroeck
MUDEL met gids: Roger Raveel - Picnic
Bezoek Kasteel van Loppem + Abdij van Zevenkerken
Bezoek M.A.S. Antwerpen
Okra promenade-orkest in Zaffelarekerk
Optreden "De Valse Teefjes"