

okra

NIEUWS UIT Provincie Antwerpen

september – december 2026



Een nieuwe editie
boordevol nieuwtjes,
evenementen, sport-
activiteiten en
zoveel meer uit
OKRA provincie
Antwerpen

Vragen, opmerkingen of suggesties rond de OKRA-werking
in onze provincie Antwerpen? Mail naar provincieantwerpen@okra.be
of neem contact op met één van onze 3 secretariaten:

- **secretariaat Antwerpen:** 02 246 67 13 of antwerpen@okra.be
- **secretariaat Mechelen:** 02 246 67 11 of mechelen@okra.be
- **secretariaat Turnhout:** 02 246 67 12 of turnhout@okra.be

www.okra.be/antwerpen

ALGEMEEN NIEUWS

WIST-JE-DAT...

- OKRA is de grootste seniorenvereniging in Vlaanderen en Brussel met 1.000 trefpunten, 12.000 vrijwilligers en 120.000 leden. In de provincie Antwerpen engageren zich zo'n 3.000 vrijwilligers voor maar liefst 29.000 leden!
- **OKRA provincie Antwerpen organiseert elk jaar verschillende interessante daguitstappen. In het jaar 2026 werden uitstappen naar zee, het land van Herve en Namen georganiseerd.**
- We zetten het jaar 2027 feestelijk in met opnieuw een prachtig nieuwjaarsconcert. Zet 25/01/27 alvast in je agenda.
- **Naast de bestaande academies zal in het voorjaar 2027 ook een Kempense academie van start gaan.**
- Sinds augustus 2026 versterkt Margot Feremans het provinciaal team. Margot is (voorlopig nog in samenwerking met Lieven Rijckooft) streekpuntcoördinator Dijle en Nete.

BREIN GEPRIKKELD

OKRA organiseert op verschillende plaatsen in onze provincie tal van lezingen en voorstellingen over uiteenlopende thema's. Zin in een boeiende én gezellige namiddag? Lees dan zeker verder.

Groot-Antwerpen, Antwerpen Noord en Voorkempen

Hou je van actuele onderwerpen zoals de oorlog in Oekraïne, de impact van VS-president Trump of digitale fraude?

Of verdiep je je liever in gezondheidsthema's zoals sterke botten en soepele gewrichten, ouder worden en het geheugen, of de evolutie in kankeronderzoek en -behandeling?

We reizen ook graag terug in de tijd: naar de sixties, het verzet tijdens de Tweede Wereldoorlog of naar muzikale vrouwen uit de 19^e en 20^e eeuw.

Deze en vele andere lezingen vinden plaats op drie vaste locaties: Antwerpen, Kalmthout en Zandhoven. **Meer info?** Mail naar antwerpen@okra.be of bel 02 246 67 13.

Heb je zelf een onderwerp waar je graag meer over wil weten? Doe ons een voorstel, en misschien krijgt jouw idee wel een plaats in een volgende reeks.

Mechelen, Lier, Klein-Brabant

Ook in deze regio staat er een boeiend academie aanbod klaar. **Wil je weten welke thema's binnenkort op het programma staan?** Stuur een mailtje naar mechelen@okra.be of bel 02 246 67 11.

Noorder- en Zuiderkempen

De eerste plannen voor een nieuwe academiewerking werden gemaakt! Nog even geduld, in het voorjaar 2027 vinden de eerste voordrachten in Turnhout en Mol plaats.

Interesse? Mail naar turnhout@okra.be of bel naar 02 246 67 12.



Toneel 'Afscheid'

Ken jij het OKRA-toneelduo Guy en André al? Misschien zag je eerder hun voorstellingen *Afscheid*, *Schaakmat* of *Weerzien*? Wegens groot succes brengen onze toneelspelers in het najaar van 2027 het stuk *Afscheid* opnieuw op de planken.

Afscheid vertelt het verhaal van twee weduwnaars die elkaar toevallig ontmoeten op een bankje op het kerkhof. Wat volgt, is een perfecte mix van humor en emotie waarbij een traantje mag, maar waar de gelukzalige momenten de bovenhand halen. Geen gezwets maar een boeiende verhaallijn recht uit het leven gegrepen, opgevoerd door twee ervaren acteurs.

Volgende toneelvoorstellingen liggen al vast:

- Turnhout – 2 februari
- Wuustwezel – 12 februari
- Vlimmeren – 25 februari
- Lippelo – 3 maart
- Westmalle – 10 maart
- Borsbeek – 12 maart
- Lille – 16 maart
- Boechout – 23 maart
- Minderhout – 8 april
- Oelegem – 29 april
- Linkeroever – 19 mei

**Waarschijnlijk wordt deze lijst nog uitgebreid, aangezien de boekingen nog volop lopen.*

Interesse om met je trefpunt een voorstelling te programmeren?

Mail naar tinne.hillen@okra.be of bel naar 02 246 67 12.

NIEUWJAARSCONCERT

Het Nieuwjaarsconcert van OKRA provincie Antwerpen krijgt in 2027 een frisse, verrassende invulling. The Belle Époque Orchestra, onder leiding van Rik Ghesquière, brengt een feestelijk totaalconcept waarin muziek, zang en dans samenkomen in de sfeer van de Belle Époque.

Met herkenbare melodieën, verrassende arrangementen en theatrale accenten wordt het een warme en meeslepende start van het nieuwe jaar. Jong internationaal talent van de Musica Mundi School zorgt voor een inspirerende generatiemix. De presentatie is in handen van Connie Neefs, die het publiek met haar vertrouwde charme door het programma leidt.

Prijs: leden €35, niet-leden €45.

Inschrijven kan vanaf 1 september 2026 tot 18 december 2026 via je eigen trefpunt, of neem contact op met OKRA - provincie Antwerpen: provincieantwerpen@okra.be of 02 246 67 05.



70 JAAR OKRA Night of the Proms

Op donderdag 19 november 2026 vieren we samen een onvergetelijke Night of the Proms in de AFAS Dome in Antwerpen. Een groots muzikaal feest in het kader van 70 jaar OKRA. Een matinee, exclusief en in première voor OKRA! Niemand minder dan special guest Bart Peeters (exclusief voor OKRA), Holly Johnson (Frankie goes to Hollywood) en Vanessa Amorosi zullen 70 jaar OKRA tot een feest maken om nooit te vergeten. Presentator is Niels Destadsbader. En uiteraard: het Antwerp Philharmonic Orchestra, huisband van Night of the Proms en het koor Fine Fleur.

TOEKOMSTIGE ACTIVITEITEN



Reiscafé OKRA-REIZEN

Zorgeloos samen de wereld ontdekken: dat is OKRA-REIZEN. Of je nu kiest voor rustige kwaliteitsvakanties, culturele ontdekkingen of actieve uitstappen op maat van senioren, je vindt altijd iets dat bij je past. Je reist bovendien in fijn gezelschap van gelijkgestemden, met professionele gidsen en een programma dat tot in de puntjes is verzorgd.

Ben je benieuwd naar onze vernieuwde reiswerking en het nieuwe aanbod? Kom dan zeker langs op het reiscafé van de provincie Antwerpen en ontdek samen met onze OKRA-reisbegeleiders welke mooie bestemmingen er op het programma staan voor 2027!

• Reiscafé Antwerpen:

08/01/2027

van 13u30 tot 16u30.

Post-X (gebouw 36 – 6^e verdieping – zaal Oase), Borsbeeksebrug 36, 2600 Antwerpen

Meer info via OKRA-REIZEN:

info@okra-reizen.be of 02 246 67 16.



1000 KM VOOR KOM OP TEGEN KANKER

Tijdens het HemelvaartswEEKend van 14 tot 17 mei vond opnieuw de jaarlijkse 1000 km voor Kom op tegen Kanker plaats. Team OKRA sport+ nam voor de tiende keer deel en droeg met trots teamnummer 831.

Acht Kempense fietsers (Tom, Rik, Rik, Patrick, Erik, Jan, Ine en Rob) reden elk 125 km en zamelden samen €5.500 in voor Kom op tegen Kanker. Dat bedrag kwam tot stand dankzij verschillende trefpuntactiviteiten en tal van individuele giften. Een bijzondere vermelding gaat naar OKRA-trefpunt Grobbendonk, die elk jaar opnieuw enkele duizenden euro's schenkt aan dit goede doel. De opbrengst van hun wekelijkse OKRA-café gaat integraal naar Kom op tegen Kanker.

Sociaal restaurant van OKRA Poppel valt in de prijzen

OKRA Poppel organiseert sinds vorig jaar wekelijks een sociaal restaurant, een lovenswaardig initiatief waar elke week zo'n veertig mensen aan deelnemen. Tijdens de Rerum Novarum viering op 12 mei in Antwerpen werden de vrijwilligers van OKRA Poppel feestelijk in de bloemetjes gezet. De provinciale viering, georganiseerd door Beweging.net, selecteerde tien projecten en activiteiten die extra erkenning verdienden. OKRA Poppel mocht daarbij de eerste prijs in ontvangst nemen voor dit prachtige initiatief. 'Het haalt mensen uit hun isolement', vertelt Louis Jacobs, voorzitter van OKRA Poppel.

De jury preeft onder meer dat OKRA Poppel...

- wekelijks een warm 'samen eten-moment' creëert.
- zich richt tot alleenstaanden, eenzaam, maar ook tot alle andere leden.
- hiervoor samenwerkt met de private partner Mieke Pap.
- dit alles aanbiedt aan een zeer democratische prijs.



DAGUITSTAP NAAR 'T ZEETJE

In mei en juni trokken heel wat trefpunten uit de provincie Antwerpen op daguitstap naar de zee. Lees hier hoe de uitstap van trefpunten Boechout en Edegem verliep:

Iedereen vroeg uit de veren, want om 6u50 vertrok de bus vanuit Boechout (met een tussenstop in Edegem) richting Koksijde.

De eerste halte was de school voor blindengeleidehonden, waar een enthousiaste presentatie werd gegeven over het centrum en de opleiding van de honden. Tijdens een demonstratie werd duidelijk hoe zo'n hond zijn baasje veilig door het verkeer loodst en een hindernissen-parcours moeiteloos afwerkt. Na het middagmaal in hotel Sandeshoved in Nieuwpoort volgde een bezoek aan de haven van Zeebrugge. In het ABC-gebouw werd een film getoond en extra toelichting gegeven over de

geschiedenis en werking van de haven. Tijdens de rondrit passeerden allerlei goederenstromen, scheepstypes, de marinebasis en de indrukwekkende zeeluis. Als onverwachte bonus liet zelfs een zeehondje zich zien.

Nog een korte pauze met een drankje, een wandeling aan het water of een sanitaire stop, en de groep kon moe maar tevreden huiswaarts keren.

Intussen zijn ook al heel wat Kempense trefpunten ingeschreven voor deze uitstap. In september is het de beurt aan de Noorder- en Zuiderkempens om deze prachtige dag te beleven!

Wil je meer info over de dag-uitstappen, georganiseerd door de provincie Antwerpen? Vraag aan de vrijwilligers van je trefpunt, mail naar OKRA - provincie Antwerpen: provincieantwerpen@okra.be of bel naar 02 246 67 05.



Stuur uw bad naar het rusthuis!

Wij plaatsen uw veilige douche in 1 dag

Wij helpen u ook met uw subsidieaanvraag!

Veilig douchen in 1 dag

www.ckservice.be



0493/33.39.88

info@ckservice.be

Hengelwedstrijd in Retie

Op 19 mei vond in Retie de hengelwedstrijd van OKRA plaats. Gasttrefpunt OKRA Retie en hengelclub *De Goudkarper* verwelkomden een dertigtal vissers en zo'n zeventig supporters. Zelfs het OKRA-journaal was aanwezig om deze unieke sportieve ontmoeting in beeld te brengen. Benieuwd naar de reportage in het OKRA-journaal? Surf naar www.youtube.com en typ 'OKRA-journaal' in de zoekbalk.

Het winnende trefpunt was OKRA Arendonk, dat de grootste vangst binnenhaalde. Hoewel het weer niet helemaal meezat, werd het toch een mooi succes. Meteen staat vast dat er volgend jaar een vervolg komt. Vissers, noteer alvast in jullie agenda: **dinsdag 25 mei 2027** in Arendonk.





Ook dit najaar staat er weer heel wat sport op het programma. Lijndansen, wandelen, fietsen... of hou je van wat extra pit en sluit je aan bij het hiken of biken?

Lijndansinstuif

Schud je dansbenen los en geniet van een gezellige, sportieve namiddag samen met heel wat lijndansgroepen uit de provincie!

Maandag 9 november – van 14.00 tot 17.00 uur
GC Den Boomgaard – Antwerpsesteenweg 43, Broechem

Prijs: €12,00 (incl. tas koffie/thee en een stuk taart)
Inschrijven kan tot 23/10 via je trefpunt.

Supporters zijn welkom! Graag ook even inschrijven.

Meer info via OKRA – provincie Antwerpen:
provincieantwerpen@okra.be / 02 246 67 05.

Hiken en biken

Sportief aangelegd? Wandel je graag tochten van 20 kilometer? Of mountainbike je graag 50 kilometer? Bekijk dan het onderstaande aanbod!

HIKERS groepswandeling met begeleider

(groepen van ongeveer 20 personen)

- **22/9** – Strabrechtse heide – 21km
- **15/10** – Heppen – 19km
- **17/11** – Geel Bel – 21km
- **17/12** – Pulle – 20km
- **19/01** – Kalmthout – 21km

Meer info en inschrijven
bij tom.langmans@okra.be

MOUNTAINBIKE groepsrit met begeleiders en wegkapiteins

(groepen van ongeveer 50 personen)

- **8/9** – Brecht – 45km
- **22/9** – Holsbeek – 46km
- **13/10** – Londerzeel – 50km
- **29/10** – Dessel – 48km
- **10/11** – Eersel – 45km
- **24/11** – Dessel – 45km

Info en inschrijven bij
tom.langmans@okra.be

Fietsen

De zomer stond opnieuw in het teken van de vele fietsevenementen die door OKRA-trefpunten werden georganiseerd. Van de Trip Trap in streekpunt Dijle en Nete tot de fietstreffens in de Noorder- en Zuiderkemp en de fietsgordels in Antwerpen-Noord en Voorkemp.

Hoewel de meeste activiteiten plaatsvonden in juni, juli en augustus, is er nog één kans om mee te genieten.

Op **10 september** vindt in Wechelderzande het laatste fietstreffen van het seizoen plaats. De Zandfluit – Tulpenlaan 1, Wechelderzande
11u30 tot 16u00

Info & inschrijven:
ludovanechelpoel@hotmail.com



Vrijwilligers

12.000 vrijwilligers ... je las het al in onze wist-je-datjes. Zóveel mensen die zich keer op keer inzetten voor de fantastische werking van OKRA. Zonder hen geen OKRA-feesten, geen daguitstappen, geen sportactiviteiten, geen lezingen ... Zonder hen geen gezellige ontmoetingen met elkaar ... En zonder hen had je zelfs dit magazine niet in handen gehad!

op de dansvloer. Een welverdiend moment om hen te bedanken voor alles wat ze dagdagelijks voor de OKRA-leden doen.

Er werd bijgepraat, gelachen en genoten van de sfeervolle muziek van de Nederlandse zangeres Simone van de Velde. En als kers op de taart een selectie heerlijke dessertjes waar iedereen zichtbaar van genoot.

Op donderdag 11 juni werden de vrijwilligers, en dan specifiek de contactpersonen binnen trefpunten, extra in de bloemetjes gezet. In zaal Den Boomgaard in Ranst mochten zij voor één keer de voetjes onder tafel schuiven ... of

Ook via deze weg zeggen we een oprechte dankjewel aan alle vrijwilligers die, op welke manier dan ook, iets betekenen voor OKRA!

Medewerkers

Naast al deze vrijwilligers zijn er ook heel wat medewerkers actief bij OKRA. Zij ondersteunen de vrijwilligers met trefpuntbegeleiding, organiseren bovenlokale activiteiten, verzorgen vormingen, zetten zich in voor belangenbehartiging, administratie, ...

Ook zij mochten genieten van een ontspannende dag. Op 5 mei trokken de OKRA-medewerkers van provincie Antwerpen naar Westerlo. Ze genoten van een gegidste wandeling, aangevuld met lekkere en sfeervolle pauzemomenten. De combinatie van stappen, genieten en verbinden zorgde voor een topactiviteit.



GROEPSBEZOEKEN

Op zoek naar een boeiende plek voor jouw volgende groepsuitstap?

Verken Beringen samen met een gids, duik in het mijnverleden of ontdek verborgen parels tijdens één van onze groepsactiviteiten.



Bekijk het volledige aanbod op
www.visitberingen.be.