

**WOORD VOORAF****Over ontmoetingen en 70 jaar OKRA**

De lenteontmoeting van dit jaar was er eentje om te koesteren, vertelt Sonja, voorzitter van trefpunt Elsegem en streekpunt Oudenaarde. "Ik heb er echt van genoten. Het feit dat we er twee dagen van gemaakt hebben, gaf ruimte. Ruimte om te beleven, maar vooral ook om mensen te ontmoeten."

En dat laatste is voor haar de essentie van OKRA. "Je had tijd om eens een babbeltje te slaan. Niet alleen met mensen van je eigen trefpunt, maar ook met anderen. Je voelde echt dat mensen dat waarderen. Ze zijn blij dat je tijd voor hen maakt. De reacties waren gewoon heel positief."

Wat haar ook bijbleef, was de betrokkenheid van de organisatie zelf. "Het was fijn dat onze directeur er was en zich mengde tussen de mensen. Dat maakt het warm en menselijk. Je zag overal mensen die plezier hadden – en daar doe je het tenslotte voor."

In een feestjaar waarin OKRA 70 kaarsjes uitblaast, staat Sonja daar bewust bij stil. "Dat betekent veel. Ons eigen trefpunt bestaat binnenkort zelfs 60 jaar. Al die jaren brengt OKRA mensen samen, en dat blijft belangrijk. Natuurlijk is er in die 70 jaar veel veranderd. De manier waarop mensen naar hun pensioen kijken, bijvoorbeeld. Maar dat gevoel van verbondenheid, dat is er nog altijd."

Ze merkt wel dat het niet altijd vanzelfsprekend is om nieuwe mensen aan te trekken. "De interesses verschuiven. Maar als er bijvoorbeeld cultuur bij komt kijken, dan zie je jongere mensen wel. En het zijn vaak ook die mensen die spontaan willen helpen. Dat is hoopgevend."

Voor wie OKRA nog niet kent, heeft Sonja een duidelijke boodschap: "Mensen staren zich soms blind op het klassieke beeld van kaarten, petanque en koffie met taart. Maar OKRA is zoveel meer dan dat. Het samenzijn wordt vaak onderschat, terwijl dat net zo belangrijk is. Bovendien heb je niet alleen het trefpunt, maar ook de academie, provinciale activiteiten... En niet te vergeten: OKRA komt echt op voor de belangen van ouderen. Dat beseffen mensen soms te weinig."

Haar engagement binnen OKRA begon in een persoonlijke periode. "Ik ben erin gestapt toen ik een jaar weduwe was. En ik ben blijven doorgaan, omdat je voelt dat mensen dat appreciëren. Dat geeft energie."

Vandaag kan ze zich moeilijk een leven zonder OKRA voorstellen. "Oh ja, ik zou het enorm missen. OKRA is echt een deel van mijn leven geworden. Het geeft je sociale contacten, je voelt je nuttig. Zeker als je alleen valt na je pensioen of na het verlies van je partner, is dat zo belangrijk. Ik sta niet graag op de voorgrond, maar ik ben wel blij dat ik iets kan betekenen."

En net dat gevoel vat misschien wel samen waar OKRA al 70 jaar voor staat: mensen samenbrengen, verbinden en laten voelen dat ze erbij horen.

Sonja van Meerhaeghe
streekpuntvoorzitter Oudenaarde

INHOUD

- 2 **Hedwig vond weer levensvreugde bij OKRA**
- 3 **Thematrefpunt in de kijker: Academie Wetteren**
- 4-5 **Hier bruist het in Oost-Vlaanderen**
- 6 **Provinciaal aanbod en kalender**

COLOFON:

Redactie: Ingrid Samson, Lina Rouckhout, Anneke Van Steen, Cindy De Wilde, Sonja Van Meerhaeghe, Hedwig van de Meirssche, Marc De Vogel

Fotografie: Anneke Van Steen, Ingrid Samson, Lina Rouckhout, OKRA vzw

Hedwig werd lid van OKRA en vond er opnieuw levensvreugde



Soms kan één ontmoeting het verschil maken. Voor Hedwig van de Meirssche (71) uit Lede was dat zeker het geval. Sinds negen maanden is hij lid van OKRA, maar in die korte tijd kreeg zijn leven opnieuw kleur. Hij vertelt openhartig over verlies en nieuwe kansen.

Een moeilijke start

Na het overlijden van zijn vrouw belandde Hedwig in een zware periode. "Ik was echt in een zwart gat gevallen. Ik was depressief en zag het even niet meer zitten," vertelt hij. De stap naar OKRA kwam onverwacht. In de bibliotheek sprak iemand hem aan en gaf hem een duwtje in de rug, richting OKRA, om opnieuw meer sociale contacten te krijgen. Even later stond wijkverantwoordelijke Hilde bij hem aan de deur. "De warmte die zij uitstraalde en de info die ze gaf, maakten meteen indruk. Ze heeft me meteen overtuigd."

Warm onthaal

Zijn eerste echte ervaring bij OKRA was het paasfeest. En die maakte indruk. "Ze hebben meteen gekeken of er iemand was die ik kende, en ik kwam aan een tafel terecht met heel toffe mensen. Ik werd echt warm ontvangen. Dat moment zal ik niet snel vergeten." Die warme sfeer is volgens Hedwig ook wat OKRA zo bijzonder maakt. "Je leert nieuwe mensen kennen, vooral leeftijdsgenoten. Ze begrijpen wat je doormaakt."

Stap voor stap opnieuw genieten

Intussen kijkt Hedwig weer vooruit. Vooral de wandelingen zijn een vaste waarde geworden. "De wandeluitstappen met Martine, daar kijk ik altijd naar uit. **We wandelen samen, praten onderweg en achteraf drinken we nog iets. Dat zijn echt fijne momenten.**" Ook de ledenbijeenkomsten vallen in de smaak, en binnenkort neemt hij deel aan een daguitstap met de bus. Zijn agenda raakt opnieuw gevuld – maar vooral: zijn leven ook.

Opnieuw verbonden

OKRA bracht voor Hedwig niet alleen activiteiten, maar vooral mensen. "Ik heb heel veel nieuwe en leuke mensen leren kennen. Door OKRA heb ik weer zin in het leven gekregen. Meer levensvreugde." "Je komt ook mensen van vroeger tegen, zelfs verre familie. Zo groeit je netwerk opnieuw." Voor twijfelaars heeft hij een duidelijke boodschap: "Niet twifelen, gewoon doen. Als je alleen valt, heb je hier een netwerk waarop je kan terugvallen. Met de tijd maak je hier echte vrienden."

De zon weer laten schijnen

Als OKRA een lied zou zijn, hoeft Hedwig niet lang na te denken: **"Laat de zon in je hart."** **"Als de zon even niet meer schijnt in je leven en je voelt ze terugkomen... dat is zo mooi. Dat gevoel heb ik hier teruggevonden."**

THEMATREFPUNT IN DE KIJKER ↗

Academie Wetteren

Al meer dan dertig jaar brengt OKRA Academie Wetteren mensen samen rond cultuur. Wat begon als een initiatief van trefpunt Wetteren Centrum, groeide uit tot een warme en vaste waarde in het culturele leven van de gemeente. Dankzij de erkenning door het gemeentebestuur kreeg de Academie de wind in de zeilen – en die voelt ze nog elke dag.

VAN VOORDRACHT TOT VERRASSEND AANBOD

In het begin draaide alles rond voordrachten, maar al snel werd duidelijk dat er nog zoveel meer mogelijk is. Vandaag pakt de Academie uit met een gevarieerd programma vol beleving. Denk aan het feestelijke nieuwjaarsconcert, gezellige koffiemomenten, themadagen en sfeervolle concerten in de herfst en kerstperiode.

Het nieuwjaarsconcert is intussen een echte klassieker. Grote namen zoals Scala, Helmut Lotti, Jef Neve en Dana Winner stonden al op het podium. En er staan nog mooie dingen op de planning!

WARME MOMENTEN VOOR EN MET EEN TROUW PUBLIEK

De Academie kan rekenen op een enthousiast en trouw publiek. Om hen te bedanken, organiseren ze elk jaar "Op de koffie met...", een gratis ontmoetingsmoment met boeiende gasten. Namen zoals Martin Heylen, Joris Hessels en Ivan De Witte passeerden al de revue.

Daarnaast zijn er de "Dag van..."-activiteiten: volledige themadagen waarin je je helemaal kan onderdompelen. Van muziek en gezondheid tot televisie en grootmoeders keuken – telkens verrassend én gezellig.

MUZIEK DIE RAAKT

Concerten vormen een belangrijk onderdeel van het aanbod. In de herfst strijkt jaarlijks een bekende artiest neer, terwijl de kersthappening telkens een bijzondere muzikale sfeer brengt – van gospel tot klassieke muziek of sfeervolle candlelightconcerten.

Maar minstens even waardevol zijn de ontmoetingen achter de schermen: samen genieten van een lunch met artiesten is voor het team telkens opnieuw een hoogtepunt.

SAMEN MAKEN WE HET WAAR

Achter dit alles staat een enthousiast team van vrijwilligers, gesteund door sponsors en het gemeentebestuur van Wetteren. Dankzij hun inzet en steun kan de Academie blijven groeien en vernieuwen.

BLIK OP DE TOEKOMST

De ideeën blijven stromen! Zo staat er een spannende "Dag van de misdaad" op het programma, met een moorddiner dat creatief wordt uitgewerkt. Ook een muzikale evocatie van het Eurovisiesongfestival belooft een topser te worden.

Daarnaast wordt er blijvend geïnvesteerd in techniek, zodat elke activiteit een echte beleving wordt – voor spreker én publiek.



Zin gekregen?

Benieuwd naar wat Academie Wetteren te bieden heeft? Neem zeker een kijkje op de website of kom gewoon eens langs. Je bent meer dan welkom om mee te genieten van cultuur, en ontmoeting!

HIER
BRUIST
HET



Regionaal lijndansfeest Aalst en Dansinstuif Waas en Dender

Lijndans en OKRA, dat is al jaren een gouden combinatie. Het werd op-nieuw duidelijk tijdens onze lijndans-feesten in Aalst én Waas en Dender. Samen dansen op het ritme van herkenbare muziek zorgde voor twee warme en bruisende momenten.

Wil je weten waar je bij OKRA Oost-Vlaanderen aan lijndans kan doen? Neem eens een kijkje op onze website www.okra.be/oost-vlaanderen

Fotoshoot OKRA vzw

OKRA-leden uit Streekpunt Dender en Waas sprongen mee in het avontuur van een heuse fotoshoot. Eerst nog schoorvoetend maar al snel sloeg de vonk over... De sfeer werd losser, de lach luider en het zelfvertrouwen groeide zichtbaar met elke klik van de camera! Ook de mannen waren zelfzeker en uitgelaten, het was genieten en lachen!

Want stralend ouder worden? Dat heeft niets met klassieke schoonheidsidealen te maken. Het draait om uitstraling, energie en een positieve mindset. En die zat helemaal goed!

Deze toppers beleefden duidelijk de tijd van hun leven. Een dikke dankjewel aan de leden OKRA Wieze Club50+, Lokeren en Serskamp om zo krachtig te tonen waar OKRA voor staat: OKRA = #oudermaarnietout



Lenteontmoeting Salons Mantovani

1200 aanwezigen zakten af naar de provinciale lente-ontmoeting, dit jaar op 28 en 30 april. De formule: gezellig samenzijn met lekker eten, goede muziek, veel dansen en leute! En als extraatje Johan Veugelers op de accordeon, dat maakte de namiddag compleet!



De zotte OKRA week

Tijdens de Oost-Vlaamse Zotte OKRA-week van 8 tot 12 juni stapten we uit de dagelijkse routine, recht het avontuur in. We gingen de hoogte in met een ballon, dobberden gezellig op de Dender, en we ontdekten nieuwe werelden via Virtual Reality. Het werd een week vol plezier, gezonde competitie en samenhangigheid. Of het nu ging om een sportieve uitdaging of een rustige huifkartocht, overal klonk gelach en spatte het enthousiasme eraf.

Deze week toont perfect waar OKRA voor staat: mensen samenbrengen, kansen geven om te blijven groeien en vooral... samen genieten. En vooral: trefpunten konden ideeën sprokkelen om zelf mee aan de slag te gaan!



KALENDER SEPTEMBER - DECEMBER 2026



SPORT

STREEKPUNT GENT

- Trefdag/ bedevaart Gent en Eeklo op dinsdag 15 september. In de Sint-Hermes basiliek in Ronse.

STREEKPUNT AALST

- Regionale quiz op 1 december 2026

DANS

- Waar kan je dansen? (zie website)
- Provinciale lijndansopleiding op **vrijdag 16 oktober**

DAGWANDELINGEN

WAAS EN DENDER WANDELINGEN

- **29 september**
- **27 oktober:** Haasdonk
- **24 november**

OOST-VLAANDEREN WANDELINGEN

- **10 september** - Met Martin Meirlaan
- **16 oktober** (Opgelet: op vrijdag)

Meer info via oostvlaanderen@okra.be of 02 246 67 03

MOUNTAINBIKE OVL

- **Donderdag 17 september:** Asenede
- **Donderdag 15 oktober:** Drongen
- **Donderdag 19 november:** Deinze

Samen op pad,
voor elk tempo



FIETSTOCHTEN

WAAS EN DENDER

- **17 september**

EEKLO

- **25 september** - TP Sleidinge

Meer info via oostvlaanderen@okra.be of 02 246 67 03

Je kan het aanbod van alle sportactiviteiten vinden in de Oost-Vlaamse sport-brochure. Je vindt de sportbrochure in de digitale nieuwsbrief die we versturen aan alle leden met mailadres in februari, juni en november

Alle provinciale sport-activiteiten kan je vinden op de website van OKRA Oost-Vlaanderen door te surfen naar <https://okra.be/oost-vlaanderen/activiteiten/> Je kan de volledige brochure ook online bekijken en downloaden.

Liever een papieren exemplaar? Je kan ze aanvragen via het secretariaat van OKRA Oost-Vlaanderen



Nieuwsbrief voor leden!

Drie keer per jaar sturen we een nieuwsbrief naar alle Oost-Vlaamse leden met nieuws en interessante activiteiten uit onze provincie. Wil je de nieuwsbrief niet missen? Geef dan je mailadres door aan de leden-verantwoordelijke van je trefpunt.



Volg OKRA Oost-Vlaanderen op Facebook!

Wist je dat OKRA Oost-Vlaanderen ook een bruisende Facebookpagina heeft? Daar delen we regelmatig leuke sfeerbeelden van voorbij activiteiten, inspirerende momenten én kondigen we nieuwe initiatieven aan die je zeker niet wil missen! Neem dus zeker eens een kijkje en blijf op de hoogte van alles wat leeft bij OKRA.

Zoek gewoon op "OKRA Oost-Vlaanderen" en volg onze pagina. We kijken ernaar uit om je ook daar te verwelkomen!



Wandel eens in Diest rond

Een uitstap die bij iedereen in de smaak valt? Dan moet je in Diest zijn! Diest ligt pal op de grens tussen Vlaams-Brabant, Limburg en de Kempen en is het bezoeken meer dan waard. Je wandelt er dwars door de middeleeuwse straten naar het prachtige UNESCO-begijnhof en de indrukwekkende citadel.

Omgeven door groen en natuur kom je er helemaal tot rust, terwijl je in het **historische centrum** geniet van gezellige terrassen, lokale bieren en unieke boetiekjes.

Nog niet vertrokken? Visit Diest maakt graag een **programma op maat** van jouw groep.

MEER INFO

📞 **Visit Diest Infokantoor** +32 (0)13 35 32 74
📍 visitdiest.be/nl/inspiratie/groepen



Wordt uw woning te groot?

Wij helpen u zonder zorgen.



Wij luisteren naar uw situatie

We nemen de tijd om naar u te luisteren.



Geen verplichtingen

Een vrijblijvend gesprek, zonder druk.



Op uw tempo

U beslist, wij volgen uw ritme.



Wij regelen alles

Wij zorgen voor alle administratie.



U hoeft niets op te ruimen

Wij kopen de woning zoals ze is.

Ervaringen van anderen



Wij konden alles achterlaten en werden volledig geholpen. Dat gaf ons rust.

– Maria en André (Kortrijk)



Discreet, eerlijk en met respect.



Denkt u eraan kleiner te wonen?

Bel ons gerust voor een vrijblijvend gesprek.

0469 250 250



huizenkopers

Wij helpen u stap voor stap.



Persoonlijk contact



Betrouwbaar en veilig



Een oplossing die bij u past