



De senioren van **OKRA - Essenbeek**  
nodigen u uit op hun jaarlijks

# Herfstfeest

**Zaterdag 19 september 2026 van 11u30 tot 21u00**  
**Zondag 20 september 2026 van 11u30 tot 16u00**

in het "**Vergeet-Mij-Nietje**" - Kasteelstraat 124 - 126 - Essenbeek Halle

*Verzorgde spijzen aan matige prijzen*

Het bestuur dankt u bij voorbaat voor uw bezoek !

## Het woordje van Jan . . .

Beste Okravrienden, teamleden en vrijwilligers,

Tempus fugit, zeiden de Romeinen. De tijd vliegt snel en bij het ouder worden nog sneller, dus gebruik hem wel, of beter leef nu, zonder uitstel. Na een zware geslaagde operatie is ze (87) tevreden. Ik ben blij dat ik mag wakker worden, opstaan en genieten van het leven. Ik heb ook eetlust. Merci, vertelt ze.

13 juli. Rust in de ronde, geen WK. Morgen een topmatch en een bergrit. Kijken.

Telefoon naar pastoor Jos. Zijn stem klonk helder. Hij zou graag na de mis in Lucie Lambert eens rondgaan en de bewoners groeten. Maar dat kan niet. Jos, 86, blijft een zielenherder.

Na de mis in Sint-Rochus kondigt Raymond aan dat de deken de mis van 9.30 u. wil verplaatsen naar 11u. Iedereen zwijgt, één man reageert. Na de mis is bijna iedereen tegen. Gemor. Waarom niet spreken tijdens de mededeling in de viering? Typisch Vlaams? Hoe wordt je mondig, overal?

Zaterdag, 17 juli. 19°, afkoeling. Het doet deugd. In Spanje zal de temperatuur in bepaalde valleien stijgen naar 40°, een nieuwe hittegolf. De komende week zal het huis afkoelen, met ramen open om de morgenlucht binnen te laten stromen.

Jij bent een goede man, je vrouw heeft geluk met jou. 60 jaar samen, meer dan 10 operaties heeft zij ondergaan. Ja, zegt hij, een goede zot. Het geheim van de liefde, van een trouwe relatie, van een belofte. Ze dragen elkaar al meer dan 60 jaar. Het kan!



Naar een WZC geweest. Op bezoek bij een dementerende bewoner van +90. Niet de inhoud van het gesprek is belangrijk, maar het contact, de relatie, de verbinding. Ik word geconfronteerd met een progressieve ziekte. Langer leven, maar hoe? Zo? Niemand kiest zijn laatste fase, het zal zijn zoals het zal zijn. Ze is blij me te zien, maar klaagt: ik ben hier niet graag, ik wil weg, ik wil sterven. Ik heb geld en wat doe ik er mee, niets? Niets. Haar man is overleden, nu is zij in een WZC, goed verzorgd. Het is hier soms een zottekot, zegt ze. Ze woonde met haar man landelijk in een mooie villa. Zoals velen dacht ze dat dit eeuwig zou duren. Neen, dus. Er komt ooit een einde aan alles: aan de echtgenoot, aan het huis, aan het leven. Wat doe ik hier? Is dit een leven?

Doorgaan met leven? Dat moet je gewoon doen, zegt Sabine H. Niet tegen spartelen, de gang van het leven aanvaarden. De gewone dingen van het leven blijven doen (huishouden, koken, werken).

Gisteren een rijpe, à point, witte perzik gegeten. Heerlijk! Een nobele, delicate vrucht. Nu ingevoerd uit het zuiden, overvloedig, maar duur. Op de markt waren er tatjes pruimen te koop.

De liefdes van een leven. In een interview vertelt ze (Sabine, weervrouw) over de 2 liefdes van haar leven. Hebben jullie ook liefdes gekend? Hebben liefdes jullie leven getekend, gekleurd? Is er voluit leven mogelijk zonder liefde? Een liefde kan ook pijn doen, toch kan een mens niet leven zonder liefde. Liefde is ergens thuis komen bij iemand, voor iemand uniek zijn.

Maandag, een nieuwe week. Oud worden is minder moeten, minder presteren, meer je goesting doen, zich niet laten beïnvloeden door de anderen. Ga je weg. Roddelen ze? Laat ze roddelen. Durf neen zeggen, als het je niet zint of past. We zijn te oud om braaf en gehoorzaam te zijn.

Maandag, 20 juli. Grijze lucht, fris. Zondagavond gaan slapen, eerst nog wat gelezen. Zou ik niet eens gaan kijken of de match afgelopen is. Ik heb de laatste 15 min. gevolgd. Spannend. WK is gedaan, ik heb mooie tv-momenten beleefd. Morgen terug de Ronde, bergritten. Mooie landschappen.

Hij gaat bij de dokter. En? Duizelingen. Hou je vast, man. Mijn rug? Je bent lang en slank. Een zwakke rug. Hij is boos. Wat is dat voor een dokter! Dat zijn geen antwoorden. Veel dokters nemen senioren niet heel ernstig en antwoorden snel dat het de ouderdom is. Wat vragen senioren? Verlichting van de pijn, een lichte verbetering, begrip en troost. Dokters kunnen ons niet verjongen, maar wel de vragen achter onze vraag begrijpen: angst voor het einde, angst voor pijn. Dat vraagt tijd en luisterbereidheid. Gelukkig zijn er luisterende en begripvolle dokters.

Woensdag, 22 juli. Een grijze dag. Waar is de zon? Mensen gaan naar Spanje omdat daar veel plekken zijn met 300 zon-dagen per jaar.

Er zijn koppels die alleen met ruzie met elkaar kunnen communiceren. Een negatieve communicatie maar communicatie. Zijn onverschilligheid en stilte niet erger? Radio uit.

Pleasen. Behagen aan de anderen, altijd rekening houden met hen, zorgen, zijn best doen, om de andere leed te besparen en zelf bemind te worden. Vroeg of laat lukt dat niet meer. Stop met pleasen. Wees jezelf.

Deze morgen in de gesloten afdeling van een WZC, 7 bewoners in de living, slapend, in een relax, tot de soep komt. Nog contact? Weinig, maar er is contact, een blik, een naam, een aanraking.

Spanje verwacht dit jaar 100.000.000 bezoekers, toeristen, vakantiegangers, overwinteraars. Is dit nog leefbaar? Toerisme is een megabron van inkomsten, en dat heeft een prijs.

Duizenden op de vlucht voor bosbranden. Onder ons zullen er nog zijn die zich de vlucht in 1940 herinneren. Het is echt vluchten, veel achterlaten. Mensen vluchten voor oorlog, water en vuur.

We praten over Essenbeek, vroeger en nu. Toen leefde het dorp: veel winkels, bloeiende horeca, veel feesten thuis bij de bewoners, kermissen, verenigingen met hun kermissen, processies, volle kerk op zondag, ... nu slaapdorp, met veel auto's in de straten.

Zaterdag, 25 juli, de klokken luiden, om 10 u. kerkelijke begrafenis van Ghislain Debast (° Lembeek 1946-2026), gewezen voorzitter Orde van de senioren Halle en gewezen voorzitter carnavalgroep De Zavelkoppen. Thuis gekomen bij de Heer.

Niet: ik ben die ik ben, maar ik ben die zo geworden is en nog verander.

Gisteren een tocht door Steenhuffel, Malderen, Londerzeel, streek met veel groen. Oude dorpskernen rond de kerk en nieuwe woonwijken, omringd door natuur. Rond Brussel is er nog veel groen, dringend te beschermen en te bewaren! Daarna terugkeer langs de Bergensesteenweg, één steenweg met honderden winkels tussen Halle en Anderlecht, in volle vernieuwing. Wat een contrast. Stille dorpen en wijken in de natuur en een overdaad aan shopping en consumeren.

Waarover maak je je allemaal zorgen? Je hebt teveel tijd om te piekeren. Ga maar vlug werken in je tuin. Doe ik, Jan. Tot volgende keer.

Ik ben nog altijd blij dat ik Okra ontdekt hebt in 2014, dank zij de vraag van Sylvain: Jan, kom jij niet naar het bestuur van Essenbeek? Ja. Ik ben dankbaar voor 12 rijke jaren bij Okra. Ik heb mogen bijdragen tot het voortbestaan, de bloei en de vernieuwing van Okra, lokaal, regionaal en nationaal. Okra gaat zijn 70-jarig bestaan vieren. Gelukwensen!

Einde van het WK, einde van de Ronde, even rust. Sommigen zullen tevreden zijn, anderen zien uit naar de volgende koers: San Sebastian en de ronde voor vrouwen.

In de 10 jaar Okra heb ik vele verhalen gehoord over nieuwe heupen, knieën, lenzen, operaties van cataracten, maag, darmen, ... Hoorapparaten en rollators verschijnen. Nu ben ik ook bij die groep, met een pijnlijke knie. Het begin van een slijtageproces met pijn. Alles komt op zijn tijd, vroeger of later, niemand wordt vergeten, niemand houdt het tegen, tenzij met een beetje uitstel.

Duizenden mensen op de vlucht voor het vuur, moeten hun huis achter laten. Mensen zijn gehecht aan hun grond en huis, dikwijls een ouderlijk huis, een zelf opgebouwd huis, met veel inzet, waar hun kinderen opgroeiden. Huizen met een geschiedenis, deze achterlaten doet veel pijn. Na hechting, ont-hechting.

De dokter schrijft een lang briefje voorschriften, een vernieuwing en zegt: moesten 60 jaar geleden deze medicijnen al bestaan hebben, zouden we met een miljard mensen meer zijn op aarde. Wij leven langer en pijnlozer dank zij de medicijnen. X pillen 's morgens, X 's middags, X 's avonds. Wie niet?

Wie klaagt nu van de zomer? Hebben we een echte zomer gehad? Ja, te zomers, maar alles went na een tijdje.

Vrije mensen zijn mensen wiens verleden verleden is. Zij leven met een lichtere rugzak. Verleden is verwerkt, erkend, aanvaard en nu vooruit.

Pauline Neysens, in De Marentak, is 100 geworden. Een delegatie van het bestuur is haar gaan feliciteren. Nog veel mooie momenten, Pauline.

En met de tuin? De grond is als beton, vertelt hij, ik kan geen patatten uitdoen. Ik heb enkele courgetten, geen boontjes, een slecht jaar.

Hij kreeg een tafel op zijn voet. Naar de dokter. Jij hebt jicht. Drink je niet te veel? Je eet te rijk voedsel. Neen. Hij naar huis. Na enkele dagen naar de kliniek: voet was gebroken! Dokters kunnen zich ook vergissen. Mondig blijven! Zeg uw gedacht!

Hier staan we bij het stoffelijk overschot van... Het zal terugkeren tot stof, zie Aswoensdag. Hij is niet meer, zijn lichaam leeft niet meer. Wat blijft er over? Zijn ziel? Zal zijn lichaam verrijzen, heropstaan? Veel vragen.

Wat heb je geleerd uit je moeilijkste momenten? Dat ze voorbij gaan. Dat in de moeilijkheid de mogelijkheid ligt. Jo De Poorter.

Wat is ons leven veranderd met de gsm, later de iPhone, de PC, e-commerce (effe Bollen, Amazon), Netflix, Whatsapp, ... Wie schrijft er nog verjaardagskaarten? Iedereen is connected. Op de markt zie ik onze senioren telefoneren, betalen met de QR-code. Wie kan deze communicatietechnieken nog missen?

Augustus. Oogstmaand, korenmaand, arenmaand. Na 15 oogst begint het werkjaar op gang te komen. De opening van de scholen nadert, de vergaderingen gaan starten, het najaar zit in de lucht.

Het gemak. Uroloog Hoebeke: ook mannen moeten zitten om te plassen, vandaar het woord 'het gemak'.

Zij hebben de laatste tijd heel wat meegemaakt, ze kennen het AZ van binnen en van buiten. Nu zijn ze terug thuis. Wat voorbij is, is voorbij, het verleden komt niet terug, dus vooruit, zegt hij. Elke dag elkaar verder dragen. Hij is een optimist. Ik heb stille bewondering voor deze twee oude geliefden, al veel jaren samen.

Ook dit gaat voorbij, zei iemand. Ook ik ga voorbij, dacht ik.

Plots weet iemand dat het beste voorbij is. Er komen nog mooie dagen en momenten, maar de conditie gaat zachtjes achteruit. Het zelfvertrouwen neemt af, de onrust groet, men weet zich kwetsbaar. Toch opstaan en de rugzak opnemen voor een nieuwe dag. Wat waren de mooie momenten de voorbije week, vraag ik hem. Kleine dingen, antwoordt hij. Ik heb plezier gehad in de tuin. Meer moet dat niet zijn. Tevreden en dankbaar zijn om kleine dingen.

53% van het Spaans grondgebied is verwoestijnd land!

De bladeren beginnen te verkleuren, gevolg van de hitte als bescherming of het najaar?

Senioren herstellen minder goed van ziekten dan jongeren. De geneeskunde verlicht, maar kan niet altijd genezen. Sommige ziekten worden chronisch en maken van ons chronische patiënten en controlefreaks.

Zondag 9 augustus, 38 ooievaars op najaarstrek brengen de nacht door in Essenbeek, enkelen op het dak van café Rust op de berg, ontbeten op een maïsveld en vlogen door (HLN). Goede reis. Tot volgende keer.

Dit woordje loopt naar zijn einde. Er gebeurt niets groots en toch veel in ons leven. We hebben tijd en toch tijd tekort. Vergeet niet te leven, nu.

Als je dit woordje gaat lezen, is het september, scholen open, het najaar ingezet. Tot volgende keer, bij leven en welzijn.

Groet,

*Jan Rolies.*

## Opstapuur daguitstap naar Lokeren

In onze vorige edities hadden we het al uitvoerig over onze daguitstap naar Lokeren, op **vrijdag 18 september**, waarvoor de inschrijvingen intussen al geruime tijd zijn afgesloten. Vandaag kunnen wij jullie meedelen dat het **opstapuur** is vastgesteld om **7.45 u.** aan de kerk van Essenbeek. Geniet ervan!

## Een eeuwelinge in ons trefpunt !!!



Op 29 juli jongstleden vierde ons lid **Pauline Neysens** haar 100<sup>ste</sup> verjaardag! De grote refter van het woonzorgcentrum "De Maretak" was voor de gelegenheid stampvol gelopen met familieleden, vrienden, bewoners, verzorgend personeel en omgetoverd in een schitterend feestdecor. Ook een delegatie van het Halse stadsbestuur en uiteraard ook onze co-voorzitters Jacqueline De Smedt en Guy Sitou, onze penningmeester Gilbert Debast en gelegenhedsfotograaf Jef Verkens waren aanwezig, om de 100-jarige in de bloemetjes te zetten. Pauline werd geboren te Halle op 29 juli 1926 en is de enige overlevende van een gezin van 6 (zij had 3 broers en 2 zussen). Ze is de weduwe van Norbert Degreef, met wie ze op 19 oktober 1953 in het huwelijk trad. Zij woonde haar ganse leven in de Bosstraat te Halle (nu Hallerbosstraat) en kreeg 1 zoon René, 2 kleinkinderen

(Bart en Sarah) en 1 achterkleinkind (Axl). Zij is steeds huisvrouw geweest en bleef na haar huwelijk thuis wonen bij haar moeder, die zij nadien verzorgde.

Na een val, met een zwaar schouderletsel tot gevolg, verbleef ze een tijdlang in de kliniek. Nadien verhuisde ze naar De Maretak, waar ze nu reeds 5 jaar gehuisvest is. Behoudens een kleine fysieke handicap, verkeert Pauline nog steeds in een uitstekende mentale en psychische gezondheid.

Wij wensen haar uiteraard nog een aantal gelukkige jaren, in goede gezondheid!

Dikke, dikke proficiat Pauline, we zijn superfier op jou !!!



## Ledenontmoeting van september: OPENDEURDAG !



Tijdens onze ledenontmoeting **van dinsdag 1 september '26** zetten we **de deuren open! Afspraak om 14 u.** in ons vertrouwde **Vergeetmij nietje**. Ook nu zullen onze fervente kaart- en andere gezelschapsspelers weer uitgebreid aan hun trekken komen. Mochten er bovendien familieleden of vrienden van jullie belangstelling hebben in onze werking, dan mogen jullie die gerust eens uitnodigen en laten komen "proeven" van onze vereniging.

Nieuwe leden kunnen trouwens al vanaf september aansluiten bij ons Okra-trefpunt en zijn dan meteen lid voor 2027. Dit betekent concreet dat zij dit jaar, gedurende 4 maanden, nog gratis kunnen genieten van onze talloze voordelen (activiteiten, ledenontmoetingen, daguitstappen, het maandelijks OKRA-magazine en ledenblad, het bonnenboekje met talloze voordelen, enz), maar vooral van een grote vriendengroep en de geweldige sfeer!

**De lidmaatschapsprijzen voor 2027 bedragen:** 35 € voor een alleenstaand lid, 59 € voor een gezins-lidmaatschap en 14 € voor een partner van een WZC-bewo(o)n(st)er. Een WZC-bewoner is gratis lid! Opgelet: dit geldt niet voor de bewoners van een serviceflat.

Voor de sportleden (wandelen + petanque) blijft de bijdrage van 12 euro behouden. Dit bedrag kunnen zij trouwens achteraf recupereren via hun mutualiteit.

## Wandeling in september: 3<sup>e</sup> keer, goede keer?



Door de extreem warme weersomstandigheden, ging onze wandeling van de maand augustus in St-Martens-Lennik eens te meer niet door. Wij zullen een nieuwe poging doen **op dinsdag 8 september**. Wij komen zoals steeds samen aan de parochiekerk te Essenbeek om 13.30 u. en verplaatsen ons dan met een paar wagens naar het vertrekpunt, namelijk aan de St-Martinuskerk aldaar (Dorp 12 – St-Martens-Lennik).

Bij vragen of speciale wensen, gelieve contact op te nemen met onze wandelgids Rita Gijsen, op het nummer 0486/ 95 06 19

## In september wandelt Okra B-H-V in Blankenberge

Op **donderdag 24 september 2026** wandelt de OKRA wandelgroep BHV naar en door het natuurgebied Uitkerkse Polder.

Vertrek om **10.45 u.** aan het treinstation van Blankenberge.

Trein: Brussel-Noord 9.15 u., Brussel-Zuid 9.29 u. (onder voorbehoud van wijzigingen door de NMBS). We wandelen een lus van ongeveer 15 km.

Zin om mee te wandelen? Stuur een mailtje naar [rvbelle1@gmail.com](mailto:rvbelle1@gmail.com).

## OKRA Cultuur Brussel

**Wie wenst in te schrijven voor een activiteit van Okra Cultuur Brussel in het najaar, geven wij de raad om dit zo snel als mogelijk te doen, want de plaatsen zijn meestal beperkt en snel volzet!**

Ga naar de website: [www.okra.be/vlaams-brabant/okra-cultuur-brussel/activiteiten](http://www.okra.be/vlaams-brabant/okra-cultuur-brussel/activiteiten)

### Hulp nodig?

Stuur een berichtje met je naam en telefoonnummer naar [okrainbrussel@gmail.com](mailto:okrainbrussel@gmail.com) en ze nemen contact met jou op.

## Diamanten huwelijksjubileum



Op 23 augustus 2026 vierden onze leden **Georges Belsack** en zijn echtgenote **Paula Janssens** hun 60ste huwelijksverjaardag !!!

Van harte proficiat aan het "diamanten bruidspaar" en wij wensen hen nog vele gelukkige jaren samen in goede gezondheid !

## Activiteitenkalender tot en met oktober 2026

|                             |                                                                                 |                                                                             |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>1 september</b>          | Ledenontmoeting + OPENDEURDAG                                                   | Meer info elders in dit blad.                                               |
| <b>3 september</b>          | Academie "Reanimatie en gebruik van een AED toestel" – Okra Sint-Martinus Halle | OLV-centrum Halle, Ninoofsesteenweg 7, Halle, van 14 tot 17 uur.            |
| <b>7/14/21/28 september</b> | Petanque Groot-Halle om 13.30 u.                                                | Op de terreinen van 't Vergeetmijnietje.                                    |
| <b>7 september</b>          | Regionaal petanquetornooi te Herne                                              | Meer info in vorige editie.                                                 |
| <b>8 september</b>          | Maandelijkse wandeling met ons trefpunt.                                        | Meer info elders in dit blad.                                               |
| <b>18 september</b>         | Regionale daguitstap Lokeren met B-H-V                                          | Inschrijvingen zijn intussen afgesloten. Opstapuur: zie elders in dit blad. |
| <b>19/20 september</b>      | <b>Herfstfeest Okra Essenbeek</b>                                               | Zaal 't Vergeetmijnietje Essenbeek-Halle. Meer info elders in dit blad.     |
| <b>24 september</b>         | Wandeling met de wandelgroep B-H-V                                              | Meer info elders in dit blad.                                               |
| <b>26 september</b>         | Kaasfestijn Okra Sint-Rochus                                                    | Zaal Lindegroen, Degelaenstraat 1, Buizingen                                |
| <b>6 oktober</b>            | Daguitstap Wieze                                                                | Opstapuren bus: in volgende editie                                          |
| <b>8 oktober</b>            | Maandelijkse wandeling met ons trefpunt                                         | Meer info in volgende editie.                                               |
| <b>8 oktober</b>            | Wandeling met de wandelgroep B-H-V                                              | +/- 15 km – meer info in volgende editie                                    |
| <b>5/12/19/26 oktober</b>   | Petanque Groot-Halle om 13.30 u.                                                | Opgelet! Vanaf nu indoor in sportcomplex De Bres!                           |
| <b>13 oktober</b>           | Ledenontmoeting <b>met muziek en dans!</b>                                      | Zaal 't Vergeetmijnietje: vanaf 14 uur.                                     |



## Jarigen van de maand

09-09-1941 Irma OP DE BEECK

10-09-1935 Roger LORIES

11-09-1947 Nadine COBBAERT

12-09-1938 Jeaninne DERDELINCKX

13-09-1951 Jacqueline DE SMEDT

15-09-1946 Renaat SEGERS

15-09-1949 Danielle VANLAETHEM

17-09-1962 Muriel DECOSTER

18-09-1937 Marcel FIERENS

19-09-1945 Josée MERCKX

20-09-1948 Hubert DAMMANS

21-09-1935 Denise BUELINCKX

22-09-1948 André DE CLERCQ

23-09-1949 Gilbert DEBAST

24-09-1949 Lutgarde JANSSENS

25-09-1952 Godelieve DEBAST

27-09-1935 Maria DEBRAEL

27-09-1935 Elise LEROY

28-09-1932 Angeline MARCELIS

29-09-1946 André VANROY