



KLIK OP UW GEWENSTE ARTIKEL

 [Voorwoord](#)

 [Extra + Magazine](#)

 [Week activiteiten](#)

 [Zingeving
& Maand activiteiten](#)

 [Jarigen+](#) Huwelijk
In Memoriam

 [Moederfeest
\(verslagje\)+](#) [Sponsors](#)

 [Fietsclub](#)  **NIEUW**

 [Verslagjes op komst](#)

 [Tekengroep](#)

 [Wandelzoektocht
\(verslagje\)](#)

 [Academie](#)
Najaar 2026 

 [Helpdesk OKRA](#)

 [e5 Shopping](#)
70 jaar OKRA

 [Oud&NieuwTrip](#)

 [Lidgelden 2027](#)

 [Tekening v/d maand](#)

 [Website](#)

 [OKRA journaal](#)



[VACATURES](#)



Onze Sponsors

[Voetstudio](#)

[Lieve Hemel](#)

[Den Haen](#)

[Sponsors Moederfeest](#)

[Naar COLOFON](#)
+ AGENDA

[BRAINSTORM](#)
OPLOSSING + RESULTATEN

[BRAINSTORM](#)
OPGAVE

Voorwoord

Beste leden,
de schoolvakantie zit er weer op, maar met een beetje geluk is de zomer nog niet voorbij.
De zon is nog steeds van de partij en dat zijn wij zoals altijd bij **OKRA** ook natuurlijk.
Wij proberen met ons trefpunt zo goed en zo kwaad mogelijk Uw dagen een beetje op te vullen en op te vrolijken met onze activiteiten en ook al vooruit te kijken naar wat nog komen gaat in het najaar...
OKRA Linkeroever is en blijft er voor jou.

Vriendelijke groeten,
Annie, Jos, Lieve, Denise, Willy

Inhoud



KLICK HIER

Om direct naar de website van OKRA LINKEROEVER te gaan, klik op de pagina hierboven of op de "KLICK HIER" knop



KLICK HIER

Om direct naar OKRA MAGAZINE van deze maand te gaan, klik op de pagina hierboven of op de "KLICK HIER" knop



Scan met je SMARTPHONE de QR-code hierboven in en je krijgt alle info-gegevens over ons TREFPUNT



KLICK HIER

Wil je ons ook op FACEBOOK volgen, klik dan op het icoon hierboven of op de "KLICK HIER" knop

Inhoud

Wekelijkse activiteiten



BILJARTEN

Elke **woensdag** om **14u.**
in het SAC café



PRAATCAFÉ

Elke **woensdag** om **14u.**
in het SAC café



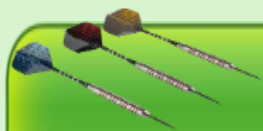
ZIT JE FIT

Elke **woensdag** om
13u.30 in het SAC
grote zaal



PETANQUE

Nog geen activiteit
wegens werken
Hanegraefstraat



DARTS

Elke **woensdag**
om **14u.** in het
SAC café



RUMMIKUB

Elke **woensdag**
om **14u.** in het
SAC café



KAARTEN

Elke **woensdag** om
14u. in het SAC
Zaal Belvédère



**TEMPO
TEAM**

FIETSEN

Elke **dinsdag** en
donderdag om **13u.30**
aan de kerk



CREA

Elke **woensdag**
om 14u. in het
SAC zaal
Belvédère



SCRABBLE

Elke **woensdag**
om **14u.** in het
SAC café

**Elke
woensdag**



TEKENEN

Elke **donderdag**
van 10u. tot 12u.
in het SAC zaal
Belvédère



**SLOW
TEAM**

FIETSEN

Enkel op **donderdag**
om **13u.30**
aan de kerk

Inhoud

Zingeving

*Probeer niet te
zijn zoals de
anderen...
Het is al moeilijk
genoeg om jezelf
te zijn.*

MAANDELIJKSE ACTIVITEITEN

OKRA **CULTUUR**

*Volgens info
in het krantje*



WANDELEN

3^{de} vrijdag

Uur in krantje

Inhoud

Speciale jarigen

01/09 Anita SOMERS	80
20/09 Maria VAN LAEKEN	90
20/09 Luce CEUNEN	80
20/09 Olga DEYAERT	80

Nog jarig...

03/09 Frank Voet	15/09 Marcel PANSAERTS
04/09 Cecilia VAN DE VELDE	15/09 Angele DE KONINCK
05/09 Monique TSHINKOMBA	16/09 Nadine ELSERMANS
09/09 Conia VAN BEURDEN	18/09 Jeannine DE ROECK
09/09 Rina CLAESSENS	25/09 Martina VAN OPSTAL
09/09 Christiane DUBOIS	28/09 Michel EECKHOUDT
10/09 Godeliva MAES	29/09 Christiane BLONDIAU
13/09 Constant VAN BERENDONCK	30/09 Rita DAMAN

Huwelijks verjaardag

60 jaar

10/09/1966

Mevrouw

Paula DE CLERCQ

en de heer

Willy GIJBELS

In Memoriam

De heer

Herman SOENENS

°05/08/1935

†20/06/2026

Mevrouw

Denise DE PRETER

°27/10/1929

†25/07/2026

**Het bestuur,
contactpersonen/kernleden en
leden bieden de nabestaanden
hun oprechte en christelijke
deelneming aan**

Inhoud



MOEDERFEEST

13 AUGUSTUS 2026

Alles, zoals gewoonlijk, weer dik in orde.

*De tafels en de versiering prima geregeld door een aantal van onze contactpersonen en door de ploeg van **CREA**.*

*Het eten was niet alleen lekker maar ook mooi gepresenteerd door de ploeg van het **SAC**.*

*De geschenkjes voor de mama's, oma's of gewoonweg alle dames werden ook door de **CREA** aangemaakt.*

En dan was er nog de jaarlijkse QUIZ, gepresenteerd door Frieda en Willy controleerde alles om te zien hoe jullie het ervan af brachten.

En dankzij de handelaars van Linkeroever werd er ook nog aan iedereen een prijs overhandigd voor de doorstane denkinspanningen te belonen.

Het was opnieuw een geweldige namiddag...



**Bekijk ook onze
SPONSORS**

Inhoud

SPONSORS Moederfeest

(in alfabetische volgorde)



**APOTHEEK
RAMSDAM**

*Blancefloerlaan 65
2050 Antwerpen*



**APOTHEEK
RIET MAES**

*Lode Zielenslaan 2
2050 Antwerpen*



**BEENHOUWERIJ
VAN PUYVELDE**

*Pieter Doorlantlaan 7
2050 Antwerpen*



**COOP
APOTHEEK**

*August Vermeylenlaan 31
2050 Antwerpen*



**COOP
APOTHEEK**

*Bouvaertlaan 31
2050 Antwerpen*



**DAGBLADHANDEL
MUS**

*Blancefloerlaan 54
2050 Antwerpen*



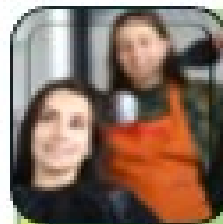
**DELHAIZE
PROXY**

*Fr. Van Eedenplein 48
2050 Antwerpen*



**FRITUUR
DEN HAEN**

*Hanegraefstraat 10
2050 Antwerpen*



**HAARMODE
CHANTAL**

*Hanegraefstraat 16
2050 Antwerpen*

Vervolg

Inhoud



HAIRLOGIC

*Mercatorstraat 65 b1
9100 Sint Niklaas*



**HET
TAARTENHUIS**

*Blancefloerlaan 53
2050 Antwerpen*



KBC

*Statiestraat 32
2070 Zwijndrecht*



**LOTUS
BLOEMENSHOP**

*P. Van Ostaeyenlaan 52
2050 Antwerpen*



NEW AVENUE

*Blancefloerlaan 63
2050 Antwerpen*



**SAC
ST.-ANNEKE
CENTRUM**

*Hanegraefstraat 5
2050 Antwerpen*



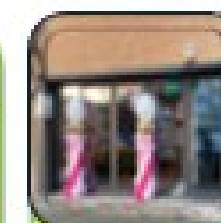
**SLAGERIJ
DE BOEVER**

*Blancefloerlaan 55
2050 Antwerpen*



**SPAR
LINKEROEVER**

*Gloriantlaan 24
2050 Antwerpen*



**TEAROOM
BRASSERIE
't GENOT**

*Waterhoenlaan 18
2050 Antwerpen*



**VOETSTUDIO
PASCAL STEPPE**

*Gaston Burssenslaan 1
2050 Antwerpen*

**WIJ DANKEN
JULLIE**

Inhoud



**TEMPO
TEAM**
FIETSEN

Elke **dinsdag** en **donderdag**
om **13u.30** aan de kerk
Jacques QUINTENS
0475/52 93 64




**SLOW
TEAM**
FIETSEN

Enkel op **donderdag** om
13u.30 aan de kerk
Betty GEYS
0495/62 32 64

OKRA fietsclub Linkeroever breidt uit.

In een vorig Okrakrantje is al eens gewag gemaakt van de oprichting van een tweede fietsgroep voor de iets tragere fietser.

We hebben meteen een WhatsApp-groep opgemaakt met de naam **OKRA SLOW** en er de leden in opgenomen die geïnteresseerd zijn of kunnen zijn om met deze groep mee te fietsen.

Betty Geys neemt de leiding van de groep die normaal elke donderdag gaat fietsen aan een gemiddelde snelheid van 15 à 16 km/uur.

Tenzij anders vooraf afgesproken, wordt elke **donderdag** om **13u30** verzameld aan de Sint -Anna ten Drieënkerk.

De huidige groep, o.l.v. **JAAK QUINTENS**, met de iets snellere fietsers (19 à 20 km/uur) gaat voortaan door onder de naam **OKRA TEMPO**.

Deze groep rijdt op **dinsdag én donderdag**.

Tenzij vooraf anders meegedeeld vertrekken ook zij om 13u30 aan de kerk.

Alle fietsers zijn verzekerd bij elke rit met de Okra.

Wij kijken uit naar jullie komst en wensen iedereen veel fietsplezier.



Inhoud

KLASSIEK AAN DE SCHELDE **DE VIJF SEIZOENEN**

OKRA
VERSLAG



ZATERDAG 29 AUGUSTUS 2026

TREFPUNTEN **DAGUITSTAP** **NAJAAR 2026**

OKRA
VERSLAG

1 september 2026

Namen,
Waar de Maas je gids is

Doordat wij voor ons OKRAntje ook met een deadline zitten konden we deze verslagen niet tijdig genoeg in orde brengen voor dit krantje.

Dus in ons OKRAntje van OKTOBER
ZAL JE HIER ALLES OVER TERUGVINDEN

Inhoud



TEKENGROEP

Etentje 2026 met
Zwart-Wit
tekengroep
30/06/'26

OKRA
VERSLAG

Ze hadden het gehad, ze wilden meer dan dat.
Niet alleen doe maar, het komt goed, maar ook een woordje uitleg hoe het moet.

Een nieuwe tekengroep ging van start.

Meerdere potloden en een wit blad. Maria leidde en bezielde deze bende, maar spijtig genoeg aan TOP Hat kwam een einde.
Gezworven van Linker Oever naar 't stad en terug. Van het ene dienstencentrum naar het ander en dan die verdomde Corona veranderde het één en ander.

Dan uiteindelijk, met een diepe zucht, maar toch iedereen blij. In samenwerking met OKRA Linkeroever, wij hoorden er nu met onze tekengroep bij.

Wat niemand had verwacht en plots is geschied, wij moesten afscheid nemen van Maria met veel verdriet. Hier stonden wij dan verweest en wat nu gedaan.

Maar wij beslisten samen dat we verder moesten gaan. De groep Zwart-Wit kunstenaars werd gecreëerd en konden wij nu verder met wat wij hadden geleerd?

En daar was toen Geertje die zei, de praktische rompslomp is voor mij en Nora zei wij maken er een WhatsApp groepje bij. En iets wat wij niet hadden verwacht, daar was Nicole die zei, met goede raad, als coach, sta ik jullie graag bij.

Ondertussen is onze groep vermeerderd, verminderd en toch opnieuw gegroeid en zitten wij hier nu allemaal samen bijeen op ons jaarlijks eetfestijn.

Daarop zeg ik: **LID VAN DE ZWART-WIT TEKENGROEP IS FIJN EN WIJ ZIJN BLIJ DAT WIJ ALLE WEKEN OP DONDERDAG BIJ ELKAAR MOGEN ZIJN.**

Dus Geertje en Nicole bedankt voor de inzet en geniet van dit kleine presentje.

Dan sluit ik af met, **OP EEN LANG LEVEN ALS GROEP, SMAKELIJK EN SCHOL.**

Mark Mols



Inhoud



Wandelen met **OKRA LINKEROEVER**

WANDELING VAN 17 JULI

Het was een mooie zomerse dag : zonnig, met een verkoelend briesje, ideaal voor een wandeling in de stad. We namen het veer - altijd 'n beetje vakantie - en tram 11 naar de Cogels-Osylei, waar we de zomerzoektocht van OKRA startten. Negen paar ogen zien meer dan twee en het beantwoorden van de vragen ging dan ook vlotjes. . . de fotovragen, die waren wel wat moeilijker ! Van al dat speuren kregen we grote dorst en na 'n uurtje belandden wij op een lommerrijk terras aan de gezellige Dageraadplaats, waar het heerlijk toeven was met 'n drankje en 'n vrolijke babbel. Dank je wel, Anny, voor deze prettige namiddag!

Onze zoektocht is nu in de helft en het tweede deel gaan we afwerken op vrijdag, 21 augustus a.s.

Volgende wandelingen

Vr 18 september

Vr 23 oktober

Vr 20 november en

Vr 18 december

Zijn er vragen?

Anny Lambrechts

0486 42 27 65

anny.lambrechts1@telenet.be



WANDELING VAN 21 AUGUSTUS

Op 21 augustus jl. vertrokken we met boot en tram naar de Dageraadplaats voor het tweede deel van de Zomerzoektocht van OKRA. In het begin kregen we 'n flinke regenbui over ons heen, maar dat was gauw voorbij. We wandelden dwars door de Joodse wijk, langs het Mediaplein tot in de imposante hal van het Centraal Station en eindigden onze tocht op het voorplein van de zoo. De meeste vragen hebben we gevonden, maar er is toch nog 'n beetje werk aan de winkel ! Op 'n gezellig terras konden we nog even napraten en keerden dan, moe maar voldaan, naar huis terug.

Onze volgende wandeling heeft plaats op vrijdag, 18 september a.s., naar het Vlietbos. Samenkomst aan de hoek Blancefloerlaan-Heer van Bergenstraat om 14 uur.

Iedereen van harte welkom !

Inhoud

Chris

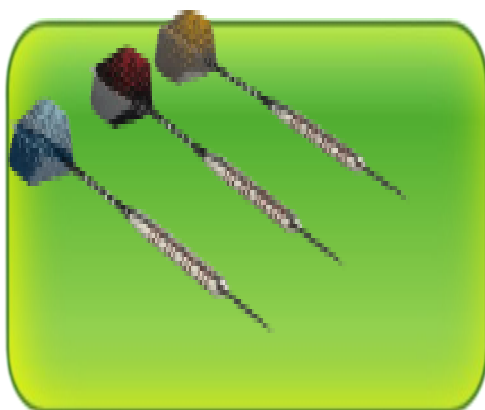
VACATURES *(vrijwilligers)*

Wij zijn op zoek naar:



- Een verantwoordelijke voor onze

- **ZIT JE FIT** activiteit
(stoelturnen en yoga turnen)
Lesmateriaal is beschikbaar
Gewoon om alles in goede banen te leiden.
- Op woensdagnamiddag van 13u.30 tot 14u.



- Een verantwoordelijke voor onze

- **DARTS** activiteit
(Puntentelling)
Opleiding is voorzien
Gewoon om alles in goede banen te leiden.
- Op woensdagnamiddag van 13u.30 tot max. 17u.

Inhoud

NAJAAR 2026

**TELKENS
OP MAANDAG:**

-  **21/09 Een reis door ons zonnestelsel**
Werner HAMELINCK
-  **28/09 Van vredesproject tot oorlog in Oekraïne**
Steven VAN HECKE
-  **12/10 Polarisering & Verbinding**
Chris WYNS
-  **19/10 Dikke Freddy & "Het Nachtlucht"**
(rafelranden armoede en... niet kunnen)
Erik VLAMINCK
-  **02/11 Opgelicht digitale fraude**
Peter VAN WELDEN
-  **30/11 Kunst & rechtvaardigheid in Palestina**
Brigitte HERREMANS
-  **14/12 DE SIXTIES**
(opvolger van de voorbije (09/03/'26)
voordracht over **Roy ORBISON!!!**)
Rudolf HECKE

Deuren: **13u30**
Aanvang: **14u00**
Vooraf inschrijven is niet nodig
Prijs: **OKRA-lid €7,00**
Niet-lid **€10,00**
vt* OKRA-lid **€2,00**
vt* Niet-lid **€4,00**
(*op vertoon van bewijs)
Abonnement: **€ 30,00**
Abonnement niet-lid: **€ 45,00**
(geldig voor 5 lezingen en dit
tijdens 2 kalenderjaren)

Einde: circa 17.00u
Locatie: **Campus National**
Thomas More Hogeschool
Kronenburgstraat 62-68
2000 Antwerpen

Inhoud

OKRA LO HELPDESK...



*Vanaf **NU** elke **eerste woensdag van de maand** iemand om U te helpen bij Uw vragen over Uw **PC, laptop, smartphone of tablet...** en dit telkens van **15u** tot **16u**. In het **SAC-café**.*

***Jaak** en **Martine** zullen proberen om al Uw vragen te beantwoorden en U met raad en daad bij te staan voor zover het kan.*

*Heb je vragen over het gebruik van Uw E-mail, wil je foto's downloaden of Uw **DIGITAAL OKRAntje** optimaal lezen en gebruiken...*

*Het kan allemaal... **STEL JE VRAGEN!!!***

Jaak** en **Martine** zijn er voor **JOU!!!

Inhoud



*Die merel in de top van een boom
observeert ons gewoon.*

*Hij volgt ons dagelijks doen en laten en
kan niet anders dan erover praten tegen
zijn soortgenoten die zijn hoge stem met
hoge noten beantwoorden.*

*Die rare mensen zingen ze springen maar
van de hak op de tak zonder erbij stil te
staan dat zelfs de mooiste liedjes vergaan
in het niets.*

*En middenin het struikgewas verroert zich
iets dat op een wereldburger lijkt en
verrast naar boven kijkt.*

FRITUUR DEN HAEN



Hanegraefstraat 10 – 2050 Antwerpen Linkeroever

Tel: 03/219.69.09



Maandag	Gesloten
Dinsdag	Gesloten
Woensdag	16u30 – 21u00
Donderdag	16u30 – 21u00
Vrijdag	16u30 – 21u00
Zaterdag	16u30 – 21u00
Zondag	16u30 – 21u00

Inhoud

e5 SHOPPING - AVOND

DONDERDAG 01 OKTOBER 2026

**Een warme en stijlvolle avond, vol mode-inspiratie en bubbels!!
Toelichting over de nieuwste herfst- en wintertrends 2026-2027
Modeshow met... OKRA-modellen.**

**Mogelijkheid om advies te vragen aan de mode-experts van E5
Korting bon ter waarde van 10,00€ ter plaatse te besteden.**



PROGRAMMA:

- **Ontvangst** met gratis hapje + drankje
 - **Presentatie** nieuwe herfst- wintermode 2026-'27
 - **Modeshow**
 - **Vrije shopping** met **modeadvies**
 - **Kleine leuke verrassing als afscheid**
 - **!!! Gezocht:** nog één dame **OKRA-lid**, die in de modeshow meeloopt als mannequin... Wie durft??
- Wij, deelnemers van OKRA L.O. beloven ondersteuning van de bovenste plank!!!**
- ### **VERTREK:**
- **15u30:** P5 pendelbus aan Fr. Van Eedenplein
 - **Vervolgens met lijnbus 18C** tot in Aartselaar
 - **Vervolgens te voet:** ± 500m.
 - **einde van de avond:** ± 20u.00
 - **retour** met lijnbus + tram **4** of **10** + Pendelbus **P5**

Prijs: 10,00€ per persoon

MINIMUM AANTAL DEELNEMERS: 10 personen

!!! Vooraf in te schrijven en te betalen tot en met: DI 01/09/'26

!!! Geen annulatieverzekering inbegrepen

Geen terugbetaling bij annulatie - Vervangen mag!!!

!!! Vervangingen worden alleen uitgevoerd door of Lieve Janssens of Annie Cardinael!!!

BETALING: OKRA ANTWERPEN L.O.: BE78 7340 3576 1986

Met de mededeling **E5 MODE**

Wie wordt onze mannequin?: Annie en Lieve wachten per kerende op een seintje van jouw kant!!! Eerst is eerst!!!

Info: Lieve Janssens: 0499/75 75 54

li.janssens@telenet.be

Annie Cardinael: 0486/21 21 31

anniecardinael@outlook.be

Inhoud

OKRA
REIZEN

**SLOVENIA: KLEIN LAND...
GROOTS IN NATUUR & CULTUUR
TREFPUNTREIS
OKRA ANTWERPEN LINKEROEVER
Di 13/10/'26 – Di 20/10/'26**

**NOG maar
4
PLAATSEN
BESCHIKBAAR**



Gelegen in het hart van Europa, betovert Slovenië met zijn adembenemende landschappen, rijke culturele erfgoed, en warme gastvrijheid. Gelegen tussen Italië, Oostenrijk, Hongarije en Kroatië is deze verborgen parel uitgegroeid tot een van de meest betoverende bestemmingen van Europa...

Na nauwelijks 01u30 vliegen tussen Zaventem en Ljubljana zetten we onze eerste stappen op Sloveense bodem. Per autocar worden we naar ons verblijfshotel gebracht.

Vervolg

Inhoud

DAG 1

Vlucht vanuit Zaventem naar Ljubljana.

Transfer. Per autocar naar Bled ($\pm$ 30 km)

Kamerverdeling + avondmaal en overnachting in ons hotel

DAG 2

Ontbijt

Daguitstap naar Oostenrijk/Karintië. Doorheen de Karawanken.

We rijden via de Loiblpas (1368m) en de Würzenpass (1073m).

Middagmaal

In de namiddag kort bezoek aan Kranjska Gora aan het Jasnameer.

Avondmaal en overnachting in ons hotel.

DAG 3

Ontbijt

In de voormiddag bezoek aan Kropa

(siersmeedkunst en ijzersmeedkunst museum).

Middagmaal

Daarna bezoek aan Ljubljana korte wandeling.

Vervolgens met elektrisch treintje naar het kasteel van Ljubljana.

Bezoek aan het kasteel.

Avondmaal en logies in ons hotel.

DAG 4

Ontbijt

In de voormiddag bezoek aan het bijzonder mooi gelegen Kasteel van Predjama. Gebouwd in een 123m hoge rots met talloze geheime tunnels.

Middagmaal

Daarna naar de bekende grotten van Postojna. Bezoek en rondrit per treintje in de grotten.

Avondmaal en overnachting in ons hotel

Vervolg

Inhoud

DAG 5

Ontbijt

*Wij rijden doorheen het dal van de Sava Bohinjka met het mooie meer van Bohinj.
We nemen het kabelspoor tot op 1532m en genieten van de prachtige omgeving en de adembenemende vergezichten.*

Middagmaal

Vrije tijd aan het meer.

Avondmaal en overnachting in ons hotel

DAG 6

Ontbijt

Vandaag bezoeken we Bled. Met ondermeer bezoek aan het Kasteel van Bled, en een boottocht op het meer naar het eiland-kerkje (met roeiboten).

Middagmaal en verdere vrije dag.

Avondmaal en overnachting in ons hotel.

DAG 7

Ontbijt

We rijden naar Piran (aan de Adriatische kust)

Vrije tijd in dit zeer pittoreske stadje.

Middagmaal

In de namiddag rijden we naar Lipica en bezoeken de wereldbekaamde en wereldbekende stoeterij van Lipica. Opgericht in 158 om paarden voor de Spaanse rijsschool/Wenen te leveren. Ook vandaag telt deze rijsschool nog meer dan 300 paarden.

In de namiddag wonen we een "paardenshow" bij.

Avondmaal en overnachting in ons hotel.

Vervolg

Inhoud

DAG 8

Ontbijt

vrije voormiddag en middagmaal.
Nadien vertrek per autocar naar de
luchthaven van Ljubljana.
Terugvlucht naar Zaventem.

Einde van onze reis !!

INBEGREPEN IN DE PRIJS VAN DE REIS

- Vluchten vanuit Zaventem naar Ljubljana (heen en terug)
- Ter plaatse: Luxe autocar voor elke daguitstap en verplaatsing
- 7 overnachtingen in Parkhotel**** in Bled
- 7 x half pension in het hotel
- 6 x middagmaal tijdens excursies
- begeleiding door eigen gids gedurende de ganse periode
- Btw en taksen

NIET INBEGREPEN IN DE PRIJS VAN DE REIS

- luchthavenvervoer van en naar Zaventem
- tafeldranken + dranken buiten de maaltijden
- persoonlijke uitgaven
- annulatie- reis- en/of bagageverzekering

PRIJS: 1.959€ per persoon

single toeslag : 338€

Minimum aantal deelnemers: 20 pers

Single kamers: zoals altijd: slechts beperkt aantal beschikbaar

Reisleiding: Lieve Janssens

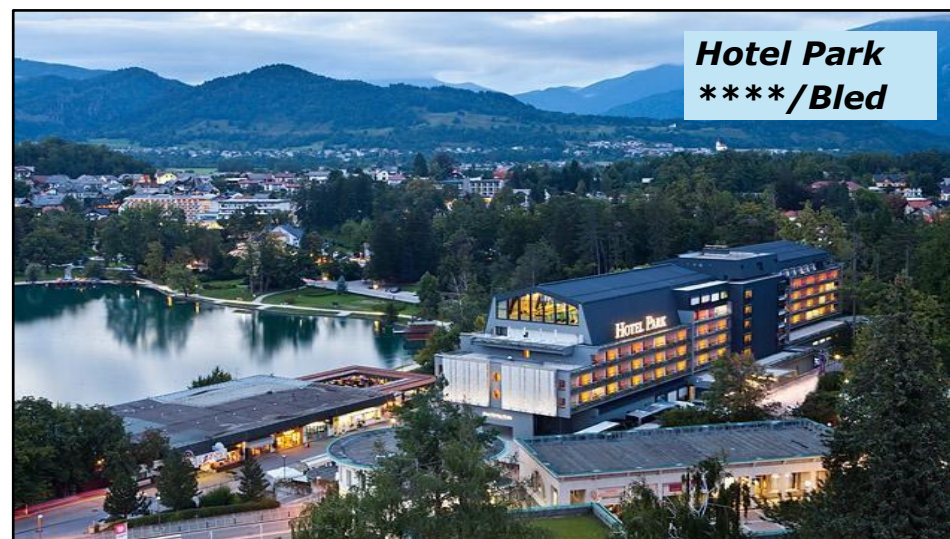
Alle info en inschrijving bij:

Lieve Janssens: GSM 0499/75 75 54

E-mail: li.janssens@telenet.be

PARK HOTEL BLED****

Met een toplocatie direct naast het meer en de promenade van Bled is Hotel Park een populaire keuze voor gasten die zowel de energie van het meer als de pols van het stadje willen voelen. Hotel Park, dat gasten betovert met uitzicht op het meer vanuit sommige kamers, de vergaderruimtes, het restaurant, het fitnesscentrum, het thermale zwembad en de sauna's op de bovenste verdieping van het hotel. Hotelrestaurant met prachtig uitzicht + Wijnfontein en Alpenbronfontein in het hotel. Comfortabele kamers met balkon, gratis wifi, flatscreen-tv, airco, kluis, badkamer met douche en toilet, haardroger, roomservice, minibar.



Hotel Park
******/Bled**

Inhoud

MATINEE NIGHT OF THE PROMS

DONDERDAG 19 NOVEMBER 2026

*Groot muzikaal feest, exclusief en in première, voor OKRA,
ter gelegenheid van het **70-jarig** bestaan van OKRA*



NOG
SLECHTS 2
PLAATSEN
BESCHIKBAAR

Night of the Proms brengt pop en klassiek samen in één spectaculaire show met orkest, koor en een resem topartiesten. De AFAS Dome wordt opnieuw het decor voor deze muzikale hoogmis. Met het Antwerp Philharmonic Orchestra, koor 'Fine Fleur', dirigente Alexandra Arrieche en een resem (inter) nationale topartiesten!

**!!! Geen annulatieverzekering
!!! Geen terugbetaling bij annulatie
!!! vervangen mag maar vervangingen worden alleen uitgevoerd door Annie Cardinael of Lieve Janssens.
"niet onderling door U zelf te regelen !!!"**

Waar: **AFAS Dome – Antwerpen**

Wanneer: **donderdag 19 november 2026**

Begin voorstelling: **14u.30** – einde ± 17u.30

Vervoer: **OPENBAAR VERVOER – DETAILS VOLGEN NOG**

Prijs: **50€** per persoon voor leden – **70€** per persoon voor niet leden

MINIMUM en MAXIMUM AANTAL DEELNEMERS:

25 personen (op is op)

Inschrijving:

**INSCHRIJVING
AFGESLOTEN**

Info: **Lieve JANSSENS:** 0499/75 75 54 li.janssens@telenet.be

Annie CARDINAEL: 0486/ 21 21 31 annieccardinael@outlook.com



**Speciale gast voor
OKRA... Bart Peeters**



**Verder Holly Johnson
(Frankie goes to
Hollywood)
Vanessa Amarosi e.a.**

**Presentator
Niels
Destadsbader**

Inhoud

VAN OUD NAAR NIEUW
HOTEL PRESTON PALACE – ALMELO – NEDERLAND
WO 30/12/'26 – ZA 02/01/'27

Gelegen in de provincie Overijssel, vlak bij het charmante stadje Almelo, zorgt het hotel Preston Palace voor onvergetelijke nieuwjaarsdagen.
Comfort, ontspanning, de leuze van deze minitrip:
"Alles kan, niets moet!!!"

Wij verblijven **3 nachten/4 dagen** in comfortabele kamers met:

- Badkamer met douche/toilet – haardroger
- Kluisje – airconditioning
- TV met flatscreen (32")
- Gratis wifi – PVC vloer

ALL INCLUSIVE – ALL YOU CAN EAT!!!

Kies voor:

- Een uitgebreid buffet, à la carte, snacks, take-away, streetfood
- Ontdek de Snackcounter en Midtown Food & Bar.....

Terrassen en bars:

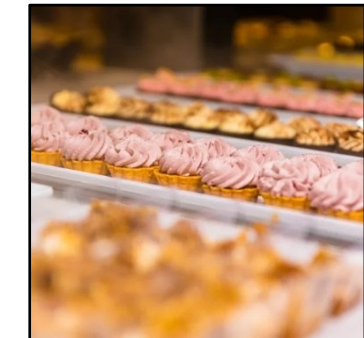
-Koffie met gebak op het terras, borrelen op Preston Palace Central of een kaartje leggen in Black Rock. Neem er een heerlijke snack bij, het is vakantie!

Snacken op je hotelkamer:

- Trek je je even terug op je hotelkamer met je favoriete drankje en snacks... een borrelplank, tapas, kaas, worst, nootjes of liever een complete burger? Neem het mee naar je hotelkamer. Meenemen naar je kamer is toegestaan tot 00:00 uur.

The Preston Palace Resort heeft fantastische faciliteiten voor iedereen!

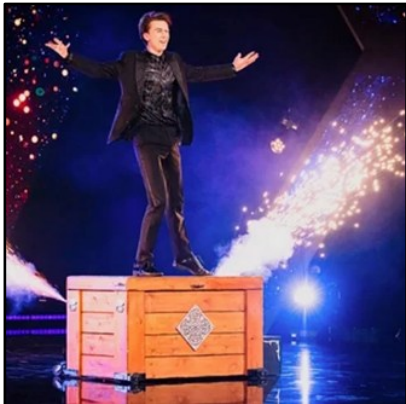
- Van een zwemparadijs, indoor kermis, boardwalk, bowlingbaan, midgetgolf, bioscoop, escape room, shops, wellness, een "bar-straat"
- Super coole kermis, gezellig midgetgolfen, bowlen of naar de bioscoop gaan.



Vervolg

Inhoud





INBEGREPEN IN DE PRIJS VAN DE REIS

- Autocarreis H/T Antwerpen naar Almelo
- Autocar komt langs Antwerpen Linkeroever als er min. 10 deelnemers zijn
- 3 Overnachtingen in hotel Preston Palace*** (superior)
- 3 x "all-in" vanaf avondmaal 1^{ste} dag tot en met Lunch 4^{de} dag
- Feestelijk Oudejaarsavond-buffet inclusief dranken – dansgelegenheid
- Begeleiding door eigen OKRA-gids gedurende de ganse periode
- BTW en taksen

NIET INBEGREPEN IN DE PRIJS VAN DE REIS

- Persoonlijke uitgaven
- Annulatie- reis- en/of bagageverzekering
Premie bedraagt 79,60€ p/p en 94,40€ p/p op basis van singlekamer
(af te sluiten op het moment van de reservatie!)

PRIJS: 995,00€ per persoon

- Single toeslag 185,00€ per persoon (beperkt beschikbaar)
- Vroegboekskorting 20,00€ p/p bij boeking vóór

30/09/'26

Minimum aantal deelnemers: **20 personen**

Reisleiding: Lieve JANSSENS

Alle info en inschrijvingen bij:

Lieve Janssens: 0499/75 75 54

li.janssens@telenet.be

PROGRAMMA:

Dag 1 wo 30/12/'26

Met de autocar naar Almelo

Kamerverdeling + start "all-in formule"
overnachting in ons hotel

Dag 2 do 31/12/'26

Ontbijt

Vrije dag – Verblijf in "all-in"

Feestelijk oudejaarsavond-buffet

(dansmuziek en entertainment tot in
de vroege uurtjes – 02:00u)

Dag 3 vr 01/01/'27

Ontbijt

Vrije dag – Verblijf in "all-in"

Dag 4 za 02/01/'27

Ontbijt

Vertrek naar Antwerpen met de autocar

Inhoud

Lid bij OKRA, veel méér dan een magazine!

Hoe zit dat?

12 voordelen op een rij

Wat krijg je allemaal als lid van OKRA?

- Een ruim aanbod aan activiteiten, het hele jaar rond!
- 10 x per jaar een hedendaags OKRA-magazine
- Belangenbehartiging van senioren
- Gratis info over pensioenen, mobiliteit, wonen, enz...
- Gratis of voordelig deelnemen aan speciale activiteiten
- Leuke spullen in de OKRA-webshop

- Gratis verzekerd
- Gratis lid van OKRA-ZORGRECHT
- 3 x per jaar een ledennieuwsbrief en 3 x per jaar een provinciale insert
- Heel wat voordelen en kortingen, zoals in het OKRA-bonnenboekje
- Link met OKRA-REIZEN, OKRA-SPORT+ en OKRA-dating
- Gratis vrienden erbij!

Amuseer je, beweeg, lees, leer...

voor minder dan €3 per maand!*

Word nu snel lid!

* Tarieven 2027: om lid te worden van OKRA betaal je als standaard lid 35 euro per jaar. Leden van OKRA betalen slechts 12 euro per jaar voor OKRA-SPORT+.



Nieuwe tarieven OKRA-lidmaatschap 2027

Voor nieuwe leden loopt dit van 1/9/'26 tot 31/12/'27

LIDGELD (geldig vanaf 1/9/'26)	2026	2027
OKRA-lidmaatschap	33,00€	35,00€
OKRA-gezinslidmaatschap	56,00€	59,00€
Lidmaatschap WZC bewoner	13,00€	14,00€
Lidmaatschap partner WZC bewoner	13,00€	14,00€
OKRA-sympathisant	28,00€	30,00€
OKRA pluslid (reeds lid van ander trefpunt)	5,00€	5,00€
OKRA Sport+	12,00€	12,00€

Vervolg

Inhoud

Lid bij **OKRA-SPORT+** *Méér dan een verzekering*

- **Onbeperkt sporten** bij OKRA-SPORT+ over heel Vlaanderen!
- Het **hele jaar door** wandelen, fietsen, dansen, petanquen, padellen, mountainbiken en meer!
- **Breed sportaanbod** aangevuld met sportdagen, evenementen en toernooien.
- **Gratis of voordelig** deelnemen aan gezondheidsbevorderende projecten.

- Omnisportverzekering inbegrepen = **sporten zonder zorgen.**
- Volledige of gedeeltelijke **terugbetaling** lidmaatschapsbijdrage via jouw mutualiteit.
- Voordeel bij **groepsaankopen** en **in de webshop.**
- Maandelijke **nieuwsbrieven** in diverse interessegebieden.

WAT VERANDERT ER IN 2027

Geen fysieke OKRA+ LIDKAART meer

Al jouw gegevens worden bewaard in ons Twizzit-sportprogramma

Sport je fit in een nieuwe vorm

Het magazine verschijnt voortaan 2 keer i.p.v. 4 keer per jaar fysiek en telt telkens 16 pagina's

WAT BLIJFT HETZELFDE?

Het lidgeld blijft ongewijzigd.

Ondanks de besparingen kiezen we ervoor om het lidgeld niet te verhogen. Zo blijft OKRA SPORT+ betaalbaar en toegankelijk voor elk lid



OKRA-SPORT+ in een veranderend sportlandschap –

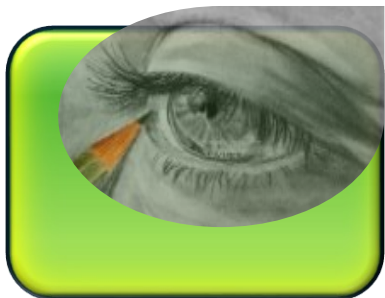
scan de QR-code en volg de laatste updates.



OKRA-SPORT+ in een nieuw sportlandschap

Inhoud





TEKENEN:

Onze tekenaars willen ons van nu af aan regelmatig één van hun tekeningen tonen.

Ditmaal een tekening van
Annie Lauwers



VOETSTUDIO

Pascale Steppe



- Medische Voetverzorging
- Tussenkost Mutualiteit

Enkel op afspraak - Tel : 0472/422269

Gaston Burssenslaan 1 – 2050 Antwerpen Linkeroever

Inhoud

BEKIJK VIA INTERNET

<https://okra.be/trefpunt/antwerpen-linkeroever>



**EN GEBRUIK JE
FACEBOOK...**



**VERNIEUWDE
PAGINA**

+100 LEDEN

Naar OKRA-Journaal

Inhoud

BEKIJK VIA INTERNET

Volg nu ook
maandelijks het

OKRA-
JOURNAAL
AUGUSTUS



of gebruik de link hieronder

<https://www.youtube.com/watch?v=o04E6sGxves>

Inhoud

BRAINSTORM

OPLOSSING

JULI	AUGUSTUS
1. <i>Blik</i>	1. <i>Mahler</i>
2. <i>Streisand</i>	2. <i>Circe</i>
3. <i>Helhond</i>	3. <i>Apostrof</i>
4. <i>Internist</i>	4. <i>Cuenca</i>
5. <i>Scriptie</i>	5. <i>Satchmo</i>
6. <i>Leb</i>	6. <i>Tatoeëren</i>
7. <i>Dow Jones</i>	7. <i>Lorentz</i>
8. <i>Albrecht</i>	8. <i>Charlotte</i>
9. <i>Egoïst</i>	9. <i>Vloed</i>
10. <i>Zoutvlees</i>	10. <i>Persephone</i>

RESULTATEN JUNI

<i>Lucienne BUYL</i>	<i>7/10</i>	<i>9/10</i>
<i>Chris FLUCHARD</i>	<i>7/10</i>	<i>10/10</i>
<i>Mariette TROP</i>	<i>6/10</i>	<i>9/10</i>
<i>Helena VAN HOEY</i>	<i>5/10</i>	<i>10/10</i>
<i>Christiane VAN LOOK</i>	<i>8/10</i>	<i>10/10</i>
<i>Mieke WESTEN</i>	<i>9/10</i>	<i>10/10</i>

SPEEL 
OOK MEE?

Vervolg

Inhoud

BRAINSTORM

- 1) *Deel van Sao Paulo waar de Grand Prix van Brazilië wordt verreden.*
- 2) *Welk land verbindt Noord- met Zuid-Amerika?*
- 3) *Wat is naast Jeruzalem, Tiberias en Safed de vierde heilige stad van Israël?*
- 4) *Hoe heet de leuning aan de buitenzijde van een schip?*
- 5) *Een wintersport outfit.*
- 6) *Hoe heet de hoogste berg van Nieuw-Zeeland?*
- 7) *Deze waanzinnige Romeinse keizer werd opgevolgd door zijn zoon Claudius.*
- 8) *Zo wordt een plaats genoemd die toonaangevend is met betrekking tot luxe.*
- 9) *Van oorsprong Amerikaanse slavendans.*
- 10) *Hoe heet het voor hergebruik geschikt maken van afval?*

De oplossingen van de puzzel vóór **20 SEPTEMBER 2026** doorgeven aan **Annie** aub
via email anniecardinael@outlook.com
of posten bij **Galgenweellaan 56 bus 2**
of telefonisch doorgeven op gsm **0486/21 21 31**

Inhoud

OKRA_{ntje}

COLOFON

OKRA

LINKEROEVER

Teamleider/Coördinator:

Annie Cardinael

gsm 0486 21 21 31

anniecardinael@outlook.com

Financiële

verantwoordelijke:

Jos Wullaert

gsm 0479 46 73 81

jos.wullaert@telenet.be

Mede-teamleider

(PR-activiteiten):

Lieve Janssens

gsm 0499 75 75 54

li.janssens@telenet.be

Adm. medewerker

(Pamela):

Denise De Hauwere

gsm 0496 86 36 91

d.dehauwere@gmail.com

Adm. medewerker

(OKRA_{ntje}):

Willy Vermeiren

Enkel via email contacteren

w2w.vermeiren@outlook.com



OKRA trefpuntnummer 11110

Hanegraefstraat 5, 2050 Antwerpen

Het rekeningnummer van

OKRA ANTWERPEN LINKEROEVER

BE78 7340 3576 1986

okralinkeroever@outlook.com

Alle inschrijvingen zijn pas definitief na betaling op inschrijving of na ontvangst op bovenstaande bankrekeningnummer, met vermelding van het desbetreffend evenement en het aantal personen

Gelieve **elke wijziging** van adres, telefoonnummer GSM-nummer of emailadres door te geven aan uw respectievelijke **CONTACTCTPERSOON**

Met dank namens het Bestuur

Najaar 2026

18/09 Wandelen met OKRA

23/10 Wandelen met OKRA

20/11 Wandelen met OKRA

18/12 Wandelen met OKRA

OKRA

AGENDA

01/10 E5 Shopping OKRA 70 JAAR

13-20/10 Slovenië reis

19/11 Night of the Proms 70 jaar OKRA

31/12/'26-2/1-'27 Oud en Nieuwjaarstrip

LEES ER ALLES OVER IN

UW volgende

OKRA_{ntje}

FEESTEN in 2026

22 OKTOBER – SENIORENFEEST

17 DECEMBER – KERSTFEEST

(steeds onder voorbehoud)

Inhoud



Aandacht, tijd en ruimte voor afscheid.

'Lieve Hemel' klinkt misschien als een onverwachte naam voor een uitvaartcentrum. En toch...

Voor ons staat die naam voor zachtheid, troost en verbondenheid – of je nu in een hemel gelooft of niet.

Het gaat om een plek waar liefde blijft bestaan.

Waar afscheid nemen op jouw manier kan.

Bij Lieve Hemel begeleiden we je met zorg, ruimte en respect.

Want elk afscheid is anders. En dat mag.

Onze locaties:

Volkstraat 54, 2000 Antwerpen

Waterhoenlaan 9 (hoek Blancefloerlaan),
2050 Antwerpen Linkeroever

Nieuwe locatie in Zwijndrecht (aula en koffietafels):
Statiestraat 66, 2070 Zwijndrecht

T. 03 337 09 46 of 0494 99 70 77 (dag en nacht bereikbaar)
WWW.LIEVEHEMEL.BE

Inhoud

