

Ons jaarlijks Herfstfeest kende alweer een overweldigend succes !!

Drie goedgevulde zalen in 't Vergeet-mij-nietje . . . dit was het schitterend rapport van ons jaarlijks Herfstfeest op 19 en waren goed: prima sfeer, bediening . . . kortom we van een geslaagd event. En vrijwilligers, die ook nu weer gegeven om alles vlot te woord van dank aan deze bezoekers is hier zeker op dat een seniorenvereniging en zijn leden kan in de



komende werkjaar. Wij kijken reikhalzend uit naar onze volgende editie in 2027. Dikke merci . . . !

20 september. Alle naklanken lekkere spijzen, vlotte mogen ongetwijfeld spreken dit dank zij een ruime groep het beste van zichzelf hebben laten verlopen. Een hartelijk mensen, alsook aan de talloze zijn plaats. Het is dankzij jullie als OKRA kan blijven bestaan watten leggen gedurende het

Het woordje van Jan . . .

Beste Okravrienden, teamleden en vrijwilligers,

Graag begin ik aan dit woordje voor jullie, trouwe lezers en lezeressen. Hoe gaat het met jullie? Moedig en geduldig de hitte verdragen?

11 augustus. De zomer is nog niet voorbij. Neen. Deze week nog +30°. September heeft ook warme dagen. De winterse donkere dagen zullen lang genoeg duren. Geniet nog van zon en licht.

Elke dag leer ik bij. Gisteren sprak een buurman over de koelmat voor de hond. Effe opzoeken. Zou wie geen airco heeft, deze voor zichzelf ook kunnen gebruiken?

Ik zaag, gij zaagt, wij zagen. Wij zijn een koppel dat lekker kan zagen. Onze muziek.

12 augustus. Zonsverduistering. Thuis, op de tv de verduistering gevolgd. De verduistering viel samen met de avond en was dus geen groot evenement, zoals in Spanje, waar het pikdonker werd. Ik herinner me de verduistering in 1999 waar ik op dat moment op de ring van Brussel reed. Het was akelig. Grauw licht, stilte,... Wat ging er gebeuren? Wij kennen de mechanismen van het zonnestelsel, maar hoe reageerden de mensen vroeger hierop? Een signaal van God? Onheil op komst?

Ik denk, zegt ze, dat hij aan mij een goei heeft. Ja, zegt hij, na +60 jaar samen. Houden zo!

Magisch is de zonsopgang en zonsondergang elke dag. Ik geniet van de zonsopgang richting kerktoeren en de zonsondergang kant Lembeek. De zon maakt haar ronde. De maan is ook mooi, vooral de volle maan.



Een moeilijke vraag: ben ik een goede ouder geweest? Wat vragen kinderen: aandacht, luisterbereidheid, oprechte gesprekken, vertrouwen. Zullen ze later tevreden zijn over hun ouders? Heb ik hen niet tekort gedaan? Is daarover nog een gesprek mogelijk, nu het nog niet te laat is?

Senioren maken de balans op van hun leven. Hoe is het geweest? Heb ik geleefd en ben ik tevreden, in vrede met wat er geweest is, verzoend met wat niet geweest is. Wees mild voor jezelf. Is het goed genoeg geweest? Herinner je de goede momenten. Je kan alleen nu leven, het verleden keert niet terug, leef nu anders. Verzoen je met wie het moeilijk geweest is, praat met je kinderen over het verleden.

Kleinkinderen brengen je terug in de realiteit van het dagelijks leven. Zij vragen aandacht, empathie, zorg, genegenheid. Senioren hebben de neiging te vluchten in het verleden, met kinderen in huis of op bezoek lukt dit niet.

Vrijdag 14 augustus. In Ukkel heeft men 35,7° gemeten. Een record dit jaar, derde hittegolf. De bosbranden in Europa gaan door, nu in de Hoge Venen, Huelva,...

Zij opende voor mij deuren waarvan ik niet wist dat ze bestonden. Zij opende een nieuw leven, een nieuwe wereld, een andere wereld, anders dan deze van thuis, vertelt iemand. Het kan gebeuren!

15 augustus. Om 14u. parochiale vriendschapsdag en ziekendag. Jos en Walter gingen voor, daarna volgden cava, broodmaaltijd en ijskreef. Er waren 45 leden opgekomen. Een versterkende en gezellige namiddag voor ons die onderweg zijn naar hun eindbestemming. Er is leven zolang er leven is (vivre jusqu'au bout).

Met de jaren worden senioren minder flexibel. Zij zoeken zekerheid en veiligheid. Zij houden van hetzelfde, geen nieuwe dingen, liever alles laten zoals het was. Ook bij Okral! Ze moeten zich aanpassen aan de ongemakken van de leeftijd of aan een verhuis. De grootste verandering in het leven is, na vele jaren samen zijn, alleen verder gaan.

Een nekkoeler of nekventilator. Nooit van gehoord. Op een Okravergadering had iemand een nekventilator rond de hals.

Als de kop en de benen nog goed zijn, kan je thuis blijven wonen. Ik ben graag onafhankelijk en doe graag alles nog zelf. Ik mag niet klagen. Groot gelijk.

Klimop Buizingen. Ik hoorde voor de 1e maal van deze vereniging voor alleenstaanden. Zouden op zondag activiteiten hebben.

Najaar ingezet. Bomen verkleuren.

Ben je niet gelukkiger dan je denkt? Veel mensen hebben het redelijk goed, maar blijven ontevreden. Wat missen ze? Blijven ze zitten met onvervulde of onmogelijke verwachtingen?

Veenvuur, veenbrand, ondergronds. Zo kan leed ondergronds in ons hart blijven branden.

Hoe heb je de zomer ervaren en beleefd?

Opstaan met pijn. Ik stond op en had pijn in de knie. Hoeveel mensen staan niet op met een kwaal? Pijn? Ongemak? Waarom 's morgens?

Dinsdagavond had ik vergadering in Stroppen. Toen ik buiten kwam om 22u. werd er nog volop petanque gespeeld, met verlichting. Ik ontdekte de petanquebanen, er was veel volk.

In PajotNieuws staat een lovend artikel over het café van Rosa (+2020), "De rust op den Berg". Zou geleidelijk in het najaar open gaan. Goed nieuws voor onze wandelaars.

19 augustus. Heel de namiddag regen na droogte. Heeft de aarde dorst zoals wij mensen dat kennen? Zullen de planten zich herpakken? Landbouwers zijn ongeduldig en zullen blij zijn. Is alles verloren of niet helemaal? Morgen nog regen? Wij houden van de zon, maar zonder water/regen kunnen mensen ook niet leven. Vandaar zijn politieke spanningen om water niet onmogelijk. Gaat water ook een duur product worden?

Zij is nooit een gemakkelijke vrouw geweest, toch zijn ze al +60 jaar samen. Hij blijft bezorgd voor haar. Als ik naar de kliniek moet, wat dan? Hoor ik haar niet roepen? Met de jaren groeide een stevige band van samenleven en mekaar (ver)dragen. Het is niet altijd gemakkelijk, maar ze zijn nog samen en kunnen ondanks alles, elkaar niet missen.

Het ergste is het piekeren, vertelt hij. Wakker worden en beginnen piekeren. Jij ook? Even opstaan, wat rondlopen en terug inslapen. De ketting van denken onderbreken. Eigenlijk kan ik niet tevreden zijn. Waarom?

27-8, de Okrant valt in de bus (mail). Ik ben nieuwsgierig naar het nieuws uit het trefpunt en de verjaardagen. Deze morgen stuurde St. Martinus ook hun nieuwsbrief, gisteren kwam deze van St. Rochus en Francine met deze van Beersel. Ik ben altijd verrast door wat er allemaal gebeurt, het brede aanbod. Okra leeft, doorgaan, trekkers!

Hij is +90 en even in het AZ. Ik hoop niet dat ze mij bij de peekes gaan steken, zegt hij. Senioren hoe oud ook, vinden dat de anderen peekes en meekes zijn, Ikke niet, ik ben nog goed.

Het is de tijd van de herfstfeesten. Magda D. heeft in de nieuwsbrief een rubriek: eten bij de burens. Goed gevonden. Wat gaan we dit weekend doen? Gaan eten bij de burens.

Het zal hem/haar voeren! Een verandering brengt het leven in beweging, vraagt een aanpassing, meestal een negatieve, vandaar de uitdrukking "het zal hem/haar voeren".

Voor zijn huis zet hij tomaten en courgetten (nooit meer dan één) in een kistje voor de deur. Hij ziet auto's stoppen en hop, de courgette is weg. Hij geniet van het schouwspel. Over zijn tomaten is hij niet tevreden, velen hebben tomatenrot. De helft is groen, de andere helft met rot en met een harde pel. Volgend jaar beter!

Laatste vakantieweekend. Dinsdag verandert de wereld: ernst, naar school, ander verkeer, meer geluid in de lucht. Het wordt weer druk, druk, druk. Voor de senioren blijft het vakantie, zij moeten ook, maar hebben andere bezigheden.

Grapje: zij vult de winkelkar, ik duw en betaal.

Stoppen met autorijden is niet gemakkelijk. Nu zegt hij zelf te stoppen. De dokter heeft me maanden rijverbod gegeven. Alleen rijd ik niet meer, ik ben te onzeker. Ik stop en verkoop mijn auto. Ik zal beroep doen op Halle Mobiel en de CM. Het afbouwen begint met het zich beperken tot kleinere afstanden. In begin is er nog verzet, de auto blijft meer in de garage dan op de baan. Maar hij staat er nog! Tot de tijd rijp is: ik stop en verkoop hem.

Twee egels gingen samen wonen. Ze kropen dicht bij elkaar, maar neen, zij pikten elkaar. Ver van elkaar: ik voel je niet meer. Dus vonden ze de juiste afstand en nabijheid en ze leefden lang en gelukkig. Niet te dicht, niet te ver. Kom bij mij, egeltje lief. Ai. Je steekt, je bent te dicht.

Val van Tadej. Ook kampioenen vallen... Had hij de steen niet gezien? Zo vallen senioren ook.

Zondagnamiddag, ze borstelt de oprit. s'Zondags moogt ge niet werken! Jawel, zegt ze, het is een bezigheid. Senioren hebben vele uren te vullen met bezigheden. 's Zondags duren de uren nog langer dan in de week.

Uitdrukking: ze had iets tegen haar of over haar... Zij werd ziek, ze kreeg iets over haar.

1 september. Niet voor ons. Toch moeten wij ook blijven leren, nieuwsgierig blijven. Wij hebben ook de laatste jaren nog veel bijgeleerd: de gsm, de i-Phone, mailen, enz. de wereld verandert, wij veranderen mee.

Zij gaat altijd naar dezelfde winkel: daar weet ik waar alles staat, zegt ze, ik moet niet zoeken. Goed idee.

Hij heeft zijn laatste duiven weg gedaan. Een grote verandering in zijn leven, minder zorg en bezigheid. Ook dat is loslaten en onthechting. Jaren terug deed Sylvain P. dat ook. Er zijn nog

enkele "duivensjappers" bij onze leden. Waar is uw echtgenoot? Hij komt later, de duiven hebben vertraging, later gelost. Hij kwam later. Ik mis nog enkele duiven, vertelt hij.

Door omstandigheden ben ik enkele weken afwezig geweest. Als ik terug op een bijeenkomst ben, zie ik hoe sommige mensen plots veranderd zijn. De jaren doen hun werk, traag en plots in een versnelling. Dat zullen ze van mij ook denken.

Hoe is het met je moeder? Redelijk, mentaal gaat ze achteruit. Moest ze beginnen vallen, dan kan ze niet langer thuis blijven. Ze is niet gemakkelijk, ik heb daar last mee. Tussen het thuis leven en het vertrek naar een WZC is er een grijze zone van twijfel. Een moeilijke periode, ook voor de kinderen. Ze is nog net goed genoeg om thuis te wonen, alhoewel...ze beschuldigt mij van diefstal, enz.

1 september, algemene ledenvergadering. Matige opkomst (70-75) , het nieuwe normaal? We zullen doorgaan. Hoe nieuwe leden aantrekken? Door mond aan mond reclame. Kom mee...

Wat als je jaren gezorgd hebt voor iemand en plots alleen staat? Einde van het zorgen. Hij of zij laat een grote leegte achter. Wat nu doen? Hoe verder leven? Dat vraagt tijd. Sommigen gaan vluchten in activisme, ze zijn altijd druk bezig, hebben tijd tekort, maar vult dat de innerlijke leegte? Vroeg of laat komt de leegte terug. Kan je je voorbereiden op een groot zorgverlies? Wat als hij komt te sterven?

Controle : Het is beter dat je op controle gaat, zelf het initiatief neemt, dan dat ge moet gaan.

Kloof. Hij is blijer dat het bezoek bij hen aan huis komt, dan dat ze hun komen halen en later terugbrengen. Ze zijn hoogbejaard en voelen zich niet lekker tussen jongere mensen die een rijkere levensstijl hebben. Ge zit daar en wat te vertellen? De kloof is te groot. Bij Okra ben je onder leeftijdgenoten die elkaar kennen en waarderen. Okra, een tweede huiskamer.

Met de hoge jaren wordt leven elke dag overleven. Het opstaan is soms wat moeilijk. Zich aankleden vraagt tijd. Hij is 90: een 1,5 uur om mij klaar te maken en te ontbijten.

Het Woordje is een woord geworden, dus ik stop, genoeg. Tot volgende keer? Het gaat je goed, help elkaar, hou contact, zo zal de zon blijven schijnen in je hart!

Groeten,

Jan Rolies

Opstapuren voor de uitstap naar Wieze

Ik heb zopas van de organisatie melding gekregen dat de opstapuren op de bus naar de shownamiddag in Wieze, op dinsdag 6 oktober 2026, als volgt zijn :

10u30 aan Start 65 te Buizingen (17 personen)

10u45 aan het station te Halle (6 personen)

10u55 aan de parochiekerk te Essenbeek-Halle (6 personen)

Om de bus zeker niet te missen wil ik voorstellen om zeker een kwartiertje vroeger op de afspraak te zijn, want deze wacht niet!

Onze penningmeester Gilbert Debast zal de toegangskaarten tijdig overhandigen aan één verantwoordelijke per opstapplaats. Geniet van de show!

Onze ledenontmoeting in oktober wordt een bingonamiddag!



Onze eerstvolgende maandelijkse ledenontmoeting gaat door op **dinsdag 13 oktober** in ons vertrouwde Vergeetmijnietje, waar we zullen genieten van een koekje, een koffietje en een drankje.

Bij die gelegenheid wordt er ook weer een spannend partijtje BINGO gespeeld, begiftigd met tal van leuke prijzen. Uiteraard komen ook onze kaart- en gezelschapsspelers ruimschoots aan hun trekken. Ook nu starten we om 14 uur. Tussen haakjes: de dansnamiddag wordt verschoven naar 1 december!

Wandeling oktober



Op **donderdag 15 oktober 2025** gaan we met ons trefpunt een plaatselijke wandeling doen in ons eigen Essenbeek. Wij komen zoals steeds samen om 13.30 u. aan de parochiekerk en kijken vol belangstelling uit waar onze wandelgids Rita Gijsen ons heen zal leiden. Bij vragen of speciale wensen, gelieve contact op te nemen met Rita, op het nummer 0486/ 95 06 19.

Okra B-H-V wandelt in oktober in Groenendaal

Op **donderdag 8 oktober** wandelt de OKRA wandelgroep BHV door het Zoniënwoud, met het prachtige kasteel op het domein van Solvay en het Museum Folon. Daarna keren ze terug via de Koninklijke Loge en het Arboretum.

Vertrek aan het treinstation van Groenendaal om 10u.

Zoals steeds is de wandeling gratis voor OKRA sport+leden en 3€ voor niet-leden (verzekering, deelname). Iedereen is welkom.

Zin om mee te wandelen? Stuur een mailtje naar rvbelle1@gmail.com.

Lidgelden 2027



Het jaar loopt stilaan ten einde en dat betekent concreet dat we weer toe zijn aan het innen van jullie lidgeld voor 2027. **Onze wijkmeesters** zullen in de komende weken aanbellen om jullie bijdrage te komen ontvangen. Jullie kunnen uiteraard ook betalen **tijdens onze eerstkomende ledenontmoetingen** of via onze bankrekening **BE83 8508 3228 1115**.

Mochten jullie vrienden of kennissen hebben die belangstelling tonen om toe te treden tot onze grote Essenbeekse Okrafamilie, aarzel dan niet om deze eens uit te nodigen op één van onze volgende ledenontmoetingen, zodat zij gratis en vrijblijvend even van de sfeer kunnen komen "proeven". Mogen wij wel vragen dit op voorhand te melden aan onze penningmeester Gilbert Debast? (via GSM 0479-249619 of via mail gilbert.debast@proximus.be)

De lidgelden voor 2027 bedragen **35 euro voor alleenstaande leden**, **59 euro voor 2 gezinsleden**, **14 euro voor partners van leden, die verblijven in een woonzorgcentrum** en tot slot **12 euro voor bijleden**. **Bewoners van woonzorgcentra (geen serviceflats!)** betalen bij ons niets en genieten dus van een **gratis lidmaatschap**! Voor de geïnteresseerden nog dit : het **Sport 55+ lidmaatschap** bedraagt voor volgend jaar nog steeds **12 euro**, maar, zoals jullie wellicht wel weten, kan dit lidgeld volledig gerecupereerd worden via jullie mutualiteit. Het desbetreffend aanvraagformulier zal jullie overhandigd worden door onze penningmeester begin 2027.

Bij voorbaat dank voor jullie trouw aan onze seniorenvereniging!

November = seniorenmaand en dus gaan wij weer tafelen !



Van maandag 16 tot en met vrijdag 20 november programmeert de Stad Halle zijn jaarlijkse seniorenweek, die gepaard gaat met tal van activiteiten voor 60plussers. Maar daarover krijgen jullie eind oktober, begin november een folder in de bus met het uitgebreid programma.

Maar wij, als Okra-trefpunt, willen dit natuurlijk ook niet aan onze neus laten voorbijgaan en organiseren op **dinsdag 3 november** ons traditioneel seniorenfeest. **Op het menu** : een glaasje cava, een lekker voor- en hoofdgerecht en om af te sluiten een versnapering met koffie. Plaats van het gebeuren is en blijft uiteraard ons vertrouwde "**Vergeetmij nietje**" en we starten om **12 uur**.

De deelnameprijs bedraagt **25 € voor leden** en **30 € voor bijleden**. Betalen kan op onze ledenontmoeting van 13 oktober of via onze bankrekening BE83 8508 3228 1115. **Inschrijven moet** bij onze secretaris **Marc Crokaert** (telefonisch op 0496/751135 of via mail marc.crokaert@skynet.be) en dit **tot uiterlijk maandag 26 oktober**. **Opgelet: niet tijdig betaald = niet ingeschreven !!!**

Magisch Maastricht: ga je mee naar dé Kerstmarkt?

Magisch Maastricht Vrijthof, geen plek in Maastricht die meer kerstgevoel ademt dan dit bijzondere plein. Hier beleef je de leukste winteractiviteiten. Denk aan de lokale kerstmarkt en het grote reuzenrad. Bewonder de grote kerstboom en de sprankelende lichtjes.



Op het Vrijthof is er ook dit jaar weer genoeg te beleven. Winterse chalets met heerlijke lekkernijen, de leukste kerstdecoratie, een hartverwarmend drankje... Beleef de sprookjesachtige sfeer op het Vrijthof in Maastricht, dit jaar groter dan ooit. Wandel door de lichtjestunnel naar de iconische Sint-Servaas-basiliek en geniet van een warm drankje. Ontdek de kraampjes op het Place d'Amour, versierd met hartjes. Er is niets sfeervoller dan een heerlijke warme chocolademelk of Glühwein bij het vuur. Magisch Maastricht Vrijthof wordt gevuld met de lekkerste eetkraampjes. Verse oliebolletjes, ambachtelijke wafels en typische Oostenrijkse gerechten in de Almhütte, het is er allemaal!

Programma: maandag 7 december 2026

- Na de ophaalroute, middagmaal in Gasthof Delicia om 12u. We genieten van een driegangen menu (1 drank inbegrepen)
- Na het middagmaal rijden we door naar Maastricht om te genieten van de kerstmarkt aldaar. Vanaf de afstapplaats doen we een kleine wandeling langs de bezienswaardigheden van Maastricht
- 18u terug naar onze respectievelijke opstapplaatsen

PRIJS: 60 euro (omvattend driegangenmenu + 1 drankje, bezoek kerstmarkt met reisleader)

Geïnteresseerden nemen best contact op met onze **verantwoordelijke Francis Vankerckhoven** (gsm 0472/600433 of mail francisvk@hotmail.be) en dit **tot uiterlijk 25/10/2026** ! Francis zal uiteraard ook een zaalronde doen op onze ledenontmoeting van 13/10/2026. **Wees er snel bij, want er zijn maar 20 plaatsen beschikbaar!**

Prijs: 60 € per persoon, incl. busvervoer, middaglunch + reisbegeleiding.

Betalingen: hetzij cash of met de bankkaart op onze ledenontmoeting, hetzij via bankoverschrijving op **BE83 8508 3228 1115** van Okra Essenbeek-Halle. **Opgelet: niet tijdig betaald = niet ingeschreven (dus uiterlijk op 24/10/2026)!** Mensen, die om medische redenen niet kunnen deelnemen, kunnen 25 euro recupereren, mits afgifte van een geldig doktersattest.



In memoriam

Op 10 september 2026 overleed ons lid **Lutgarde GEERTS** en dit op 72-jarige leeftijd.

Zij was de echtgenote van Eddy Haulet.

Langs deze weg betuigen wij onze oprechte en kristelijke deelneming aan haar echtgenoot, kinderen, kleinkinderen en familieleden.

Activiteitenkalender tot en met november 2026

5/12/19/26 oktober	Petanque Groot-Halle om 14.00 u.	Indoor in sportcomplex De Bres te Halle
6 oktober	Daguitstap Wieze	Opstapuren bus: elders in dit blad
8 oktober	Wandeling met de wandelgroep B-H-V	Meer info: elders in dit blad.
13 oktober	Ledenontmoeting met bingospel	Zaal 't Vergeetmijnietje, vanaf 14 uur
Donderdag 15 oktober	Maandelijkse wandeling met ons trefpunt	Meer info: elders in dit blad.
2/9/16/23/30 november	Petanque Groot-Halle om 14.00 u.	Indoor in sportcomplex De Bres te Halle
3 november	Seniorenfeest Okra Essenbeek	Meer info: elders in dit blad.
10 november	Maandelijkse wandeling met ons trefpunt	Meer info: in volgende editie.
12 november	Wandeling met de wandelgroep B-H-V	Meer info: in volgende editie.
19 november	Night of the Proms, AFAS-dome Antwerpen	Meer info: in volgende editie.



Jarigen van de maand

03-10-1934 Louis CARLIER
 04-10-1936 Marie-Jeanne DE CEUSTER
 11-10-1946 Godelieve DE DOBBELEER
 12-10-1955 Jos BELLEMANS
 14-10-1951 Christiaan LEUNENS
 20-10-1951 Guido GOVAERT
 20-10-1949 Suzanne DHONT
 21-10-1958 Eddy HAEMELINCKX
 23-10-1934 Marie-Josée DE BROYER

27-10-1949 Rafael FISETTE
 27-10-1943 Lisette PARDON
 27-10-1946 François VANBELLINGHEN
 29-10-1942 Jan ROLIES
 29-10-1953 Linda SAVENBERG
 30-10-1948 Edwig BOSCHMANS
 30-10-1946 Gilbert SCHOONHEYDT
 30-10-1940 Freddy STRUELENS

Dagelijks bestuur Okra Essenbeek-Halle

Jacqueline DE SMEDT	Teamleider	0478/ 80 46 72	jades@live.be
Guy SITOU	Co-teamleider	0476/ 31 11 70	guy.sitou@hotmail.com
Marc CROKAERT	Secretaris	0496/ 75 11 35	marc.crokaert@skynet.be
Gilbert DEBAST	Penningmeester	0479/ 24 96 19	gilbert.debast@proximus.be
Jef VERKENS	Verdeling Okramagazines	02/ 356 17 15	jef.verkens@telenet.be
Francis VANKERCKHOVEN	Verantwoordelijke dagreizen	0472/ 60 04 33	francisvk@hotmail.be