Trefpunt
Aartrijke

OKRA Infoblad november 2026

Rekeningnummer: BE30 7380 1368 5611
Team leider Joël Maertens 0478/93 14 88
www.okra.be

Beste OKRA leden,
Zoals in het vorige infoblad aangekondigd nodigen we graag nieuwe vrijwilligers uit om actief deel te nemen aan het opstellen van een nieuw jaarprogramma.

Tevens willen we graag ook nieuwe vrijwilligers die een langduriger engagement willen aangaan.
Vraag hierover gerust bijkomende inlichtingen bij Joël Maertens (0478/93 14 88)

Wens je aanwezig te zijn op vrijdag 13 november 2026 zie dan ook de bijlage bij dit infoblad

Alvast van harte welkom bij de OKRA vrijwilligers.

DROOM JIJ OOK VAN EEN HEERLIJKE NACHTRUST



"Heb je moeite om in slaap te vallen, word je regelmatig wakker tijdens de nacht of voel je je overdag vaak vermoeid? Dan is deze lezing over slaaphygiëne iets voor jou.

Kom naar onze gezellige en leerrijke namiddag over slaaphygiëne. Ontdek hoe kleine, eenvoudige aanpassingen in je dagelijkse routine een wereld van verschil maken voor jou nachtrust.

Luister, leer en neem praktische tips mee naar huis waarmee je meteen aan de slag kunt
Spreker: Maxim De Buyser Slaapcoach

Wanneer: dinsdag 17 november 2026 om 13u30
Waar: LDC Jonkhove
Prijs: gratis aangeboden
Inschrijven: bij het bestuur van OKRA, Samana of LDC Jonkhove voor 15/11/2026

Van harte welkom!"



Sportieve activiteiten

WANDELEN :

19° wandeling 06 november 2026
20° wandeling **dinsdag 24** november 2026
einde seizoen Jonkhove

start aan Jonkhove om 13u30
Informatie rond de wandelingen
bij Josef Boone tel: 050 / 20.04.44



FIETSEN:

19° fietstocht 10 november 2026
Eernegem De Landrost
Start aan Jonkhove om 13u30
20° fietstocht 24 november 2026
Einde Seizoen Jonkhove
Start aan Jonkhove om 13u30

Informatie:
bij Denise Devreese tel 0474/ 21 36 20
Of bij
Luc Haesebrouck tel 0475/ 87 49 85

ONTSPANNINGSNAMIDDAG :

Iedere donderdag vanaf 13.30 uur in LDC Jonkhove : kaarten, biljarten, rummikub gezellig keuvelen en ..... petanque. Dit laatste spel heeft heel wat bijval. Kom je ook eens een kijkje nemen ?
U bent geen lid? Maar wil toch even kennis maken met OKRA, kom zeker eens de donderdagnamiddag naar zaal Jonkhove

November 2026		
1	zo	ALLERHEILIGEN
2	ma	ALLERZIELEN
3	din	
4	woe	
5	don	ONTSPANNING
6	vrij	WANDELEN
7	zat	
8	zon	
9	maa	
10	din	FIETSEN
11	woe	WAPENSTILSTAND
12	don	ONTSPANNING
13	vrij	BESTUURSVERGADERING
14	zat	
15	zon	
16	maa	
17	din	
18	woe	
19	don	ONTSPANNING
20	vrij	
21	zat	
22	zon	
23	maa	
24	din	FIETSEN + WANDELEN EINDE SEIZOEN
25	woe	
26	don	ONTSPANNING
27	vrij	
28	zat	
29	zo	
30	maa	

Het jaar loopt stilaan op het einde, tijd dus om even te denken over je heraansluiting bij OKRA Aartrijke

Hier de lidgelden: voor 2027
LId 35 €
Gezin 59 €
Rusthuisbewoners 14 €
Partner WZC Bewoner 14 €
Sportievelingen
sluiten aan bij
OKRA sport+ voor
12 €
Dit bedrag krijg je terug van de mutualiteiten

Vanaf nu kun je het storten op de rekening van OKRA Aartrijke
Nieuwe leden kunnen vanaf heden inschrijven en zijn lid tot eind 2027

