

Nieuwsbrief Oktober 2026

Het is weer tijd om het lidgeld te betalen

Het lidgeld voor 2027 bedraagt:

- Voor individuele leden: 35€ per persoon
- Voor samenwonende gezinsleden: 59€ per gezin
- Voor bewoners WZC + hun partner: 14€ per persoon
- Bijleden: 8€ per persoon
- Sport lidgeld: 12€ per persoon

Wie deelneemt aan een sportactiviteit binnen ons trefpunt, zoals fietsen, wandelen, stoelyoga, tai chi, etc., is ook verplicht om aan te sluiten bij OKRA SPORT+. Goed om weten: dit lidgeld wordt volledig terugbetaald door jouw ziekenfonds. In de loop van het voorjaar ontvang je van Okra een attest als bewijs van betaling. Dat attest bezorg je aan jouw ziekenfonds, waarna het bedrag op jouw rekening wordt gestort. De terugbetaling is uiteraard afhankelijk van de voorwaarden van jouw ziekenfonds.

Nieuwe leden die nu aansluiten zijn vanaf hun inschrijving tot 31 december 2027 lid van Okra.

Graag per overschrijving op reknr **BE70 7510 0232 6525** van **OKRA Sint-Laureins** met vermelding van **lidgeld 2027 + jouw naam**

Dagelijks bestuur

Op maandag 12 oktober om 9u00 in het Huis van de Vrije Tijd.

Petanque

Op woensdag 7, 14, 21 en 28 oktober van 13u30 tot ... in de Sporthal of buiten bij goed weer.

Deelname 3€pp, extra frisdrank voor 1€.

Kaarten

Op woensdag 7, 14, 21 en 28 oktober van 13u00 tot 17u00 in de cafetaria van de Sporthal. Kostprijs 4€ voor koffie + koek + 1 consumptie.

Rummikub

Op woensdag 7, 14, 21 en 28 oktober van 13u30 tot 16u30 in de cafetaria van de Sporthal. Kostprijs 4€ voor koffie + koek + 1 consumptie.

Padel

Op maandag 5, 12, 19 en 26 oktober van 13u00 tot 14u30 op 4 terreinen of van 14u30 tot 16u00 op 2 terreinen en volgens schema. Met **abonnement 30€ tot eind december**.

Stoelyoga

Op vrijdag 9 en 23 oktober van 10u tot 11u15. Deelname 5€/les. Lesgever: Geert François. Verantwoordelijke Gerd Vanderostyne.

Darts

Op dinsdag 6, 13, 20 en 27 oktober van 18u30 tot 21u00 op de mezzanine in de Sporthal. Info: Ivan De Bruyckere 0493/13.19.64 of Filip D'hoore 0496/05.30.25.

Gym 50+

Op dinsdag 6, 13, 20 en 27 oktober van 19u00 tot 20u00 op het sportveld in de Sporthal van Sint-Laureins. Met abonnement tot eind december of 4€ per beurt. Info bij Guido of Vera.

NIEUW!! Tai Chi

Op maandag 5, 12, 19 en 26 oktober van 15u30 tot 16u30 in de cafetaria van de Sporthal. Met abonnement van 72€ tot eind 2026. **Eerste les is gratis.** Info op de flyer in bijlage. Lesgever: Luc Temmerman.

Lijndans

Op vrijdag 2, 9, 23 en 30 oktober van 13u30 tot 15u45 in de Sporthal. Met abonnement of 4€ per beurt. Lesgever: Jeaninne. Info: Christine.

Werelddans

Op vrijdag 16 oktober van 13u30 tot 15u45 in de Sporthal. Volgende maand voorlopig laatste les op vrijdag 13 november. Met lijndansabonnement of 4€ per beurt. Info: Christine. Lesgever: Luc Verplancke.

Alleenstaanden

Op dinsdag 6 oktober zijn jullie welkom bij Cathérine Supré in haar gezellige “schuur”. Cathérine zorgt voor koffie en gebak. De bijdrage van € 5 gaat volledig naar Cathérine. Adres: Eerstestraat 18, Sint-Laureins. Van 13.30 tot 16.00 uur (of iets later). Vooraf inschrijven is noodzakelijk. Een gezellige namiddag om samen te genieten! **Inschrijven = betalen vóór 2 oktober op BE70 7510 0232 6525.**

Wandelen

De eerste wandeling van het winterseizoen gaat door op donderdag 22 oktober. Vertrek om 13u30 op de parking in Het Leen of als je wil carpoolen om 13u aan de Sporthal in St-Laureins. Info Johan. Uitnodiging en inschrijving via de whatsapp-groep.

Vrijwilligers gezocht voor wandel- en fietstochten!

Hou je van wandelen of fietsen en vind je het leuk om samen met anderen op ontdekking te gaan? Dan zijn we op zoek naar jou! Ons trefpunt wil graag regelmatig mooie en gezellige wandel- en fietstochten organiseren. Daarom zoeken we nog enkele **vrijwilligers die willen helpen bij het uitstippelen en/of begeleiden van de routes.**

Je hoeft zeker geen ervaren routeplanner te zijn. Heb je een leuke tocht in gedachten, ken je mooie plekken in de omgeving of vind je het gewoon fijn om samen met anderen op pad te gaan? Alle hulp is welkom!

Samen zorgen we ervoor dat onze leden kunnen genieten van gezonde beweging, mooie plekken en vooral van een gezellige tijd met elkaar.

Zin om mee te helpen? Laat het ons weten!

Samenkomst van de werkgroep wandelen en fietsen

Vrijdag 9 oktober om 16u in de cafetaria van de sporthal. Inschrijven bij Johan via Whatsapp.

Dankfeest

Op dinsdag 20 oktober is er naar jaarlijkse gewoonte het dankfeest voor vrijwilligers. De vrijwilligers kregen een persoonlijke uitnodiging voor een heerlijk ontbijt in La Mairie.

Namiddagwandeling Okra Trefpunt Lembeke

Op vrijdag 16 oktober. Keuze uit 3 km, 6 km of 9 km.

Vertrek: om 13u30 aan Bardelare museum – Ledestraat 42 – 9971 Lembeke. Alle info op de flyer bij de digitale nieuwsbrief.

Adventsbezinning

Op donderdag 3 december om 14u in PC Sint-Jozef, Abdijstraat 31, Eeklo. Info bij Esther via gsmnr 0475/31.29.77

Inschrijven vóór 25 november bij Esther of via Okra mail.

Academie Eeklo – Meetjesland

Op dinsdag 13 oktober (ipv 27/10) om 14u30 is er een lezing: Mentale veerkracht bij oudere leeftijd, het verschil tussen lijden en leiden door Michael Portzky, klinisch psycholoog, neuropsycholoog. Alle info op de flyer bij de digitale nieuwsbrief.

OPROEP: bezorg ons een emailadres!

Sommige leden kunnen wij momenteel nog niet digitaal bereiken. Hierdoor zijn zij niet onmiddellijk op de hoogte van belangrijke info of wijzigingen. Zij ontvangen ook geen digitale nieuwsbrief met elke maand mooie foto's van de verschillende activiteiten.

Bezorg ons dus **jouw emailadres of dat van een familielid** via okrasintlaureins@gmail.com

Wist je dat...

- onze zomer **foto- en GPS-zoektocht**, net als vorig jaar, opnieuw een mooi succes waren? We mochten maar liefst 33 deelnemers verwelkomen. Zij konden gedurende de hele zomer op zoek gaan naar de verborgen foto's en de verschillende opdrachten. Op 8 september mochten we, samen met enkele van onze sponsors, bij een tasje koffie en een stukje taart een mooi prijzenpakket uitreiken. Er waren maar liefst 6 hoofdprijzen ter waarde van €25 en 12 prijzen ter waarde van €10. Daarnaast waren er ook nog enkele smakelijke, eetbare prijzen. En als kers op de taart een weekendje Wenen (echt om te wenen) en een flesje cava! Het smaakt duidelijk naar meer, dus... Tot volgend jaar!
- we tijdens onze **7 fietsnamiddagen** maar liefst 168 deelnemers mochten verwelkomen en dat we elk zo'n 335 kilometer gefietst hebben? Een welgemeende dankjewel aan alle vrijwilligers die er telkens weer voor zorgden dat we konden genieten. Zonder jullie zou onze fietszomer niet hetzelfde zijn! Bedankt allemaal en tot volgend jaar!



























- de laatste **trage zomerwandeling** op maandag 31 augustus weer een succes was? Mooi droog weer, een mooie wandeling en een eigen gemaakt appel- of druivensapje op de stopplaats. Aangezien er regen voorspeld was hadden we een alternatief voorzien. Naast de lekkere dessertjes met koffie was er ook een kleine quiz, een sjoelbak en een sjoelbak als extra animatie. Proficiat aan alle deelnemers en dank voor jullie tips. De winnaars zijn Katharina Stevesijns, Rosanne Accoe en Linda Van Landschoot. Iedere deelnemer kreeg een troostprijs.





- we op **bezoek gingen in het woon- en zorgcentrum** op woensdag 26 augustus om samen met de gasten van het DVC en het WZC te kaarten of rummikub te spelen? Voor onze oudste kaarter Julien Vanderostyne was dit het moment om te trakteren voor zijn 95 verjaardag, waarvoor dank!
- de **werkgroep 80+** samen zat op donderdag 17 september om het werkjaar te evalueren en plannen te maken voor 2027, ons jubileumjaar 70 jaar KBG en Okra in Sente?

- we op vrijdag 18 september een **proefles werelddansen** kregen van Luc Verplancke?
Iedereen keek vol spanning uit naar de proefles **werelddansen**. De meesten begonnen afwachting aan de gevarieerde dansen in een cirkel, per koppel of per drie. Werelddansen bleek moeilijker en vermoeiender dan lijndansen. Iedereen deed zijn best, maar Luc verlaagde al snel het niveau. Na een welkome koffiepauze zocht hij eenvoudigere dansen. In het tweede deel bleek het niet voor iedereen haalbaar; kwaaltjes speelden op, maar een groep van 20 bleef actief. De dansen riepen herinneringen op aan Chiro, scouts en andere jeugdbewegingen.



- We een ganse doos vol romannetjes mogen weggeven aan één of meerdere geïnteresseerden. Mail naar okrasintlaureins@gmail.com of bel naar Dirk 0475/494.130
- Op maandag 14 september namen vier padellers van **OKRA Sint-Laureins** deel aan het recreatieve **padeltornooi van OKRA-SPORT+** in Sint-Katelijne-Waver. Met 56 deelnemers werd zes keer 20 minuten gespeeld, telkens met een andere partner. **Luc won in groep 2** en zette Sint-Laureins mooi op de kaart! Een dikke proficiat aan Luc! Ook de andere drie Sentse deelnemers eindigden in de **top tien**. We kijken terug op een **geslaagde en sportieve dag** en zijn er volgend jaar graag opnieuw bij!



Jarigen van de maand oktober

03 Magdalena Vereecke	18 Josée Notteboom
04 Gonny Cuelenaere	18 Noël Poppe
04 Lucretse De Muer	19 Greta Welvaert
04 Gilberte Schuyten	21 Marie Jeanne Martens
05 Cecile Mollet	22 Claudine Bonamie
06 Marilynne Busschots	22 Lucrèce Claeys
06 Eddy De Meyere	23 Viviane De Craene
07 Emmanuel De Muynck	24 Raphael Cornelis
13 Geert Van Hecke	29 Ivette Claeys
16 Diana Pauwels	29 Odette Claeys
18 Michel Cauwels	30 Freddy Francke
18 Christian De Meulemeester	30 Anna Van Deynse

Contactgegevens

Mail: okrasintlaureins@gmail.com

Website: <https://okra.be/oost-vlaanderen/sint-laureins/>

Facebook: [Okra Trefpunt Sint-Laureins](#)

Okra rekeningnummer: BE70 7510 0232 6525

Christine Maenhout	0468/346.010
Dirk Hoste	0475/494.130
Elsy Janssens	0494/107.177
Francine Van De Walle	0496/556.819
Guido Coene	0474/561.007
Johan De Vlamynck	0476/963.285
Jozef Van Braekel	0472/844.895
Marijke De Muynck	0494/179.855
Stefaan D'hoore	0499/930.911
Vera Verlé	0497/368.170