NIEUWS UIT

Provincie Antwerpen

december 2026 – april 2027



Een nieuwe editie boordevol nieuwtjes, evenementen, sportactiviteiten en zoveel meer uit OKRA-provincie Antwerpen

Vragen, opmerkingen of suggesties rond de OKRA-werking in onze provincie Antwerpen? Mail naar provincieantwerpen@okra.be of neem contact op met één van onze 3 secretariaten:

- **secretariaat Antwerpen:** 02 246 67 13 of antwerpen@okra.be
- **secretariaat Mechelen:** 02 246 67 11 of mechelen@okra.be
- **secretariaat Turnhout:** 02 246 67 12 of turnhout@okra.be

www.okra.be/antwerpen

ALGEMEEN NIEUWS

Brein geprikkeld

In het voorjaar staan er heel wat lezingen op het programma die onze blik verruimen, verrijken en verbreden. Hoe zit het met Oosterweel? Wat is de geschiedenis van wijn? Wat betekent de verrechtsing in Duitsland? Wie duikt er mee terug naar de sixties?

De vrijwilligers achter de OKRA-academie bieden je een breed aanbod van onderwerpen. Kom jij ook naar de OKRA-academie? Je vindt ons in Antwerpen, Kalmthout en Zandhoven. Bovendien is er in de Kempen net een nieuwe OKRA-academie gestart!

Je vindt alle lezingen op www.okra.be/antwerpen

Meer informatie?
provincieantwerpen@okra.be

TOEKOMSTIGE ACTIVITEITEN

EEN MAGISCHE, MUZIKALE START VAN 2027

Het Nieuwjaarsconcert van OKRA provincie Antwerpen krijgt in 2027 een verrassend nieuw elan. Je beleeft een sprankelend totaalconcept waarin muziek, zang en dans samenkomen in een feestelijke ode aan elegantie, passie en levensvreugde.

Kruis alvast **25 januari 2027** aan in je agenda. We zien je dan graag in de Koningin Elisabeth-zaal in Antwerpen.
45 euro voor niet-leden, 35 euro voor leden

Inschrijven kan tot 18 december 2026 via provincieantwerpen@okra.be of 02 246 67 05

SAMEN DENKEN EN LACHEN

Quiz jij mee op vrijdag 19 februari 2027? Dan komen we samen in Brasschaat voor een toffe quiz. Deelnemen kan voor slechts 15 euro per ploeg, met maximaal vier personen in een groep. Eindigt jouw quizteam in de top drie? Dan val je in de prijzen! Durf jij de uitdaging aan? We beloven jouw team een amusante namiddag!

Inschrijven kan via antwerpen@okra.be



Komisch, meeslepend en herkenbaar

Bewonder en bezin tijdens de toneelvoorstelling 'Afscheid'. Naarmate je ouder wordt, hoort het woord 'afscheid' steeds meer bij het leven. En bij ieder afscheid ga je voor een nieuwe start. Beleef het verhaal van toneelspelers Guy en André die elkaar toevallig op een bank ontmoeten. Ondanks hun verschillende achtergronden hebben ze meer gemeen dan ze vermoeden. 'Afscheid' is een pareltje dat je ongetwijfeld zal beroeren.

- **Dinsdag 2 februari 2027** in Turnhout
- **Vrijdag 12 februari 2027** in Wuustwezel
- **Donderdag 25 februari 2027** in Vlimmeren
- **Woensdag 3 maart 2027** in Lippelo
- **Woensdag 10 maart 2027** in Malle
- **Vrijdag 12 maart 2027** in Borsbeek
- **Dinsdag 16 maart 2027** in Lille
- **Dinsdag 23 maart 2027** in Boechout
- **Donderdag 8 april 2027** in Minderhout
- **Vrijdag 23 april 2027** in Wommelgem
- **Donderdag 29 april 2027** in Oelegem
- **Woensdag 19 mei 2027** in Antwerpen

Kom je graag naar een toneelvoorstelling?
Reserveer je plekje via tinne.hillen@okra.be

TERUGBLIK

Zomerzoektocht "Van spoorstation naar spoorkathedraal"



Ben jij op pad geweest in Berchem? Een hele nieuwe omgeving, en dus extra veel uitdaging! Voorheen deden we de zomerzoektocht in Antwerpen. Sinds dit jaar starten we aan Post X, vlakbij Berchem station. Er werden maar liefst 650 brochures gedrukt die bijna allemaal de deur zijn uitgevlogen. Meer dan 150 deelnemers brachten hun antwoordformulier binnen. Na veel nakijken, waren er 15 winnaars die dit najaar een leuke prijs ontvingen. Benieuwd naar de antwoorden?

ANTWOORDEN OP DE VRAGEN

1. Barones
2. De Biekens
3. Wereldbol met dierenriem – Armillarium(-sfeer)
4. *Huisnr. 55 = geschrapt*
5. 5 of 13
6. *Generaal Van Merlenstraat 46 – 2600 Berchem = geschrapt*
7. Zomer / Herfst
8. Wellington en Napoleon
9. Villa Margritte / Het Liga Huis
10. Op het huis met nr. 24
11. Huisnummers 26 en 40
12. Gedicht aan het huis met nr. 59 (op het vensterglas)
13. Oud-Soldaten / Ex-Militaires
14. Guest House / logies
15. Gedicht van Herman de Coninck
16. Draakplaats 1 – 2018 Antwerpen
17. Grote Hondstraat 54 of 56 of 54-56
18. Het strand van Oostende
19. Centrum voor Bewuste Communicatie
20. Arendstraat 7
21. 2 kandelaars
22. Treinreizigers – (naar de) mensen op de trein
23. 60
24. Vissen / dolfijnen
25. Baron Joostenstraat 5
26. Plantin & Moretuslei 68 - 2018 Antwerpen
27. Schaken / backgammon / slangen en ladder bordspel
28. Centraal Station van Antwerpen
29. Joodse (ultraorthodoxe) meisjesschool
30. Mediaplein op een groot TV-scherm / DPG
31. Vlaams Administratief Centrum Antwerpen / Vlaams Administratief Centrum
32. Beurs voor Diamanthandel
33. Bike Tours & Rental / fietsverhuur&fietstour
34. Kapitaal, verkeer, landbouw, haven (of scheepvaart)
35. MDCCCCV / MCMV
36. In 2011
37. 21 juli 1843

ANTWOORDEN OP DE FOTOVRAGEN

FOTO - volgorde:
K H A J C L D E I B F G

A: Waterloostraat
B: Oostenstraat t.o. huisnr.26
C: Transvaalstraat 54/52
D: Grote Hondstraat 71
E: Arendstraat 15
F: Astridplein (boven crémerie Flamingo)
G: Astridplein (boven Elisabethzaal)
H: Gen. Merlenstraat 39/41
I: Oostenstraat t.o. huisnr. 41
J: Transvaalstraat 30
K: Osystraat 71
L: Transvaalstraat 62

SCHIFTINGSVRAGEN

1. Som van de getallen: **167** (=2+5+32+41+43+44)
2. Reservegetal: **29**

Stralende OKRA-vrijwilligers

Wauw, wat een stralende gezichten op onze catwalk! In het najaar organiseerden we samen met e5-mode verschillende events. OKRA-leden kregen met een hapje en een drankje in de hand persoonlijk stijladvies, genoten van een modeshow (met OKRA-vrijwilligers als modellen) en ontdekten meer over duurzaamheid en de wintertrends. De belangrijkste tip? Elke kleur staat jou, het is een kwestie van goed te combineren.





GAAN MET DIE BENEN



Blijven bewegen, dat is belangrijk voor elke leeftijd. Onze vrijwilligers hebben een breed aanbod voor jou in petto. Wist je dat elk trefpunt zijn eigen accent legt? Zo heb je stoelgymnastiek, werelddans, koersbal, conditietraining, lijndans ... Wat een tof aanbod om samen te bewegen! Binnen de provincie kan je alvast veel wandelen en fietsen.



HIKERS

De Hikers gaan elke maand op stap. Met een twintigtal deelnemers wandelen ze een twintigtal kilometers.

- **19 jan 2027** – Kalmthout
- **18 feb 2027** – Vennengebied Turnhout
- **16 maart 2027** – Molse Meren
- **13 april 2027** – Zoutleeuw
- **29 april 2027** – Oisterwijk (Nederland)

Meer info via tom.langmans@okra.be

WANDELAARS

Op **6 april 2027** ben je welkom op de wandeldag in Retie. Via een bewegwijzerde route duik je de natuur in. Er zijn verschillende afstanden en dus verschillende mooie parcours. Kom je in groep of individueel? Jij kiest!

Meer info via tom.langmans@okra.be

MOUNTAINBIKERS

De mountainbikers fietsen in groep, met begeleiders. De groep telt doorgaans rond de vijftig fietsers, voor een tocht van ongeveer vijftig kilometer. Wist je dat ze ook buiten provincie Antwerpen op ontdekking gaan?

- **Donderdag 7 januari 2027** in As
- **Dinsdag 26 januari 2027** in Veerle
- **Dinsdag 9 februari 2027** in Vorselaar
- **Dinsdag 23 februari 2027** in Mol/Wezel
- **Dinsdag 9 maart 2027** in Sint Huybrechts Lille
- **Donderdag 18 maart 2027** in Buggenhout
- **Dinsdag 23 maart 2027** in Eksel
- **Dinsdag 6 april 2027** in Houthalen
- **Dinsdag 20 april 2027** in Betekom
- **Donderdag 22 april 2027** in Oosterzele

Meer info via tom.langmans@okra.be

FIETSERS

Op verschillende plekken heb je een fietstreffen. Dat betekent dat je via een eigen route naar het organiserend trefpunt fietst. Je smult daar van een lekkere lunch en vervolgens spring je weer op je fiets. Vooraf inschrijven is verplicht.

- **Donderdag 22 april 2027** in Tielen
- **Donderdag 20 mei 2027** in Noorderwijk
- **Donderdag 3 juni 2027** in Zittaart

Meer info via tom.langmans@okra.be

Op andere plekken heb je een fietsgordel. Dat betekent dat het organiserend trefpunt verschillende fietsroutes uitstippelt. Je kan dus inhaken op een van de routes, of beginnen aan het startpunt. Het organiserend trefpunt voorziet lekkere soep en gebak. Vooraf inschrijven is niet nodig.

- **Donderdag 26 augustus 2027** in Zandhoven
- **Dinsdag 7 september** in Wuustwezel

Meer info via kaat.soetemans@okra.be

VRIJWILLIGERS-NIEUWS

70 jaar OKRA

2026 staat helemaal in het teken van het 70-jarig bestaan van OKRA vzw. OKRA vierde feest in de AFAS Dome met meer dan 9000 enthousiastelingen en Bart Peeters als grootste sfeermaker. Maar doorheen het jaar werd ook al goed gefeest, want verschillende trefpunten bliezen ook 70 kaarsjes uit. Proficiat!

Zo organiseerde OKRA Ekeren Donk een feestelijke tweedaagse voor leden en medewerkers met als thema 'Van toen tot nu'.



"Het hamburger- en hotdogkraam was een succes."



"Radio Minerva speelde twee uur lang muziek op aanvraag."



"Dit is een dag om lief te hebben, om in te kaderen, om te koesteren."



"Lekker eten, mooie muziek en veel ambiance."

De trefpunten van cluster Geel bundelden hun krachten en vierden op 30 oktober 2026 samen 70 jaar OKRA. Ze doken in de geschiedenis van OKRA en maakten er een sfeervolle namiddag van.



Klein gebaar, grote impact

Enkele maanden geleden kregen we in de mailbox van OKRA provincie Antwerpen de vraag: "Wil jij een zorgenvriendje maken?" De vraag kwam van vrijwilliger Micheline van trefpunt Berchem Groenenhoek.

Zorgenvriendjes zijn (kleine) popjes die kinderen ondersteunen wanneer ze geconfronteerd worden met een ernstige ziekte in hun nabije omgeving. De popjes hebben een mondje met rits, een zakje met knoopje of een rugzakje, waar de kinderen hun getekende of geschreven zorgen in kunnen opbergen. Het zorgenvriendje draagt dan (letterlijk en figuurlijk) mee de zorgen. Zo worden gevoelens tastbaar en makkelijker bespreekbaar.

Onze collega Greet stuurde deze vraag door naar de collega's creawerking binnen OKRA in heel Vlaanderen. En zo is de bal aan het rollen gegaan. Creavrijwilliger Christine uit Roeselare pikte de vraag op en is samen met haar trefpunt Roeselare H. Godelieve aan de slag gegaan. Samen maakten ze maar liefst 80 mooie exemplaren die troost, steun en een glimlach bieden aan kinderen. Een dikke pluim voor het OKRA-trefpunt, en bedankt aan vrijwilliger Christine en collega Greet om deze oproep verder te verspreiden. Een klein gebaar, een grote impact.

Wil jij ook graag zorgenpopjes maken?
Laat het ons weten via provincieantwerpen@okra.be

OKRA WIEKEVORST VERLEGT ZIJN GRENS

In Wiekevorst is er een volksdansgroep waarvan bijna alle leden ook lid zijn van OKRA. Vorig jaar nam de groep het vliegtuig naar Wilamowice in Polen. Daar werden ze hartelijk ontvangen door Fill, de lokale volkdansgroep. Ze ontdekten de streekgerechten, brachten een bezoek aan Auschwitz en traden op op de dorpsfeesten. Een jaar later kwam de Poolse delegatie enkele dagen naar België. Een bezoek aan Brugge stond op de planning en uiteraard een optreden op de dorpsfeesten. Conclusie? Een fijne uitwisseling!







Stuur uw bad naar het rusthuis!

Wij plaatsen uw veilige douche in 1 dag



Wij helpen u ook met uw subsidieaanvraag!

Veilig douchen in 1 dag

www.ckservice.be

0493/33.39.88 info@ckservice.be



Corpedi.be
Modieuze comfortschoenen

DE SPECIALIST IN COMFORTSCHOENEN

Op zoek naar een comfortabele schoen? Moeilijke voeten? Hallux valgus? Hielspoor? Steunzooldrager? Diabetes patiënt?

Persoonlijk advies staat centraal! We gaan samen op zoek naar de geschikte schoen voor jouw voeten. In onze winkel vind je onder andere een ruime keuze schoenen, pantoffels en sandalen met uitneembare zolen en stretch materialen.

Xsensible, Solidus, Mephisto, Scholl, Finn Comfort, Gabor, Rohde ...



Ring 35, 2200 Noorderwijk (Herentals) | 014 15 19 77 | www.corpedi.be
MA-VR: 9u-17u | ZA: 9u-12u

SeniorenExpo 23e Editie

Het leukste dagje uit van het jaar!

Dinsdag 12 t/m zondag 17 januari 2027 10.00 - 17.00 uur

NH Conference Centre Koningshof
Locht 117 - 5504 RM Veldhoven NL



Ontmoeten, ontdekken en genieten voor 50-plussers!
De Senioren Expo is terug met haar 23e editie! Van dinsdag 12 tot en met zondag 17 januari 2027 staat het NH Eindhoven Conference Centre Koningshof in Veldhoven in het teken van alles wat het leven leuker, mooier en makkelijker maakt.

Met ruim 150 exposanten, inspirerende lezingen, creatieve workshops, proeverijen en volop activiteiten is er voor ieder wat wils.

Geniet daarnaast van liveoptredens, modeshows, dans en verrassende exposities.
Ontdek alles op het gebied van:

- Wonen & Leven
- Vakanties
- Gezondheid & Beweging
- Mode & Beauty
- Maatschappij
- Vrije tijd
- Shows
- ONS Ontmoetingsplein

Koop je ticket gemakkelijk én snel op seniorenexpo.be

De Senioren Expo ligt op slechts een half uur rijden van Lommel en is dus ook voor bezoekers uit België gemakkelijk bereikbaar.

Senioren Brabant-Zeeland
Voorheen KBO-Brabant

U komt toch ook?

SeniorenExpo 23e Editie

KORTINGSBON voor 2 personen
Lever deze kortingsbon in aan de kassa tijdens de Senioren Expo of bestel uw reductieticket online en ontvang € 5,- korting en betaal slechts € 10,- p.p. entree in plaats van € 15,- p.p.