

Wat hebben we in petto voor januari?

Beste Okra-lid, beste Okra-sympathisant,

Het jaar loopt stilaan op zijn einde en dat is altijd een mooi moment om even terug te blikken. We hebben samen gelachen, herinneringen gedeeld, nieuwe activiteiten ontdekt en elkaar gesteund wanneer het nodig was. Ons trefpunt bloeit dankzij jullie enthousiasme, jullie aanwezigheid en de fijne sfeer die jullie telkens meebrengen.

We willen iedereen bedanken voor het voorbije jaar: voor de gezellige namiddagen, de boeiende uitstappen, de helpende handen en vooral voor het warme gevoel van samenhang. Het is een plezier om deel uit te maken van zo'n hechte groep.

Laten we in het nieuwe jaar verder bouwen aan die verbondenheid. We kijken ernaar uit om opnieuw samen te genieten van leuke activiteiten, interessante ontmoetingen en vele momenten van vriendschap.

Na de feestdagen vliegen we er weer in met de activiteiten van het nieuwe jaar. Alle informatie voor het eerste kwartaal vinden jullie verder in deze programmamail.

We wensen jullie en jullie families een gezond, warm en vreugdevol nieuw jaar. Dat het gevuld mag zijn met kleine gelukjes, mooie dagen en veel gezelligheid.

Fijne, prettige eindejaarsdagen.

De kerngroep

JAARPROGRAMMA Interesse in ons jaarprogramma 2026?

Op 17 januari wordt het volledige jaarprogramma gepubliceerd.

LEDENMAGAZINE Wil je meer weten over Okra? Het maandelijks ledenmagazine vertelt je alles over actuele onderwerpen die senioren aanbelangen.

klik [hier](#) om het meest recente ledenmagazine te downloaden.

Heb je suggesties om deze mail te verbeteren of om de communicatie naar jullie te verbeteren, stuur ze door per e-mail. Ken je iemand die blij zou zijn met deze programmamail, geef dan het emailadres door aan info@okraboutersem.be.

Inhoudstafel

Inleiding		
Inhoudstabel		
De wereld van Okra-Boutersem		
Plusfilm CONCLAVE	Maandag 12 januari	CC De Kruisboog
Maandelijks Okra-Café	Donderdag 15 januari	Okra-Boutersem
Ledenlunch	Zaterdag 17 januari	Okra-Boutersem
Nieuwjaarsconcert	Dinsdag 20 januari	Okra Oost-Brabant
Voordracht: De macht van de Media (Karl van den Broeck)	Maandag 26 januari	Okra Academie Diest
Voordracht: Kurtoisie (Kurt Van Eeghem)	Dinsdag 27 januari	Okra Academie Leuven
Voor deze activiteiten kan je nu al inschrijven		
Quiz voor iedereen	Vrijdag 13 februari	Okra-Boutersem
Shownamiddag - Muzikantenstad met Jacky Lafon	Dinsdag 3 maart	OkraOost-Brabant
Daguitstap Waterproductiecentrum Haasrode & kasteel Arenberg Leuven	Dinsdag 10 maart	Okra-Boutersem
Drum Fit 3e lessenreeks	januari - maart 2026	Okra-Boutersem
Stoelyoga 1e lessenreeks	februari - maart 2026	Okra-Boutersem
Digipunt Boutersem		Gemeente Boutersem
Ook dit nog ...		
Wil je graag lid worden van Okra-Boutersem?		
Onze fotoalbums		Okra-Boutersem
Bewegen met Okra		Okra
Initiatie Padel	april - juni 2026	Okra Oost-Brabant
Wandelen en fietsen met Okra Regio Oost-Brabant.		Okra Oost-Brabant
Reizen met Okra		Okra
De Okra-kerngroep		

De wereld van Okra-Boutersem

🕒 **Woensdag 12 januari – 14.00 uur tot 16.00 uur**

Plusfilm: Conclave

Georganiseerd door CC De Kruisboog

Na de dood van de paus brengen kardinalen van over de hele wereld hun stem uit in de meest geheimzinnige verkiezing ter wereld: die van de nieuwe spirituele wereldleider. Kardinaal Lawrence moet ervoor zorgen dat alles goed verloopt, ondanks zijn eigen geloofscrisis. Wanneer torenhoge ambities uitmonden in schandalen, ontdekt hij dat de overleden paus verre van heilig was.



Duur: 121 min.

Afspraak:

- Theaterzaal CC De Kruisboog, Sint-Jorisplein 20, 3300 Tienen
- Prijs: **3 euro** (-26/+55)
- Tickets zelf online bestellen of tijdig naar de voorstelling gaan.

Voor informatie: [klik hier](#).

● Donderdag 15 januari – 14.00 tot 18.00 uur

Maandelijks Okra-Café

Georganiseerd door Okra-Boutersem

Okra-Café



Boutersem

Elke maand wordt het gezelliger in ons Okra-Café. Het heeft al geruime tijd een vast plaatsje in de agenda's van onze leden en sympathisanten. Is dit bij jou nog niet het geval? Je mist iets – noteer het toch maar in je agenda. Je zal er geen spijt van hebben.

Elke maand zien we nieuwe gezichten in ons Okra-Café.

Onze koffie met taart smaakt altijd naar meer en de drankjes serveren wij met liefde aan democratische prijzen. In ons Okra-Café kan je altijd terecht voor een rustige babbel, een gezelschapsspelletje of om een kaartje te leggen. 'Mexican Train Domino' en kaarters zijn zeker weer van de partij!

Iedereen is welkom en wordt met een warm hart ontvangen!

Creatafels vanaf 15.00 uur:

Mini-vogelhuisjes

Kleine kunstwerkjes met grote charme!

Creatief • Duurzaam • Handgemaakt



✳️ Breng sfeer in huis met onze **mini-vogelhuisjes van kurkstop**. Geef je bloempot een glimlach — met een mini-vogelhuisje! Ze zijn vrolijk, handgemaakt en passen perfect in elke bloempot of op een houten schijf. Een echte blikvanger!

✳️ Waarom deze mini-vogelhuisjes?

- Gemaakt van **duurzame materialen**
- **Creatief & leuk** voor jong en oud
- Geschikt voor **planten, tafeldecoratie** en seizoensversiering
- Eenvoudig te personaliseren

Aarzel niet te lang met inschrijven, wij reserveren 18 plaatsen.

Vooraf inschrijven is noodzakelijk. Schrijf je via info@okraboutersem.be in voor een plaatsje aan de creatafels van 15 januari 2026.

Schrijf niet vrijblijvend in. Wij kopen voor jullie alle materiaal in. Voor een deelname vragen wij € 2 aan Okra-leden en € 4 aan niet-leden.

Hier vind je [de flyer](#).

IT micro-workshop: Google Lens.



Google Lens is een beeldherkenningstechnologie die informatie biedt over de echte wereld door middel van de camera van je telefoon.

Google Lens maakt gebruik van de camera van je smartphone om objecten, teksten, planten dieren en meer te identificeren.

Het biedt relevante informatie en zoekresultaten op basis van wat je ziet. De belangrijkste functies van Google Lens zijn: informatie opzoeken, teksten vertalen, producten vinden, planten en dieren herkennen en documenten scannen.

Interesse? Snel inschrijven via info@okraboutersem.be

In kleine groepjes van maximaal een tiental deelnemers wordt op duidelijke, interactieve en gemakkelijke manier één beperkt onderwerp uitgelegd. We doen dat in een korte workshop (30 minuten – maximaal 40 min) waarin je de basis uitgelegd krijgt en waarbij je zelf kan ingaan op je eigen situatie.



Iedereen welkom. De Micro-Workshops zijn gratis.

Zaterdag 17 januari – 12.00 uur tot 17.00 uur

Ledenlunch

Georganiseerd door Okra-Boutersem



Na enkele succesvolle brunch-edities kiezen we dit jaar voor een **lunchformule**. De locatie blijft dezelfde als vorige keer: **Feestzalen Vogelzang in Kuntich**.

We verwachten een mooie opkomst, want ons ledenaantal blijft groeien – intussen zijn we met maar liefst **180 leden**!

Zoals de traditie het wil, blikken we even terug op het voorbije jaar en stellen we het programma van 2026 aan jullie voor. Het kernteam heeft hard gewerkt om dit programma tijdig rond te krijgen.

Afspraak:



- 17 januari 2026 om 12.00 uur
- Leuvenselaan 534, 3300 Kuntich-Tienen
- Ruime parking naast de feestzaal

Prijs: **65 euro** voor Okra-leden; niet-Okra-leden betalen **70 euro**.

Wij komen tussen voor de leden van Okra-Boutersem. Zij betalen slechts **55 euro**.

Schrijf je in vóór 3 januari. Er is een maximum van **120** deelnemers!

Op deze prachtige locatie genieten we samen van een heerlijke lunch. Ideaal om in een gezellige sfeer bij te praten en te genieten van elkaars gezelschap.

Het menu voor deze dag ziet er als volgt uit:

- *Aperitief met 3 warme of koude hapjes*
- *Cocktail van zalm, krab en garnalen*
- *Aspergeroomsoep met bieslook*
- *Kalkoenfilet met seizoengroenten, champignonroomsaus en kroketten*
- *Desserten variatie (ijs met fruit, chocomousse, javanais en tiramisu)*
- *Koffie en versnapering*

Inbegrepen: 2 glazen aperitief, 3 glazen huiswijn en 3 glazen water.

Schrijft in voor een plaatsje aan de ledenlunch 2026. Dit kan via de inschrijvingsstrook in de [flyer](#) of per mail naar info@okraboutersem.be.

Je inschrijving is in orde als we ook de betaling van **55/65/70** euro per persoon ontvangen hebben op onze rekening **BE42 0689 3501 4854** van Okra-Boutersem met in de mededeling “Ledenlunch” en de naam/ namen van de deelnemer(s).

● Dinsdag 20 januari – 14.30 tot 18.00 uur

Nieuwjaarsconcert – Mechels Kamerorkest

Georganiseerd door Okra-Oost Brabant



Het Mechels Kamerorkest brengt ons een aantal klassiekers met **An der schönen blauen Donau**, **de Radetzky Mars** en **de ouverture van Die Fledermaus**. Samen met piano-virtuoos JC Vanden Eynden brengen ze het 23ste pianoconcerto van Mozart.

Verder brengt het orkest de **5de symfonie van Schubert**. Na deze streling voor het oor, bieden we zoals steeds een receptie aan, waar je gezellig kan napraten en de beste wensen voor het nieuwe jaar kan uitwisselen.

Waar: Den Egger in Scherpenheuvel.

Prijs: 35 euro (**30 euro** voor OKRA-leden).

Om jullie comfortabel naar het Nieuwjaarsconcert te brengen, stelt Okra Cluster Tienen busvervoer ter beschikking. Deelname aan het vervoer kost **15 euro** per persoon.

Kaarten zijn te verkrijgen via je trefpunt tot einde december 2025.

Inschrijven kan **tot eind december** door een mail te sturen naar info@okraboutersem.be met opgave van je naam en het aantal personen.

Je inschrijving is in orde als we ook de betaling van **30/45/35/50** euro per persoon ontvangen hebben op onze rekening **BE42 0689 3501 4854** van Okra-Boutersem met in de mededeling “Nieuwjaarsconcert” en de naam/ namen van de deelnemer(s).

● **Maandag 26 januari – 14.00 uur tot 15.30 uur**

De Macht van de Media – Karl van den Broeck

Georganiseerd door Okra-Academie Diest

In een democratische samenleving is de verspreiding van correcte informatie een must.

Die **brede verspreiding van informatie** is de opdracht van de media. Zij hebben een grote verantwoordelijkheid en een enorme macht. Er komt echter heel wat kritiek.

- Hoe is deze crisis in de media ontstaan?
- Wat zijn de gevaren van AI?
- Is een echte onafhankelijke pers nog mogelijk?



Apache-hoofdredacteur **Karl van den Broeck** (°1966) is journalist sinds zijn 20ste. Eerst 18 jaar bij De Morgen, dan vijf jaar als hoofdredacteur bij Knack en sinds 2011 freelance. Cultuur (en dan vooral literatuur), politiek en geschiedenis zijn zijn passies.

Tussendoor maakt hij **tentoonstellingen**, schreef hij **een boek** over de échte vader van de pil en eentje waarin hij probeert te verklaren waarom we nog altijd de indianen willen redden.

Sinds 2014 coördineert hij een debatplatform bij BOZAR. In 2001 won hij de Vacature Persprijs. In 2017 mocht hij in naam van de redactie van Apache de Arkprijs voor het Vrije Woord in ontvangst nemen.

Waar: CC Begijnhof (aula), Infirmieriestraat, 3290 Diest

Prijs: 10 euro (8 euro voor OKRA-leden)

🕒 **Dinsdag 27 januari – 14.00 uur tot 16.30 uur**

Kurtoisie – Kurt Van Eeghem

Georganiseerd door Okra-Academie Leuven

Etiquette anders bekeken door meesterverteller 'Kurt Van Eeghem'. Waar komen de **etiquetteregeltjes** vandaan en wat is hun nut heden ten dage?

Op deze vragen krijgt u een antwoord in een geestig en degelijk onderbouwd verhaal.

Over het na-apen van wat er aan de koninklijk hoven gebeurt. Over de tocht die de etiquette naar Vlaanderen maakte. Over de onzin van veel van die 'opgestoken vingertjes'. En vooral, over het alternatief: **hoffelijkheid anno 2.0**.

Een hilarische en toch leerrijke namiddag. Kurtoisie, boeiend en geestig.

Een andere kijk op '**hoffelijkheid**' en 'omgangsvormen'. Zijn de etiquetteregels nog van deze tijd. Een negatief antwoord wil zeggen dat het anders kan en moet. In deze lezing worden originele, vaak grappige maar toch ook zeer boeiende alternatieven voorgesteld. We nemen een duik in het verleden en zo ontdekken we de echte waarde van 'etiquette' en dat durft al eens tegen te vallen. De luisteraar krijgt een fascinerend verhaal te horen en kan, zoals het hoort, zijn vragen toetsen aan de stellingen van de spreker.



Kurt Van Eeghem is met pensioen. Maar dit is niet zijn reële status. Hij ademt cultuur.

Bekend van radio en televisie, geroemd om zijn welsprekendheid en wellevendheid.

Kurt is vandaag volledig in zijn sas op Klara.

Waar: Zaal De Vaart – CM Kessel-Lo (Platte Lostraat 541)

Prijs: 10 euro (8 euro voor OKRA-leden)

Voor deze activiteiten kan je nu inschrijven

 **Vrijdag 13 februari – 18.30 uur tot 22.30 uur**

Quiz voor iedereen

Georganiseerd door Okra-Boutersem

Neem deel aan onze **gezellige quizavond** en ontdek wie het slimste team is!

Geen ingewikkelde vragen of lastige puzzels – gewoon leuke weetjes, herkenbare onderwerpen en vooral veel plezier.

Het gaat om meer dan winnen, samen lachen en herinneringen ophalen – dàt maakt de avond goed. Iedereen kan meedoen – je hoeft geen bolleboos te zijn!

Schrijf je snel in en neem gerust een vriend(in) mee. We kijken ernaar uit om er samen een onvergetelijke avond van te maken.



Onderwerpen die aan bod komen:

- Actua – blijf mee met het nieuws
- Fauna & Flora – van exotische dieren tot lokale planten
- Aardrijkskunde & Geschiedenis – reis door tijd en ruimte
- Titels van songs herkennen – ken je klassiekers!
- Sport – van Belgisch voetbal tot olympische records
- Film & TV – herken de klassiekers
- De juiste volgorde – puzzel je weg naar het juiste antwoord

Wat mag je verwachten?

Een avond vol spanning, humor en verrassende vragen, herkenbare thema's uit het dagelijks leven, humoristische rondes waar iedereen mee kan doen; teams die strijden voor de eer én leuke prijzen; gezelligheid gegarandeerd tussen pot en pint

Locatie: Ontmoetingsruimte Keyseryk, Stationsstraat 91, 3370 Boutersem.

Timing: Om 18.00 uur openen de deuren. Om 18.30 uur start de quiz.

Inschrijving: vóór 1 februari 2026 per mail naar info@okraboutersem.be of via de inschrijvingsstrook in de [flyer](#).

We sluiten de inschrijvingen af bij **60** deelnemers!

Prijs: Je betaalt een inschrijvingskost van 5 euro per persoon. Je inschrijving is pas definitief wanneer dit bedrag is ontvangen op het rekening BE42 0689 3501 4854 van Okra-Boutersem met de mededeling “QUIZ VOOR IEDEREEN” + naam van je team of je eigen naam.

● **Dinsdag 3 maart – 10.00 uur tot 16.00 uur**

Shownamiddag -Muzikantenstad 2026

● **Georganiseerd door Okra Oost-Brabant**



Bijna 28 jaar geleden werd Muzikantenstad de meest muzikale stad van Vlaanderen en dat is het nog steeds. Het is een totaal spektakel in de meest brede zin van het woord.

Elk jaar wordt deze show in een nieuw kleedje gezet, telkens met nieuwe thema's, nieuwe kleding, nieuwe liedjes en een nieuwe special guest!

Nadia – Ellis – Lissa Lewis – Eveline Cannoot - Michael Lanzo Doran en PC Brown staan garant voor een spetterende shownamiddag.

Naast de vele andere artiesten hebben we niemand minder dan '**Jacky Lafon**' uitgenodigd als speciale gast. De presentatie is in handen van **Filip D'haeze** en het prachtige showballet zal ervoor zorgen dat de acts voorzien worden van een flitsende choreografie.

Het Muzikantenstad-orkest olv **Alain Verresen** zal alle artiesten muzikaal live begeleiden

Prijs: 32 euro voor Okra-leden; niet-Okra-leden betalen 37 euro (incl. 2 broodjes & 1 koffie).

Plaats: Stadsfeestzaal, Demervallei in 3200 Aarschot

Timing: deuren open om 13.30 uur, show van 14.00 uur tot 17.15 uur.

Inschrijven vóór 11 februari 2026 via mail met alle noodzakelijke gegevens naar info@okraboutersem.be.

De inschrijving is pas definitief als wij 32/37 euro per persoon ontvangen hebben op rekeningnummer BE42 0689 35014854 van Okra-Boutersem met als mededeling "Muzikantenstad 2026" en de namen van de deelnemers.

● **Dinsdag 10 maart – 09.30 uur tot 16.30 uur**

Daguitstap waterproductiecentrum Haasrode & kasteel Arenberg Leuven **Georganiseerd door Okra-Boutersem**

Van bron tot kasteel – een dag vol beleving

💧 **Het waterproductiecentrum in Haasrode** 💧



Sinds 2013 maakt De Watergroep drinkwater in het waterproductiecentrum Leuven (Haasrode). Op deze site verwerken ze grondwater uit verschillende grondwaterwinningen tot drinkwater: We komen meer te weten over de historiek en de activiteiten van De Watergroep en ontdekken de vele ecologische en economische voordelen van kraanwater.

🍴 **Lunch bij Ter Korbeke**

🏰 **Het Arenbergkasteel** 🏰

In een fraai park in Heverlee staat het monumentale Arenbergkasteel. Sinds het interbellum is de Leuvense universiteit eigenaar van het slot. Eerder behoorde het toe aan twee belangrijke adellijke families, de Croÿs en de Arenbergs. Onder meer de rijkelijk aangeklede salons van het kasteel ademen vandaag nog de sfeer van weleer.



Timing: Waterproductiecentrum Haasrode: start rondleiding om 10.00 uur

🚶 Er zijn veel trappen en geen lift.

Lunch bij Ter Korbeke Tussen 12.00 uur en 13.30 uur

🍴 Lunch met soep en hoofdgerecht (drank apart te betalen).

Arenbergkasteel Heverlee om 14.00 uur

🚶 Historische wandeling **met gids** door het prachtige kasteel en park.

Prijs: 33 euro voor Okra-leden; niet-Okra-leden betalen 36 euro.

Leden van Okra-Boutersem betalen **slechts 30 euro**.

Samenkomst: parking van het Keyseryk om 9.30 uur

Om de uitstap vlot en gezellig te laten verlopen, wordt er **gecarpoold**. Gelieve bij inschrijving aan te geven of je kan rijden of graag meerijdt.

Inschrijven vóór 18 februari 2026 via inschrijvingstrook in [de flyer](#) of via mail met alle noodzakelijke gegevens naar info@okraboutersem.be

. Maximaal **40** deelnemers!

De inschrijving is pas definitief als wij 30/33/36 euro per persoon ontvangen hebben op de rekening BE42 0689 35014854 van Okra-Boutersem met als mededeling “Van bron tot kasteel” en de namen van de deelnemers.

Als we deelnemers moeten weigeren, gebruiken we de datum van betaling.

Beste Sportievelingen,

Naar aanleiding van het initiatief Drum Fit van SAR Boutersem en het succes ervan organiseert OKRA-Boutersem samen met De Beweegreden een 3e lessenreeks Drum Fit.



De **3e lessenreeks** (10 lessen) vindt opnieuw plaats in het sportcomplex Sport'O'droom te Boutersem (Kerkomsesteenweg 49, 3370 Boutersem).

De lessenreeks zal doorgaan **op dinsdag van 17u00 tot 18u00**
(di 6/1/26 – di 13/1 – di 20/1 – di 27/1 – di 3/2 – di 10/2 – di 24/2 – di 3/3
– di 10/3 en di 24/3/26)

Kostprijs: 70,00€ voor 10 lessen (geen ervaring vereist)

Inschrijvingen – 30 plaatsen beschikbaar – wees er dus snel bij!

Stuur een mailtje naar: lieve.govaerts83@gmail.com met volgende gegevens:
naam, voornaam, adres, gsm nummer en eventuele gezondheidsproblemen.
Nadien ontvang je een bevestiging en het rekeningnummer voor de betaling.

De personen die inschrijven voor een volledige reeks krijgen voorrang. Wanneer je de volledige reeks niet kan volgen, maar toch graag op de hoogte wordt gebracht als er een plaatsje vrij is: laat dit gerust weten, dan word je op de reservelijst geplaatst.

Met sportieve groeten,
Lieve Govaerts
www.debeweegredentienen.be

Beste Sportievelingen,

Naar aanleiding van het initiatief Stoelyoga van de SAR Boutersem en het succes ervan tijdens de seniorenweek organiseert OKRA Boutersem in samenwerking met De Beweegreden Tienen in 2026 een lessenreeks Stoelyoga.



De **1e lessenreeks** (6 lessen) vindt plaats in de ontmoetingszaal van het Keyseryk te Boutersem (Stationsstraat 91, 3370 Boutersem).

De lessenreeks zal doorgaan op **donderdag van 14u00 tot 15u00**
(do 5/2/26 – do 12/2 – do 26/2 – do 5/3 – do 12/3 en do 26/3/26).

Kostprijs: 30,00 € voor 6 lessen (geen ervaring vereist)

Inschrijvingen – 25 plaatsen beschikbaar – wees er dus snel bij!

Stuur een mailtje naar: lieve.govaerts83@gmail.com met volgende gegevens:
naam, voornaam, adres, gsm nummer en eventuele gezondheidsproblemen.
Nadien ontvang je een bevestiging en het rekeningnummer voor de betaling.

Met sportieve groeten,

Lieve Govaerts

www.debeweegredentienen.be



Gratis hulp bij al je digitale vragen

Wat is een digipunt?

Een plek waar digihelpers je rustig **en** stap voor stap begeleiden. Je brengt je eigen toestel mee en krijgt persoonlijke uitleg.

Waar & wanneer?

- Bibliotheek: om de 14 dagen, donderdag 14u – 16u (oneven weken)
- Gemeentehuis (trouwzaal): om de 14 dagen, dinsdag 17u – 19u (even weken)
- Eerste sessie gaat door op 6 november 2025 in de bibliotheek

Voor wie?

Iedereen is welkom – jong of oud, beginner of gevorderde

Inschrijven?

Is niet nodig, maar indien je toch vragen hebt kan je steeds terecht op het nummer 016/73 44 78.



VU: Sociaal Huis, Oude Baan 24, 3370 Boutersem

Meer detail kan je vinden op de website van de gemeente: [Digipunt Boutersem](#)

Ook dit nog ...

Wil je lid worden van Okra-Boutersem?

Door lid te worden van Okra-Boutersem kies je voor een vereniging die nauw aansluit op jouw leefwereld: gevarieerd, dynamisch en interessant. Lid worden van Okra-Boutersem is kiezen voor een totaalbeleving.

Als Okra-lid kan je voordelig deelnemen aan alle Okra-activiteiten. Als lid van Okra-Boutersem krijg je regelmatig een extra korting op activiteiten die we zelf organiseren en verrassen wij je soms met een leuke attentie.

Lid worden is eenvoudig: Stuur een mail naar info@okraboutersem.be. Reinhilde neemt dan contact met jou op om alles vlot te regelen.

Het lidgeld bedraagt **33 euro** per persoon, **56 euro** voor een gezin (alle inwonenden). Na ontvangst van uw betaling op rekening BE42 0689 3501 4854 vangt je lidmaatschap aan en loopt tot eind 2026.

Ben je CM-lid en word je voor de eerste keer lid van Okra, dan krijg je éénmalig een tussenkomst van 10 euro.

Is je lidgeld al betaald?

Dan heb je begin december je lidkaart ontvangen, samen met het Okra-magazine van december.

Onze fotoalbums.

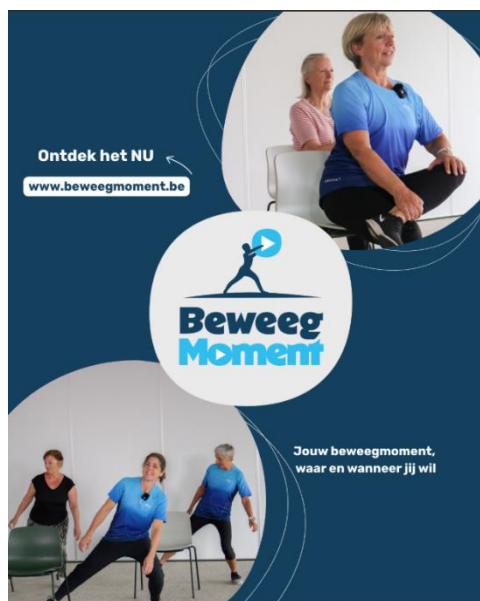
Jullie weten het al, wij maken fotoalbums van onze activiteiten. Zo hebben de deelnemers steeds een mooie herinnering en kunnen zij die er niet waren, genieten van wat zij misten. Ondertussen hebben we al **een 30-tal albums** waarmee je herinneringen kan ophalen.

Maakte je recent kennis met Okra-Boutersem? Ga eens proeven van de sfeer bij Okra-Boutersem.

Je kan de albums bekijken met één klik: [klik hier voor het overzicht van al onze albums.](#)

Bewegen met Okra.

BeweegMoment, nu online beschikbaar!



BeweegMoment is een online platform met korte beweegvideo's waar je **gratis** aan kunt deelnemen... op eigen tempo, volgens eigen niveau, thuis, alleen of in groep.

Gebruik de filmpjes als een leuke opwarming vóór een activiteit, een bewegingstussendoortje tijdens een spelnamiddag of vergadering of als inspiratie voor wekelijkse gymlessen. Alles kan! Ontdek nu onze **korte beweegvideo's** op www.beweegmoment.be.

Elke maandag, woensdag en vrijdag om 10 uur komt er een nieuwe video online!

Initiatie padel.



Samen Padellen

Okra Oost-Brabant

De lessen gaan door van 9.30 uur tot 10.30 uur op donderdag, op volgende data: 23 en 30 april, 7, 21 en 28 mei en 4, 11 en 18 juni en een reservemoment op 25 juni.

Van deze 8 momenten, zijn er twee momenten waarop een lesgever jullie de basis van padel uitlegt en op weg helpt. De volgende 6 momenten wordt er samen gespeeld en op die manier geoefend.

Locatie: TC Iris – Diestsesteenweg 300, 3010 Kessel-Lo

Je hoeft zelf enkel sportkledij en sportschoenen te voorzien. Rackets en ballen worden door de club voorzien.

Inschrijven via oostbrabant@okra.be.

Prijs: 40 euro op het rekening van OKRA Demer en Dijle BE33 7795 9789 9546 met vermelding van je naam en 'padel Leuven'.

Wandelen en fietsen met Okra Regio Oost-Brabant.



Regionale wandelingen

De regio Oost-Brabant organiseert elke maand wandelingen in en buiten de regio.

Het volledige aanbod [vind je hier](#).

Reizen met Okra.



Reiscafé zaterdag 10/01/2026 in CM Kessel-Lo (Platte Lostraat 541).

Ben je benieuwd naar de vernieuwde reiswerking en het nieuwe aanbod van OKRA-REIZEN? Kom dan langs en ontdek samen met onze OKRA-reisbegeleiders welke mooie bestemmingen er op het programma staan voor 2026!



OKRA-REIZEN winter 2025 – 2026.

De reisbrochure **winter 2025 – 2026** werd in september in jullie brievenbus bezorgd.

Het volledige aanbod [vind je hier](#).



OKRA-REIZEN zomerbrochure 2026.

De **zomerbrochure 2026** van OKRA-REIZEN is verdeeld, samen met het OKRA-magazine van december!

Het aanbod staat online op okra-reizen.be waar je kan boeken.

De Okra-kerngroep



Eerste rij - van links naar rechts: Marie-Rose Crabbé, Gerda Happaerts, Martha Ickx, Reinhilde Thijs
Tweede rij - van links naar rechts: Jos Verrelst, Piet Elsen, Lucien Coeckaerts en Marc Rentmeesters

De leden van onze kerngroep:

Reinhilde Thijs, 0473 76 45 85, reinhildethijs@telenet.be

Piet Elsen, 0471 89 31 49, pi.elsen@skynet.be

Martha Ickx, 0479 96 73 95, marthaickx81@gmail.com

Marie-Rose Crabbé, 0495 10 11 43, marie-rose.crabbe@skynet.be

Marc Rentmeesters, 0499 28 44 87, mark.rentmeesters@telenet.be

Lucien Coekaerts, 0495 10 11 43, lucien.coekaerts@kuleuven.be

Jos Verrelst, 0475 58 46 69, verrelst.jos@gmail.com

Gerda Happaerts, 0475 84 05 13, gerdahappaerts@gmail.com