

Wat hebben we in petto voor maart?

Beste Okra-lid, beste Okra-sympathisant,

Maart brengt eindelijk wat meer licht in onze dagen. De eerste tekenen van de lente duiken op, en dat geeft ons allemaal nieuwe energie. Ook binnen onze afdeling bruist het van de plannen. We kijken ernaar uit om elkaar opnieuw te ontmoeten tijdens de activiteiten die deze maand op het programma staan — van gezellige samenkomsten tot uitstappen die ons in beweging houden.

Zoals altijd blijven we inzetten op verbondenheid, zorg voor elkaar en het plezier van samen zijn. Nieuwe gezichten zijn meer dan welkom; laat dus gerust eens iemand meegenieten van onze warme groep.

Vorige maand hebben we jullie gemeld dat onze activiteiten zeer snel volgeboekt raken. Dit is zeker het geval voor onze busuitstappen naar Eau d'Heure (8 mei), de Openlucht Musical Overmere Donk ((28 augustus), de uitstap naar de VRT en het Vlaams Parlement (9 oktober) en de viering van 70 jaar Okra met "The Night of the Proms" in de AFAS Dome te Antwerpen (19 november). Om zeker te zijn van je plaats, moet je er snel bij zijn. Je stuurt hiervoor een mail naar info@okraboutersem.be met opgave van de activiteit(en) waarvoor je plaats(en) wenst te reserveren. Betalen doe je wanneer de publiciteit van de activiteit verdeeld wordt. Pas na betaling is je inschrijving definitief.

We wensen jullie een fijne maand maart toe, vol kleine geluksmomenten en mooie ontmoetingen.

De kerngroep

JAARPROGRAMMA Interesse in ons volledig jaarprogramma? Je vindt het in onze handige zakkalender op de info-tafel in ons Okra-Café en aan de ingang van het Cultureel Centrum. Downloaden kan ook: [klik hier](#).

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		
Uitslagen "Quiz voor iedereen"	Vrijdag 13 februari	Okra-Boutersem
Shownamiddag - Muzikantenstad met Jacky Lafon	Dinsdag 3 maart	Okra Oost-Brabant
Plusfilm: My Favourite Cake	Maandag 9 maart	CC Der Kruisboog
Daguitstap Waterproductiecentrum Haasrode & kasteel Arenberg Leuven	Dinsdag 10 maart	Okra-Boutersem
Crea Handwerk	Maandag 16, 23, 30 maart	Okra Oost-Brabant
Maandelijks Okra-Café	Donderdag 19 maart	Okra-Boutersem
Infosessie Draadloze verbindingen	Dinsdag 24 maart	Okra-Boutersem + BIB
Voordracht: Mattheüs Passie (Peter Vereecke)	Dinsdag 24 maart	Okra-Academie Leuven
Wandelen met Okra-Boutersem	Donderdag 26 maart	Okra-Boutersem
Dan zijn er nog volgende activiteiten		
Drum Fit 3e lessenreeks	januari - maart 2026	Okra-Boutersem
Stoelyoga 2e lessenreeks	april - juni 2026	Okra-Boutersem
Fietsen met verhalen in Boutersem	Vrijdag 24 april	Okra-Boutersem
Gratis infosessie: Digitale meter	Vrijdag 24 april	Wonen aan de Velp, Fluvius en Okra-Boutersem
Berichten uit de gemeente		
Mobiel vzw - onderzoek nodenverkenning	februari - maart 2026	
Campagne HOE KAN IK JE HEL?EN	februari - maart 2026	
Infonamiddag voor senioren.	Dinsdag 24 maart	Netwerk senioren Tienen
Ook dit nog ...		
Wil je graag lid worden van Okra-Boutersem?		
Onze fotoalbums		Okra-Boutersem
Bewegen met Okra		
Beweegmoment, nu online beschikbaar		Okra
Initiatie Padel	april - juni 2026	Okra Oost-Brabant
Wandelen en fietsen in de regio.		Okra Oost-Brabant
Reizen met Okra		
OKRA-Feestreizen - 2026		Okra
OKRA-Reizen - winter 2025 - 2026		Okra
OKRA-Reizen - Zomerbrochure 2026		Okra
De Okra-kerngroep		

De wereld van Okra-Boutersem

Uitslagen Quiz voor iedereen - vrijdag 13 februari

Wat een fijne en gezellige quizavond hebben we samen beleefd. Er werd stevig nagedacht, gelachen en soms ook een beetje gegokt — precies zoals het hoort. Hieronder vinden jullie de einduitslag.

TEAM	PUNTEN	PLAATS
Vrienden Okra Oplinter	44	1
Nog in overleg	35	2
De visjes	35	2
Keyseryk	34	4
De 4 amazones	33	5
De bosnimfen	31	6
Einstein	31	6
De OKRAsionele kwissers	31	6
De vlijtige haaksters	20	9
Zeevis	17	10



De winnaars poseren trots met hun gewonnen prijs.



● **Dinsdag 3 maart – 14.00 uur tot 18.00 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 kledje 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: VOLZET

● **Maandag 9 maart – 14.00 tot 15.30 uur**

Plusfilm: My Favourite Cake

Georganiseerd door De Kruisboog



Mahin (70) woont alleen in Teheran sinds haar man is overleden en haar dochter naar Europa is vertrokken. Op een dag besluit ze haar eenzame routine te doorbreken en nieuw leven in haar liefdesleven te blazen. Ze ontmoet

Faramarz, een alleenstaande man van haar leeftijd. Hij is taxichauffeur en veteraan en heeft net als Mahin een onafhankelijke geest. Mahin stelt zich open voor een nieuwe romance en nodigt Faramarz uit in haar appartement om haar favoriete taart voor hem te bakken.

Duur: 97 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](#).

● **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: VOLZET

● Maandag 16, 23, 30 maart – 13.00 tot 17.00 uur

Crea: handwerk

Georganiseerd door Okra Oost-Brabant



Zin om een mooie draagtas te borduren? Neem dan deel aan onze cursus handwerk! Op 16, 23 en 30 maart ga je in de namiddag in CM Kessel-Lo aan de slag om de tas te borduren.

Het naaien van de tas zelf moet je thuis nog doen, de nodige uitleg krijg je uiteraard wel in de les!

Als lid betaal je in totaal 38 euro, als niet lid 42 euro. Zelf voorzie je garen en de binnevoering, de rest wordt voor jou voorzien.

Meer info en inschrijven (voor 28 februari) kan via oostbrabant@okra.be of 02 246 67 14.

● Donderdag 19 maart – 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:

Een warm paasei

Maak je eigen paasei van breiwool!



Zin in een gezellige, creatieve namiddag vol kleur en ontspanning? Kom dan samen met ons een prachtig paasei maken van breiwool!

We gaan aan de slag met zachte wol om een uniek paasei te ontwerpen. We wikkelen en combineren verschillende tinten, spelen met patronen en structuren en maken zo een originele paasdecoratie die helemaal bij jouw stijl past. Of je nu houdt van zachte pasteltinten of liever kiest voor vrolijke lentekleuren – alles kan!

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 19 maart 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.

IT micro-workshop: Vertalen met je smartphone.

Ontdek hoe eenvoudig vertalen kan zijn! In deze korte en praktische workshop leer je hoe je met je smartphone snel kunt vertalen: van menu's en stukken tekst tot documenten.

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.

● **Dinsdag 24 maart – 10.00 uur tot 12.00 uur**

Infosessie Draadloze verbindingen

**Georganiseerd door Okra-Boutersem
i.s.m de BIB Boutersem**

In deze infosessie legt Ilse Depré uit hoe onze **mobiele toestellen draadloos met elkaar kunnen verbinden** en waarom dat handig is.

Draadloze communicatie tussen mobiele apparaten



Onze mobiele toestellen zoals laptops, smartphones en tablets kunnen verbinding maken met het internet maar ook met andere apparaten. Afhankelijk van het type toestel kan dat via wifi of mobiele data, bluetooth en NFC.

In deze infosessie leggen we het verschil uit tussen deze **draadloze communicatiemanieren**. We bekijken welke mogelijkheden jouw toestel precies heeft, wat je ermee kan doen en hoe je precies verbinding maakt.

We gaan ook dieper in op **mogelijke problemen/aandachtspunten** en hoe je ze kan verhelpen.

Je hoeft geen toestel mee te brengen.

inschrijven via: info@okraboutersem.be

 **Dinsdag 24 maart – 14.00 uur tot 16.30 uur**

Mattheüs Passie – Peter Vereecke

Georganiseerd door Okra-Academie Leuven

Muziekkenners beschouwen dit als **één van de monumenten van de klassieke muziek**. Heel terecht. In een evocatie van twee uur laat **Peter Vereecke** je als gids kennismaken met dit tijdloze oratorium en de diepere lagen ervan doorvoelen.

Eerst krijg je de nodige basisinformatie om dan dit tijdloze oratorium en zijn diepere lagen te verkennen aan de hand van acht cruciale passages met daarin ook de bekendste koorliederen en aria's. Dit alles wordt in beeld en klank gebracht op groot scherm met ondertitelde vertaling aan de hand van de legendarische uitvoering van het Berliner Philharmoniker uit 2010.



Het bijzondere hieraan is dat solisten en koorleden het lijdensverhaal ook choreografisch en expressief meebelevén. Hierdoor word je als mens -gelovig of niet-nog intenser ondergedompeld in dit aangrijpende meesterwerk van muziek, religie, dramatiek en mystiek.

Waar? Sint-Kwinten kerk Linden, Kerkdreef 2

Prijs? 10 euro (8 euro voor OKRA-leden) – ter plaatse te betalen.
Vooraf inschrijven is niet nodig.

Wandelen met Okra-Boutersem

Donderdag 26 maart om 14.00 uur – Kerk Hoegaarden



Onze eerste 'rustige' wandeling in de buurt in 2026. We gaan op stap in en rond Hoegaarden.

We vertrekken aan de kerk en wandelen **via Nerm** door een deel van het natuurgebied '**Rosdel**'. Langs **de Schoonbroekbeek** keren we terug.

De wandeling biedt **mooie uitzichten**, **holle wegen**, **kleine en wat grotere paden**. Zin in een **rustige lentewandeling**: welkom om **14.00 uur** aan de St-Gorgoniuskerk.

Parkeren kan op of in de buurt van het gemeenteplein.

- De wandeling is ongeveer 5 à 6 km lang. We stappen in een rustig tempo en houden hier en daar even halt.
- Inschrijven is niet nodig; tracht wel op tijd te zijn.
- We vragen 1 euro per deelnemer, bestemd voor de extra (sport)verzekering via Okra-Sport+.
- Na de wandeling kan je iets nuttigen bij het plaatselijk café.

Dan zijn er nog volgende activiteiten

● **Vrijdag 24 april – 14.00 uur tot 17.00 uur**

Fietsen met verhalen in Boutersem – Piet Elsen

Georganiseerd door Okra-Boutersem



Zin in een rustige lentetocht van ongeveer 22 km langs kleine, vaak onbekende wegen en plekjes in onze gemeente?

We fietsen in een ontspannen tempo en genieten van mooie uitzichten, kapelletjes en leuke weetjes onderweg.

Start: parking van het Keyseryk.

We vertrekken zuidwaarts richting Honsem. Van daaruit keren we noordwaarts terug via Roosbeek en Butsel, om uiteindelijk opnieuw in Boutersem te belanden.

In Honsem, Roosbeek, Butsel en Boutersem voorzien we korte stops met interessante verhalen en weetjes.

Eindigen doen we met een drankje op onze vertrouwde plaats aan het Keyseryk.

OPGELET: er zijn maar 20 plaatsen beschikbaar.

INSCHRIJVEN? via e-mail naar: info@okraboutersem.be

Graag rekening houden met...

- Een helm en een fluohesje zijn sterk aanbevolen.
- Je kan zowel met een gewone als met een elektrische fiets deelnemen.
- We respecteren de verkeersregels tijdens de tocht. Vooraan en achteraan de groep fietst een verantwoordelijke.
- Inschrijven als je wenst mee te fietsen.
- Deelname kost 1 euro pp. voor de extra verzekering via Okra-Sport+ (ter plaatse te betalen vóór vertrek).



🕒 **Vrijdag 24 april – 19.00 uur tot 22.00 uur**

Gratis infosessie: digitale meter

**Georganiseerd door Wonen aan de Velp,
Fluvius en Okra-Boutersem**



Tegen 2030 krijgt elke woning in Vlaanderen **een digitale meter**. Maar wat kan die meter nu precies? Hoe lees je hem? En hoe helpt hij je om slimmer met energie om te gaan?

Om een antwoord te geven op al deze vragen, organiseert Wonen aan de Velp de gratis Energiefitsessie 'Digitale meter', in samenwerking met Fluvius en Okra-Boutersem.

Wat mag je verwachten?

Tijdens deze infosessie leggen **onafhankelijke experts** je alles uit in mensentaal.

Je komt te weten:

- wat een digitale meter is en hoe je hem gebruikt
- hoe je meer grip krijgt op je eigen energieverbruik
- hoe je kan profiteren van dynamische energieprijzen
- welke voordelen de digitale meter jou kan opleveren

Je krijgt praktische tips, een duidelijke uitleg en de kans om al je vragen te stellen. Zo weet jij straks precies hoe je met de digitale meter geld én energie kan besparen.

Info & inschrijven

Wat: Energiefitsessie Digitale Meter

Wanneer: vrijdag 24 april 2026 om 19u00

Waar: Ontmoetingszaal Keyseryk, Stationsstraat 91, 3370 Boutersem

Inkom: gratis

Inschrijven via <https://www.fluvius.be/nl/thema/benoveren/energiefitsessies> of via

e-mail naar: info@okraboutersem.be

Hulp nodig bij het inschrijven?

Mail naar woonenergieloket.WAV@igo.be of bel 0496 25 85 17.

🕒 januari – maart 2026

Drum Fit – 3^e lessenreeks

Georganiseerd door Okra-Boutersem en

De Beweegreden

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**
(3/3, 10/3, 24/03 en 31/03/2026)

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

 **april – juni 2026**

Stoelyoga – 2^e lessenreeks

Georganiseerd door Okra-Boutersem en

De Beweegreden

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 meerdere lessenreeksen Stoelyoga.



De **2e lessenreeks** (8 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 2/4 – do 23/4 – do 30/4 – do 7/5 – do 28/5 – do 4/6 – do 11/6 en do 25/6/26).

Kostprijs: 40,00 € voor 8 lessen (geen ervaring vereist)

Inschrijvingen – 35 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

Mobiel vzw - onderzoek nodenverkenning



Heb jij toegang tot vervoer dat afgestemd is op jouw noden? Deel je ervaringen!

Vzw Mobiel voert, in samenwerking met Way to Go, een uitgebreid onderzoek naar de vervoersnoden van personen met een beperkte mobiliteit in het Hageland.

Dit is een vervolg op een eerder Leader-onderzoek uit 2012.

We gaan na hoe personen met een beperkte mobiliteit zich (zouden willen) verplaatsen, welke vervoersnoden zij ervaren, wat het potentieel is van diensten zoals de Dienst Aangepast Vervoer en Mobitwin (de vroegere Minder Mobielen Centrale) en bij uitbreiding wat de impact is van de wijzigingen bij het openbaar vervoer voor de vroegere gebruikers van de (bel)bus.

Vzw Mobiel wil graag weten wat jouw noden zijn op vlak van verplaatsingen.

Via de de link kan je een korte vragenlijst invullen die ons helpt te begrijpen hoe de bestaande vervoersoplossingen al dan niet aan jouw noden tegemoetkomen.

Je kan deze vragenlijst anoniem invullen tot 31 maart 2026.

Link naar de vragenlijst: <https://nl.surveymonkey.com/r/mobiliteitsnodenHageland>.

Campagne **HOE KAN IK JE HEL?EN.**

Ouderen signaleren dat het niet goed gaat met de dienstverlening in Vlaanderen. Dat zegt de Vlaamse Ouderenraad.

Met de nieuwe campagne 'Hoe kan ik je helpen?' wil de organisatie de zorgwekkende tendens van afbouw in de dienstverlening aankaarten én inspiratie bieden over hoe het anders kan. Ze roepen ouderen op om hun mening te laten horen.

Je kan meer info vinden via volgende [link](#).

Je kan deelnemen aan de campagne via volgende [vragenlijst](#).



 **Vrijdag 24 maart – 14.00 uur tot 17.00 uur**

Infonamiddag voor senioren.

Georganiseerd door Netwerk senioren Tienen

Zorgvolmacht en Successierechten

Gast sprekers : Notarissen Katrien HANSEN, Marc HONOREZ en Bert VALKENIERS

Wilsverklaringen

Gast spreker : Dr. Michel LIBERT, LEIF arts

Napraten kan in de Foyer met een drankje

Wanneer: dinsdag 24 maart 2026 om 14.00 uur

Waar: Theaterzaal CC De Kruisboog (rolstoeltoegankelijk)

Deelname is gratis.

Graag inschrijven voor 18 maart 2026 via:

dekruisboog@tien.be of telefonisch 016/24.76.00

martinpolleunis@hotmail.com of telefonisch 0468/20.50.91

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.

Onze fotoalbums.

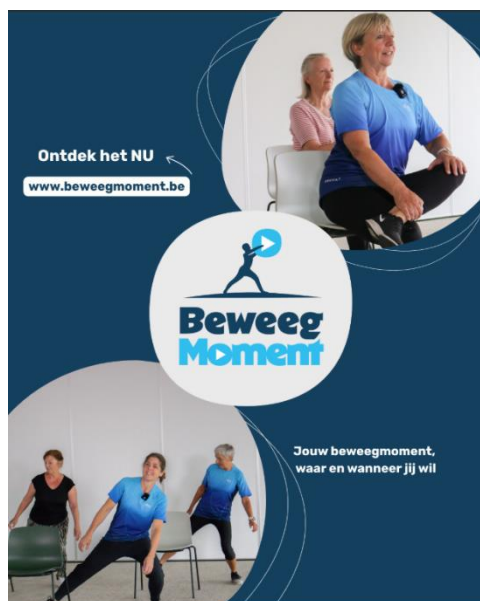
Jullie weten het al, wij maken fotoalbums van onze activiteiten. Zo hebben de deelnemers steeds een mooie herinnering en kunnen zij die er niet waren, genieten van wat zij misten. Ondertussen hebben we al **een 30-tal albums** waarmee je herinneringen kan ophalen.

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 de rekening van OKRA Demer en Dijle BE33 7795 9789 9546 met vermelding van je naam en 'padel Leuven'.

Wandelen en fietsen in de Regio.



Regionale wandelingen

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

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

Via volgende link kan je [het aanbod van PASAR](#) Boutersem bekijken.

Reizen met Okra.



OKRA-FEESTREIZEN - 2026.

OKRA bestaat 70 jaar in 2026. Om dit te vieren biedt OKRA aan haar leden enkele feestreizen aan. Meer hierover vind je in [de flyer](#). Ben je geïnteresseerd? Stuur een mail naar info@okraboutersem.be. Wij regelen je inschrijving.



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 Coekaerts 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