



Nieuwsbrief juli – augustus 2020
Okra Gent centrum
E. Van Beverenplein 4 9000 Gent
☎ 0498 72 78 76 op dinsdag van 9:30 tot 11:30
vdk BE51 8900 1408 7562
Bezoek ook eens onze website
www.okra-gent.be

We zijn bijna half juni als ik deze nieuwsbrief schrijf. Sinds half maart beheerst het COVID 19 virus ons leven en de werking van OKRA. We leerden nieuwe begrippen kennen als lockdown, quarantaine, social distancing, contact tracers...

Al die tijd konden/ mochten we niets organiseren of samenkomen.

Eindelijk! Sinds 18 mei kunnen we terug wandelen met de groep. Nu maar uitkijken naar de veiligheidsraad van 3 juni want dan zouden de maatregelen komen voor de heropstart van de socio-culturele sector.

Maar owee! Het ministerieel basisprotocol verbood de heropstart van activiteiten voor 65+ers. Pure leeftijdsdiscriminatie die, weliswaar ingegeven door zorg voor ouderen, OKRA hard trof.

Gelukkig is er nu, dankzij de aanmaning van OKRA en andere ouderenorganisaties en in samenspraak met de virologen en de gerontologen, het charter: "Veilig de draad weer oppakken". Het charter legt de regie van ons leven in onze eigen handen. Gedaan met leeftijd bepalingen om onze kleinkinderen te zien of deel te nemen aan een activiteit. Voortaan bepaald ieder voor zichzelf wat hij kan en wat niet. Toch zullen we ons nog aan een heleboel richtlijnen moeten houden.

Als gevolg hiervan kunnen/mogen we onze activiteiten stilaan weer opstarten met in acht neming van de nodige veiligheidsmaatregelen.

Het zal niet eenvoudig zijn maar we geloven dat het kan!

Algemene richtlijnen bij de heropstart van de activiteiten

- Ga voor jezelf na of je een persoon bent met verhoogd risico (hartziekte, longziekte, obesitas, suikerziekte) en je dus beter niet aan de activiteiten deelneemt.
- Als je ZIEK (verkouden, koortsig) bent **BLIJF THUIS**
- Respecteer de hygiëne maatregelen: was regelmatig je handen, geef **GEEN** hand of kus
- Hou voldoende afstand en draag een mondmasker
- Volg steeds de afspraken van de verantwoordelijken op. Die kunnen verschillen volgens de activiteit.
- Omdat dikwijls het aantal deelnemers moet beperkt worden is inschrijven belangrijk. Respecteer ook altijd de uiterste inschrijfdatum

Door de Coronamaatregelen kunnen we geen ruimte gebruiken in de gebouwen van CM op het Van Beverenplein. Het bureel blijft dus gesloten.

ACADEMIE

Alexander von Humboldt, wereldreiziger en wetenschapper. Geert Vanpaemel, hoogleraar wetenschapsgeschiedenis KU Leuven

Alexander von Humboldt was een Duitse natuurkundige en ontdekkingsreiziger. Hij legde de grondslag voor wetenschappelijke disciplines als de fysische geografie en de meteorologie. Hij was daarnaast ook begaan met thema's als milieu en slavernij.

15 september 14:30 – 17:00 Zaal De parel Overwale 3 9000 Gent

OPGELET! Omwille van de Corona maatregelen is **inschrijven noodzakelijk** via 09 269 32 17 of academie.mvl@okra.be (plaatsen zijn beperkt)

FILM IN DE SPHINX

Alles alle cijfers goed blijven starten de senioren filmnamiddagen opnieuw in september.

SPELNAMIDDAGEN

Op vraag van een aantal onder jullie beginnen we opnieuw met de **spelnamiddagen**.

We nodigen jullie dan ook graag uit op **27 juli** en **24 augustus** telkens om 14:30 in het café van het Parochiaal centrum Maisstraat 20 9000 Gent.

Daarna wordt geëvalueerd of we er mee doorgaan.

Je kan er biljarten, vogelpikken, kaarten, een gezelschapsspel spelen (breng je favoriete spel mee) of gezellig koffieklets houden. Voor elk wat wils dus.

Je hoeft niet op voorhand te betalen, je betaalt wat je verbruikt. Wil je biljarten betaal je wel 2€ voor het gebruik van keu en biljarttafel.

Uit respect voor ieders gezondheid vragen we je volgende regels in acht te nemen

- Bij het binnenkomen handen ontsmetten
- We spelen in groepjes van 4, de ganse namiddag met dezelfde 4 personen
- We verlaten onze stoel enkel om sanitaire redenen (er wordt niet aan de toog besteld)
- We houden zoveel mogelijk afstand van de andere groepjes en dragen een mondmasker
- We wassen onze handen voor we naar huis gaan en na elk toiletbezoek
- Bij het biljarten houdt elk zijn zelfde keu de ganse namiddag, niet doorgeven. Na het spelen wordt de keu ontsmet. Slechts 1 persoon komt aan de ballen. Bij het wachten 1,5m afstand houden van elkaar
- Bij het kaarten wordt geen kaartmatje gebruikt.

Laat je door deze regels niet afschrikken, we helpen elkaar om ze na te leven.

Het Coronaprotocol vraagt ook dat je **op voorhand inschrijft** zodat we het aantal kunnen doorgeven aan de café uitbater. Inschrijven ten laatste de vrijdag van de week vooraf. Inschrijven kan via 0498 72 78 76 (enkel op dinsdag tussen 9:30 en 11:30 of via rita.hoekman@belgacom.net

SPORT

Enkel wie ingeschreven is bij Sport+ (8€ extra betaald heeft bovenop het lidgeld) mag deelnemen aan de sportactiviteiten.

We wandelen op 16, 23 en 30 juli. 13 en 27 augustus en 24 september.

We spelen KUBB op 6 en 20 augustus en 17 september.

De data voor oktober worden later meegedeeld.

De wandelaars krijgen de afspraken voor de wandeling in de mailbox

We houden ons aan het Coronaprotocol om alles zo veilig mogelijk te laten verlopen

GUIDO GEZELLEKWARTIER BRUGGE 3 september

Een gids neemt ons mee op een alternatieve wandeling buiten het normale toeristische circuit. De wandeling duurt ongeveer 2 uur.

We **vertrekken** met de trein van **10:02** in het Sint Pieterstation (**verzamelen** om **9:45** in de inkomhal). Elk zorgt zelf voor een geldig vervoerbewijs.

We komen aan om 10:30 in Brugge. We wandelen van het station naar de Markt (voor wie dit teveel is, er is ook een pendelbus)

Om 14:00 neemt de gids ons mee op de wandeling.

Maximum 20 personen.

Inschrijven ten laatste op 25 augustus via 0498 72 78 76 (enkel op dinsdag tussen 9:30 en 11:30) of rita.hoekman@belgacom.net

Prijs: **20€** (gids en dagschotel) te betalen op BE51 8900 1408 7562. Alleen wie betaald heeft is ingeschreven. Dranken zijn voor eigen rekening.

BOOTTOCHT OP DE LEIE 19 september

Met de Benelux varen we op de Leie tot Sint Martens Latem en terug. We genieten van schitterende vergezichten en kunnen de mooie villa's van St. Martens Latem bewonderen.

Aan boord eten we een koude vleesschotel.

We **verzamelen** om **12:00** op de Recollettenlei aan de aanlegplaats van de Benelux.

We moeten inschepen voor 12:45. De afvaart is om 13:00.

We zijn **terug** op de Recollettenlei om **17:00**.

Maximum 20 personen

Prijs: 40€ (boot en maaltijd) te betalen op BE51 8900 1408 7562. Alleen wie betaald heeft is ingeschreven. Dranken zijn voor eigen rekening

Inschrijven ten laatste op 25 augustus via 0498 72 78 76 (enkel op dinsdag tussen 9:30 en 11:30) of rita.hoekman@belgacom.net

GEGIDSTE WANDELING OP DE MUIDE (GENT) 28 september

We wandelen door een Gentse wijk die meestal slechts bij naam gekend is en dan nog eerder in negatieve zin. Er staan geen belangrijke historische gebouwen maar toch gaat zijn geschiedenis terug tot de Middeleeuwen. Hij speelt al eeuwen lang een belangrijke rol in de industriële en de economische geschiedenis van Gent die zijn welvaart voor een groot deel dankt aan een kanaal en de haven die hier ontstaan is. Er zijn tekenen van verval maar ook van heropleving te zien.

Naast hetgeen er op het parcours te bekijken valt maken we kennis met het verhaal van Gentenaars die in Zuid-Amerika het geluk gingen zoeken, het passionele verhaal van een "mooie weduwe", een "rooie paster" en we staan bij de wieg van een pop die gekend is door alle kinderen en volwassenen van Gent.

En dan zien we nog de transformatie die in het oudste deel van de haven aan de gang is en een hoopgevend verhaal van vernieuwing en verbetering laat zien.

Verzamelen om 13:45 aan de halte "Tolpoort" van lijn 4

De wandeling start om 14:00 en duurt ongeveer 2 uur. Het parcours is goed begaanbaar en vlak.

Maximum 20 deelnemers

Prijs: 5€ drankje achteraf inbegrepen. Betalen op BE51 8900 1408 7562. Alleen wie betaald heeft is ingeschreven.

Inschrijven ten laatste op 22 september via 0498 72 78 76 (enkel op dinsdag tussen 9:30 en 11:30) of rita.hoekman@belgacom.net

OPGELET!!! VOOR ELKE ACTIVITEIT IS MONDMASKER VERPLICHT.



VERGEET DE CORONAQUIZ NIET IN TE DIENEN!!!