

Happy
New Year

okrasport
trefpunt 55+

okrareizen
trefpunt 55+

okracademie
trefpunt 55+

okrazingeving
trefpunt 55+

okrabedevaarten
trefpunt 55+

okrabelangenbehartiging
trefpunt 55+



OKRA SINT-TRUIDEN

NIJWSBRIEF

Januari en februari 2020

2-jan-2020	14:00	OKRA Petanque	Terbiest
6-jan-2020	10:00	OKRA Yoga	Sporthal St-Pieter
7-jan-2020	14:00	Erfenis en schenkingen	Volksmacht
9-jan-2020	13:30	OKRA Wandelen	Kerk Dormaal
9-jan-2020	14:00	OKRA Petanque	Terbiest
10-jan-2020	14:00	OKRA Cinema	Cameo St-Truiden
13-jan-2020	10:00	OKRA Yoga	Sporthal St-Pieter
16-jan-2020	14:00	OKRA Petanque	Terbiest
17-jan-2020	16:00	Nieuwjaarsreceptie	Gorsems Gasthof
20-jan-2020	10:00	OKRA Yoga	Sporthal St-Pieter
21-jan-2020	9:30	Bezoek aan de bib	Bibliotheek
23-jan-2020	14:00	OKRA Petanque	Terbiest
27-jan-2020	10:00	OKRA Yoga	Sporthal St-Pieter
30-jan-2020	14:00	OKRA Petanque	Terbiest
3-feb-2020	10:00	OKRA Yoga	Sporthal St-Pieter
6-feb-2020	13:30	OKRA Wandelen	Landen zwembad
6-feb-2020	14:00	OKRA Petanque	Terbiest
7-feb-2020	14:00	Toekomst Sint-Annasite	Home Elisabeth
10-feb-2020	10:00	OKRA Yoga	Sporthal St-Pieter
10-feb-2020	14:00	Praatcafé 't Trefpunt	Volksmacht
13-feb-2020	14:00	OKRA Petanque	Terbiest
14-feb-2020	14:00	OKRA Cinema	Cameo St-Truiden
17-feb-2020	10:00	OKRA Yoga	Sporthal St-Pieter
20-feb-2020	8:00	OKRA Winterwandeling Spa	Begijnhofparking
20-feb-2020	14:00	OKRA Petanque	Terbiest
27-feb-2020	14:00	OKRA Petanque	Terbiest



Dinsdag 7 januari 2020
Om 14.00 uur
In de Volksmacht
Erfenis en schenkingen
Door notaris meester Philip Odeurs
Leden: 5 euro, niet-leden 8 euro

Als de overheid geld nodig heeft, dan begint ze te morrelen aan de wetgeving inzake erfenis en schenkingen. Die erfenis-rechten zijn trouwens de grootste post van inkomsten voor de staat. En of we het nu rechtvaardig vinden of niet, voor het-geen wij de naad uit onze broek werkten, zullen onze kinderen moeten betalen. En geen klein beetje.

Het advies van een notaris kan dus zeker niet kwaad. Hoe zit de wet in mekaar? En vooral, hoe kunnen we er onderuit, en de fiscus op een legale manier om de tuin leiden? Want het zijn meestal diegenen die de kleine lettertjes niet lezen, die het gelag moeten betalen.



**Elke woensdagnamiddag
Van 14.00 uur tot 17.05 uur**

Initiatie TABLET—SMARTPHONE (android, geen Apple)

In samenwerking met het volwassenenonderwijs QRIOS organiseren we een vijf maanden durende cursus ANDROID (60 uur) voor starters, elke woensdag om 14.00 uur. Prijs 100 euro, te storten op BE96 0688 9313 5005 en je naam en rijks-

registernummer doorgeven aan Jos Lacroix. Informeer eerst of er nog plaatsen zijn: het maximum aantal deelnemers bedraagt 18.

Info: Jos Lacroix,
0477/403157,
lastra@pandora.be



Op weg met een opleiding in
het Tweedekansonderwijs
bij Qrios.

**Vrijdag 17 januari 2020
Om 16.00 uur
Nieuwjaarsreceptie
Gorsems Gasthof
Gratis**

In 2019 hebben we voor het eerst onze leden, sponsors en overheden uitgenodigd op een nieuwjaarsreceptie. En dat was een groot succes, zo groot zelfs dat we in 2020 ook willen starten met een samenkomst waarop we mekaar een gelukkig nieuwjaar kunnen wensen, maar misschien nog meer om een babbeltje te slaan onder begeleiding van een goed glas wijn en lekkere hapjes.



The Mustang

Film met Matthias Schoenaerts

Cameo, 10 januari 2020

Om 14.00 uur



Belgische trots Matthias Schoenaerts speelt een gewelddadige gedetineerde die een wilde mustang (en zichzelf) leert temmen. Na een lange periode in de isoleercel wordt Roman opnieuw in de gevangenispopulatie gesmeten. Gezien zijn gebrekkige sociale vaardigheden (een understatement van jewelste) krijgt hij een kans om deel te nemen aan een rehabilitatieprogramma, waar hij met paarden moet leren werken. Op de droge vlaktes van Nevada dwalen er namelijk duizenden wilde paarden rond, die men probeert te vangen en te temmen. Wanneer er een wilde hengst losbreekt en Roman deze moet kalmeren, ontdekt hij een zielsverwant. Schoenaerts wordt voor zijn ingetogen vertolking geprezen door de internationale filmers. 'The Mustang' wordt de slotfilm van Film Fest Gent, maar u kan in volle galop richting Cameo in Sint-Truiden om

de film te ontdekken.

Regisseur: Laure de Clermont-Tonnerre en Componist: Jed Kurzel
Met: Matthias Schoenaerts, Bruce Dern, Jason Mitchell, Gideon Adlon, e.a.

Wist je dat je al onze foto's van het voorbije jaar terug kan zien? Klik naar de volgende site, en herbeleef een volledig OKRA-jaar. Klik op de foto en de map opent zich

<https://lastra.myportfolio.com/>

Een zondag opofferen voor anderen

Mensen met minder kansen aan de kersttafel

Ver van de schijnwerpers en zonder veel tralala, organiseren een aantal vrijwilligers onder impuls van de seniorenbeweging OKRA een kerstfeest voor mensen met minder kansen. Dit jaar al voor de 15^{de} maal op rij. Uiteraard kan Jean Detraux voor zijn feest beroep doen op leden van zijn eigen OKRA, maar ook de bestuursleden van Pasar tekenen present en, wat zeer geapprecieerd wordt, tal van vrijwilligers die "zomaar" komen helpen, uit puur engagement. En die zijn nodig om 250 monden te vullen en 50 kinderen blij te maken.

"En we komen financieel ongeveer rond door de steun die we krijgen vanuit Asster waar de maaltijden tegen kostprijs bereid worden, waar we de accommodatie gratis krijgen, door het Stadsbestuur en Sint-Vincentius, maar vooral de meer dan 30 vrijwilligers die een vrije zondag, vlak voor Kerstmis als iedereen gaat shoppen, opofferen voor die mensen die leven in eenzaamheid of met minder kansen. En het zijn vooral de vertederende blikken van de kinderen, wanneer ze langs de kerstman mogen passeren voor speelgoed, die ons elk jaar weer de energie geven om opnieuw te beginnen", besluit Jean.

Vijftiende keer

Schepen Jurgen Reniers had voor deze vijftiende editie gezorgd voor een verrassing voor de vrijwilligers: zij kregen allemaal een fles wijn om thuis de warmte van het kerstfeest verder te zetten. Ook burgemeester Veerle Heeren maakte, zoals elk jaar, gebruik van het feest om de vrijwilligers en de gasten te komen begroeten en te luisteren naar hun noden. "Zo'n initiatief, gedragen door vrijwilligers van allerlei pluimage, kan je alleen in een gastvrije stad zoals Sint-Truiden vinden. En geloof me: daar ben ik als burgemeester fier op", zei de burgemeester nog.



Amici Cantemus zingt 50 jaar, en stopt



Op de zondag voor kerstmis gaf het Sint-Truidense koor Amici Cantemus een prachtig kerstconcert in de kerk van Nieuw-Sint-Truiden. Magnifiek, ook al omdat ze hulp kregen van een heus kamerorkest dat zorgde voor de begeleiding. OKRA heeft zeer vriendschappelijke banden met het koor, en al een paar jaar verzorgen wij de activiteiten rondom zo'n optreden, zodat

het koor zich enkel moet bezig houden met datgene waarvoor ze er zijn, namelijk te zingen. De kerk van Nieuw-Sint-Truiden zat trouwens nokvol.

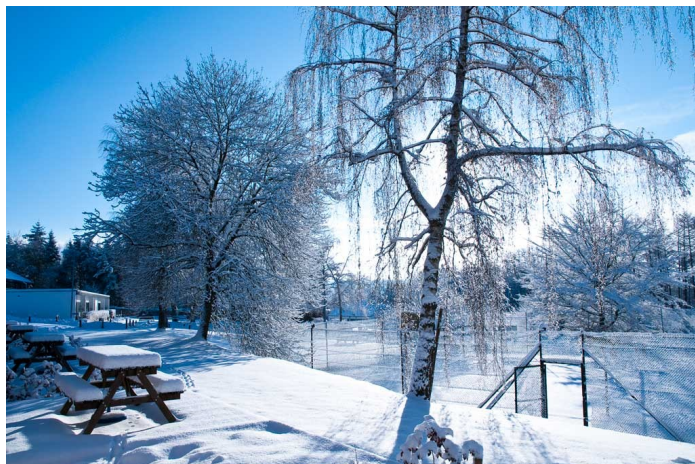
Amici Cantemus bestaat ook precies 50 jaar, en precies in het jaar dat ze normaal gezien "Koninklijk" moeten worden, houden ze op te bestaan. Koorzang is blijkbaar niet meer sexy genoeg om jongeren richting klassieke muziek te lokken, en zo werd het hoogtepunt ook hun "zwanenzang".

OKRA Sint-Truiden dankt Amici Cantemus voor de fijne samenwerking gedurende de voorbije jaren, waarbij iedereen deed waar hij goed in is! En als de koorleden niet meer weten wat doen met de vrije tijd die plots op hen af komt, ze blijven welkom bij OKRA, waar weliswaar minder gezongen wordt maar wel ... meer gefeest!



Winterwandeling ... in Spa

Wie ooit meegedaan heeft aan de winterwandelingen van OKRA weet dat het echt toffe evenementen zijn. We gaan wandelen met de groep, lachen en genieten onderweg. 's Middags gaan we samen eten (en iets drinken) om 's namiddags opnieuw de wandelschoenen aan te trekken voor een tweede wandeling. En als het donker wordt ... komen we naar huis! De winterwandeling van dit jaar gaat door op donderdag 20 februari in de Oostkantons, namelijk in Spa, waar sommigen onder ons zich nog het vakantiecentrum Sol Cress herinneren. Dat wordt onze uitvalsbasis, en als het meezit, dan wordt het een echte winterwandeling



want in februari is de kans groot dat in de Hoge Venen de sneeuw ligt.

Wij moeten echter voor 10 januari melden met hoeveel Truienaren we meegaan. Men komt ons oppikken op de parking van het Begijnhof.

Waar: Spa in de Belgische Ardennen

Wat: Prachtige wandelingen van 3 tot 10 km met ervaren gidsen door heuvelachtige bossen.

Trek best stevige hoge wandelschoenen aan.

Het centrum van Spa ligt op loopafstand en is via een korte afdaling per kabellift (€ 1,50) te bereiken.

Onkosten: € 30,- busrit + koffie en thee bij aankomst en middagmaal (soep, hoofdgerecht en water)

Stort 30 euro per persoon op rekening BE96 0688 9313

5005 van OKRA Sint-Truiden en verwittigt Valère Lemoine (0496/114808 of valere.lemoine@telenet.be) wanneer je gestort hebt, want het aantal plaatsen is beperkt.



**Dinsdag 21 januari 2020
Om 09.30 uur
Stedelijke Bibliotheek
Bezoek aan de bieb "Toni Coppers"
Gratis**

Bij de start van OKRA-Sint-Truiden, in 2012, brachten we al een bezoek aan de bieb, toen onder leiding van Willem Driessen. Maar ondertussen is het boekenlandschap helemaal veranderd, en samen met dat landschap ook de organisatie van de bibliotheek, de uitleenservice en zelfs de infrastructuur. En misschien kunnen we er ook eens informeren hoe het zit met de bieb en de e-readers. Kortom, een boeiend bezoek, onder leiding van ervaren mensen. Maar wel in de voormiddag, dan kunnen we ongestoord door de bibliotheek wandelen zonder dat we de echte bieb-gebruikers ambeteren. Na afloop trakteren we u op een tas koffie en een stuk taart.

Voorzitter	Marc RUYMEN	Spoorwegstr. 24/301	0475/478762	marc.ruymen1@skynet.be
Ondervoorzitter	Nicole KNAPEN	Stippelstr. 5	0497/484190	leenaers@hotmail.com
Secretaris	Guido KINNAERT	Kersenstr. 22	0496/362107	guido.kinnaert@pandora.be
Schatbewaarder	Jean DETRAUX	Slagmolenstr. 20	0496/280796	jean.detraux@skynet.be
Communicatie	Jos LACROIX	Kerkveldstr. 43	0477/403157	lastra@pandora.be
Reizen	Jean-Claude. NIVELLES	Luikerstr. 81 b 102	0476/264747	Jeanclaude.nivelles@proximus.be
Sport	Valère LEMOINE	Kommanderijstr. 12	0496/114808	valere.lemoine@telenet.be
Belangen	André SMETS	Nonnentaalpaan 42	0492/913098	smets.andre01@telenet.be
Feestelijkheden	Marie-Rose STRAUVEN	Leopold II-str. 62/101	0479/428765	marierose.strauven@icloud.com

niet elke olijfolie is ... olijfolie



We hebben al Truienaren die het tot de grootste champagne-boer schopten in Reims, nu hebben we ook Truienaren die goed bezig zijn de beste olijfolie-kwekers van Spanje te worden. We hadden Eddy

Plasquy en Christa Grossiels te gast die in Andalusië een tweede leven begonnen als olijfkweker en daar olijfolie van maken die al elk jaar in de prijzen is gevallen, wereldwijd, qua kwaliteit en smaak. En van hen leerden we dat niet elke olijfolie ook echte olijfolie is en dat er nogal wat beunhazen in het landschap rondtoeren. En we kregen de gelegenheid om ook olijfolie te "degusteren", een mooi woord voor proeven. Een gezellige en leerrijke namiddag was het resultaat van deze fijne ontmoeting.



**Kijk ook eens op www.okrasinttruiden.be
Of bezoek ons op Facebook
Verantw. Uitg. Jos Lacroix, Kerkveldstraat 43,
3800 Sint-Truiden**

Een gezellig Kerstfeest

Op 14 december hielden we ons jaarlijks kerstfeest, met een tijd voor bezinning, lekker eten, drank in overvloed en leuke ontspanning. Daarvoor trokken we naar de Panderosa in Kortenberg en inviteerden we Olivia Thijssen uit Diepenbeek met haar gitaar en engelenstem ... en haar geslaagde moppen. We waren met 70 OKRA-leden aanwezig, want ondanks het feit dat we de datum van het Kerstfeest vervroegd hadden om uit de buurt van de huiselijke feesten te blijven, kregen we toch concurrentie van tal van activiteiten, elders in onze dorpen en steden. En omdat foto's meer zeggen dan veel woorden, tonen we u een keuze uit ons repertoire!



Kopieren
Printen
Scannen
Tekstverwerking
Vertaling

Maandag 13:00 - 18:15
Dinsdag - Vrijdag: 08:00 - 12:15
13:00 - 18:15
Zaterdag: 09:00 - 12:00

Kopie Kopie
Schepens Dejonghestraat 70
3800 - Sint-Truiden
011 68 13 58

Limbrassur
VERZEKERINGEN

Uw partner in verzekeringen.

KBC Tiensesteenweg 227b - 3800 Sint-Truiden
tel 011/67.48.94 - www.limbrassur.be

Wildeeren

BROUWERIJ & ALCOHOLSTOKERIJ
WILDEREN
WILDERENLAAN 8 te 3803 WILDEREN
BRUGLE

011 - 742.533 - 295.085
011 - 742.537 - 295.338

*We zijn onze sponsors
zeer dankbaar, en we
bevelen hen graag bij u
aan*

CONTACT
De Blauwe Vogel
Luiksteenweg 62
3800 Sint-Truiden
Tel : 011/705.500

OPENINGSUREN
maandag tot vrijdag
van 10u tot 18u
zaterdag van 10u tot 12u

Reclamatie Carlier • 1603

 deblauwevogel.be

PIERARD
ijzerwaren

Morren Motor
Luiksteenweg 131
3800 Sint-Truiden

thuisverpleging
! uw gezondheid is onze zorg!

ONKELINK
ANNEMIE

GILLOT
CARINE

GSM Annemie
0496 87 24 87

GSM Carine
0497 15 05 83



Bij Spar is het gezellig
Spar is dichtbij
Spar garandeert lekker vers
Spar geeft korting
Spar is ook culinair



Spar Zepperen
Eynstraat 85
3800 Zepperen
011/684111

Uit sympathie

M R M R

J A L

E A R

Verzekeringen Dirk Feytons



ALLE VERZEKERINGEN
www.FEYTONS.be





HERBOVET
PIGEONVET RAF HERBOTS

Uit sympathie

h.s.s.



WELKOM IN DE BLOEWIND
Geniet van lekkere eetgelegenheden in de club, een mooie baan. Ervaar een sfeervol moment met een panoramisch uitzicht over de bloewindvallei van de Vlaamse Ardennen.

28 maart tot 1 mei 2020 - Jufferhout (Jette, Sint-Truiden) www.bloewind.be



De allernieuwste films
De gezelligste zaal
De goedkoopste
De Cameo

Reservatie online
https://www.cameo.be/info/10/online_tickets_kopen.html
Tel 011/68.32.65 (Tijdens de openinguren)

Een toegangsprijs: 6 euro



CHRISTELUKE
MUTUALITEIT

Thuisverpleging

Eleni Dedercq & team
0497/20 43 44

Amanda Schaeken
Sarah Lammens
Kristel Daniels

Regio Sint-Truiden - Borgloon



Medisch pedicure aan huis:
Sarah Lammens 0474/02 74 29



okra
tretpunt 55+
Sint-Truiden

Loyke Travel

Groepsreizen op maat

0032 496 78 38 40




KBC



CARROSSERIE PLEVOETS
Plein Plevoets
011 68 43 30

VERKENDE HEKSTELLEN

DE WITTE MEREL



Reizen Merel BVBA
Reisbureau
Vlaanderenstraat 31
3500 Sint-Truiden

Telefoon: +32(0)11 68 52 40
E-mail: info@reizenmerel.be

Reizen
Begeleide reizen
School- en projecten
Alle reizen
Kwaliteit en goedkoop

Voorzitter	Marc RUYMEN	0475/478762	marc.ruymen1@skynet.be
Ondervoorzitter	Nicole KNAPEN	0497/484190	leenaers@hotmail.com
Secretaris	Guido KINNAERT	0496/362107	guido.kinnaert@pandora.be
Schatbewaarder	Jean DETRAUX	0496/280796	jean.detraux@skynet.be
Communicatie	Jos LACROIX	0477/403157	lastra@pandora.be
Reizen	Jean-Claude. NIVELLES	0476/264747	Jeanclaude.nivelles@proximus.be
Sport	Valère LEMOINE	0496/114808	valere.lemoine@telenet.be
Belangen	André SMETS	0492/913098	smets.andre01@telenet.be
Feestelijkheden	Marie-Rose STRAUVEN	0479/428765	marierose.strauven@icloud.com