



## De Schoonheid van de Ouderdom

**Rustig zitten, gewoon luisteren  
naar de ademhaling van de wereld .**

**Ik voel me altijd gelukkig weet je waarom?  
Omdat ik van niemand iets verwacht.  
Verwachtingen doen altijd pijn, het leven is kort.  
Hou van je leven, wees gelukkig, blij glimlachen  
en onthoud:**

**voor je spreekt: luister,  
voordat je schrijft of iets zegt: denk na,  
voordat je bidt: vergeef,  
voordat je pijn doet: heb begrip,  
voor je haat: heb lief,  
en voor je sterft: leef !**

*Vrij naar William Shakespeare  
speciaal voor jou...  
editor tuus*



## Dagwandeling naar Tillegem, Brugge

**Maandag 5 augustus**



Brugge bezit een prachtig Provinciaal Domein in Tillegem. Het omvat een bos met drie kastelen en een uitgestrekt landgoed. Een waar wandelparadijs!

We maken er een daguitstap van met picknick.

Starten doen we om 11.15 uur op de parking in de Witte Molenstraat in Brugge.

Vertrek aan het PC Oude Bareel om 10.15 uur.

Graag je deelname bevestigen aan: [bart.vandendriessche3@telenet.be](mailto:bart.vandendriessche3@telenet.be) - 0495 296265.

Wil je tevens melden of je chauffeur bent of meerijdt als passagier?

## Rondleiding en proeverij bij Wijndomein Vandersteene/ Gemaflor

**Dinsdag 13 augustus**



Op dinsdag 13 augustus om 14 uur brengen we een bezoek aan Gemaflor, een Gents familiebedrijf waar al meer dan 20 jaar bloemen, planten en heerlijke authentieke Gentse schuimwijnen samengaan.

We krijgen gedurende anderhalf uur een rondleiding in de wijngaard en in de vinificatieruimte, waar het proces van rank tot drank uit de doeken gedaan wordt.

Daarna volgt een degustatie van 3 proefglasjes schuimwijn. Wij zorgen voor een hapje bij de proeverij. 30 personen kunnen meegaan, dus schrijf tijdig in door overschrijving van € 14 op de rekening van Okra Oude Bareel.

Waar? GEMAFLOR - Krekelstraat 31a in Zwijnaarde.

Zoek je een chauffeur of wil je chauffeur zijn, laat dit dan weten aan [linda.feys@outlook.be](mailto:linda.feys@outlook.be)

Je betaalt aan de chauffeur € 2 voor het vervoer (vertrekken aan Oude Bareel om 13.25 uur)

## Wandelzoektocht in de Gentse binnenstad

**Vrijdag 16 augustus**



Het vakantiegevoel overheerst! Een wandelzoektocht op 16 augustus lijkt ons een uitstekend idee. Dank zij de jaarlijkse uitdaging van Pazar Gent-Eeklo verkennen we de universiteitsbuurt, het Sint-Pietersplein, het Citadelpark, de achterkant van het Sint-Pietersstation... Een bijzonder mooi stukje Gent waar de grandeur van het verleden duidelijk te zien is.

We nemen deel in groepjes van maximum 4 en de winnaars kunnen prijzen, geschonken door Pazar, verdienen. We starten tussen 13.30 uur en 14 uur aan het Hof van Gruuthuuse, Korenlei 15. Eindigen doen we aan het Sint-Pietersstation.

Schrijf in per groepje of individueel (wij zorgen dan voor een compagnon de route).

Deelnemen doe je door € 3 per persoon over te schrijven op rekening Okra Oude Bareel.

Hopelijk tot dan!

Info bij [linda.feys@outlook.be](mailto:linda.feys@outlook.be)

## Gehoord op de Gentse Feesten:

Een kind vraagt aan papa: "Papa krijg ik een ijsje?"

Papa: "Sorry, maar mama heeft alleen maar geld gegeven voor 3 duvels"



## DOORLOPENDE CLUBACTIVITEITEN

### Praetcafé:



Op donderdag 8 augustus in de parochiale kring om 14.30 uur. Je kan komen kaarten, rummikub spelen, een ander gezelschapsspel spelen of gewoon een babbel doen. Ook is er steeds iemand aanwezig om informatie te geven over computer, smartphone of tablet.  
Info: [gilbert.praet@skynet.be](mailto:gilbert.praet@skynet.be) of [hilldedecock996@gmail.com](mailto:hilldedecock996@gmail.com)

### Wandervoetbal:



Wandervoetbal, elke maandag. Tijdstip en plaats zijn afhankelijk van de weersomstandigheden.  
Info bij [dirk.verdonck2@telenet.be](mailto:dirk.verdonck2@telenet.be) en [motoguzzi.marc@gmail.com](mailto:motoguzzi.marc@gmail.com)

### Wekelijks wandelen:



4,5 km of 7,5 km. Iedere dinsdagmiddag om 14 uur en iedere donderdagvoormiddag om 9.30 uur. We komen samen aan de hoek van de Lijsterbesdreef en de Nachtegaaldreef.  
Info: [moniek.degheest@hotmail.com](mailto:moniek.degheest@hotmail.com) of 09 228 92 82.

### Petanquen:



Iedere vrijdag van 14 uur tot 16 uur in de parochiale kring Oude Bareel. €1 ter plaatse te betalen.  
Info bij [mark.persijn@telenet.be](mailto:mark.persijn@telenet.be) of 0494 323 771.

### Fietsen:



We fietsen op donderdag 29 augustus (**opgelet andere dag!**) op verplaatsing naar de groene boerenbuiten in en rond Aalter: ongeveer 40 km. Vertrek met de auto (met fiets) aan de kerk van de Oude Bareel om 13.15 uur of aan de kerk van Ursel om 14 uur. Helm en hesje warm aanbevolen.  
Info bij: [persijn.geeraert@scarlet.be](mailto:persijn.geeraert@scarlet.be)

### Padel:

Elke donderdagvoormiddag tussen 9 uur en 13 uur, op TC De Krijte - Krijtestraat 60 Oostakker.  
Info: [dirk.vantroos@skynet.be](mailto:dirk.vantroos@skynet.be) of 0473992036

## STAPPEN VOOR DEMENTIE



Op donderdag 19 september steunen we met Okra Oude Bareel de campagne "Stappen voor dementie". Op die dag wandelen we samen met jullie en met vele anderen 1.000.000 stappen tegen dementie.

We vertrekken om 9.30 uur aan de Kring Oude Bareel en je kiest voor een afstand van ongeveer 5 km of 10 km. Na de wandeling kan je tegen een democratisch prijsje genieten van een drankje en een broodje.

Welkom aan iedereen die deze actie wil steunen! Inschrijven hoeft niet.

Meer info bij :

Moniek De Gheest	09 228 92 82
Ingrid Van den Broecke	0476 93 55 25
Annie Mussely	09 228 84 72 - <a href="mailto:annie.mussely@hotmail.com">annie.mussely@hotmail.com</a>



*Ik begin te gapen  
dus het is tijd dat ik ga slapen  
fijn mijn warme bedje in  
en morgen weer een nieuw begin  
vannacht ga ik dromen  
van alle leuke dingen die gaan komen  
ik ben nu echt moe  
maar wou je dit nog even zeggen:  
slaap lekker en droom zacht*

*nu ik je dit heb gezegd  
doe ik mijn ogen toe,  
welterusten deze nacht !*



## NIEUW bij OKRA : INITIATIE LIJNDANSEN



Ben je onbekend met lijndansen? Dan kan je gedurende 5 opeenvolgende dinsdagen komen uitzoeken of dit iets voor jou zou kunnen betekenen.

Lijndansen =

- ❖ Dansen zonder partner op één rij.
- ❖ Dansen op gevarieerde moderne of klassieke muziek.

Een wals, een tango, een cha-cha, een mambo, een jive .... alles is mogelijk.

Heb jij gevoel voor ritme en muziek? Kom dan zeker af!

Lijndansen = bewegen, het geheugen en het evenwicht trainen

GENIETEN!

Deze lijndanslessen zijn bedoeld voor iedereen vanaf 55 jaar.

Wanneer? Dinsdag 10 – 17-24 september, 1 – 8 – 15 oktober.

Je wordt op die dagen om 13.30 uur verwacht voor een half uurtje dansen. Kom naar de Kring Oude Bareel, Beelbroekstraat 2 in Sint-Amandsberg.

Deze proeflessen organiseren we tegen de aantrekkelijke prijs van € 10 voor 6 lessen.

Meer info bij Annie Mussely - 09 228 84 72 – 0479 29 22 56

[annie\\_mussely@hotmail.com](mailto:annie_mussely@hotmail.com)

### Film: Human Forever

Het Een filmvoorstelling over het omgaan met zorg voor ouderen met dementie.

Expertisecentrum Dementie Paradox zal aanwezig zijn voor een korte toelichting en informatie.

- Wanneer? Vrijdag 13 september 2024 om 14.30 uur.
- Waar? Cultuurhuis Merelbeke – theaterzaal (Driekoningenplein 15, 9820 Merelbeke)

Tickets? €7 te bestellen: Tickets Human Forever Merelbeke.



### NOTEER IN UW AGENDA

Maandag 5 augustus

Vrijdag 16 augustus

Dinsdag 13 augustus

Donderdag 19 september

Donderdag 17 oktober

Donderdag 28 november

Maandag 9 december

Vrijdag 20 december

5-daagse busreis naar Drenthe 25 mei – 29 mei 2025

ter gelegenheid van ons 10 - jarig jubileum

Dagwandeling naar Tillegem, Brugge

Wandelzoektocht in Gent

Rondleiding wijndomein in Zwijnaarde

1 miljoen stappen voor dementie

Spectaculaire Spaanse namiddag

VIP Arrangement : Cabaret in het Circus

Lezing "Mon Paris" door Lieven De Brauwer

Kerstfeest