

Wees niet bang

Wees niet bang je mag opnieuw beginnen
vastberaden doelgericht of aarzelend op de tast
houd je aan regels volg je eigen zinnen
laat die hand maar los of pak er juist een vast

Wees niet bang voor al te grote dromen
ga als je het zeker weet en als je aarzelt wacht
hoe ijdel zijn de dingen die je je hebt voorgenomen
het mooiste overkomt je het minste is bedacht

Wees niet bang voor wat ze van je vinden
wat weet je van een ander als je jezelf niet kent
verlies je oorsprong niet door je te snel te binden
het leven lijkt afwisselend maar zelfs de liefde went

Wees niet bang je bent een van de velen
tegelijk is er maar een als jij
dat betekent dat je vaak zult moeten delen
en soms zal moeten zeggen laat me vrij

Tekst: Freek de Jonge

Uit: De Kneep (2003) Muziek: Henk Hofstede

Activiteitenkalender

elke maandag		Fietsen - bij menselijk weer - (zie p.4)
elke vrijdag		Aerobic en Boom park Beweegt in PC Tijn (zie p.4)
MEI		
Vrijdag	5 mei	Korte wandeling (zie p.5)
Zaterdag	13 mei	Busbedevaart naar Scherpenheuvel (zie nieuwsbrief maart)
Zaterdag	13 mei	Fietstocht naar Scherpenheuvel (zie p.5)
Woensdag	17 mei	Regio daguitstap Scheldeland (inschrijvingen afgesloten)
Vrijdag	19 mei	Wandelen (zie p.5)
Woensdag	31 mei	Viering 80-jarigen en bingo namiddag (zie p.6)
JUNI		
Vrijdag	2 juni	Magazines
Zondag	4 juni	Daguitstap "Art Nouveau Brussels 2023" (volzet)
Vrijdag	9 juni	Korte wandeling (i.p.v. 2 juni)
Vrijdag	30 juni	Magazines
JULI		
Woensdag	12 juli VM	Bezoek aan het Vlinderpaleis Antwerpen (zie p.8)
Woensdag	12 juli NM	Regio Zomerzoektocht 1 (zie p.8)
AUGUSTUS		
Zondag	6 augustus	Regio Zomerzoektocht 2 (info in nieuwsbrief juni)
Dinsdag	22 augustus	Bezoek aan Brik (Emabb) met etentje (info nieuwsbrief juni)
SEPTEMBER		
Vrijdag	1 september	Zomer BBQ (vervanging van 28 juli)
Donderdag	28 september	Met waterbus naar Brussel (info nieuwsbrief juli)



- De petanquewedstrijd met Chiro van 6 mei wordt verschoven naar september
- De ZomerBBQ van 28 juli wordt verplaatst naar 1 september ten gevolge van verwachte verkeersproblemen door de activiteiten van Tomorrowland om en rond de kerk.

Inschrijven en betalen

- Online op www.okra.be/activiteiten/trefpunt/boom-park (niet vergeten te betalen)
- Online via de QR-code die bij het onderwerp zelf staat (niet vergeten te betalen)
- Via overschrijving op rek.: BE07 0688 9416 9366 van OKRA-Trefpunt Boom Park

✓*	BETALEN VOÛR	€	ACTIVITEIT...	WAAR VIND JE DE INFO
	19 mei	5.00	Bingo namiddag	zie p.6
	19 mei	23.00	Vlinderpaleis (+ € 5.00 voor plusleden)	zie p.8

* Tip van de redactie: als reminder kan je in deze kolom aankruisen waarvoor je betaalt



De cirkel is rond...

Toen de covidpandemie hoogtij vierde, maakten we vaak kennis met de mening van covidontkenners. Vooral op sociale media leefde hun gedachtegoed. Marc Van Ranst, Erica Vlieghe, Pierre Van Damme en andere experts kwamen met heel veel argumenten opdraven maar voor velen mocht dat niet baten; het was voor hen zelfs contraproductief.

Hetzelfde verhaal voor de klimaatontkenners. En, zeg nu eerlijk: we wachten einde april nog altijd op een lente. Je zou inderdaad bijna gaan denken dat de opwarming van de aarde maar een fabeltje is. Daarom dat ook hier de mening van experts luid moet blijven klinken.

Het is goed dat de jeugd aan de alarmbel trekt en dat grootouders voor het klimaat opkomen. Men voorspelt immers dat de klimaatverandering veel invloed zal hebben op de natuur, het weer, de waterhuishouding, migratie enzovoort.

Afgelopen zondag stond een bezoek aan het Lambottemuseum op het OKRA programma. *Prof. Dr. Van Hee* gaf ons een drie uur durende maar boeiende uiteenzetting over het verband tussen infectieziektes en klimaat. We hoorden hoe de wetenschap erin geslaagd is om de relatie aan te tonen tussen epidemieën door de eeuwen heen en klimaatveranderingen. We moeten niet gaan doemdenken want dat schaadt de gezondheid. Maar we moeten met aandacht luisteren naar de experts. Prof. Van Hee is één van hen. Maar wat Van Ranst, Vlieghe en Van Damme vertellen heeft evenzeer met het probleem van klimaatverandering te maken. Het was soms misstijl in het Lambottemuseum!





Petanque

Op vrijdag tijdens de openingsuren PC Tijl.



Aerobic!

Bewegen op low-pact muziek; dit matig tempo maakt deze Aerobic geschikt voor alle leeftijden.

→ PRAKTISCH

- Elke vrijdag van 14.00u. tot 15.00u. in grote zaal.
- Gemakkelijke kledij en een matje/handdoek zijn comfortabel.
- eventueel gewichtjes (2 flesjes water kan ook).
- Moeilijkheidsgraad * *
- Ongevallenverzekering OKRA Sport+ (sportzegel) verplicht

Wekelijks fietsen

Mei... na de ijsheiligen is het gedaan met de frisse dagen en wordt fietsen weer een plezier.

→ PRAKTISCH

Wekelijkse fietstocht op maandagnamiddag (bij menselijk weer)

- Afstand 35 à 40 Km
- Vertrek: om 13.30u. stipt aan de H.Hartkerk
- Ongevallenverzekering OKRA Sport+ (sportzegel) verplicht
- Moeilijkheidsgraad * *

Boom Park Beweegt



Rustig bewegen zonder al te veel inspanning. Een klein half uurtje ter plaatse spieren versterken.

Je gezondheid zal er wel bij varen !

→ PRAKTISCH

- Elke vrijdag van 15.00u. tot 15.20u. in de grote zaal.
- Gemakkelijke kledij is comfortabel.
- Ongevallenverzekering OKRA Sport+ (sportzegel) verplicht
- Moeilijkheidsgraad * *

Trefpuntwandeling

We carpoolen naar Klein Willebroek. De wandeling brengt ons naar Hazewinkel en het Blaasveldbroek.

➔ PRAKTISCH

- **Vrijdag 19 mei**
- **Carpool: 13.00u. aan de P.C. Tijn**
- **Afstand: 13,1 km**
- **Ongevallenverzekering OKRA Sport+ (sportzegel) verplicht**
- **Moeilijkheidsgraad * ***



Dat Luc en Rita de trefpunt wandeling tot in de puntjes voorbereiden, kan je zien op deze afbeelding; het is de wandeling die op 21 april gedaan werd. Knap werk!

Korte wandeling

Is de trefpuntwandeling te zwaar of te lang voor jou? Dan is er een gezond en leuk alternatief; een wandeling aan een rustig tempo. Misschien ontdek je wel plekje waar je nog nooit passeerde...Nadien is er nog voldoende tijd om bij te praten in PC Tijn.

➔ PRAKTISCH

- **Vrijdag 5 mei**
- **Vertrek: 13.00u. aan PC Tijn**
- **Afstand: 5 à 6 km**
- **Inschrijven niet noodzakelijk**
- **Ongevallenverzekering OKRA Sport+ (sportzegel) verplicht**
- **Moeilijkheidsgraad ***

ZATERDAG 13 MEI

Dagfietstocht naar Scherpenheuvel

Het weekend voor O.H.Hemelvaart gaan traditioneel de Boomse voetbedevaarders naar Scherpenheuvel. Sinds 2011 gaan wij die zaterdag met ons trefpunt op fietsbedevaart, de voetbedevaarders achterna.

Heen en terug zullen we er ongeveer 115 km hebben opzitten. Zoals bij iedere OKRA-fietstocht is er regelmatig een sanitaire drankstop voorzien. Zelf nog een knabbeltje, stukje fruit of ... meenemen voor onderweg kan nooit kwaad.

In Scherpenheuvel gaan we 's middags iets eten in een of ander restaurantje en verwelkomen we daarna de moedige voetbedevaarders.

Als het nodig is, kan een e-bikebatterij 's middags worden bijgeladen (waar je eet of drinkt, of aan een laadpaaltje).

NB: zet jij ook je fietshelm op en doe je je fluohesje aan? Dank je!

➔ PRAKTISCH

- **Zaterdag 13 mei**
- **Vertrek: 9.00u. aan P.C. Tijn**
- **Terug: tussen 19.00u. en 20.00u.**
- **Deelnameprijs: gratis**
- **Inschrijven: je nam invullen op de deelnemerslijst in PC Tijn**
- **Ongevallenverzekering OKRA Sport+ (sportzegel) verplicht**
- **Moeilijkheidsgraad * * (* *)**



WOENSDAG 31 MEI

80-jarigen in de bloemen en bingonamiddag

Vorig jaar werden alle OKRA-leden van 80 jaar en ouder in de bloemetjes gezet. De talrijke aanwezigen mochten genieten van een wervelende namiddag, waar de *jongeren* hun (letterlijk) beste beentje hebben voorgezet.

De gelukkigen die dit jaar 80 jaar worden, vieren we op gepaste wijze met een fijne attentie en een mooie tekst.

Alle OKRA-leden zijn van harte hierop uitgenodigd!
Na deze viering is er tijd voor een leuke en spannende
BINGONAMIDDAG!



➔ **PRAKTISCH**

- **Woensdag 31 mei: viering 80-jarigen en bingonamiddag.**
- **Aanvang: 14.00 uur**
- **Deelnemeprijs: € 5,00; inbegrepen koffie en gebak + 3 bingoformulieren.**
- **Bijkomende bingoformulieren kunnen ter plaatse nog aangekocht worden aan € 1.00 per stuk.**
- **Inschrijven en betalen vóór 19 mei. Zie p.2**



Waarom kosten sommige activiteiten meer voor niet-leden of plus-leden?

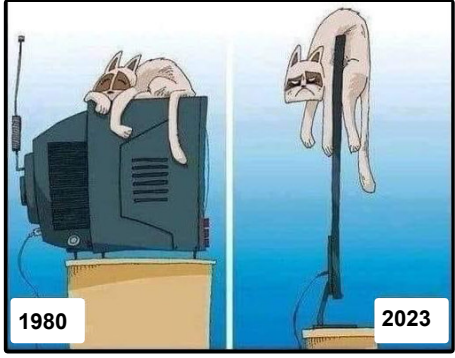
We proberen voor onze leden de deelnemeprijs altijd zo laag mogelijk te houden.

Sinds dit jaar worden een aantal activiteiten door de 'kas' van ons trefpunt gesponsord. De inkomsten van die 'kas' komen o.a. van de lidgelden en van subsidies die worden uitgekeerd op basis van het aantal leden van ons trefpunt. Vandaar dat we voor sommige activiteiten een kleine meerprijs vragen aan niet-leden en/of plus-leden.

Pagina zeven **R**



Dagje treinen! We zaten nog geen vijf minuten op de trein en we kwamen aan in... Bokrijk. De trein is altijd een beetje... Juist!



Paashaas zoekt op de verkeerde plaats naar een hol en vindt er zowaar paaseieren...

Hoezo, een raket nodig om naar de maan te gaan?
Bij mij gaat alles naar de maan, ook zonder een raket.



VIER AAPJES



Had ik deze pillen maar vroeger gehad, toen ik nog werkte...

WOENSDAG 12 JULI

Bezoek aan het Vlinderpaleis



Neen, we gaan niet naar vli-dertjes in de dierentuin, noch naar Planckendael. We gaan naar het nieuwe justitiepaleis van Antwerpen (in 't stad beter gekend onder de naam "de frietzakskes"). Het justitiepaleis is één van de gekende Antwerpse "Landmarks". Het gebouw is ontworpen door architect Richard Rogers die eveneens het Centre Pompidou heeft ontworpen. Vandaag gaan we niet alleen met dit ge-

bouw kennismaken maar ook met de activiteiten binnenin. We volgen zelfs een rechtszaak!

Staat een bezoek aan dit gebouw ook op uw verlanglijstje? Ga met ons mee, Uw trefpunt heeft er een leuke dag van gemaakt. Eerst een koffiestop, gevolgd door een rondleiding in het justitiepaleis (we beloven dat iedereen als vrij persoon ter rug buiten mag).

Na het bezoek gaan we samen lunchen (in de prijs inbegrepen!). Je kan kiezen tussen Chili con carne of Spaghetti Bolognese (vermelden bij je betaling!)

In de namiddag is er de mogelijkheid om in groep de jaarlijkse regio wandelzoektocht mee te doen (ook vermelden bij uw inschrijving).

Een dag met gerechten en gerechtigheid!

↳ **PRAKTISCH**

- **Woensdag 12 juli: bezoek aan het Vlinderpaleis te Antwerpen + regio wandelzoektocht**
- **Aanvang: 8.45u. in café Boekowski, Bolivarplaats 4, voor koffie of thee**
- **Rondleiding Justitiepaleis van 9.30 tot 11.30u.**
- **Lunch in café Boekowski om 12.00u.**
- **Samenkomen: De Lijn bus 500 om 8.01u. aan de H.Hartkerk tot busstation Antwerpen Zuid; vandaar 10 min. wandelen tot café Boekowski**
- **Deelnameprijs: leden € 23.00, niet-leden of plusleden € 28.00**
- Inbegrepen: koffie, bezoek justitiepaleis, gids, lunch**
- Niet inbegrepen: verplaatsing, drank tijdens de lunch**
- **Inschrijven en betalen vóór 19 mei, zie pag 2**
- **Aantal deelnemers: min. 15 max. 30**
- **Moeilijkheidsgraad: * (met wandelzoektocht * *)**



Uitstap naar Geraardsbergen

Op 15.4.2023, een zeldzaam zonnige dag, reisden we richting Vlaamse Ardennen. Na een kopje koffie of thee in een gezellig historisch café op de markt van Geraardsbergen werden we opgewacht door 2 welbespraakte gidsen die ons wegwijs maakten in hun geliefde stad. We ontdekten het Manneke Pis, dat 160 jaar ouder is dan het Brusselse, maakten kennis met de drie plaatselijke reuzen (Goliath, Gerarda en Kinneke Baba) leerden over de industriële geschiedenis van de streek, met o.a. de Union Matchfabriek, de zwarte kant, de sigarenindustrie, en het belang van de natuurlijke waterbronnen van het gebied. We wandelden door pittoreske steegjes opgevrolijkt met gedichten en muurschilderingen, bezochten het Boerenhol met de "Dierkost", de laatste overblijvende toren van de middeleeuwse vesting en de mooi versierde Sint-Bartholomeuskerk.

Toen de honger al een beetje begon te knagen, arriveerden we aan het Abtenhuis, een overblijfsel van de vroegere Cisterciënzerabdij, waar we in een prachtig kader van een heerlijk aperitief met hapjes en een smakelijke lunch genoten. Ik hoorde alleen lovende woorden...

Na de lunch werden we gesplitst in wandelaars en busreizigers, weliswaar met hetzelfde doel, namelijk 't Hemelrijck aan de Muur van Geraardsbergen. De busreizigers kon-

den van op hun hoge zetels uitkijken over de prachtige vergezichten van de streek voorzien van commentaar door een plaatselijke gids/acteur. De wandelaars kregen te maken met straffe klimmetjes en glibberige paadjes, maar konden ook volop genieten van mooie vergezichten, van anemoontjes en hyacintjes in het prachtige Raspaillebos, van de weidsheid en de rust in het stiltegebied. Beide groepen kwamen weer samen aan de Muur waar we in Taverne 't Hemelrijck snoepten van de overheerlijke mattentaarten. We gingen ook nog even op bezoek bij het liefallige Mariabeeldje in de mooie kapel van O.-L.-Vrouw van de Oudenberg. Mijn eerste uitstap met OKRA was alvast een groot succes, met dank aan de organisatoren!

Anita Buysse



Lezersbrief



“Dag OKRA, Bedankt voor de perfecte busuitstap naar Geraardsbergen: onbezorgd genieten van een interessante rondleiding door een welbespraakte en deskundige gids die haar info opsmukte met lucratieve volkse verhalen, een lunch in een luxueus abdijkader bediend door vlotte en vaardige obers, een prachtige wandeltocht in een weelderig groene omgeving, glooiend en avontuurlijk landschap eindigend met een hemels lekkere mattentaart bij koffie of thee, als klap op de vuurpijl een bezoek aan een juweel van een kapel omringd door een geweldig vergezicht waarvan ik sprakeloos genoot!”

Mijn passie

MICHEL VAN REETH
Bewegende beelden

Ken je dat? Je staat boven op een berg en je wil het knappe vergezicht in je fotoapparaat duwen. Moeilijk! Op de hoogtes van de Luberon besloot ik voortaan te gaan filmen want met bewegend beeld kan je van het landschap veel meer laten zien.

Het filmen is één zaak; vanzelfsprekend moet je de knopjes van je camera beheersen en daar komt heel wat bij kijken. Met kennis van fotografie kom je al ver. Maar de eerste beelden waren niet om aan te kijken. Tiltten (verticale beweging met de camera), pannen (horizontaal) en zoomen, ik deed het allemaal veel te veel en veel te snel. Typische beginnersfouten!

De andere zaak is de film *monteren*. Als je merkt dat het filmen aardig begint te lukken dan wordt het monteren een nieuwe uitdaging. Monteren is de beelden zodanig prepareren dat de film toonbaar wordt voor de kijker. Een verhaallijn ontwikkelen en daarvoor de juiste beelden kiezen, beeldovergangen plaatsen, de klank regelen, titels plaatsen, kleuren *tunen*, ... Monteren is een vak apart!

Gelukkig heb ik veel interesse in het werken met een computer want (digitale) films monteren doe je achter een (sterke) PC. En dat duurt uren, dagen, weken, in volle eenzaamheid. Maar al

doende leerde ik het vak: filmpjes over vakantie, familie, documentaires, concerten, OKRA, ... alles passeerde de revue. En ze werden steeds beter. Ervaringen uitwisselen doe je in een filmclub. Ik vond mijn gading bij Multimedia97 uit Niel waar je als starter, maar ook als meer gevorderde, terecht kan. In clubverband beschik je over meer opnamematerieel en durf je het grotere werk aan. En ja, de coronatijd kwam in de club een beetje als een booster. In clubverband deden we voor de Rupelkerk een aantal opnames van eucharistie en andere vieringen en waar ik instond voor de montage. De filmpjes werden stuk voor stuk een paar honderd keer via YouTube bekeken. Ook het filmpje "Ne mens van 't Geleeg", dat ik in 2021 van ons overleden medelid Jan Verschaeren heb gedraaid en gemonteerd, kent veel *volgers*. En de OKRA-leden herinneren zich ongetwijfeld het filmpje van de jaarvergadering 2021, in volle coronatijd, gepubliceerd op onze website.

In een schuif liggen nog een honderdtal tapes van vroegere opnames te wachten op montage.

Als ik ooit eens vijf minuten tijd heb...



Wil jij ook je passie delen? Stuur een mailtje naar info@okra-boom-park.be

Paasoverweging: Tegendraads

HET
WAS
MOOI

4.4.2023. Eens te meer bewees de Paasoverweging in Parochiecentrum Boom O.-L.-Vrouw, hoe belangrijk het is om even stil te staan tussen al de jachtige momenten van het leven door.

Trefpunt Boom Centrum zorgde voor de infrastructuur en koffie, Walter Mampaey voor de technische kant van de zaak.

Ward Gielis werkte het thema 'Tegendraads' uit op een grondige, bevattelijke

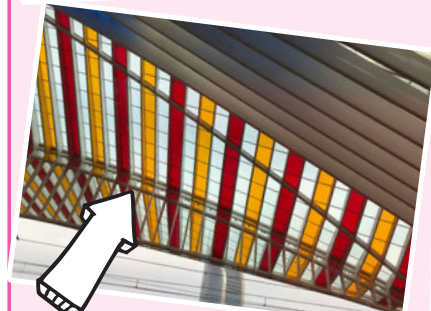
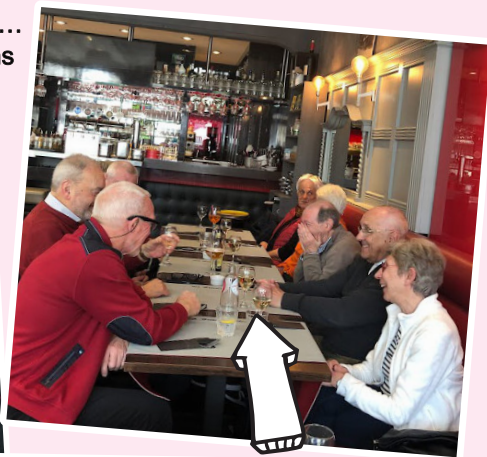
manier.

Individualisme proberen te overstijgen en zaken op een gezonde manier in vraag durven stellen, ook als dat een beetje 'tegendraads' moet, hebben we goed onthouden. Naar goede OKRA gewoonte, was koffie en gebak voorzien zodat nog gezellig kon worden nagepraat.

Met dank voor het vele werk achter de schermen.

Dagje treinen naar Spa

28.03.2023. De trein is altijd een beetje reizen... vraag het maar aan de deelnemers die met ons trefpunt "meegereisd" zijn naar Spa.



Het voorziene restaurant had plots geen kok meer; op de valreep werd naar een ander restaurant uitgeweken. De sfeer werd er niet minder om.

In Puurs vertrok de trein vlak voor onze neus, dus in de regen wachten op de volgende... Schuilplaats te kort!

Al rijdend genieten van het tijdelijk kunstwerk in het station van Luik

De korte wandeling van april

HET
WAS
MOOI



07.04.2023. De eerste korte wandeling bracht ons via het park en enkele straten naar het "bos van put N". Een prachtig stukje natuur, een speelbos voor kinderen, een oase van rust tussen de woonwijken...

En zoals vorige maand voorspeld werd, hoorden we tijdens de wandeling "hier ben ik nog nooit geweest, dit kende ik niet". Er zijn nog veel onbekende plekjes in BOOM om te ontdekken... Volgende keer misschien?

Jaarlijks succesverhaal: het haringfestival

28.04.2023. Dit is geen verslag van het haringfestival, want dat is, bij het ter perse gaan, nog niet achter de rug. Maar we kunnen je wel vertellen dat er 96 hongerige deelnemers ingeschreven zijn. Dat betekent: 100 haringen, 5 witte en 12 zwarte pensen en 96 dessertjes...

Misschien was alleen het weer geen voltreffer en stond zelfs de verwarming nog aan. Het was alleszins een warm samenzijn. We hopen dat je het fijn gevonden hebt. Ook het goede doel zal tevreden zijn!

Dank aan alle vrijwilligers die het beste van zichzelf hebben gegeven. Vrijwilligers zijn de steunpilaar van onze vereniging; zonder hen geen OKRA Boom park!

Info over uw Trefpunt

Meer info over uw trefpunt (foto's en filmpjes, het maandbladarchief enz.) vind je op



www.okra-boom-park.be

of via OKRA nationaal:

www.okra.be/trefpunt/boom-park



info@okra-boom-park.be



okra-trefpunt Boom Park

Redactie: Anne Van Reeth, Joke Bruyndonckx, Yo Gilis, André Torfs, Marc De Boeck, Marcel Mans, Michel Jansens, Michel Van Reeth, Ronny Verberckmoes, Walter Mampaey,

Werken mee aan dit blad: Anita Buyse, Luc De Maeyer, Marie-Christine De Leeuw, Gunther Lombaerts, Milly Smedts

Wil je zelf een bijdrage leveren aan dit blad of heb je interessante tips, suggesties of aanbevelingen, contacteer *Michel Van Reeth*: 03 888 28 25. Oplage: 140 exemplaren

Door je lidmaatschap van OKRA BOOM PARK ontvang je, op regelmatige basis, in gedrukte vorm of op digitale wijze, informatie van deze vereniging. In onze privacyregels (GDPR) kan je terugvinden hoe wij met je persoonlijke gegevens omgaan. Je kan dit privacy-engagement terugvinden op onze website <https://okra-boom-park.be/over-ons/privacy-regels/> of in gedrukte vorm in ons lokaal PC Tijl.