

NIEUWSBRIEF – OKRA – trefpunt RAVELS

12^{de} jaargang NR. 12 DECEMBER 2020

Beste vrienden

Ook nu de dagen donker en korter worden, blijven we verbonden met elkaar, weliswaar op een heel andere manier dan we zouden willen.

Het zal een lange, intense winter worden waarin we gaan proberen om er binnen de grenzen het beste van te maken. Warme groet, hou je goed en gezond.

AFSCHEID:

-Van **Dhr. Jaan Pijpers**, weduwnaar van Mevr. Stanske Bayens, geboren in Poppel op 17 mei 1936 en overleden op de palliatieve eenheid van het AZ Turnhout op 11 november 2020.

Jaan was vele jaren een zeer getrouwe medewerker in ons bestuur. Hij was in die tijd de verantwoordelijke voor het turnen. Hij was ook al zeer lang vertegenwoordiger van OKRA-Ravels in de gemeentelijke seniorenraad, waar hij een periode in het dagelijks bestuur gewerkt heeft. Wij zullen hem missen, rust nu maar uit bij uw Stanske daarboven. Het gaat jullie goed.

-Van **Mevr. Anna ‘Gonneke’ Wuyts**, weduwe van Dhr. August Janssens, geboren in Kasterlee op 26 juli 1924 en overleden in WZG Arendonk campus De Lusthoven op 14 november 2020.

-Van **Mevr. Maria(Mitje) Verbraeken**, weduwe van Dhr. Louis Janssen, geboren in Oud-Turnhout op 22 juli 1933 en overleden in WZG Arendonk campus De Lusthoven op 19 november 2020.

Wij bieden de achtbare families onze innige deelneming aan en zullen deze dierbare overledenen met respect blijven herinneren.

WELKOM:

Aan **Dhr. en Mevr. Emile Geudens – Isabelle Machielsen**, Stwg. op Baarle Hertog 80, 2300 Turnhout, als nieuwe leden van OKRA-Ravels.

PROFICIAT:

Viert in december haar **negentigste (90)** verjaardag: **Mevr. Maria (Lusie) Adriaensen**.

Aan alle OKRA-leden die in de maand **DECEMBER** jarig zijn, wensen we een gelukkige verjaardag. Geniet van het leven, elke dag opnieuw. Aan allen van harte gelukwensen vanwege het OKRA-team.

Veerkracht moet je koesteren.

In coronatijd, wanneer het vroeger donker wordt, als er kille regen valt en we weinig andere mensen zien, ja, dan moeten we onze veerkracht koesteren.

Een tover-koester-recept bestaat niet, maar toch:

-Spreek af met een vriend om op een vaste dag van de week te bellen. Verboden te praten over corona. Wel minstens elke keer iets grappigs aanhalen.

-Laat je verleiden door een spannend boek en vergeet dan uur en tijd.

-Hou de blaadjes van de scheurkalender bij in een doosje, en geniet later nog eens van de grappen.

-Kies bloembollen in een tuincentrum. Een soort die je niet eerder plantte. Zet ze daar waar je ze vanuit het raam kan zien als ze boven komen. En droom dan van de lente, van de zon die de natuur weer wakker kietelt. Van een wereld zonder corona. Van een gezellige babbel.

Van de knuffels die je nu moet missen maar die dan dubbel zoveel waard zullen zijn.

WIST JE DAT:

Waarom je niet bang moet zijn om ouder te worden.

Nee, we hoeven niet bang te zijn om ouder te worden! Aan de voortschrijdende leeftijd zijn - naast de niet te ontkennen gezondheidsperikelen - onmiskenbaar ook voordelen verbonden. Het komt eropaan een goed evenwicht te vinden tussen wat we (nog) kunnen en wat we (nog) willen. De senior van vandaag leeft in een opwindende tijd die ook voor ons heel wat te bieden heeft. Het is zaak goed voor onszelf te zorgen, want pas dan kunnen we ook iets voor onze naasten betekenen.

Wij geloven in de waarheid, in feiten en in de wetenschap. We nemen de tijd om na te denken. En we aanvaarden niet zomaar, we vragen ons ook af waarom.

Oud worden is geweldig.

De meesten van ons zijn bang om ouder te worden. Maar er zijn steeds meer aanwijzingen dat ouderdom geluk en intellect met zich meebrengt. "Oud worden is geweldig - als je het alternatief bekijkt."

Welkom in de leeftijd van veroudering. Met meer dan 800 miljoen mensen boven de 60 en meer 100-plussers dan de bevolking van IJsland (dat is ongeveer 329.000), moet de wereld zich schrap zetten voor de economische - en sociale - gevolgen. Van een stortvloed aan ziekten tot een slappe huid en het dof worden van de zintuigen, de ouderdom wordt gekenmerkt door sluipende mislukkingen, medische ingrepen en lage verwachtingen.

'Oud worden is al sinds de oudheid synoniem met lichamelijk verval. De Grieken hadden een bijzonder nare mening - velen zagen veroudering zelfs als een ziekte. Toch suggereert het laatste wetenschappelijke onderzoek dat veroudering niet zomaar een achteruitgang is.

HERNIEUWING VAN LIDMAATSCHAP OKRA 2021

In het begin van januari 2021 is het weer tijd om uw lidmaatschap van OKRA te hernieuwen.

Door de coronacrisis heeft OKRA-Ravels beslist om het lidgeld voor volgend jaar aan te passen.

- Hoofdlid: 15,00 euro i.p.v. 25,00 euro
- Gezinbijdrage: 23,00 euro i.p.v. 42,00 euro
- Negentigjarige: 10,00 euro i.p.v. 25,00 euro
- Rusthuis: 1,00 euro i.p.v. 10,00 euro

- Sportzegel: 8,00 euro Dit bedrag krijgt u van de ziekenkas terug als u het aanvraagformulier invult.

Als het kan, probeer het geld over te schrijven op rekening van OKRA-Ravels.

Rknr. **BE02 9731 4813 9040**: **Met vermelding**: lidgeld 2021 – naam en voornaam + eventueel sportzegel

Wij hopen u allen weer te mogen begroeten als lid van OKRA.

Waarvoor dank.

Ondanks de coronacrisis en moeilijke tijd wensen het bestuur en de clubverantwoordelijken van OKRA-Ravels u en uw familie een prettige kerst en een gelukkig Nieuwjaar!