

Katrien Huyghe: 0472/498.602	Dirk Hoste: 0475/494.130	Roger Blondeel: 09/377.53.00	Marijke De Muynck: 0494/179.855
Jozef V. Braekel: 0472/844.895	Coene Guido: 0474/561.007	Danine Vanhoucke: 0496/981.647	Aurèle Cornelis: 0491/115.184
E-mail: okrasintlaureins@gmail.com		Okra rekeningnummer: BE 70-7510-0232-6525	

<b>Fietsen Kleine groep</b>	wo.: 12-26 juli sporthal 13.15 u.	Info Roger Blondeel
	wo.: 9-23 aug. sporthal 13.15 u.	
<b>Fietsen</b>	di.: 4 juli sporthal 13.00 u. do.: 20 juli sporthal 13.00 u.	Daniël De Roo en Roger Blondeel naar Boekhoute Dirk Hoste en Johan De Vlaeminck naar .....
	di.: 1 aug.. sporthal 13.00 u. do.: 17 aug.. sporthal 13.00 u. di.: 29 aug. sporthal 13.00 u.	Roger Moens en Roger Blondeel. Oedelem Arseen en Wilfried Mollet. Biervliet Wilfried en Arseen Mollet. Toeren rond Sint-Margriete
<b>Cycling Diner</b>	zon. 2 juli	Combinatie van ontbijt, lunch en barbecue info: J. Van Oost
<b>Dagfietstocht Meetjesland</b>	vrij.: 7 juli 10.00 u. vrij.: 25 aug. 9.00 u.	Start in Oostwinkel, Veldhoek 3, naar Ruiselede Start PC Voorstraat, Kaprijke naar Damme
<b>Fietslint regionaal</b>	vrij.: 28 juli 09.00 u.	PC Veldhoek Oostwinkel toeren door Meetjesland (100 km) Altijd lunchpakket meenemen, 1€ deelname Info: Jozef Van Oost 09/378.12.58
<b>Boogschieten en oriëntatie</b>	vrij. 7 juli 14.00 tot 16.00 u.	Aan de Boerekreek. Inschrijven via email of bij Danine.
<b>Namiddagpetanquen (nieuw)</b>	do.: 13 juli di.: 25 juli 14.00 u. tot ...	Petanquebanen aan de sporthal
	do.: 10-24 aug 14.00 u. tot ...	
<b>Avondpetanquen</b>	wo.: 5-12-19-26 juli vanaf 18.00 u	Petanquebanen aan de sporthal Er wordt gespeeld t.e.m. september
	wo.: 2-9-16-23-30 aug. Vanaf 18.00 u.	
<b>Dansen</b>	vrij.: 28 juli 13.30 u.	In de zomermaanden is er maar 1x in de maand dansen
	vrij.: 11 aug. 13.30u	
<b>Crea</b>	ma.: 3-10-17-24-31-juli	In W.Z.C. Sint –Jozef, Rommelsweg 12, Sint-Laureins Tijdens de zomermaanden worden geen extra technieken aangeleerd.
	ma.: 7-14-21-28 aug.	
<b>Fotozoektocht</b>	Vanaf 10 juli tot 30 september Info: Jozef van Oost tel.09/378.12.58 of via email: vanoostjozef@gmail.com	
<b>Dagreis volgeboekt</b>	Ongelooflijk maar deze reis is volledig volzet. Er is een reservelijst opgesteld.	
<b>Halve Dagreis Waver</b>	<b>di. 22 augustus</b>	Inschrijven = enkel contant betalen bij <b>Hedwige.De Busscher</b> Info: 09/379.87.55 of 0474/61.74.45 of per mail hedwige.debusscher@telenet.be
Door een samenwerking tussen <b>okra, samana en davidsfonds</b> kan de ½ dagreis naar Waver toch doorgaan	Vertrek gemeenteplein 12.30 u.	14.00 u.-14.45 u. ontvangst met koffie en koek
	Naar zusters Ursulinen in Waver met bezoek aan de gebouwen maar ook aan hun prachtige wintertuin.	14.45 u.-17.00 u. bezoek met gids aan wintertuin en Art Nouveau gebouwen van het instituut
		17.00 u.-18.00u. avondlunch in het restaurant van het museum
		18.00 u.-20.00 u. terugreis via scheldeland

## Info & komende activiteiten (iets voor in de agenda ?)

Triatlon	za.: 29 juli	Okra sport helpt mee aan de voorbereiding en kan zo punten verdienen voor onze subsidies
Bene Ladies Tour	za.: 15 juli	
Gym 50+	ma.:14 sept	Start nieuwe reeks Info: Aurèle Cornelis
Caravelle en kano	vrij.: 1 september 14.00u tot 16.00u	Boerekreek inschrijven via okra email of bij Danine
Slotfietstocht	do.: 7 september 10.00 u in El Gringo	Jeannine en Monique De Craene fietsen in Sint-Laureins Happen en trappen met verschillende stopplaatsen. 's Avonds gezellig samenzijn met koud buffet.
Speculoosfeesten Lembeke Optreden: Wendy Van Wanten en Paul Bruna	do.: 21 sept. 14.00 u.-	Kaarten 16 €. Koffie en gebak inbegrepen Kaartenverkoop vanaf 01/07/2017 bij Cocquyt Roland: 0472/55.07.64 of Jan van Tiel: 0494/45.54.16
Dansinstuif Meetjesland	do.: 26 okt. 14.00 u.	Sparrenhof Brugsesteenweg 183, Eeklo info: mieke.dezutter@okra.be

### Hoe fietst men veilig fietsen in groep. Met dank aan Luc Lievens (fietsinstructeur)

Vanaf 15 personen mag men in België per 2 aansluitend in groep op de rijweg fietsen. De begeleiders voor- en achteraan geven de juiste instructies en zorgen eventueel voor het stilleggen van het verkeer op kruispunten zonder lichten. Nederland heeft geen wetgeving voor groepen. Ieder volgt individueel/of in groep de wegcode. We hopen op een veilig fietsseizoen en goed weer. Onze werkgroep fietsen is er klaar voor.

### Enkele aandachtspuntjes voor alle fietsers

Om het accordeon-effect zoveel mogelijk te vermijden even volgende aandachtspuntje.  
Bij het naderen van een voertuig zorgt de **kop** ( $\pm 3$  fietsers) v/d fietskolonne dat ze even **sneller** fietsen. Zodat de rechter fietser makkelijk kan tussenvoegen. De **staart** ( $\pm 3$ ) van de fietskolonne doet het **omgekeerde en vertraagt**.  
1 x fluiten voertuig vooraan en 2 x fluiten voertuig achteraan.  
Op tussentijdse rustplaatsen staan we met onze fiets aan één zijde van de weg.

### Okra Retro:

Wat betekende OKRA in de geschiedenis van Sente? Een interessant werk is "De geschiedenis van Groot Sint-Laureins in oude foto's".

In het vijfde deel van dit werk vinden we 2 foto's van de bond der gepensioneerd. In nov. 1982 werd de bejaardenraad Groot-Sint-Laureins boven de doopvont gehouden. André Haverbeke en Suzanne Desmet waren onze vertegenwoordigers.

Een groepsfoto van het seniorenzangkoor uit 1974 wordt op blz.241 vermeld.

In de archieffarde vinden we verder, doelstellingen, bestuursverkiezingen, voorwaarden om lid te worden enz. Anno 2017 is OKRA nog altijd actief en blijft zich aanpassen aan de huidige tijd.

Het bestuur dankt alle leden en medewerkers voor hun onvoorwaardelijke inzet.

Met volle moed op naar jaargang 65 !!!!!

(Guco)

Met dank aan alle losse medewerkers  
met vriendelijke groeten  
Het Okra-bestuur