



Koninklijk Trefpunt

EKEREN DONK/BRASSCHAAT

DE RONK VAN DE DONK MEI-2025

1 mei traditie: schenk een boeketje meiklokjes



'Meiklokjes', 'lelietjes-van-dalen', 'muguets', 'mugeetjes', 'snuivertjes', 'bosieletjes', 'bossenellekes' of toch 'porte-bonheur'? Hoe je haar ook noemt, op 1 mei kan je deze witte, geurige bloem cadeau geven aan mensen die je graag ziet.

Waar het gebruik vandaan komt is niet helemaal duidelijk. In De Ronk van de Donk van 2017 stond dat deze traditie wordt toegeschreven aan koning Charles IX. Nu vul ik aan vanuit een andere invalshoek.



Meiklokjes komen ook voor in verschillende religies en mythen, bijvoorbeeld bij de Germanen.

Om de lente in te luiden en Ostara, zus van de god Donar, gunstig te stemmen gooiden haar Germaanse vereerders meiklokjes in vreugdevuren.

Daarnaast bestaat er een Romeinse mythe die meldt dat de god Apollo het meiklokje zou hebben gemaakt zodat de negen muzen geen pijnlijke voeten kregen, maar op een zacht bedje van bloemen konden wandelen. Toen het Christendom in Europa de overhand kreeg, kreeg het meiklokje een plaats aan de voeten van Mariabeelden en stond het symbool voor oprechtheid en zuiverheid.

Wie dit vindt, mag
het meebrengen!

Een leuk weetje:
Blijkbaar zijn er takjes met dertien klokjes, die extra geluk brengen!

Vaste activiteiten

Maandag DND

13.30 u. lijndans
16.00 u. zangkoor
19.30 u. kaarten bij RAAK

Dinsdag parking DND

ZOMERUUR 13.30 u.
vertrek fietsen

Vrijdag DND **13.00 u.**

via het onthaal -
Kletscafé: kaarten, lezen,
rummikub, biljart,
kletsen, breien

Maandag en vrijdag
De Nobeles Donk

13.30 u. petanque

Kalender

08/05 Korte dagfietstocht 3
15/05 Natuurwandeling 4 **met gids**
15/05 Seniorensportdag Ekeren
22/05 Lange dagfietstocht 4

22/05 Seniorenbeurs in Brasschaat
27/05 Stadswandeling 1
27/05 Koor Nobilis - grotzingen
28/05 MPV

In de kijker!

23/05 UITBREEKACTIE OKRA

Samen eten!
Een heerlijke verwenkoffie!

ACTIVITEITEN MEI

Herinnering: voorstellingen in Schouwburg Noord

Heb je kaarten voor de drie laatste voorstellingen van dit cultuurjaar? Leg ze dan maar al klaar!

- 02/05/2025: avond | humor | theater | Herman Verbruggen | kraM
- 16/05/2025: matinee | muziek | Günther Neefs | De Kracht Van De Muziek
- 18/05/2025: aperitief | Ensemble Astor, Eva De Roovere e.a. | Tango van de Lage Landen

Fietsen

1. Korte dagfietstocht Naar Brasschaat Mikerf

Donderdag 8 mei
10.15 u.



Bijeenkomst aan parking Hof De Bist: 10.15 u.

Vertrek fietstocht: 10.30u.

Lunch: nog te bepalen

Afstand: 35 km

Vandaag neemt **Maria Boets** de rit over van Maria Dierckx en fietst met jullie naar de kinderboerderij. Zij volgt de door Maria uitgestippelde fietsroute via Donksestenweg en Baillet Latourlei en vanaf daar volgt zij de knooppunten naar Mikerf.

2. Lange dagfietstocht De Kempen

Donderdag 22 mei
8.45 u.



Koekjesfabriek Lu



Kruiskensberg

8.45 u. parking Hof De Bist – fietsen laden

9.00 u. vertrek naar Viersel

Afstand: ca. 54 km

Ditmaal vertrekken we in Viersel, een deelgemeente van Zandhoven, geklemd tussen het Albert kanaal en de snelweg Antwerpen - Luik. Viersel is vooral bekend om zijn waterski wedstrijden.

We steken het kanaal over en rijden een stuk langs het kanaal richting Herentals, de hoofdstad van de Kempen. Langs de koekjes Lu (?), die je er al van ver ruikt. Verder trappend bereiken we stilaan Herenthout, waar we iets zoeken om te eten, even te rusten en een babbeltje te doen. Ook dit hoort bij onze ritten.

Na de middag komen we in de buurt van de Kruiskensberg, bekend om zijn kruisweg, (staties), die hier nog in prima staat worden gehouden.

Vanaf daar fietsen we naar de Nete, die we een heel stuk kronkelend volgen. Rustig fietsen is het hier! Langzaam bereiken we Emblem. Misschien even tijd om een drankstop te houden? Vol in de remmen dus.

Het wordt stilaan tijd om terug te keren naar Viersel, dit maal langs het Nete kanaal.

Zorgen jullie liefst voor mooi weer? Breng zeker je goed humeur mee, dan doen wij ons best voor de rest.

Ik hou van de maand mei.

De belastingformulieren zijn op de post.

De kachel kan weer uit.

*De tuin is nu van mij en niet meer van de winter,
en de kerstdrukke is nog zeven maanden weg.*

Martin Buxbaum

Natuurwandeling met natuurgids

Bospolder

Donderdag 15 mei
13.30 u.



Zoals afgesproken organiseren wij één keer per jaar een natuurwandeling onder leiding van een gids. Vandaag leidt Willy Ibens van Natuurpunt ons door De Bospolder in Ekeren.

Verplaatsing:

1. **Carpooling wegens moeilijke bereikbaarheid.** Daarom doen wij een beroep op wandelaars die met de auto rijden.
2. **Fiets:** 6 km vanuit Ekeren centrum

Duur van de wandeling: 1,5 à 2 uur. Stevige schoenen aanbevolen!
Afsluiten bij een drankje en babbeltje wordt ter plaatse afgesproken.

BELANGRIJK: Inschrijven voor 5 mei op vraag van Natuurpunt.
Hoe inschrijven? Mail naar Gaby: edouard.ledene@telenet.be of GSM 0478 394 681 en vermeld ineens of je eventueel enkele wandelaars kunt meenemen.

*14 mei gaan de ijsheiligen er weer vandoor,
het zou leuk zijn als ze dan ook de schijnheiligen meenemen.*

In de kijker! Uitbreekactie OKRA

Voor de Uitbreekactie promoten wij
ons project Samen eten met een lekker menu
en met 's namiddags een heerlijke verwenkoffie
Iedereen is welkom!

Samen eten en verwenkoffie

Vrijdag 23 mei
12.00 u.



Wij hebben dit menu besteld:

Gevogelteroomsoep met tuinkruiden
Vol-au-vent met lentesalade en kroketten
Chocoladepudding met toefje slagroom

Prijs: **€ 9,80**. Goed gezelschap, 1 glas water of tafelbier inbegrepen.

Op 21 mei bestellen wij. Inschrijven door betaling:

- cash aan Hugo Veyt ten laatste op 16 mei
- stort ten laatste op 13 mei op de rekening **met vermelding van je naam en aantal personen**

Verwenkoffie

Vrijdag 23 mei
vanaf 15.00 u.

Nieuwsgierig? Laat je verrassen door Marleen. Zij zorgt voor een verleidelijke verwenkoffie.

Prijs: **€ 5,00**

Wil je zeker kunnen genieten van deze verwenkoffie? Schrijf je dan in door betaling:

- cash aan Hugo Veyt ten laatste op 16 mei
- stort ten laatste op 13 mei op de rekening **met vermelding van je naam en aantal personen**

Stadswandeling met Gaby

Dendermonde

Dinsdag 27 mei
9.40 u.



Stadhuis

Door een foute interpretatie van het treinverkeer gaat de stadswandeling naar Oostende niet door en kiezen we voor Dendermonde, historische stad aan Dender en Schelde.

Door zijn ligging aan de Dender en Schelde zijn in Dendermonde doorheen de geschiedenis onder meer Spaanse, Franse, Nederlandse en Duitse legers gepasseerd.

Maar de stad heeft de eeuwen met trots doorstaan, een prachtig stadhuis, Stadsmuseum Vleeshuis, het Sint – Alexiusbegijnhof en het Justitiepaleis

Dagprogramma: totale wandelafstand 4 km

- 9.40 u. verzamelen ter hoogte van perron 5 in Antwerpen Centraal
- Verplaatsing naar Antwerpen Centraal:
 - De beste optie is met de trein, vanuit Kapellen om 9.05 u, Ekeren om 9.11 u.
 - Andere mogelijkheid is bus of tram. Een nuttig weetje: Voor wie tram 2 neemt en uitstapt in station Diamant: alle liften en roltrappen zijn buiten gebruik en dat betekent serieus klimmen.
- Prijs seniorenticket: € 8,50. Omdat we pas na 9 u vertrekken is het seniorenticket voldoende.
- 9.56 u. rechtstreekse stoptrein naar Dendermonde. We nemen bewust niet de snellere trein met overstap in Mechelen omdat we daar door grote werken een stellingtrap naar het juiste perron moeten nemen. Dat doen we niet zodat iedereen mee kan!
- ca. 11.00 u. aankomst in Dendermonde
- Voor de lunch: maak je keuze
 - Spaghetti klein € 12,50 – spaghetti groot € 16,50
 - Croques: van € 12,50 tot € 18,50
 - bij een klein hongertje is er ook soep met brood € 8,50
- 17.04 u. trein naar huis met overstap naar Ekeren/Kapellen om 18.22 u.

Inschrijven: voor 15 mei met keuze van het eten

Hoe? per mail: edouard.ledene@telenet.be of GSM Gaby 0478 394 681.

Koor Nobilis -Grotzingen

Het Mariadomein in Brasschaat

Dinsdag 27 mei
14.00 u.

Belangrijk nieuws van koor Nobilis: wij zingen weer aan de grot op het Rustoord. Tegenwoordig spreken we van het 'Mariadomein'.

In de wijk Kaart te Brasschaat bevindt zich naast de kerk een uniek Mariadomein. Honderd jaar geleden werd de Mariagrot van Stabroek naar Brasschaat verhuisd. Daar bevindt zich nu een volledig domein met Lourdesgrot, Kruisweg, een VII-Weeënweg en een St. Rochuskapel.
(www.mariadomeinkaart.be)

Iedereen is van harte welkom om de rust en de sereniteit van de muziek in de natuur te ervaren. Meezingen kan ook.

Na de zang nodigen we iedereen uit in het parochiecentrum Den Eekhoorn. We kunnen er gezellig napraten met een drankje aan democratische prijzen. De zaal is via een zeer korte, mooie wandeling dwars door het Mariadomein te bereiken.

Adres Mariadomein: Rustoordlei Brasschaat, achter de kerk rechts leidt een laan naar het domein.
Adres zaal Den Eekhoorn: Hoge kaart 80, Brasschaat. Volg het koor.
Ave!

Ledennieuws



Het koor verheugt zich! Een nieuw lid voor het koor!
Op 7 april sloot Greta De Blende zich aan bij ons trefpunt.
Wij hopen haar ook vlug te mogen begroeten op onze andere activiteiten.



Simonne de Backer 02/05/1935

*90 jaar is in het leven een mijlpaal
Een symbool van een boeiend levensverhaal
90 jaren heeft zij getrotseerd
en haar leven goed beheerd
Ze geniet nu met volle teugen
Van de vele pensioen geneugten
Zij is nog heel actief
En ook nog sportief
Ze fietst vrolijk naar het koor
Daar zet ze haar beste beentje voor
Het koor spant een ereboog
En zingt: 'Zij leve hoog'
Van harte gefeliciteerd!*



Jeannine Dieltjens 09/05/1945

*Jeannine, nu is het 'echtig en techtig'
Vandaag zie je Deborah
En zingen we allemaal 'Hip hip hoera'
Je bent nog heel actief
Opgeborgen de spullen van het aquarellen
Maar je kunt er nog wel uren over vertellen
Je bent ook nog heel sportief
Je blijft bewegen in Tai Chi en lijndans
En je hebt je twee vierpotsers o zo lief
Je vertroetelt je hondjes
En wandelt met hen vele rondjes
Voor de komende jaren
Wensen wij je nog veel mooie dromen
Waar in al je wensen mogen uitkomen*

OKRA daguitstap in oktober

Het Land van Herve

Donderdag 2 oktober
OF vrijdag 3 oktober

Programma: toegankelijk voor rollators

1. Bezoek aan **de steenkoolmijn van Blegny** met Nederlandstalige gids. Blegny-Mine is één van de vier authentieke koolmijnen van Europa. Daal af met de kiftkooi naar de ondergrondse galerijen en duik zo in en heel andere wereld.
2. **Lunch + degustatie.** Geniet in brasserie Moulin du Val-Dieu van een warm 2 gangenmenu. Bovendien krijg je 2 degustaties (lokaal abdijbier of frisdrank) en vertelt een gids je het boeiende verhaal van de Molen en de Abdij van Val-Dieu.
3. **Vrije tijd.** Ontdek de grote binnenplaats, het park en de basiliek van abdij Val-Dieu, gelegen aan de overkant van de Molen. Maak een wandeling, snuister rond in de abdijwinkel of geniet van een drankje aan de abdij.

Prijs: € 75 voor OKRA-leden, € 90 voor niet OKRA-leden

Ga je mee? Schrijf je in **voor 10 mei** door te storten op de rekening in de voetnoot met de vermelding van je **naam en voorkeurdatum**

Oei, ik kan niet meer meel!

1. Zoek een vervanger.
2. Annuleringsvoorwaarden:
 - Eén maand voor de reisdatum – tot 2 weken ervoor = € 19 pp
 - Vanaf twee weken voor de reisdatum – € 38 pp

Mariaburgnieuws

1. Opera in de cinema: Le Nozze di Figaro

Maandag 5 mei
13.45 u.

De Metropolitan van New York brengt de **populaire humoristische opera van Mozart "Le Nozze di Figaro"**.

De opera volgt de avonturen van de sluwe barbier Figaro en de slimme dienstmeid Susanna, terwijl ze hun aristocratische meesters te slim af zijn in hun zoektocht naar liefde en geluk. Gevuld met sprankelende humor, betoverende melodieën en ingewikkelde plotwendingen blijft 'Le Nozze di Figaro' een van Mozarts meest geliefde werken.

Prijs tickets: € 20,95 pp.

We spreken om 13.15 u. af in de hall van Kinopolis, aan de ingang van het Douwe Egberts café. Daar worden de toegangskaarten verdeeld. Iedereen is welkom.

2. Seniors at the cinema: Merckx

Donderdag 15 mei
14.00 u.

In 1969 neemt de kruidenierszoon en beloftevolle wielrenner Eddy Merckx voor het eerst deel aan de Tour de France. Hij verslindt de competitie en rijdt als eerste over de finish met meer dan 17 minuten voorsprong. "De Kannibaal" is geboren....

Na de film staat er natuurlijk weer koffie en taart klaar.

Prijs: € 12,25.

We spreken af vanaf 13.30 u. in de hall van Kinopolis aan de ingang van het Douwe Egberts café. Daar worden de toegangskaarten verdeeld. Iedereen is welkom.

3. Daguitstap Oudenbosch en Hoogerheide

Vrijdag 30 mei
9.00 u.

Programma:

- 9.00 u. vertrek aan de kerk van Ekeren Donk richting Oudenbosch
- Ochtendkoffie en nadien bezoeken we de Basiliek van de H.H. Agatha en Barbara, een kleinere kopie van de Sint-Pietersbasiliek in Rome. De gids vertelt ons alles over deze speciale basiliek.
- Na dit bezoek rijdt de bus naar Hoogerheide. Hier wacht Kees ons op om zijn beroemd aspergemenue te presenteren.
- Dit is een menu om duimen en vingers af likken:
 - rijk gevulde aspergesoep
 - asperges met beenham à volonté
 - aardbeien met ijsroom
- Nadien kun je bij een aspergeteler kraakverse asperges kopen.

Prijs: € 65 voor OKRA – leden en € 70 voor niet OKRA-leden

Inschrijven: voor deze 3 activiteiten

Bij Esther Weymeersch – tel 0495 168 159.

Gelieve eerst te telefoneren en daarna pas te betalen op het rekeningnummer BE21 9731 5684 5903 van OKRA Mariaburg.

De zonne in de meie, zet oude lieden aan het vrijen

Seniorenbeurs Brasschaat

Donderdag 22 mei

Deze beurs gaat door in de Remise vanaf 14 uur.

Wij zoeken medewerkers om deze stand mee open te houden.

Wie zich geroepen voelt, is meer dan welkom!

ACTIVITEITEN JUNI

Themawandeling 1 met Tanguy Ottomer

Fonteinwandeling

Woensdag 11 juni
14.00 u.



Zin in een frisse blik op Antwerpen?

Tijdens deze unieke tour duiken we in de wereld van de Antwerpse fontein — van imposante waterwerken die pronken op pleinen tot verborgen pareltjes verscholen in steegjes of hofjes.

Elke fontein vertelt een eigen verhaal: over macht, mythes, kunst of verfrissing. Sommige spatten in het oog, andere moet je echt leren zien. Laat je verrassen door het stromende erfgoed van de stad!

Praktisch:

Bijeenkomst: 13.50 u. Lambermontplaats

Bereikbaarheid: tram3 tot Groenplaats en bovengronds overstappen op tram 4 tot aan Lambermontplaats of tram 1 van Luchtbal tot Montigny en dan stappen.

Vertrek: 14.00 u.

Einde: Grote Markt

Duur wandeling: 1,5 à 2 uur

Afsluiter: Voor een gezellige afsluiter verrast Tanguy ons met een (on)bekend pareltje.

Prijs: **€ 25 – niet leden € 30**

Hoe inschrijven? Door betaling: cash aan Hugo Veyt tot en met 6 juni OF stort ten laatste op 2 juni op de rekening met vermelding 'Fonteinwandeling.'

Deze wandeling staat op de zakagenda op dinsdag 10 juni, maar wegens onverwachte beroepsomstandigheden heeft Tanguy ze moeten verschuiven naar woensdag 11 juni.

Clusternieuws

Quiz in Merksem

Maandag 16 juni
13.30 u.

Quiz jij graag? Kom dan naar De Cluyse, Kerkhofblommestraat, in Merksem.

Inschrijven per ploeg van 4 bij <mailto:martineverhoeven@gmail.com> uiterlijk tegen 1 juni 2025.

Deelnameprijs: € 2,00 per persoon voor de kosten van de zaal.

Drank van het café aan democratische prijzen.

Quizmasters van dienst zijn Lea Van Camp en Maria Nombluez van OKRA De Cluyse.

We hopen op een goede opkomst zoals de vorige keren en er kan er nog altijd wel eentje bij.

Opvolging: Wij zoeken talent!



Wij bieden veel activiteiten aan en zijn buiten OKRA verbonden met vijf andere instanties. Dit alles brengt heel veel werk met zich mee. Vijf teamleden trekken nu de kar en 19 medewerkers duwen aan de kar. Maar, dat zijn te weinig medewerkers voor al het werk.

Wat zoeken wij DRINGEND? **Toogmedewerkers en logistieke steun.** Kennis van ICT is een pluspunt!

JIJ kunt ons helpen! Waarin ligt jouw talent? Heb je een paar uurtjes vrij om ons te helpen? Je beslist zelf wat je wilt doen. OF spreek talentvolle leden, kennissen, vrienden aan.

Wie graag eerst wil kijken hoe wij werken, kan vrijblijvend een MPV bijwonen op de laatste woensdag van de maand. Meld je bij Claudine.

Senioren Ekeren

Seniorenspportdag

Donderdag 15 mei
14.00 – 17.00 u.

Ben jij een sportieve 60-plusser? Schrijf je dan samen met je vrienden in voor deze dag vol sport, beweging en plezier. Tijdens de seniorenspportdag kan je deelnemen aan o.a. gym, linedance, petanque, yoga, een natuurwandeling en nog veel meer!

Nieuw dit jaar: capoeira, kom bewegen en dansen op maat van senioren én op Braziliaanse muziek en boost je gezondheid - beweeg je fit, ontdek tijdens deze info- en doesessie alles rond bewegen!

Programma

Je kan kiezen tussen 1 doorlopende activiteit of een aantal korte activiteiten.

• 14 tot 17 uur | doorlopende activiteit

- fietsen | Vertrek samen voor een heerlijke fietstocht.*
- wandelen | Ga samen op wandeling en geniet van de natuur.*

• 14 tot 14.45 uur | activiteit 1

- gym | voor soepele spieren en gewrichten
- stoelyoga | laat spanning los en verbeter je motoriek
- linedance beginners | lijndansen op countrymuziek
- petanque | toon je beste petanquekunsten.
- boost je gezondheid | beweeg je fit
- paapgooien | werp en verzamel zoveel mogelijk centen

• 15 tot 15.45 uur | activiteit 2

- linedance halfgevorderden | lijndansen op countrymuziek
- activerende yoga | versterk en versoepel je lichaam
- capoeira | kom bewegen en dansen op Braziliaanse muziek
- boost je gezondheid | beweeg je fit
- petanque | toon je beste petanquekunsten
- paapgooien | werp en verzamel zoveel mogelijk centen

• 16 tot 16.45 uur | activiteit 3

- ontspannende anti stress yoga | rustige ontspanningsoefeningen
- capoeira | kom bewegen en dansen op Braziliaanse muziek
- linedance gevorderden | lijndansen op countrymuziek
- boost je gezondheid | beweeg je fit
- petanque | toon je beste petanquekunsten
- paapgooien | werp en verzamel zoveel mogelijk centen

• 17 uur | einde met koffie en een gezonde snack

(*) vertrek en aankomst in het Hagelkruispark

TIP: Breng zeker een handdoek mee.

Voor de binnensporten zijn enkel binnensportschoenen met propere zolen toegelaten. Doe je mee met petanque en heb je een eigen petanqueset? Of doe je mee met yoga en heb je een eigen matje? Breng het gerust mee.

Hou ook zeker het weerbericht in de gaten en kleeft je gepast bij regenweer.

Praktisch

- 15 mei | van 14 tot 17 uur

- Hagelkruispark
- 5 euro
- inschrijven **verplicht**. Dit kan tot uiterlijk tot 8/5.

Info en inschrijven

Je inschrijving is pas zeker na betaling van 5 euro via:

- overschrijving op rekeningnummer BE12 0910 1689 4092 met vermelding van je naam, voornaam en 'seniorenspordag 2025'
 - met bancontact in JC 't Velt, Veltwijcklaan 19 (maak een afspraak met de seniorenconsulent)
 - senioren.ekeren@antwerpen.be
 - tel. 0474 880 677
- Het is mogelijk om in groep in te schrijven en te betalen.

Wat doet je wijkagent?

Een wijkagent onderhoudt nauwe contacten met de buurt. Hij of zij treedt bemiddelend op en is zichtbaar aanwezig in de wijk. Een wijkagent staat in voor de uitvoering van administratieve en gerechtelijke opdrachten zoals:

- controleren van adresveranderingen, nazicht verblijf, ...
- signaleren van incidenten in de wijk
- bijstand verlenen aan gerechtsdeurwaarders en notarissen
- aanwezig zijn bij manifestaties in de wijk
- toezicht uitoefenen op het naleven van de algemene bestuurlijke politieverordeningen
- bemiddelen bij conflicten, melden van probleemsituaties
- onderhouden van contacten met bewoners en met organisaties
- informeren van andere diensten binnen onze organisatie
- onderhouden van contacten met andere partners in de wijk
- indien nodig opstellen van gerechtelijke processen-verbaal
- uitvoeren van gerechtelijke opdrachten
- participatie in wijk- en dorpszaken
- informatieonderzoek op vraag van externe partners
- partner in overlegmomenten binnen de wijk
- opstellen van wapenvergunningsverslagen

Je kan je wijkagent opzoeken via de startpagina van de website www.politieantwerpen.be. Tik in het zoekveld op het kaartje een Antwerpse straatnaam. Vermeld ook een huisnummer want in extra lange Antwerpse straten zijn soms verschillende wijkagenten aan het werk.

Een liefdevolle afsluiter: Lenteliefde

*de lente zingt en lacht
de lente danst in de zonnestralen
de lente is teder en zacht
weet alles in kleuren te vertalen
de lente is als een prachtige vrouw
zij ademt haar glanzende haren
haar hemel is blauwer dan blauw
zij vult de tijd met haar jaren
haar lippen proeven nieuwe geuren
liefde als in een gedicht
de lente danst in mijn leven
de liefde heeft jouw gezicht
Ton Jurriansen*

