



**okra**  
trefpunt 55+

## DAGKLAPPER

Mei 2013

Zedelgem-dorp

### Agenda

**Woensdag 1 mei feest van den Arbeid.**

“ 1, 8, 15, 22, 29 **Fietsen** met vertrek aan het P.A.Vynckelein op **13.30uur**.

**Vrijdag 3, 10, 17, 24, 31 Petanque in de Braambeier aanvang om 13.00uur.**

**Maandag 6, 20 Kaarten** in 't Kloosterhof inschrijven vanaf **13.30u** aanvang om **14.00uur**.

**Maandag 13, 27 Bingo** in 't Kloosterhof aanvang om **14.00uur**

**Dinsdag 7: Optreden van True-Love Avondrust te Varsenare om 14.00uur**

**Donderdag 9: Rerum Novarum**

Om **09.00uur**: eucharistieviering in de St.-Laurentiuskerk voor alle overleden leden  
Na de viering is iedereen welkom in 't Kloosterhof voor koffie of fruitsap.

Tussen **11.30uur** en **12.00uur**: Smoefeltocht start aan 't Kloosterhof. Inschrijven bij  
Connie Vervaecke, tel 050/209356 en betalen op rekening BE33 9310 6778 3946.

Prijs volw. € 13, kind lagere school € 8. Zie klapper april.

**Dinsdag 14: DB om 09.00uur.**



**Dinsdag 14: Opfrissingcursus verkeer** in het dienstencentrum De Braambeier om  
**14.00uur**. Deze cursus is gratis. U moet enkel inschrijven bij de dienst Welzijn,  
liefst enkele dagen voor datum. Tel.050/288604. Zie gele folder.

**Woensdag 15 mei 2013 Regionale lentewandeling te Westkapelle**

Waar: P.C. Pastoor De Neveplein 16, 8300 Westkapelle.

Afstanden: 4 en 8 km.

Start mogelijk van 13.30u. tot 14.30u.

Deelnameprijs: **Lid Okra en Okra-sport: € 1.**

**Lid Okra: € 1,5. Niet leden: € 2.** Versnaperingen inbegrepen !

Groepen: graag inschrijven **vóór 8 mei** 2013 via de wandelverantwoordelijke Eric Willem  
P.A. Vynckelein 6/0101 Zedelgem. tel 050/385574. De verplaatsing is met eigen vervoer  
of in samenspraak. Inschrijven ter plaatse kan ook. Vergeet uw Okra-lid kaart niet.

**Donderdag 16: Bedevaart “Scherpenheuvel – Averbode”.** Vertrek aan de Burgemeester Lievensstr.(achterkant P.A.Vynckeplein) om 08.00uur. Het inschrijvingsformulier stak bij de klapper van april.

**Donderdag 23: Dagfietstocht** met bestemming “**Den Tol**”. Afstand ongeveer 85 km. Vertrek aan het P.A.Vynckeplein om **09.00uur**. Alle inlichtingen wat fietsen betreft bij Dany Bulcke, Westhille 35, Zed. tel 050/201388.

**Vrijdag 24: Optreden van True Love WZC.** St.-Jozef Oostkamp, vanaf **14.00uur**.

**Dinsdag 28: Groot bestuur** om **13.30uur** in 't Kloosterhof.

**Maandag 3 juni: kaarten** in 't Kloosterhof inschrijven vanaf **13.30u** aanvang om **14.00uur**.

**Woensdag 5: Fietsen** vertrek aan het P.A.Vynckeplein om **13.30uur**.

**Vrijdag 7: Petanque** in de Braambeier om **13.00uur**.

**Woensdag 12: Fietsen met bezoek aan het Baliehof.** Deze tocht is voor beide groepen.

De prijs voor het bezoek is € 5,50. Inschrijven bij de sportverantwoordelijke Dany Bulcke. **Ook niet fietsers kunnen op het zelfde tijdstip een bezoek brengen aan het Baliehof maar moeten aanwezig zijn aan de hoeve om 15.00uur.** Het Baliehof is gelegen aan de Gistelsesteenweg 577, 8490 Zerkegem (Jabbeke).



**Vrijdag 21 juni:** De inschrijvingen voor **Toeren in de Moeren** moeten binnen zijn bij Dany Bulcke **vóór 25 mei** e.k. zowel fietsers als wandelaars, flyer bij de klapper van april. Wij van ons trefpunt zouden starten aan het P.A.Vynckeplein om **08.00uur**, of volgens afspraak. De verplaatsing gebeurt met eigen vervoer of in samenspraak maakt dat U voldoende ingelicht bent.

## **Hoe ga je gemakkelijk op weg met de fiets ?**

Voor je vertrekt controleer de bandenspanning, en bekijk de buitenbanden op eventueel scheurtjes: glas, die je wel degelijk gaat verwijderen, na het verwijderen controleer je na een kwartier terug de bandenspanning. Bij gewone fietsen is de druk 4 a 4.5 bar luchtdruk genoeg bij de elektrische fiets is het 6 bar.

Zorg er steeds voor om een herstelkit bij te hebben en een reserve binnenband, dit kan veel ongemakken vermijden, er zal wel altijd iemand in de omtrek zijn die je zal helpen.

Voor de elektrische fiets waar de wielen niet kunnen losgemaakt worden bestaat er een vloeibare materie om een lekke band te herstellen, het gaatje wordt gedicht door de ingespoten vloeistof ( Zefal Reparation Spray).

Handig is ook om over een goede pomp te beschikken, eventueel ook een passende sleutel om de wielbouten los te maken en een vod om je vuile handen ttz. kunnen afvegen.

Met deze tips ben je al een grote stap vooruit tegen lek rijden en de herstelling ervan. Veel fietsplezier.