

WELKOM:

Aan **Dhr. Stefan Stoops**, Peelsestraat 4 als nieuw lid van OKRA Ravel.

PROFICIAT:

Viert in februari haar negentigste (90) verjaardag: **Mevr. Anna Verstraelen**.

Aan alle OKRA-leden die in de maand **FEBRUARI** jarig zijn, wensen we een gelukkige verjaardag.

Geniet van het leven, elke dag opnieuw.

Aan allen van harte gelukwensen vanwege het OKRA-team.

AFSCHEID:

Van **Mevr. Elvira Van Reusel**, weduwe van de heer Antoon Pelkmans, geboren in Poppel op 5 januari 1932 en in Ravel overleden op 9 januari 2019.

Van **Mevr. Terka Samu**, weduwe van de heer Bernard Van Rooy, geboren in Pestujhely, Hongarije op 7 april 1924 en overleden in AZ Turnhout campus Sint-Jozef op 14 januari 2019.

Van **Dhr. Jos Van Loon**, echtgenoot van Mevr. Fina Verhoeven, geboren in Weelde op 1 maart 1928 en overleden in het WZC Home Onze-Lieve-Vrouw van de Kempen in Ravel op 25 januari 2019.

Wij bieden de achtbare familie onze innige deelneming aan en zullen ons deze dierbare overledene met respect blijven herinneren.

VOORBIJE WERKING:

- 03/01 Bestuursvergadering
- 03/01 Dans- en ontspanningsnamiddag van OKRA-Arendonk
- 09/01 Verloren Maandag in De Wouwer
- 10/01 Lijndansverbroedering van OKRA-Wortel
- 21/01 Gemeentelijke werkgroep Lijndans “WERAPO”
- 22/01 Lijndansverbroedering van OKRA-Schoonbroek in CC Den Dries in Retie
- 29/01 Lijndansverbroedering van OKRA-Minderhout

KOMENDE WERKING:

- 05/02 Gemeentelijke Seniorenraad om 10u00 in Het Sociaal Huis
- 07/02 Bestuursvergadering om 9u30 in ons gewoon lokaal
- 07/02 Dans- en ontspanningsnamiddag van OKRA-Weelde om 13u30 in De Wouwer
- 19/02 Lijndansverbroedering van OKRA- Beerse om 13u30 in CC Heilaer
- 25/02 Teamvergadering om 9u30
- 28/02 Kempenshow's Turnhout – Luc Caals om 14u30

BEDANKT VOOR HET HERNIEUWEN VAN HET LIDMAATSCHAP VOOR OKRA-RAVELS



Wisten jullie:

* **DAT** het niet gaat om geheime trucs of schimmige technieken. Dit zijn tijdloze regels die je kan toepassen op al je gesprekken.

Wees echt geïnteresseerd in de ander:

Een natuurlijke interesse in de ander is essentieel om een gesprek echt van de grond te krijgen. Wie is de ander? Wat gaat er door zijn/haar hoofd? Waar houdt hij/zij van? Wat motiveert hem/haar in het leven? Deze vragen kan je stellen over iedereen die je ontmoet. Omdat mensen (helpen) de kern is van mijn levensmissie, komt de interesse in hen, in wie ze zijn, wat ze doen en waarom, van nature. Die natuurlijke interesse is essentieel om een gesprek echt van de grond te krijgen. Want als je niet geïnteresseerd bent in de ander, waarom zou je er dan eigenlijk mee praten? Richt je daarom tot iemand met wie je echt wil converseren.

Converseer in plaats van te discussiëren:

Een conversatie is geen strijdtoneel. Je hoeft niet te ‘winnen’ of te ‘verliezen’ bij een verschil van mening. Tijdens een conversatie uit je je mening, maar het is geen strijdtoneel. Je kan praten en van mening verschillen, maar doe het op een vriendelijke manier. Je hoeft zelfs niet altijd akkoord te gaan en je hoeft ook niet te ‘winnen’ of te ‘verliezen’ bij een verschil van mening. Een gesprek kan een open einde hebben. Je kan overeenkomen om niet overeen te komen. Zoek intussen ook punten die je gemeenschappelijk hebt of waarover je overeenkomt en bouw daarop verder.

Focus op het positieve:

Eerder dan het te hebben over de koffie die je deze morgen op je broek hebt gemorst, spreek over de film waar je straks met veel plezier naar gaat kijken. Uiteraard mag je af en toe spreken over ‘negatieve’ zaken (onderwerpen die negatieve emoties oproepen), maar enkel wanneer je voelt dat het oké is voor de andere en wanneer het een specifiek doel heeft, zoals de andere beter leren kennen of een band smeden. Kijk ook naar het goede in de ander. Geef een compliment wanneer dat gepast is.

Bekritiseer niet:

Respecteer het standpunt van de ander. Respecteer de keuzes van de ander. Iedereen heeft het recht om zichzelf te zijn. Jij ook overigens.

Wees trouw aan jezelf:

Wees bereid om je echte gedachten en meningen te delen. Je mag trots zijn op waar jij voor staat en anderen de echte ‘jij’ laten kennen.

Maak er fifty-fifty van:

Een goed gesprek bestaat uit gelijke delen van beide partijen. Het kan in plaats van 50-50 wel eens 40-60 of 60-40 zijn, afhankelijk van de omstandigheden. Maar elkeen zou gelijke kansen moeten krijgen om te delen en bij te dragen aan het gesprek. Dit betekent dat je ook attent genoeg bent om de ander vragen te stellen wanneer jij zelf al een tijdje aan het woord bent. Of dat je het initiatief neemt om meer over jezelf te delen wanneer de ander al het grootste deel van het gesprek aan het woord is geweest.

Stel doelgerichte vragen:

Vragen lokken antwoorden uit. Het soort vragen dat je stelt, zal de richting van het gesprek bepalen. Wanneer je een zinvol gesprek wil voeren, kan je vragen naar wat de ander drijft en inspireert. Sommige mensen zijn daar niet meteen klaar voor. Dan kan je uiteraard starten met eenvoudigere, alledaagse vragen om op dezelfde golflengte te komen. Wanneer je de ander beter leert kennen, kan je diepere vragen stellen