

Mai > Août

AGENDA
2019

Seniors

dynamiques

SCHAARBEEK



Pilates

Séjour à l'étranger

Excursion



ÉDITO

Chers Aînés,

Les beaux jours sont bientôt de retour...

Avec eux, excursions, repas festifs, gymnastique douce, conférences, voyages seront autant d'activités proposées qui devraient satisfaire votre curiosité et votre envie de dépassement pour le quadrimestre à venir.

Les Seniors schaarbeekoïses seront en effet gâtés et auront notamment l'occasion de déguster des beignets au brocciu sur l'île de beauté (en mai) ou des moules frites sur notre belle côte (en juin).

Les traditionnels cours de yoga et d'aquagym, les balades, les karaokés, les quizz musicaux, les lotto-bingo, ... sont bien entendu maintenus.

Il en va de même des permanences informatiques qui ont lieu 1 matinée par mois dans chacun des centres Pater Baudry.

Je me réjouis de toutes ces activités conviviales qui permettront, j'en suis convaincu, de répondre à de nombreuses attentes.

J'espère que vous serez nombreux à nous rejoindre !

En effet, votre participation aux activités, l'intérêt que vous portez à ce que nous réalisons, sont pour

moi-même, pour les membres du service Seniors et l'équipe des centres Pater Baudry des signes d'encouragements.

Soucieux de rejoindre au mieux vos aspirations, n'hésitez pas à me faire part de vos remarques éventuelles, de vos souhaits d'activités ou de vos suggestions !

Qu'il me soit permis de remercier vivement tous les acteurs qui participent activement à la réussite de ces activités et n'hésitez pas à proposer votre aide si vous souhaitez y contribuer également.

Enfin, la vie est faite d'une succession de petits événements ... et de soucis et tracas quotidiens.

L'échevinat des seniors veut vous proposer des activités mais aussi vous aider dans votre vie quotidienne.

Nous sommes à votre disposition dans ce cadre.

N'hésitez pas à nous contacter pour tout problème pratique que vous auriez (déplacement, aide-ménagère, problème médical, envie de faire du bénévolat, aide administrative,...).

Nous tenterons en effet de trouver, avec vous, une solution et/ou de vous aiguiller vers les asbls ou personnes pouvant vous aider.

A très bientôt.

Votre Echevin
Frédéric Nimal
02/244 71 66





CONFÉRENCE



SÉJOUR À L'ÉTRANGER



GYMASTIQUE DOUCE

| | | |
|-------------|--------------------------------------|---|
| Mercredi 01 | | Fête du Travail – Centres Fermés |
| Jeudi 02 | 12 :00 17 :30 | Repas Festif à PB1 Pilates à PB2 |
| Vendredi 03 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Samedi 04 | | Départ Séjour Corse |
| Lundi 06 | 14 :00 | Karaoke à PB2 |
| Mardi 07 | 10 :30 14 :00 14 :15 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 Aquagym au Triton à Evere |
| Mercredi 08 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |
| Jeudi 09 | 12 :00 17 :30 | Repas Festif à PB2 Pilates à PB2 |
| Vendredi 10 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Samedi 11 | | Retour Séjour Corse |
| Lundi 13 | 10 :00 13 :30 14 :00 | Permanence informatique à PB2 Sortie Cinéma Toison d'Or Café Alzheimer à PB1 |
| Mardi 14 | 10 :30 14 :00 14 :15 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 Aquagym au Triton à Evere |
| Mercredi 15 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |
| Jeudi 16 | 12 :00 17 :30 | Repas Festif anniversaires à PB1 Pilates à PB2 |
| Vendredi 17 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 20 | 10 :00 13 :30 | Permanence informatique à PB1 Lotto-Bingo à PB1 |
| Mardi 21 | 10 :30 13 :30 14 :00 14 :15 | Gymnastique douce à PB1 Lotto-Bingo à PB2 Danses Country à PB1 Aquagym au Triton à Evere |
| Mercredi 22 | 10 :30 13 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Balade accompagnée au départ de PB1 Zumba à PB1 |
| Jeudi 23 | 12 :00 17 :30 | Repas Festif anniversaires à PB2 Pilates à PB2 |
| Vendredi 24 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 27 | 14 :00 14 :00 | Conférence d'intérêt Général à PB1 Quizz Musical à PB2 |
| Mardi 28 | 10 :30 14 :00 14 :15 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 Aquagym au Triton à Evere |
| Mercredi 29 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |
| Jeudi 30 | | Ascension – Centres Fermés |
| Vendredi 31 | 10 :30 | Yoga à PB2 |

| | | |
|-------------|--------------------------------------|---|
| Lundi 03 | 14 :00 | Karaoké à PB1 |
| Mardi 04 | 10 :30 14 :00 14 :15 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 Aquagym au Triton à Evere |
| Mercredi 05 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |
| Jeudi 06 | 12 :00 17 :30 | Repas Festif à PB2 Pilates à PB2 |
| Vendredi 07 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Samedi 08 | | Départ Séjour Nieuwpoort |
| Lundi 10 | | Lundi de pentecôte - Centre fermés |
| Mardi 11 | 10 :30 14 :00 14 :15 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 Aquagym au Triton à Evere |
| Mercredi 12 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |
| Jeudi 13 | 12 :00 17 :30 | Repas Festif à PB1 Pilates à PB2 |
| Vendredi 14 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Samedi 15 | | Retour Séjour Nieuwpoort |
| Lundi 17 | | Excursion - Hôpital Notre-Dame à la Rose |
| Mardi 18 | 10 :30 13 :30 14 :00 14 :15 | Gymnastique douce à PB1 lotto-bingo à PB2 Danses Country à PB1 Aquagym au Triton à Evere |
| Mercredi 19 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |
| Jeudi 20 | 12 :00 17 :30 | Repas Festif anniversaires à PB2 Pilates à PB2 |
| Vendredi 21 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 24 | 10 :00 14 :00 14 : 00 | Permanence informatique à PB1 Conférence d'intérêt Général à PB1 Quizz Musical à PB2 |
| Mardi 25 | 10 :00 10 :30 14 :00 14 :15 | Permanence informatique à PB2 Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 Aquagym au Triton à Evere |
| Mercredi 26 | 10 :30 14 :00 13 :30 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 Balade accompagnée au départ de PB1 |
| Jeudi 27 | 12 :00 17 :30 | Repas Festif anniversaires à PB1 Pilates à PB2 |
| Vendredi 28 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Dimanche 30 | | Fête de la cerise au parc Josaphat |

| | | |
|-------------|----------------------------|--|
| Lundi 01 | 14 :00 | Karaoke à PB2 |
| Mardi 02 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 |
| Mercredi 03 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |
| Jeudi 04 | 12 :00 17 :30 | Garden Party à PB2 Pilates à PB2 |
| Vendredi 05 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 08 | 13 :30 | Sortie Cinéma Toison d'Or |
| Mardi 09 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 |
| Mercredi 10 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |
| Jeudi 11 | 12 :00 17 :30 | Garden Party à PB1 Pilates à PB2 |
| Vendredi 12 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 15 | 10 :00 | Permanence informatique à PB1 |
| Mardi 16 | 10 :30 13 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB1 Lotto-Bingo à PB2 Danses Country à PB1 |
| Mercredi 17 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |
| Jeudi 18 | 17 :30 | Pilates à PB2 |
| Vendredi 19 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Dimanche 21 | 12 :00 | Fête Nationale à PB1 |
| Lundi 22 | 14 : 00 | Quizz Musical à PB2 |
| Mardi 23 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 |
| Mercredi 24 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Balade accompagnée Zumba à PB1 |
| Jeudi 25 | 10 :00 17 :30 | Permanence informatique à PB2 Pilates à PB2 |
| Vendredi 26 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 29 | 13 :30 | Lotto-Bingo à PB1 |
| Mardi 30 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 |
| Mercredi 31 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 |

| | | |
|-------------|----------------------------|--|
| Jeudi 01 | 12 :00 17 :30 | Garden Party à PB2 Pilates à PB2 |
| Vendredi 02 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 05 | 13 :30 | Sortie cinéma (Toison d'Or) |
| Mardi 06 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 |
| Mercredi 07 | 10 :30 | Gymnastique douce à PB2 |
| Jeudi 08 | 12 :00 17 :30 | Garden Party à PB1 Pilates à PB2 |
| Vendredi 09 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 12 | 13 :30 | Lotto-Bingo à PB1 |
| Mardi 13 | 10 :30 13 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB1 Lotto-Bingo à PB2 Danses Country à PB1 |
| Mercredi 14 | 10 :30 | Gymnastique douce à PB2 |
| Vendredi 16 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 19 | 10 :00 14 :00 | Permanence informatique à PB1 Karaoke à PB1 |
| Mardi 20 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 |
| Mercredi 21 | 10 :30 | Gymnastique douce à PB2 |
| Jeudi 22 | 10 :00 17 :30 | Permanence informatique à PB2 Pilates à PB2 |
| Vendredi 23 | 10 :30 | Yoga à PB2 |
| Lundi 26 | 14 : 00 | Quizz Musical à PB2 |
| Mardi 27 | 10 :30 14 :00 | Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1 |
| Mercredi 28 | 10 :30 | Gymnastique douce à PB2 Balade accompagnée |
| Jeudi 29 | 14 :00 17 :30 | Mini-golf Pilates à PB2 |
| Vendredi 30 | 10 :30 | Yoga à PB2 |

COMMENT NOUS JOINDRE ?

SERVICE SENIORS :

Pour tous renseignements, inscriptions et ramassage des objets encombrants :

Mireille Daems (Cheffe de service) et Corentin Papens : 02/240 33 64

Martine Polec : 02/ 240 33 63,

En cas d'absence vous pouvez appeler le GSM du service : 0470/91 26 85

Adresse : Service Seniors - 2, rue Vifquin (3ème étage) - 1030 Schaerbeek

Accès via chaussée de Hæcht n° 226

Mail: seniors@schaerbeek.be

Cabinet de l'Echevin des Seniors Monsieur Frédéric Nimal:

Hotel communal de Schaerbeek - Place Colignon 1030 Schaerbeek

Contact : Benjamin Willems : 02/244 71 66

Pour les personnes âgées, à mobilité réduite ou malades, diverses formalités administratives

peuvent être accomplies à domicile par un fonctionnaire

Philippe CLAES : Téléphoner le matin au 02/244 70 50

VOTRE CENTRE DE JOUR PRÈS DE CHEZ VOUS...

PATER BAUDRY 1 (PB1)

107, Square Prévost Delaunay - 1030 Schaerbeek

Tél: 02/215 40 96

PATER BAUDRY 2 (PB2)

1 Square Apollo - 1030 Schaerbeek

Tél: 02/245 90 71

ASBL PATER BAUDRY

Bernard GUILLAUME :

Président & Administrateur délégué

Rita MARCHAL :

Administratrice & Trésorière

Mireille DAEMS :

Administratrice & Secrétaire

TOUS LES MARDIS

10h30 :
Gymnastique douce
à PB1

14h00 :
Danses Country (3€)
à PB1

TOUS LES MERCREDIS

10h30 :
Gymnastique douce
à PB2

14h00 :
Zumba (2€) à PB1
(tous âges)

14h15 :
Aqua-gym au Triton
à Evere

TOUS LES JEUDIS

17h30 :
Pilates (5€) à PB2
(tous âges)

TOUS LES VENDREDIS

10h30 :
Yoga à PB2

TOUS LES JOURS dans vos centres
Pater Baudry (sauf les jeudis):

À partir de 12h00 : Jeux de société
(cartes, uno, rummikub, échecs ...)