

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 ...)