

Septembre > Décembre

AGENDA  
2020

# SENIORS DYNAMIQUES

SCHAERBEEK



Danse Country



Repas festif



Gymnastique douce



SCHAERBEEK  
1030  
SCHAARBEEK

# ÉDITO

Chers Seniors,

Depuis plusieurs mois, nous sommes tous soumis à rude épreuve avec la crise sanitaire du covid-19. Afin de limiter la propagation de cette épidémie, nous devons respecter des mesures sanitaires importantes. Cela implique une diminution de nos contacts sociaux et impacte nos habitudes.

La situation que nous vivons actuellement a aussi des conséquences psychologiques et économiques importantes. Toutes mes pensées vont vers vos proches et vous en cette période de crise plus qu'exceptionnelle.

Je pense bien entendu particulièrement aux personnes isolées ou en mauvaise santé.

Nous nous souviendrons longtemps de ce temps infini, de ce calme déroutant... Notre agenda s'est brusquement vidé de rendez-vous et de projets...

Certains ont sauvé des vies, passivement, en respectant « simplement » la consigne du confinement. C'est déjà beaucoup. D'autres, en continuant leur profession le mieux possible et dans des conditions difficiles (médecins, infirmiers, caissiers, éboueurs, aides à domicile, fonctionnaires...), ont permis que notre vie quotidienne soit bouleversée le moins possible. Merci à eux !

Au sein de l'administration communale a été créée une ligne d'écoute pour l'ensemble des personnes en difficulté et plus particulièrement pour les Seniors. Les répondants ont fait un travail formidable, écoutant les Schaerbeekoïses en les apaisant, répondant aux diverses questions et les mettant en contact avec des personnes pouvant les aider. De nombreux Seniors ont été contactés régulièrement pour savoir si tout allait bien et s'ils n'avaient pas besoin d'aide. Pour certains, il s'agissait d'un contact humain qui fut très important. Dans le futur, le service Seniors reprendra cette mission car, être au service des Seniors, ce n'est pas seulement organiser des activités, c'est aussi veiller à leur bien-être et être à leur écoute.

Le service Seniors a, de façon plus active, continué à œuvrer pour aider les personnes les plus vulnérables. Outre, l'aide au call center et aux colis alimentaires, un service de livraison de repas à domicile a été mis sur pied. Si ce service vous intéresse, vous pouvez toujours commander un repas auprès du centre Pater Baudry et celui-ci vous sera livré.

Mais la vie reprend doucement et le programme des centres Pater Baudry également : cours de yoga, danses country, gymnastique douce, repas festifs, lotto-bingo... sont de retour. Ne manquez surtout pas nos événements : « élection de Miss et Mister Senior » le 17 octobre et la « Fête des Grands Parents » le 16 décembre ! Les activités devront se faire dans le respect des règles sanitaires car l'épidémie n'est pas finie et nous devons rester sur nos gardes. Vous trouverez le programme des activités en annexe et nous espérons vous y voir nombreux.

La période de crise a aussi permis de découvrir un nombre important de personnes qui souhaitent aider les autres et se mettre à leur disposition. Nous vous rappelons que le service a édité une brochure reprenant l'ensemble des associations proposant des services en faveur des Seniors, portant sur la mobilité, sur l'aide ménagère, sur l'aide à domicile, sur le soutien psychologique... Contactez-nous par téléphone au 02/244 70 02 ou par mail à l'adresse seniors@schaerbeek.be si vous souhaitez la recevoir.

Les déplacements à coût réduit sont un des enjeux majeurs actuels et un des problèmes qui se pose le plus pour beaucoup d'entre nous. Je travaille actuellement avec le service et différentes organisations afin de vous proposer d'autres solutions dans ce cadre.

Le service Senior, mon cabinet et moi-même restons à votre disposition pour tenter de vous aider dans vos difficultés quotidiennes. N'hésitez pas à nous appeler, nous tenterons de vous aider au mieux.

Enfin, la période ne s'y prête pas actuellement, mais ma volonté est de créer à différents endroits dans la commune des périodes de permanence durant lesquelles des personnes qualifiées seront à votre disposition.

Au plaisir de vous y revoir dans des conditions un peu particulières mais en pleine forme.

**Prenez soin de vous !**

Votre Echevin  
**Frédéric Nimal**

PS : Il va de soi que le programme risque d'être modifié si de nouvelles mesures devaient être prises par le Gouvernement.



## ACTIVITÉ SÉNIORS



ELECTION DE MISS ET MISTER SENIORS



CARNAVAL AU CENTRE PATER BAUDRY 1



MARCHÉ DE NOËL AU CENTRE PATER BAUDRY 1



LA FÊTE DES GRANDS-PARENTS

## SEPTEMBRE

Mardi 01	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 02	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 03	12:00	Repas Festif à PB1
Vendredi 04	10:30	Yoga à PB2
Lundi 07	10:30 13:30	Yoga à PB1 Sortie Cinéma
Mardi 08	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 09	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 10	12:00	Repas Festif à PB2
Vendredi 11	10:30	Yoga à PB2
Lundi 14	10:30 13:30	Yoga à PB1 Lotto bingo à PB1
Mardi 15	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 16	10:30 14:00 13:15	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 Balade verte accompagnée départ à PB1
Jeudi 17	12:00	Repas Festif à PB1
Vendredi 18	10:30	Yoga à PB2
Lundi 21	10:30	Yoga à PB1
Mardi 22	10:30 13:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Lotto bingo à PB2 Danses Country à PB1
Mercredi 23	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 24	12:00	Repas Festif à PB2
Vendredi 25	10:30	Yoga à PB2
Lundi 28	10:30 14:00	Yoga à PB1 Conférence à PB1 – « Les 1ers soins »
Mardi 29	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 30	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1

# OCTOBRE

Jeudi 01	12:00	Repas Festif à PB1
Vendredi 02	10:30	Yoga à PB2
Lundi 05	10:30	Yoga à PB1
Mardi 06	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 07	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 08	12:00	Repas Festif à PB2
Vendredi 09	10:30	Yoga à PB2
Lundi 12	10:30 13:30	Yoga à PB1 Lotto bingo à PB1
Mardi 13	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 14	10:30 14:00 13:15	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 Balade verte accompagnée départ à PB1
Jeudi 15	12:00	Repas Festif à PB1
Vendredi 16	10:30	Yoga à PB2
Samedi 17	Election de Miss et Mister Senior 2020	
Lundi 19	10:30	Yoga à PB1
Mardi 20	10:30 13:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Lotto bingo à PB2 Danses Country à PB1
Mercredi 21	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 22	12:00	Repas Festif à PB2
Vendredi 23	10:30	Yoga à PB2
Lundi 26	10:30 14:00	Yoga à PB1 Conférence à PB1 – « Connaitre le diabète et le Prévenir. »
Mardi 27	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 28	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 29	12:00	Repas Festif à PB1
Vendredi 30	10:30	Yoga à PB2

# NOVEMBRE

Lundi 02	10:30 13:30	Yoga à PB1 Lotto bingo à PB1
Mardi 03	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 04	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 05	12:00	Repas Festif à PB2
Vendredi 06	10:30	Yoga à PB2
Lundi 09	10:30 13:30	Yoga à PB1 Sortie Cinéma
Mardi 10	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 11	Armistice – Centres Fermés	
Jeudi 12	12:00	Repas Festif à PB1
Vendredi 13	10:30	Yoga à PB2
Lundi 16	10:30	Yoga à PB1
Mardi 17	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 18	10:30 14:00 13:15	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1 Balade verte accompagnée départ à PB1
Jeudi 19	12:00	Repas Festif à PB2
Vendredi 20	10:30	Yoga à PB2
Lundi 23	10:30 14:00	Yoga à PB1 Conférence à PB1 – « Je le fais moi-même » inscriptions obligatoires
Mardi 24	10:30 13:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Lotto bingo à PB2 Danses Country à PB1
Mercredi 25	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 26	12:00	Repas Festif à PB1
Vendredi 27	10:30	Yoga à PB2
Lundi 30	10:30	Yoga à PB1

## DÉCEMBRE

Mardi 01	10:30 13:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Lotto bingo à PB2 Danses Country à PB1
Mercredi 02	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 03	12:00	Repas Festif à PB2
Vendredi 04	10:30 14:00	Yoga à PB2 Marché de NOËL à PB1
Lundi 07	10:30 13:30	Yoga à PB1 Lotto bingo à PB1
Mardi 08	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 09	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB2 Zumba à PB1
Jeudi 10	12:00	Repas Festif à PB1
Vendredi 11	10:30 14:00	Yoga à PB2 Marché de NOËL à PB2
Lundi 14	10:30 13:30	Yoga à PB1 Sortie Cinéma
Mardi 15	10:30 14:00	Gymnastique douce à PB1 Danses Country à PB1
Mercredi 16	Fête des Grands-Parents au 140 – Centres Fermés	
Jeudi 17	12:00	Repas Festif à PB2
Vendredi 18	10:30	Yoga à PB2

## TOUS LES JOURS DANS VOS CENTRES PATER BAUDRY (SAUF LES JEUDIS):

À partir de 13h30 : Jeux de société (cartes, uno, rummikub, échecs ...)

### GYMNASTIQUE DOUCE

Les **mardis**  
à **PB1** à 10:30  
Les **mercredis**  
à **PB2** à 10:30

### DANSES COUNTRY

Les **mardis**  
à **PB1** à 14:00

### YOGA

Les **lundis**  
à **PB1** à 10:30  
Les **vendredis**  
à **PB2** à 10:30

### ZUMBA

Les **mercredis**  
à **PB1** à 14:00

## 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**

**Adresse : Service Seniors - 2, rue Vifquin (3<sup>e</sup> étage) - 1030 Schaerbeek**

### CABINET DE L'ECHEVIN DES SENIORS MONSIEUR FRÉDÉRIC NIMAL:

Hotel communal de Schaerbeek - Place Colignon 1030 Schaerbeek

Contact : Benjamin Willems : **02/244 71 66**

## 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 CLERFAYT :  
Président d'Honneur
- Bernard GUILLAUME :  
Président & Administrateur délégué
- Rita MARCHAL :  
Administratrice & Trésorière
- Mireille DAEMS :  
Administratrice & Secrétaire



SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK   
> PATER BAUDRY