

JANVIER 2025

PIA - DIVERCITY

BIA BOUQUET

MARCONI

LES 3 CENTRES SONT FERMÉS DU Mercredi 1er AU 3 janvier 2025

6	LU	10h : Gym douce avec Wouter 13h45 : Atelier écriture	6	LU	15h : Gym douce avec Audrey	6	LU	13h : Stretching
7	MA	14h : Permanence numérique : Digital Buddies (voir recto)	7	MA		7	MA	
8	ME	10h : Atelier chant avec Rozenn, Anne Cécile et Marion Ouvert à tous.tes (voir recto)	8	ME	14h30 : Atelier danse avec Sam et Sarah (compagnie T.Huart)	8	ME	14h : Gym - 15h : Stretching
9	JE	11h : Gym sur tapis avec Colette 14h : LONG LIVE LUST - Atelier mouvement avec Sarah	9	JE		9	JE	14h : Atelier peinture 15h- : Microbiblif : Venez emprunter des livres ou lire sur place
10	VE	10h : Country Line Dance	10	VE	10h30 : Petit déj + jeux avec Sally BDBD	10	VE	11h30 : Gym - 12h45 : Stretching
11	SA		11	SA		11	SA	
12	DI		12	DI		12	DI	
13	LU	10h : Gym douce avec Wouter 13h45 : Atelier écriture	13	LU	15h : Gym douce avec Audrey	13	LU	13h : Stretching
14	MA		14	MA		14	MA	
15	ME	10h : Atelier chant avec Rozenn, Anne Cécile et Marion Ouvert à tous.tes (voir recto)	15	ME	14h : Table de conversation en Anglais avec Nicole (tous niveaux)	15	ME	14h : Gym - 15h : Stretching
16	JE	11h : Gym sur tapis avec Colette 14h : LONG LIVE LUST - Atelier mouvement avec Sarah	16	JE		16	JE	14h : Atelier peinture 15h- : Microbiblif : Venez emprunter des livres ou lire sur place
17	VE		17	VE	10h30 :Gonflette cérébrale : jeux de société avec la Biblif	17	VE	11h30 : Gym - 12h45 : Stretching
18	SA		18	SA		18	SA	
19	DI		19	DI		19	DI	
20	LU	10h : Gym douce avec Wouter 13h45 : Atelier écriture	20	LU	15h : Gym douce avec Audrey	20	LU	13h : Stretching
21	MA	14h : Atelier Slam : Dire au Brass avec Fred	21	MA		21	MA	
22	ME	10h : Atelier chant avec Rozenn, Anne Cécile et Marion Ouvert à tous.tes (voir recto)	22	ME	14h30 : Atelier danse avec Sam & Sarah (Compagnie T. Huart)	22	ME	14h : Gym - 15h : Stretching
23	JE	14h : Café Alzheimer	23	JE		23	JE	13h30 : Gonflette cérébrale : jeux de société avec la Biblif 15h-18h30 : Microbiblif : Venez emprunter des livres !
24	VE	10h : Country Line Dance	24	VE		24	VE	11h30 : Gym - 12h45 : Stretching
25	SA		25	SA		25	SA	
26	DI		26	DI		26	DI	
27	LU	10h : Gym douce avec Wouter 13h45 : Atelier écriture	27	LU	15h : Gym douce avec Audrey	27	LU	13h : Stretching
28	MA	14h : Atelier broderie avec Nina	28	MA		28	MA	
29	ME	10h : Atelier chant avec Rozenn, Anne Cécile et Marion Ouvert à tous.tes (voir recto)	29	ME	14h : Table de conversation en Anglais avec Nicole (tous niveaux)	29	ME	14h : Gym - 15h : Stretching
30	JE	11h : Gym sur tapis 14h : Couture, tricot et crochet	30	JE	13h30 : Cinéma Jacques Frank « Ôte-toi de mon soleil » sur réservation (voir au recto)			
31	VE		31	VE	11h : Brunch – Auberge espagnole	31	VE	11h30 : Gym - 12h45 : Stretching

N'oubliez pas le Foot en marchant :

Tous les mercredis à 10h30 au Stade (Rue Joseph Bens 124, 1180 Uccle)

Attention, en hiver et par temps de pluie : rdv au PPS (Rue Roosendael 2, 1190 Forest)

Au Bia Bouquet: Tous les lundis de 10h à 12h : atelier peinture sur soie

Tous les mardis de 13h à 16h : atelier peinture sur soie - 18h à 22h : activité avec l'asbl les maquettes d'abord

Tous les jeudis de 14h00 à 16h30 : atelier de peinture avec les peintres de l'Abbaye

Agenda des centres

Pia Divercity - Marconi - Bia Bouquet

Janvier 2025

« Le Service Seniors de la commune Forest est un service dédié au bien-être, à l'épanouissement et au maintien à domicile des aîné.e.s de notre commune.

Nous organisons des débats, des discussions de fond, des ateliers et des excursions qui sont dédiés au partage des connaissances, des réflexions et des pratiques artistiques. »

Où ?

Marconi: Rue du Marconi 41

Bia Bouquet : Square du Bia Bouquet 1

Pia Divercity: Avenue du Pont de Luttre 134

Téléphone ☎

02/376.10.06

0490/14.25.81

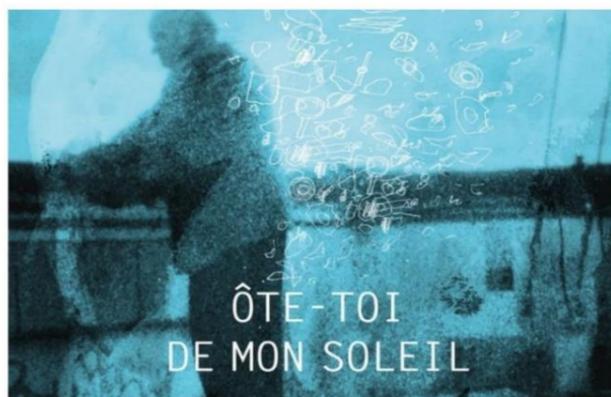
0490/14.25.82

Le service Seniors décline toute responsabilité en cas d'accident survenu dans les centres

À LA UNE



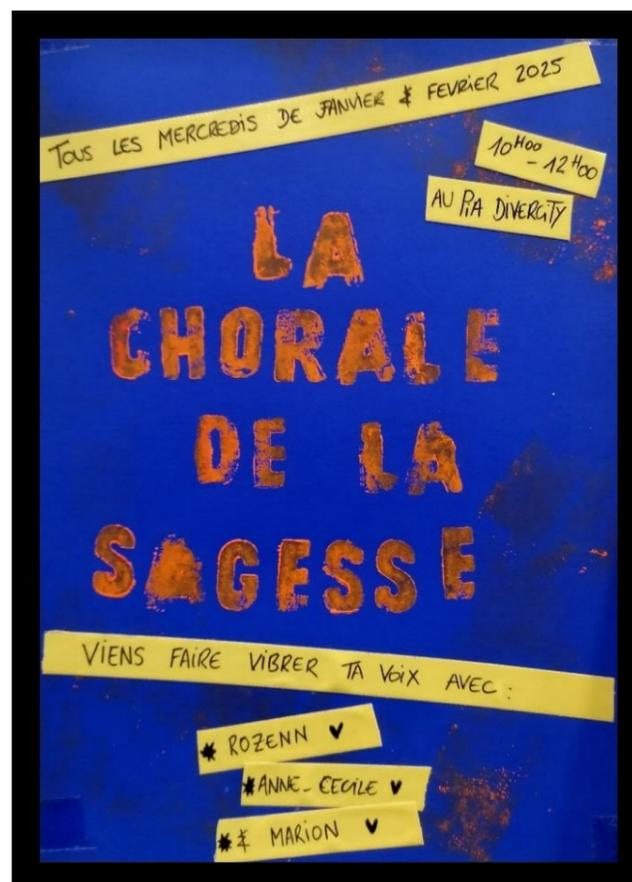
ÔTE-TOI DE MON SOLEIL
PROJECTION ASSOCIATIVE
JEUDI 30 JANV.



Joseph ne peut plus vivre chez lui. Pendant des années, il a parcouru la ville avec son chariot pour amasser des kilos de papiers disparates et collections d'objets en tout genre, saturant son appartement d'un chaos labyrinthique. On dit de lui qu'il a le "syndrome de Diogène". Il est doté d'une culture vertigineuse et d'un sens de l'humour affûté. Je l'aide à désengorger son intérieur. Une amitié se tisse.

Documentaire, [Messaline Raverdy](#) — Belgique 2023- 48min

JEUDI 30/01/2025 - 13h30 - Cinéma Jacques Franck - 4€



Attention

Des repas sont servis les lundis et mardis entre 11h45 et 13h15 au centre Marconi

Et les mercredis et jeudis entre 11h45 et 13h15 au centre Bia Bouquet

☎ **Uniquement sur inscription : 02/376.10.06**

PERMANENCES NUMERIQUES

« DIGITAL BUDDIES »

AVEC LA BIBLIOTHEQUE SANS FRONTIERES

APPRENEZ A FAIRE VOS DEMARCHES EN LIGNE :

- ITSME
- MY PENSION / MY SANTE
- EBANKING
- MAILS
- RDVS / PAIEMENTS EN LIGNE
- TELECHARGEMENTS DOCS ADMINISTRATIFS,...

AIDE INDIVIDUELLE, VENEZ AVEC VOS QUESTIONS
TOUS LES 1^{er} MARDIS DU MOIS (APR D'OCTOBRE) AU CENTRE PIA DIVERCITY

ATELIERS DE BRODERIES

AVEC NINA MOLOTOV

28/01 A' 14H
AU PIA DIVERCITY