



Guide pratique

du service seniors

de la commune

de Forest



ÉDITO

Le service intergénérationnel de la commune de Forest a pour but de promouvoir le vivre ensemble à travers des interactions entre seniors, mais aussi intergénérationnelles, artistiques, associatives... Pour déboucher sur une ouverture vers le quartier environnant et d'autres mondes imaginaires.

Septembre 2024

VORST FOREST
service
seniors
dienst



Commune de Forest
Gemeente Vorst



SOMMAIRE

APPEL D'URGENCE SPÉCIAL SENIORS.....	06
LOGEMENT.....	08
RESTAURATION SOCIALE.....	12
CENTRE SENIORS DE LA COMMUNE DE FOREST	14
SPORT.....	16
LUTTE CONTRE LA FRACTURE NUMÉRIQUE.....	18
ACTIVITÉS CRÉATIVÉS ET CULTURELLES.....	20
SOINS ET AIDES.....	24
MAISONS MÉDICALES.....	28
SANTE MENTALE ET BIEN ÊTRE.....	30
MOBILITÉ	32
ÉPICERIE SOCIALE & RECYCLERIE & DONS	36
AIDES JURIDIQUES.....	38
ANIMAUX.....	40
MUTUALITÉS.....	42

APPEL

D'URGENCE

**AMBULANCES ET
POMPIERS:**

100 ou 112

POLICE:

101

CENTRE ANTIPOISON:

070 245 245

PRÉVENTION SUICIDE:

0800 32 123

02 650 08 69

ÉCOUTE VIOLENCE

CONJUGALE:

0800 30 030

**PRÉVENTION DE LA
MALTRAITANCE DES
SENIORS:**

02 223 13 43

LES AIDANTS PROCHES:

www.aidants-proches.be

02 474 02 44

(24h/24h)

**CENTRE DE SERVICE
SOCIAL:**

www.fdss.be

02 223 37 74

**SERVICE DE GARDE
À DOMICILE:**

www.gammesasbl.be

02 537 27 02

INFIRMIERS À DOMICILE:

02 377 30 38

0474 408 808

**PLATEFORME DES
SOINS PALLIATIFS
À BRUXELLES:**

www.palliabru.be

02 318 60 55

**BALUCHON ALZHEIMER
BELGIQUE:**

www.baluchon-alzheimer.be

02 673 75 00

**LIGUE BRUXELLOISE
FRANCOPHONE POUR
LA SANTÉ MENTALE
(LBFSM):**

www.lbfsm.be

02 511 55 43

ALZHEIMER BELGIQUE:

www.alzheimerbelgique.be

02 428 28 19

LIGUE ALZHEIMER:

www.alzheimer.be

0800 15 225

**FÉDÉRATION
INDÉPENDANTE
DES SENIORS (FIS):**

www.fedindseniors.be

02 223 09 27

**ENEO, MOUVEMENT
SOCIAL DES ÂÎNÉS:**

www.eneo.be

02 246 46 73

**INFORMATION SUR
LES LIEUX D'ACCUEIL
ET D'HÉBERGEMENT:
INFOR HOME
BRUXELLES :**

www.inforhomesasbl.be/fr/

02 219 56 88

LOGEMENT

RECHERCHE
HABITAT
ADAPTE ET
NON SURTAXE
POUR SENIORS
INFORTUNES
PROPRIOS
VEREUX
S'ABSTENIR

EM FROID AVEC LES HOMES

Nous avons mis la priorité sur le maintien à domicile des personnes âgées et l'adaptation du logement au vieillissement.

LE CERAPSS (ANCIENNEMENT LE CAIRN)

- Aide au logement
- Activités pédagogiques
- Activités communautaires
- Aide sociale

Ch. de Neerstalle, 323
1190 Forest
02 376 88 84
0499 538089
Marie FIDEGNON,
logement@lecairn.be
projet.communautaire
@cerapss.be
c.mathieu@cerapss.be

ALLIANCE BRUXELLOISE COOPÉRATIVE SOCIÉTÉ IMMOBILIÈRE DE SERVICE PUBLIC (SISP), LOGEMENT SOCIAL

Le SISP met en location
des logements adaptés aux
besoins et aux revenus d'une
population n'ayant que peu
d'accès au marché locatif privé

Drève d'Anjou, 8
02 435 24 81
wasseur@abcoop.be

Lundi de 10h30 à 12h30 ;
Mercredi de 10h à 12h ;
Vendredi de 10h30 à 12h30

LE GUICHET INFORMATIONS LOGEMENT FOREST (GIL)

Service d'accompagnement
et de conseils aux habitants
de Forest dans leur recherche
et problèmes de logement
(logement privé)

Rue Marguerite Bervoets, 1
1190 Forest
02 378 44 28
gil@forest.brussels

SERVICE LOGEMENT DU CPAS

informations et soutien quant
aux droits et devoirs en tant
que locataire. Orientation
vers les différents services
compétents.

Rue Jean-Baptiste Vanpé, 50
1190 Forest
02 563 26 26
ou 02 563 94 00
servicehabitat@cpas1190.
brussels

UNE MAISON EN PLUS (ASBL)

Mise en relation d'un senior, ayant une chambre disponible dans son logement, avec un étudiant à la recherche d'un logement décent. Le loyer est modéré et un échange de services peut être mis en place. Habitons + : Part'Âges, un projet d'habitat intergénérationnel

Bld de la 2^{ème} Armée
Britannique, 27 - 1190 Forest
02 349 82 40
info@une maisonenplus.be

1TOIT2AGES

Formules pour l'hébergement des étudiants chez les seniors

www.1toit2ages.be
0472 94 82 77
bruxelles1@1toit2ages.be

MAISON DE QUARTIER ST ANTOINE

- Informations, conseils et orientation des locataires;
- Aide pour le courrier administratif;
- Médiation de conflits;
- Consultation d'annonces de logements en location.

Rue de Fierlant, 2
1190 Forest
Tél: 02 534 20 40
service_logement.mqsa@
yahoo.fr

Personne de référence:
Dieudonné Kandé
0486 31 81 09

AGENCE IMMOBILIÈRE SOCIALE DE FOREST (ASBL)

- Bonne gestion de votre bien;
- Maintenance de vos logements;
- Paiement de vos loyers en toutes circonstances;
- Conseil et aide à la rénovation.

Rue Pierre Decoster, 96
1190 Forest
02 534 32 95
info@aisforest.be

Personne de référence:
Déborah Jacobs

HABITAT ET RÉNOVATION (ASBL)

- **Projet de Cohésion Sociale**: travail social communautaire; citoyenneté;
- organisation de moments conviviaux (Carnaval, Fête du Bempt);
- concertation SISP/locataires;
- accompagnement/liens sociaux;
- formation pour adultes;
- animations

Sq. Madelon, 13 - 1190 Forest
0474 70 89 12

bempt@habitatetrenovation.be

PASS-AGES ASBL

- Maison de naissance et de mourance au sein d'un habitat intergénérationnel
- Accueil en mourance pour un répit (un mois) ou une fin de vie (maximum 3 mois) pour une personne en soins palliatifs.
- Activités citoyennes (activités artistiques, philosophiques, bien-être ou méditation) ayant pour thématique la fin de vie.

Rue du Delta, 65 - 1190 Forest
0471 84.29.93

info@pass-ages.be
www.pass-ages.be

Personne de contact:

Marc Bouteiller

LE 54

Logement intergénérationnel à Forest pouvant accueillir 7 résidents. La maison peut accueillir les personnes à mobilité réduite.

Avenue Van Volxem, 54
1190 Forest

0476 81 15 22

www.amouretsagesse.be

INFOR-HOMES BRUXELLES ASBL

L'asbl rend plus accessible l'information sur les structures et dispositifs d'accompagnement et d'hébergement pour les personnes âgées à Bruxelles.

Cours Saint-Michel, 2

1040 Etterbeek

02 219 56 88 02

02 223 13 43

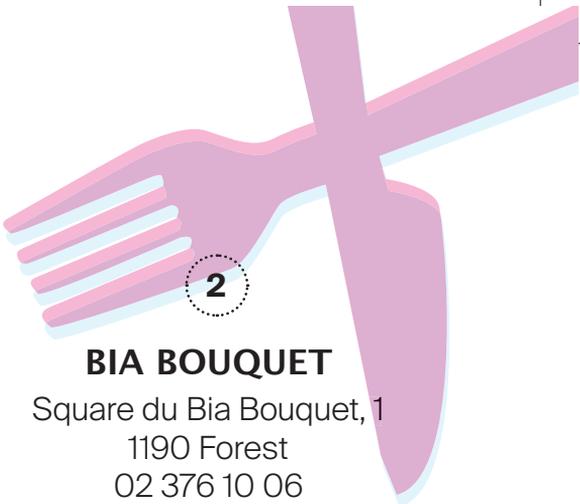
inforhomes@misc.irisnet.be

www.inforhomesasbl.be/fr/



RESTAURATION SOCIALE

**Voici une sélection d'adresses où
la qualité, le service et la relation
avec les aînées est au centre des
préoccupations.**



1

LE CENTRE SENIORS MARCONI

Rue Marconi, 41
1190 Forest
02 376 10 06

2

BIA BOUQUET

Square du Bia Bouquet, 1
1190 Forest
02 376 10 06
oelkour@forest.brussels
jmortreux@forest.brussels
jverbeeck@forest.brussels
jboute@forest.brussels

3

LE FORESTO ASBL

Avenue du pont de Luttre, 134
1190 Forest
02 343 89 45

- Cuisine locale en circuits courts
- Cuisine de qualité accessible
- Cadre sympa et lumineux

4

LA PETITE MIETTE

Rue Cervantes, 93-97
1190 Forest
02 203 81 00
info@petitemiette.be

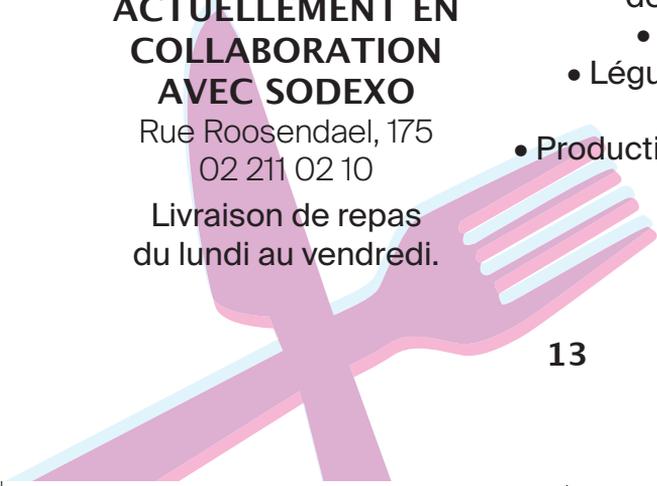
- Cuisine composée de nouvelles saveurs
- Produits du terroir
- Légumes oubliés, poissons et volailles
- Productions locales et biologiques

5

CPAS DE FOREST; ACTUELLEMENT EN COLLABORATION AVEC SODEXO

Rue Roosendaël, 175
02 211 02 10

Livraison de repas
du lundi au vendredi.



13

Centres Seniors sur la Commune Forestoise

Le service seniors est dédié au bien-être, à l'épanouissement et au maintien à domicile des aîné·e·s forestois. 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 et sportives. Le centre Marconi et le Bia Bouquet vous proposent des repas (entrée - plats - desserts) pour 4,50 euros. Un service de course et de transports sur réservation vous est proposé.

> 02 376 10 06

LE PIA DIVERCITY CENTRE COMMUNAL

Av. du Pont de Luttre, 134
1190 Forest
02 376 10 06
oelkour@forest.brussels
jmortreux@forest.brussels
jverbeeck@forest.brussels
jboute@forest.brussels

LE MARCONI (CENTRE COMMUNAL)

Rue Marconi, 41 - 1190 Forest
02 376 10 06
jboute@forest.brussels
oelkour@forest.brussels
jmortreux@forest.brussels
jverbeeck@forest.brussels

BIA BOUQUET (CENTRE COMMUNAL)

Sq. du Bia Bouquet, 1
1190 Forest
oelkour@forest.brussels
jmortreux@forest.brussels
jverbeeck@forest.brussels
jboute@forest.brussels

ATOLL ASBL

Service d'accueil de jour pour
les personnes âgées isolées
et en perte d'autonomie.
Atoll propose un programme
d'activités qui encourage

et revitalise chaque personne
accueillie par le biais de
séances de gymnastique,
de quiz, de chant, d'ateliers
créatifs, de rencontres
intergénérationnelles
ou de discussions en groupe.

Rue Marconi, 157 - 1190 Forest
02 733 15 51
admin@atoll.be
www.atoll.be

Prix: 31, 07 euros/Jour

Personne de contact :
Kate Rizzi, Directrice de l'asbl

MIRO

Rue de Merode, 449
1190 Forest
0489 30 54 94
0488 36 03 93
hans@ld3.be
www.ld3.be
www.facebook.com/miroldc

Personne de contact:
Hans Meirlaen

BRAS DESSUS BRAS DESSOUS (ASBL)

Rue des Glands, 27
1190 Forest
0486 76 62 89
info@brasdessusbrasdessous.be

S P O R T



Le service seniors de la Commune de Forest propose des cours de gym douce dans les 3 centres pour aîné.es ainsi que de l'aquagym et du Foot en marchant (avec l'USG).

TEN WEYNGAERT

Activités sportives et autres
(voir calendrier)

Rue des alliés, 54 - 1190 Forest
02 340 95 80
tenweyngaert@vgc.be

FOREST QUARTIER SANTÉ

- Cours de gymnastique douce pour dames et mixtes
- Ateliers de santé
- Découvertes sportives

Rue Berthelot, 163 - 1190 Forest
02 340 26 00
info@f-q-s.be

CERCLE SPORTIF LA FORESTOISE

Cercle Sportif d'Athlétisme
Stade Bertelson
Av. du Globe, 46
1190 Forest
www.cslaforestoise.be

COMPLEXE SPORTIF DU BEMPT

- Football
- Rugby
- Pétanque

Bld de la 2^{ème} Armée
Britannique, 600
1190 Forest

COMPLEXE SPORTIF ET CULTUREL LE CENTR'AL

Le CENTR'AL propose des
cours de gym douce, pilates,
yoga pour les ainé.e.s à prix
doux.

Avenue Besme 129-131
(sur la place Albert)
1190 Forest
02 435 19 95
centr.al@forest.brussels

PC LE DOMAINE

Pétanque les jours de beau
temps le lundi - mercredi -
vendredi 14h (essai gratuit,
cotisation 15 euros.)

Boules prévues sur place.

Avenue du Domaine, 5
1190 Forest

Streetworkout & Fitness

(Espace de gymnastique
extérieure)

Le site se situe à proximité
du complexe sportif du
Bempt. Il est accessible
par le Boulevard de la 2^{ème}
Armée Britannique ou via
la promenade verte.



Lutte contre la fracture numérique

L'inclusion numérique pour maintenir vos droits
mais aussi vos relations sociales.

Voici une sélection de différentes adresses
de votre commune qui vont susciter le désir
du numérique.

HABITAT ET RÉNOVATION ASBL

L'Espace Public Numérique aide et informe les seniors au niveau numérique. Vous y trouverez du matériel à votre disposition : ordinateurs, tablettes, ainsi qu'une connexion internet.

Square Madelon, 13
1190 Forest

Espace Public Numérique en partenariat avec l'ARC Action et Recherche Culturelles

Vous êtes les bienvenus deux fois par semaine :

Le Mardi de 13H30 à 16H30
Jeudi de 15H à 18H.

ESPACE PUBLIC NUMÉRIQUE

Missions : Accompagner les publics vers l'autonomie numérique.

Services proposés :

- Formations jeudis matins sur inscriptions
- Coaching individuel sans rendez-vous les mardis et mercredis de 9h à 12h et de 13h à 16h.

Rue de Mérode, 331
1190 Forest
02 535 98 62
epn@forest.brussels
ocr@vorst.brussels
www.forest.brussels/fr/
services-communaux/
espace-public-numerique

Personne de contact :
CARDU Morgane

BRIGADE NUMÉRIQUE

Afin de lutter contre la fracture numérique, Bibliothèques Sans Frontières constitue une communauté de « Digital Buddies » ; des citoyen-nes sensibilisé-es à la question de l'inclusion sociale souhaitant contribuer à l'accompagnement numérique des personnes vulnérables. Deux fois par mois, la brigade numérique se déplace dans les centres seniors de la Commune de Forest.

>> Infos 02 376 10 06

Bibliothèques Sans Frontières
Belgique
Cantersteen, 12
1000 Bruxelles



ACTIVITES

CREATIVES

**&
CULTURELLES**

Envie de développer votre imagination, votre sensibilité esthétique, la curiosité intellectuelle, le goût pour la nouveauté et les activités expressives?



UNE MAISON EN PLUS

L'équipe de l'Ecole Créative mène des projets créatifs tout au long de l'année.

De la couture à la mosaïque, en passant par des fresques monumentales, l'équipe diversifie ses projets chaque année.

Ecole Créative :

Atelier créatif adulte
Bld. de la 2^{ème} Armée
Britannique - 1190 Forest
02 349 82 40
info@unemaisonenplus.be

BIBLIOTHÈQUES

BIB (NL)

Avenue Van Volxem, 364
1190 Forest
02 343 20 04

BIBLIF (FR)

Av. Général Dumonceau, 56
1190 Forest
02 343 87 38
biblif@forest.brussels



PARTENARIAT MARCONI ASBL

- Atelier adressé à toute personne ayant des difficultés à comprendre ou à lire la langue française (langue écrite et orale)
- Ateliers artistiques ;
- Atelier de soutien à la parentalité ;
- Espace numérique ;
- Gymnastique pour dames ;
- Fête de quartier.

Rue Marconi, 37
1190 Forest
02 343 86 49
pm@partenariatmarconi.be

BRASS (CENTRE CULTUREL DE FOREST)

Haut lieu de la culture de Forest : expositions, concerts, ateliers artistiques et d'expression, balades, jeux, spectacles, pour tous les goûts et tous les âges !!!

Voir calendrier :

www.lebrass.be/agenda

Avenue Van Volxem, 364
1190 Forest
02 332 40 24
info@lebrass.be

FÉDÉRATION BELGE DE SCRABBLE

Avenue Minerve, 33
1190 Forest
02 219 15 87

LES MAQUETTES D'ABORD ASBL

Atelier d'Art de Forest
Centre Bia Bouquet,
square du Bia Bouquet, 1
1190 Forest
0471 74 27 14

LE VERMILLON DU PINCEAU

Atelier de peinture toutes techniques sur des thèmes variés, tous les 3^{ème} dimanches du mois, de 14h30 à 17h. Chacun est bienvenu à l'Atelier de Forest (AAF)... Aucune inscription préalable. L'AAF est un espace de pratique d'un loisir partagé. Aucun cours n'est donné et il n'y pas d'animateur :

on y peint/ dessine ensemble. Gratuit si on amène son matériel et sinon petite participation libre demandée pour racheter de temps à autre papier et couleurs.

Centre Bia Bouquet, 1
square du Bia Bouquet
1190 Forest
atelierartforest@gmail.com

Personne de contact :
Valérie Daniels



SOINS & AIDES

**Consultez d'abord
votre mutuelle. Elles
proposent de multiples
aides et services afin
d'aider les aîné.e.s dans
leurs vies quotidiennes.**

INFIRMIERS À DOMICILE

INFI – BXL

Infi Bxl est le prestataire de référence de soins infirmiers personnalisés (soins des plaies, toilettes, soins d'hygiène, injections et perfusions) à domicile. Ils travaillent 7 jours sur 7 et peuvent passer plusieurs fois par jour en fonction de l'état de dépendance et des besoins du patient.

INFI BXL assure également les soins palliatifs avec une équipe médicale et paramédicale expérimentée.

Av. Jean et Pierre Carsoel, 87
bte 61 - 1180 Uccle
02 377 30 38
0474 408 808
infi.bxl@gmail.com

DIONYSOS – EQUIPE MOBILE GÉRIATRIQUE

DIONYSOS est une unité mobile de soutien au réseau de soins de personnes âgées et fragiles de plus de 60 ans. L'équipe est multidisciplinaire : psychiatres, psychologues, intervenante psychosociale, logopèdes et

neuropsychologues, kinésithérapeutes et médecins généralistes. La multidisciplinarité de l'équipe et sa capacité d'aller à la rencontre du demandeur permettent de faciliter l'accès de la personne âgée aux soins les plus adaptés à sa situation.

Rue de l'Association 15
1000 Bruxelles
02 888 70 57
info@dionysos.brussels

CPAS MAINTIEN À DOMICILE

- Les Aide familiales
- Les Aiv
- La livraison de repas à domicile

Vous pouvez téléphoner de 8h à 16h30 du lundi au jeudi et le vendredi de 08h à 12h ou nous contacter par mail.

Service Maintien à domicile
02 209 05 12
saf.cpas.forest@CPAS1190.brussels

Service Senior à Val
des Roses
Rue Roosendael, 175
1190 Forest
Tram 51, arrêt Roosendael
Bus 48, arrêt Domaine.

Assistante sociale :

Ilse Rooms
02 209 05 13
ilse.rooms@ocmw1190.
brussels
Joelle Nshombo
02 209 05 10
joelle.nshombo@cpas1190.
brussels

SOINS CHEZ SOI ASBL

Coordination de soins et
de services à domicile :
Infirmiers, Kinésithérapeutes,
Pédicures, Podologues,
Logopèdes, Ergothérapeutes,
Psychologues, Dentistes,
Diététiciens, Soins palliatifs.
Des prestations de services :
Aides familiales, Service
social, Aides ménagères,
Télévigilance, Repas à
domicile, Prêt de matériel,
Coiffeurs, Assistantes
ménagères, Transports
médicaux, Gardes-malades,
Ergothérapeutes, Opticiens,
Audiologistes, Petits travaux
(laveurs de vitre...).

Rue de Stalle, 65 b^{te} 4
1180 Uccle
02 420 54 57

ASSAP

**Missions : Aidons les
personnes à avoir accès à leurs
droits dans tous les domaines
possibles. Logement, soins
de santé, enseignement,
administration, emploi,...**

Services proposés :

- Analyse des besoins
- Accompagnement social
individuel
- Informations

Nous aidons les personnes à
avoir accès à une information
pertinente et complète par
rapport à leurs besoins sur les
sujets Social/Santé.

Accompagnement Social
Santé à Proximité Equipe mobile
Bas de Forest
Quartier Saint-Antoine /
Pont de Luttre / Charroi /
Primeurs
0490 67 64 49
nicolas.assap@gmail.com

Personne de contact :

Nicolas Stinglhamber
Travailleur social, coordinateur.



INFO SOURD

L'association a pour but l'inclusion et l'autonomie des personnes sourdes et malentendantes bruxelloises. Info-Sourds propose un soutien dans tout type de démarche du quotidien : logement, législation, famille, budget, démarches administratives, loisirs, santé, etc.

Accueil - Info-Sourds de Bruxelles

Av. Brugmann, 76
1190 Forest
02 644 68 90
www.infosourds.be

CMAP

Centre Médical
d'Audio-Phonologie
Rue de Lusambo, 35-39
02 332 33 23
direction@cmap.be
www.cmap.be

Sur rdv :

du Lundi au Vendredi
de 8h30 à 18h

MAISONS médicales

MAISON MÉDICALE DE FOREST

Bld. de la 2^{ème} Armée
Britannique, 27
1190 Forest
02 340 26 00

MAISON MÉDICALE SAINT-DENIS

Rue du Curé, 9
1190 Forest
02 376 16 82

MAISON MÉDICALE SAINT-ANTOINE

Rue de Fierland, 17
1190 Forest
02 290 83 40

MAISON MÉDICALE SITE BRITANNIQUE

Boulevard de la 2^{ème} Armée
Britannique, 39
1190 Forest
02 206 30 30

MAISON MÉDICALE MARCONI

Rue Marconi, 85
1190 Forest
02 345 58 81

MAISON MÉDICALE DES PRIMEURS

Av. du Pont de Luttre, 95
1190 Forest
02 340 33 50

MAISON MÉDICALE 1190

Avenue Wielemans
Ceuppens, 45 b^{te} 6
1190 Forest
02 347 54 74

MAISON MÉDICALE RACINE DE FOREST

Rue Berhelot, 163
1190 Forest
02 315 03 315



CENTRES médicaux

CENTRE MÉDICAL ALBERT

Ch. d'Alsemberg, 243
1190 Forest
02 345 48 21

CENTRE ETIENNE DEGREEF (ASBL)

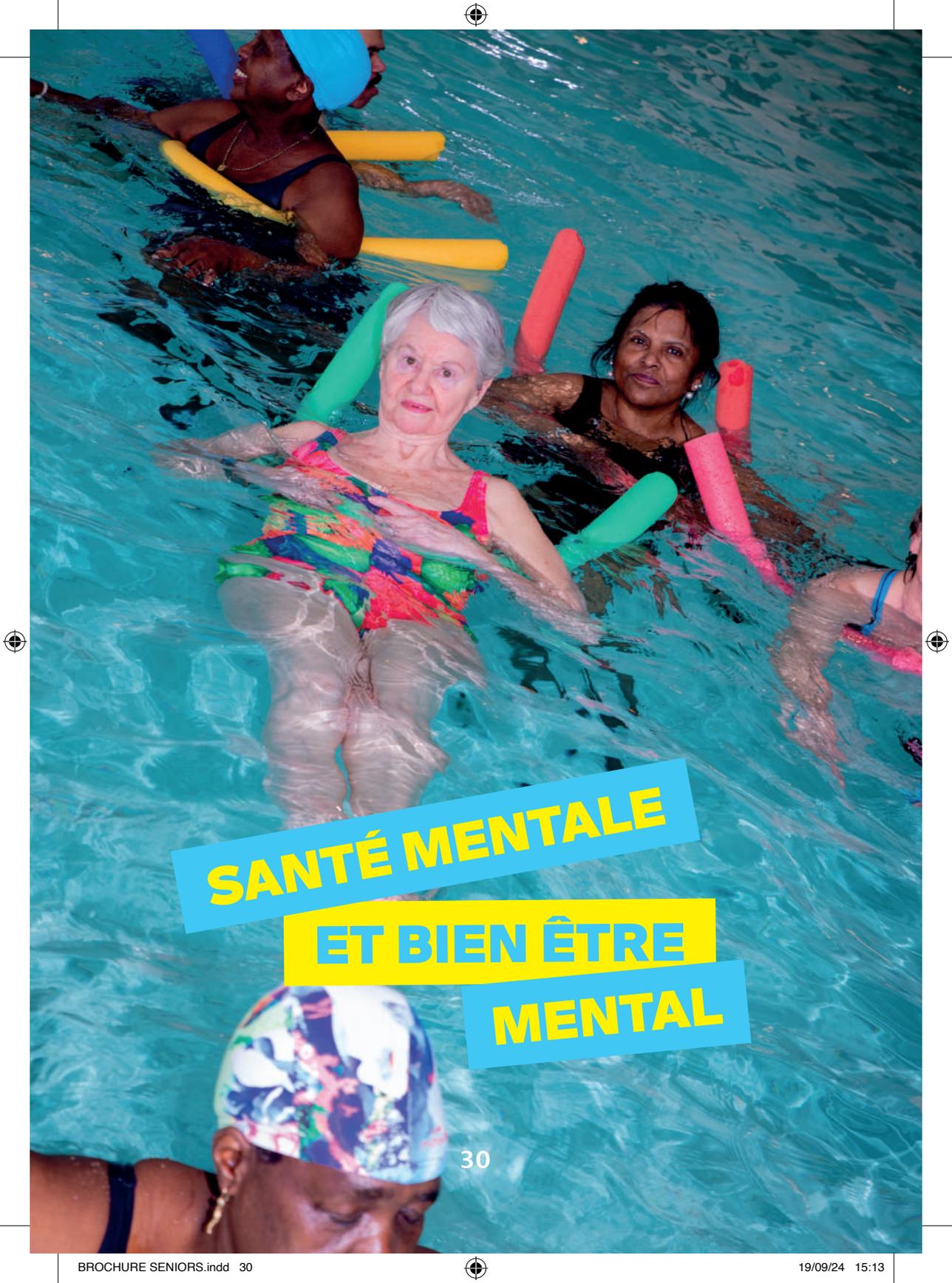
Chaussée d'Alsemberg, 218
1190 Forest
02 343 63 92

CENTRE MÉDICAL ENADEN ASBL-CENTRE DE JOUR

Avenue Van Volxem, 168
1190 Forest
02 644 55 72

CENTRE MÉDICAL D'AUDIO- PHONOLOGIE(ASBL) C.M.A.P

Rue de Lusambo, 35-39
1190 Forest
02 332 33 23



SANTÉ MENTALE

ET BIEN ÊTRE

MENTAL

La vie quotidienne peut être grandement améliorée grâce à une santé mentale équilibrée et un bien être du corps et de l'esprit. Voici quelques pistes pour prendre soin de soi.

SANTÉ MENTALE CENTRE DE SANTÉ MENTALE (NL)

Avenue Van Volxem, 169
1190 Forest
02 344 46 74

CENTRE DE SANTÉ MENTALE L'ADRET

Avenue Albert, 135 - 1190 Forest
02 344 32 93

DOMIPSY VIA BRUSANO ASBL

Soutien psychologique
et ergo à domicile gratuit
pour les personnes âgées
de 60 ans et plus

Contact:

Nathalie BASTIN
0476 431578

PSYBRU

Permettre d'avoir accès à
un accompagnement par un
psychologue

Personne de contact:

Michel Joris

Pour Forest

Michel JORIS
(0490/57/77/96).
info@psybru.be
www.psybru.be

CASAF (PETITS RIENS)

Accueil inconditionnel, suivi
psycho-social, équipe mobile
asanté mentale et addiction

Av. Van Volxem, 328
1190 Forest
0491 61 12 21
yael.abdissi@petitsriens.be
www.petitsriens.be

Avec et sans rdv:

du Lundi au Vendredi
de 8h30 à 17h

ADITI WB

Accompagnement
à la sexualité

0498 80 58 70
info@aditiwb.be
www.aditiwb.be



AIDE À

LA MOBILITÉ

Découvrez les différentes formules d'aide à la mobilité adaptées aux situations de chacun.

**Le service seniors de la commune de Forest vous propose des transports vers les lieux de soins à Forest ainsi qu'un service de course vers les magasins forestois. Réservation requise une semaine à l'avance.
Numéro :
02 376 10 06**

CHÈQUES TAXI (SERVICE DES AFFAIRES SOCIALES)

Rue du Curé, 2
1190 Forest
02 370 22 76
serviceaffairesociales@
forest.brussels
ipauwels@forest.brussels

Personne de référence :
Isabelle Pauwels

ÉQUIPE TRANSPORT DE BRUXELLES

Transport vers les lieux de soins à petit prix.

Av. de la Renaissance, 40
1000 Bruxelles
Tél: 02 649.06.45

SOCIAAL VERVOER

Service de transport social adapté à petit prix.

MISSION :

- transport adapté aux personnes à mobilité réduite en région de Bruxelles-Capitale (transport pour raisons médicales non urgentes ou sociales). Véhicules adaptés pour les personnes en fauteuil roulant.
- Insertion professionnelle : des travailleurs peuvent acquérir une expérience comme chauffeur-accompagnateur.

Réservation:

02 544 12 44
les jours ouvrables
de 8h30 à 17h00.
02 534 27 54
(administration)
svbvzw@yahoo.com
svb.reserv@yahoo.com

STIB

TaxiBus pour les personnes handicapées.

La STIB organise un service spécial de minibus destiné au transport des personnes handicapées. La personne handicapée est celle disposant du document adéquat du SPF Sécurité sociale. Il faut être préalablement inscrit pour pouvoir bénéficier du système.

Ce service fonctionne à la demande et se caractérise principalement par une desserte « porte à porte ».

Le TaxiBus est assuré du lundi au samedi de 5h à 1h.

Numéro vert
0800 94 001
entre 8h et 18h

Le tarif du transport par minibus est limité à 1,70€ par trajet.

CONTRE PIED ASBL

Transport et accompagnement des personnes moins mobiles Services aux personnes.

Siège Social:

rue Longue, 170 bte 2
1150 Bruxelles

Bureau & siège d'exploitation:

Venelle aux Jeux, 15
1150 Bruxelles
02 763 19 04
0474 54 65 36

PATIENTS ASSISTANCE

L'ASBL spécialisée dans l'organisation de transports médicaux non urgents (Visite chez le docteur, dentiste, kiné, hospitalisation, dialyse, radiothérapie etc...) via un réseau étendu de bénévoles qui couvre l'entièreté du territoire belge.

02 733 07 32
02 735 23 33



ESPOIR ASBL

Service de transport social (en véhicules adaptés aux personnes en chaise roulante ou non): accompagnement du lieu de vie de la personne au lieu désiré quelle que soit la raison du transport (rendez-vous médical, loisirs, etc.)

02 428 24 01

0487 38 53 33

asblespoir@hotmail.com

VIE ET TRANSPORT ASBL

Met à disposition des transports pour les personnes à mobilité réduite. Ces transports peuvent être soit individuels, soit en groupe.

A des fins récréatives (shopping, théâtre, restaurant,...) ou médicales (dialyse, kiné,...).

Un chauffeur-accompagnateur professionnel formé à la conduite adapté, au premier secours (BEPS) et sensibilisé à l'handicap, est mis à votre disposition

02 612 72 93

info@transportetvie.be

Epicerie sociale & Recyclerie & Dons



La santé est dans l'assiette!: ci-dessous vous trouverez une liste d'adresses vous donnant accès à une alimentation de qualité à des prix accessibles.



EPICERIE SOCIALE & RECYCLERIE & DONS

VRAC BRUXELLES

Missions : facilite l'accès pour toutes et tous à une alimentation de qualité. Une fois par mois, vous pouvez commander les produits de votre choix à des prix accessibles, au PCS Bempt, et participer à des rencontres autour de l'alimentation durable: cuisine collective, visites de producteur-ices, ciné-débats...

Services proposés :

- Vente de produits alimentaires et d'hygiène de qualité à prix accessibles.
- Organisation d'ateliers autour de l'alimentation de qualité.

Square Madelon, 13
1190 Forest
0472 89 98 39
vrac-bruxelles@vrac-asso.org
www.bruxelles.vrac-asso.org/

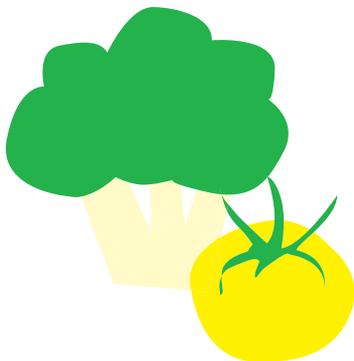
Personne de contact :
Stéphanie Demeestère

NOJAVEL

Aide alimentaire, aide vestimentaire, lutte contre le gaspillage, lutte contre la précarité. Distribution de colis alimentaires (sur rdv) tous les mardis, jeudis, samedis de 14h à 15h. Distribution de soupe. Vide-dressing solidaire les mardis, jeudis et samedis de 14h à 16h.

Donnerie de quartier accessibles aux mêmes horaires que le vide-dressing

Ch. de Neerstalle, 150
1190 Forest
info@nojavel.org
www.nojavel.org



CROIX-ROUGE + EPICERIE SOCIALE

Épicerie sociale : produits de première nécessité pour la moitié du prix, voire gratuitement en cas de d'urgence sociale.

Av. wielemans Ceuppens, 11
1190 Forest
02 348 96 10
ou 0498 92 95 78

Personne de référence :
Marie Laine

CONVIVAL

- Dons financiers ;
- Dons de vêtements ou vaisselle ;
- Dons de meubles.

Rue du Charroi, 33-35
1190 Forest
02 503 43 46
info@convivial.be

RECYCLERIE ET DONS

Collecter, réduire la production de déchets en revalorisant les encombrants.

Rue de Belgrade, 104
1060 Saint-Gilles
0475 97 70 19



AIDES

JURIDIQUES

Vous avez besoin de conseils juridiques, de l'assistance d'un avocat? Il existe des aides gratuites à votre disposition:

AIDES JURIDIQUES

JUSTICE DE PAIX

Consultations gratuites avec un avocat.

Chaussée d'Alsemberg, 296
1190 Forest
02 347 13 60
ou 02 347 19 34
j.p.forest@just.fgov.be

AIDE JURIDIQUE COMMUNE DE FOREST ET MÉDIATION.

AIDE JURIDIQUE

Conseils et infos juridiques.

Rue de Mérode, 331-333
1190 Forest
02 334 72 81
mgiansante@forest.brussels

MÉDIATION

Restaurer le dialogue entre parties et résoudre les conflits afin de parvenir à un accord, tenant compte des besoins de chacun.

02 334 72 81
ou 02 334 72 40
mediationlocale@forest.brussels.

APRES ASBL

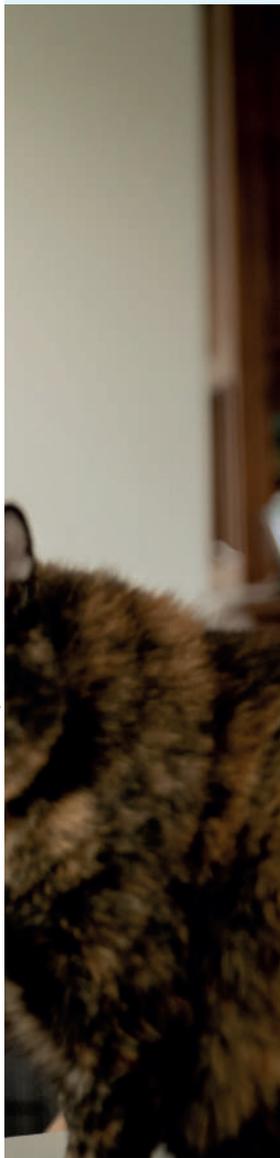
Apprentissage Professionnel
Réinsertion Économique
et Sociale Aide aux
personnes (ex)incarcérées
à définir et ou préciser
leur projet de réinsertion
socioprofessionnelle

Ch. d'Alsemberg, 303 Bte 3.2
02 219 57 90
secretariat@apresasbl.be
www.apresasbl.be

**Permanence bureau sur
rdv pris préalablement par
téléphone** : du lundi
au vendredi de 9h à 17h
sauf jeudi matin



ANIMAUX



FONDATION PRINCE LAURENT FONDATION D'UTILITÉ PUBLIQUE

- Soins vétérinaires aux animaux de compagnie des moins fortunés
- Soins de nuit à Bruxelles pour les sans-abri avec un animal.

Place du jeu de Balle,
72 à 73
1000 Bruxelles
02 511 66 46
Uniquement sur
rendez-vous du
Lundi au vendredi
de 10 à 12h

STÉRILISATION DE CHATS ERRANTS

Gratuit pour
les particuliers
Numéro vert:
0800 95 333
0800@forest.brussels

LE FANAL DES CHATS A.S.B.L.

Le Fanal des Chats est un home pour accueillir en hébergement définitif des chats âgés, handicapés inaptes à l'adoption ou appartenant à des personnes mises en maison de repos.

Avenue Emile Max, 16
1030 Schaerbeek
02 734 60 29
lefanaldeschats@
proximus.be
www.lefanaldeschats.
org

REFUGE DE FOREST

Rue de la Soierie, 170
1190 Bruxelles
forest@croixbleue.be
02 376 32 62

MUTUALITÉS

Service de Soins et aides à domicile des Mutualités présente à Bruxelles. Ces services sont joignable en semaine de 9h à 12h. Ils peuvent répondre à vos besoins en matière de prêt de matériel médical, soins infirmiers, aide-ménagère ou familiale.



MUTUALITÉ CHRÉTIENNE

Bruxelles Saint Michel
02 501 51 30

MUTUALITÉ LIBRE PARTENA

078 15 21 48

MUTUALITÉ LIBÉRALE ML MUT PLUS

02 209 49 77

MUTUALITÉ NEUTRE

081 25 07 60

MUTUALITÉ SOCIALISTE SOLIDARIS

078 15 60 20

LA CAISSE AUXILIAIRE D'ASSURANCE MALADIE ET INVALIDITÉ - CAAMI

02 227 63 14

LA CAISSE DES SOINS DE SANTÉ DE LA SNCB

0800 95 482



Photo

Rozenne Quéré

(P. 18, 30, 32 et 40)

Rebeca Fernandez LOPEZ

(page 20, 21)

Vincen BEECKMAN

(P.38, M-amie rwandaises
& aide juridique)

Odette ALVES

(broderies)

Éditeur responsable

Service Seniors de la commune de Forest

Rue du curé, 2 - 1190 Forest

