

MARS 2025

PIA - DIVERCITY			BIA BOUQUET			MARCONI		
3	LU	10h : Gym douce avec Wouter - 13h45 : Atelier écriture	3	LU	15h : Gym douce avec Audrey	3	LU	13h : Stretching
4	MA	14h : Permanence numérique : Digital Buddies	4	MA	Activités autonomes : voir encadré ci-dessous	4	MA	
5	ME		5	ME	14h : Atelier intergéré : sérigraphie pour la lutte des droits des femmes (voir recto)	5	ME	14h : Gym - 15h : Stretching
6	JE	11h : Gym sur tapis avec Colette 14h : Atelier « Sublimes » autour de l'image des femmes	6	JE	Activité autonome : voir encadré ci-dessous	6	JE	15h : Microbiblif : Venez emprunter des livres ou lire sur place + Activité autonome : voir encadré ci-dessous
7	VE		7	VE	10h30 : Petit déj + jeux avec Sally BDBD	7	VE	11h30 : Gym - 12h45 : Stretching
SAMEDI 8 – DIMANCHE 9/03								
10	LU	10h : Gym douce avec Wouter 13h45 : Atelier écriture	10	LU	15h : Gym douce avec Audrey	10	LU	13h : Stretching
11	MA	14h : Atelier Broderie avec Nina	11	MA	Activités autonomes : voir encadré ci-dessous	11	MA	
12	ME	10h : Atelier chant avec Rozenn, Anne Cécile et Marion	12	ME	14h : Table de conversation en Anglais avec Nicole	12	ME	14h : Gym - 15h : Stretching
13	JE	11h : Gym sur tapis avec Colette 14h : Atelier « Sublimes » autour de l'image des femmes	13	JE	Activité autonome : voir encadré ci-dessous	13	JE	15h : Microbiblif : Venez emprunter des livres ou lire sur place + Activité autonome : voir encadré ci-dessous
14	VE	10h : Country Line Dance	14	VE	11h : Yoga sur chaise avec Fred - 14h : Papote numérique : Discussion sur les escroqueries sentimentales en ligne	14	VE	11h30 : Gym - 12h45 : Stretching
SAMEDI 15 – DIMANCHE 16/03								
17	LU	10h : Gym douce avec Wouter 13h45 : Atelier écriture	17	LU	15h : Gym douce avec Audrey	17	LU	13h : Stretching
18	MA	14h : Atelier Broderie avec Nina	18	MA	Activités autonomes : voir encadré ci-dessous	18	MA	
19	ME		19	ME	14h : Table de conversation en Anglais avec Nicole	19	ME	14h : Gym - 15h : Stretching
20	JE	11h : Gym sur tapis avec Colette 14h : Atelier « Sublimes » autour de l'image des femmes	20	JE	Activité autonome : voir encadré ci-dessous	20	JE	15h : Microbiblif : Venez emprunter des livres ! + Activité autonome : voir encadré ci-dessous
21	VE		21	VE	10h-12h : Rencontre intergénérationnelle autour des histoires de quartier du Bempt et du petit train à vapeur	21	VE	11h30 : Gym - 12h45 : Stretching
VENDREDI 21/03 : 13h30 : « LES TROIS SŒURS » - SPECTACLE AU VARIA. Sur réservation (voir recto)								
SAMEDI 22 – DIMANCHE 23/03								
24	LU	⚠ 9h30 : Aquagym 13h45 : Atelier écriture	24	LU	15h : Gym douce avec Audrey	24	LU	13h : Stretching
25	MA	14h : Atelier Broderie avec Nina	25	MA	Activités autonomes : voir encadré ci-dessous	25	MA	
26	ME	10h : Atelier chant avec Rozenn, Anne Cécile et Marion	26	ME	14h30 : Atelier danse Sam&Sarah (Compagnie T. Huart)	26	ME	14h : Gym - 15h : Stretching
MERCREDI 26/03 : 14h30 : FILM « YOUNG HEARTS » au centre Jacques Franck – suivi d'un débat. Sur réservation (voir recto) - GRATUIT								
27	JE	11h : Gym sur tapis avec Colette 14h : Café Alzheimer	27	JE	Activité autonome : voir encadré ci-dessous	27	JE	13h30 Jeux de société avec la Biblif 15h : Microbiblif : Venez emprunter des livres ou lire sur place
28	VE	10h : Country Line Dance	28	VE	11h : Yoga sur chaise avec Fred	28	VE	11h30 : Gym - 12h45 : Stretching
SAMEDI 29 – DIMANCHE 30/03								
31	LU	⚠ ATTENTION : PAS DE COURS DE GYM AVEC WOUTER NI D'ATELIER D'ECRITURE (SORTIE MANIF)	31	LU	15h : Gym douce avec Audrey	31	LU	13h : Stretching
LUNDI 31/03 : TOUS.TES ensemble à la MANIFESTATION NATIONALE POUR DEFENDRE LES PENSIONS, LES DROITS SOCIAUX,...(Lieu et horaire à définir)								

N'oubliez pas le **FOOT EN MARCHANT** :

- Les mardis de 13h30 à 15h au terrain synthétique à l'extérieur (**rue Joseph Bens 124, 1180**) pour les joueurs qui aiment la compétition et jouer des matchs !
- Les mercredis de 10h30 à 12h au PPS (**rue Rosendael 2, 1190**) pour une séance plutôt animation pour ceux qui aiment jouer avec le ballon d'une façon non-compétitive

Au Bia Bouquet (ateliers autonomes) :

Tous les mardis de 13h30 à 16h30 : **ATELIER PEINTURE SUR SOIE** + 18h à 22h : **ATELIER MAQUETTE** avec l'asbl les maquettes d'abord
Tous les jeudis de 14h00 à 16h30 : **ATELIER PEINTURE** avec les peintres de l'Abbaye

Au Marconi (ateliers autonomes) :

Tous les jeudis de 14h00 à 16h30 : **ATELIER PEINTURE**

N'HESITEZ PAS A REJOINDRE **LE CLUB DE BILLARD FRANÇAIS du MARCONI** : pour plus d'informations : 02.376.10.06

Agenda des centres Seniors

Pia Divercity - Marconi - Bia Bouquet

Mars 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



A l'initiative de Charles Spapens, Bourgmestre et Fatima Zohra EL OMARI, Echevine du service Seniors, au nom du Collège des Bourgmestre et Echevin.e.s

À LA UNE

SEANCE GRATUITE AU CENTRE CULTUREL JACQUES FRANCK, ST GILLES

Chaussée de Waterloo 94, 1060

LE MERCREDI 26/03/2025 – SEANCE à 14h30 – SUIVI D'UN DEBAT SUR INSCRIPTION



- Réalisé par Anthony Schatteman
- Année 2024
- Durée 1h37

Elias et Alexander ont 14 ans et tombent amoureux l'un de l'autre.

Un film lumineux et délicat sur l'adolescence et la découverte de soi

Elias (attachant Lou Goossens), 14 ans, tombe amoureux de son nouveau voisin du même âge que lui, Alexander. Elias est très heureux avec Alexander, mais aussi très angoissé, car il ne sait pas comment faire face à sa nouvelle vie. Il a peur que sa famille, très aimante par ailleurs, le rejette à cause de son homosexualité...

THÉÂTRE
VARIA

Vendredi 21/03 – 13h30

tarif préférentiel: 7€

LES TROIS SOEURS
(version androïde)

Oriza Hirata, Jasmina Douieb / Entre Chiens et Loups



Dans une maison de campagne, le temps est une longue attente. La seule échappatoire de ses habitants est d'imaginer l'ailleurs. On suit le cours d'une vie comme celui des conversations. Pourtant, si on parle de tout, c'est pour mieux étouffer l'essentiel. Jasmina Douieb ausculte une dynamique familiale, minée par le secret.

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



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