

Eureka

SEPTEMBRE-OCTOBRE 2026



Magazine bimestriel Eureka
P 708858
E.R.: Armand Hermans, p/a K&H
De Raedemaekerlaan 11, Wemmel.





> PRÉFACE

Cher lecteur, chère lectrice,

Les mois de septembre et d'octobre marquent le début d'un nouveau rythme. Après l'été, nous reprenons progressivement nos habitudes et entamons ensemble une nouvelle saison d'activités. C'est aussi le moment où la nature se pare de magnifiques couleurs automnales. Les feuilles se teintent de jaune doré, d'orange chaleureux et de rouge profond, tandis que les matinées plus fraîches nous invitent à ralentir le pas.

L'automne est une saison propice à la convivialité et au bien-être. Rien de tel qu'une bonne tasse de chocolat chaud ou de café, une agréable conversation et le plaisir de partager de beaux moments ensemble. C'est le moment idéal pour se retrouver, créer de nouveaux souvenirs et découvrir tout ce que les semaines à venir nous réservent.

Dans notre centre également, de nombreuses activités variées vous attendent en septembre et en octobre. Par exemple, des activités sont organisées en collaboration avec la bibliothèque durant la Semaine du néerlandais, et des conférences sur la résilience mentale ont lieu pendant la Semaine de la santé mentale. Rencontres conviviales, séances d'information ou moments de détente : chacun y trouvera son bonheur. Nous serons ravis de vous accueillir à nouveau et de partager avec vous un automne placé sous le signe de la chaleur humaine, de la convivialité et de la découverte.

Feuilletez notre programme et laissez-vous inspirer.

L'équipe Eureka,

Kimberly, Tamara, Sofie, Maureen et Mélanie

> INFORMATIONS PRATIQUES

Coordonnées:

N° téléphone: 02/462.18.00

Mail: eureka@wemmel.be

Adresse: Campus W, Av. J. De Ridder 49, 1780 Wemmel



f Suivez-nous également sur Facebook et soyez informés des dernières nouvelles.

Heures d'ouverture CSL:

lun - jeu: 8h30 - 12h30 & 13h - 16h

ven: 8h30 - 12h30

Fermé le week-end

Heures d'ouverture FOYER:

lun – sam : 14h - 18h30

Fermé le dimanche

> PRIVACY

Vous vous êtes inscrit(e) pour recevoir cette brochure. Vos données personnelles seront utilisées exclusivement dans le cadre des services du centre de services local.

Vous souhaitez vous désinscrire ?

N'hésitez pas à nous en faire part.

(Loi du 8 décembre 1992 relative à la protection de la vie privée, à partir du 25 mai 2018 le RGPD)



> NOTRE EQUIPE

De gauche à droite:

Maureen Verhaegen

Experte en travail communautaire et en soins de proximité

Tamara De Baerdemaeker

Coordinatrice des soins à domicile
Centrale pour personnes moins mobiles (nouveaux membres)

Sofie De Velder

Responsable du Centre de Services Local

Mélanie Lafontaine

Guichet de soins

Kimberly Vandenkerckhoven

Assistante administrative

Le Centre de Services local fournit une aide pour les activités quotidiennes. Souhaitez-vous utiliser nos services ? Dans ce cas, n'hésitez pas à nous contacter.



Minibus

Un minibus est à votre disposition pour vous conduire de la résidence aux activités du Centre de services local (CSL), que celles-ci se déroulent sur le campus ou à l'extérieur (comme au hall des sports ou au stade Van Langenhove). Vous pouvez également utiliser ce service pour vous rendre au restaurant le midi. Ce service est proposé moyennant une modique participation de 2 € l'aller-retour. Comme il repose entièrement sur des bénévoles, il ne peut fonctionner que lorsqu'un bénévole est disponible.



Centrale des moins mobiles

La Centrale pour moins mobiles est un service de transport pour les personnes qui ont des difficultés à se déplacer en raison d'une maladie, de la vieillesse ...



Etoile téléphonique

Parfois, on voit moins de monde ou on a simplement envie de parler. Découvrez notre ligne d'écoute téléphonique : chaque semaine, à une heure convenue, un bénévole expérimenté vous appelle pour une oreille attentive et un échange chaleureux.



Club des buddies

Envie de compagnie, de discuter avec quelqu'un et de sortir accompagné ? Demandez-nous des infos sur le club des buddies. Vous pouvez également vous inscrire comme parrain bénévole. Vous rendrez visite à des personnes ou aiderez les nouveaux arrivants à Wemmel à s'orienter dans notre communauté en participant à des activités de loisirs.



Guichet de soins

Si vous avez des questions concernant la demande d'une carte de stationnement, d'une pension ou autre, vous pouvez toujours vous adresser au guichet de soins.



Repas chauds

Vous n'êtes pas en mesure de vous occuper de vos repas en raison d'un handicap ou d'une maladie ? Vous pouvez alors vous faire livrer des repas à domicile 7 jours sur 7 par le CPAS. Tel 02/462.13.20



Restaurant du Campus W

Le restaurant de la résidence Geurts sert un délicieux repas tous les jours de la semaine. Le tout à un prix démocratique de € 10,10.

L'accent est mis sur les repas à faible teneur en sel et/ou adaptés au diabète.

Le menu mensuel est disponible sur le site web de la commune : www.wemmel.be/fr/product/1415/restaurant-residentie-geurts

Pour commander des repas: 02/462.13.20

Service des courses

Tous les mercredis, nous offrons aux résidents de Wemmel la possibilité de faire leurs courses avec le minibus. Vous faites vos achats de manière indépendante, mais le minibus vient vous chercher et vous ramène ensuite en toute sécurité à votre domicile.

02/09: Lidl

09/09: Colruyt

16/09: Aldi

23/09: Carrefour

30/09: Marché Merchtem

07/10: Albert Heijn

14/10: Lidl

21/10: Colruyt

28/10: Aldi

Le minibus part à 9h à la réception de la résidence. S'il y a plus de 6 personnes inscrites, le minibus partira 2 fois.



Notre offre

Le Centre de Services local propose de nombreuses activités. Outre les activités des clubs, vous pouvez également y suivre des cours.

Fitgym

Envie de tonifier vos muscles, d'améliorer votre équilibre ou d'augmenter votre endurance ? Renée Leduc, kinésithérapeute, vous accueille.

€ € 4

📍 Salle polyvalente, Campus W

📅 Chaque lundi de 10h à 11h



Pétanque

Cette activité très sociable n'empêche pas la pétanque d'être un sport. C'est aussi un sport technique. Une formule parfaite pour passer un agréable après-midi.

€ € 2

📍 Pétanque Club Wemmel, Stade Van Langenhove

📅 Lundis 28 septembre et 26 octobre
de 14h à 16h



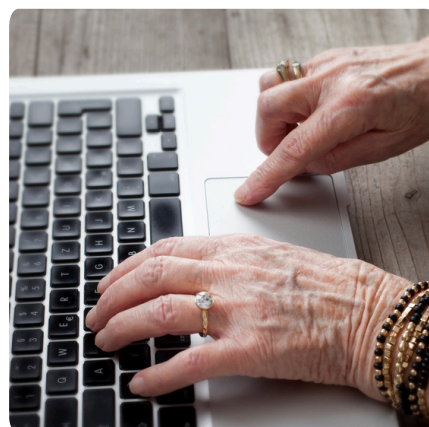
L'aide DIGItale

Un problème avec votre ordinateur ou votre connexion wi-fi? Sollicitez gratuitement l'aide digitale et vos soucis digitaux seront résolus.

€ Gratuit

📍 Bureau CSL

📅 Mardis 1er et 15 septembre à 9h
Mardis 6 et 20 octobre à 9h
(uniquement sur rendez-vous)



Sophrologie

Par une combinaison d'exercices de respiration, de relaxation musculaire et de visualisation, elle contribue à réduire le stress et à développer le potentiel de chacun. Technique occidentale influencée par le yoga et la méditation, elle mène à une plus grande harmonie.

€ € 4

📍 Salle polyvalente, Campus W

📅 Chaque mardi de 10h à 11h



Atelier de dessin et de peinture

Si vous êtes créatif et aimez travailler au crayon ou au pinceau (aquarelle), cet atelier est fait pour vous ! Marie-Rose Deryckere répondra à toutes vos questions et vous donnera des conseils pratiques.

€ Gratuit

📍 Réfectoire du personnel

📅 Chaque mardi de 14h à 16h30



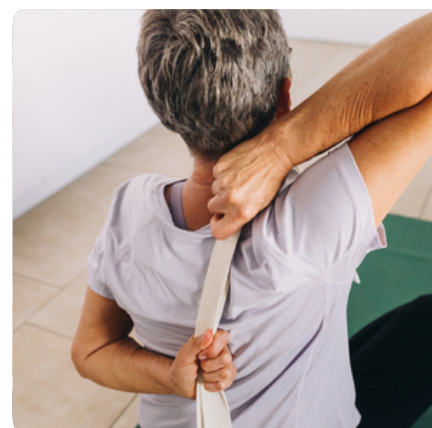
Yoga seniors

La pratique du yoga pour seniors vous permet d'assouplir vos articulations et vous permet de mieux bouger. Animé par Encarni Ariza Barea, prenez soin de vous pour un meilleur équilibre. Apportez votre tapis.

€ € 6

📍 Salle polyvalente, Campus W

📅 Chaque mercredi de 9h30 à 10h30



Club de tricot et de crochet

Tout le monde est le bienvenu, que vous soyez expérimentée ou novice désireuse d'apprendre quelque chose de nouveau. Les aiguilles à tricoter seront fournies, mais tout autre matériel devra être apporté par vos soins.

- € Gratuit
- 📍 Foyer, Campus W
- 📅 Chaque mercredi de 9h30 à 11h30



Remise en forme

À chaque fois, nous nous engageons activement à vous faire bouger davantage ! Avec Jente Rydant, vous ferez toutes sortes d'exercices pour renforcer votre corps. Apportez une serviette et beaucoup d'eau.

- € € 4
- 📍 Salle polyvalente, Campus W
- 📅 Mercredis 16 et 30 septembre
Mercredis 7, 14, 21 et 28 octobre
de 10h45 à 11h45



Bingo

Le bingo est un jeu amusant pour les jeunes et les moins jeunes. N'hésitez pas à venir avec vos enfants ou petits-enfants. Il y a de nombreux prix à gagner pour tous les âges.

- € Gratuit
- 📍 Foyer, Campus W
- 📅 Les mercredis 16 septembre et 21 octobre
de 14h à 16h



Leçon de jeux d'échecs

Ceux qui le souhaitent peuvent prendre des cours, mais vous pouvez aussi venir simplement pour jouer. Quelques échiquiers sont fournis, mais ceux qui ont un échiquier chez eux peuvent l'apporter.

- € Gratuit
- 📍 Jardin d'hiver
- 📅 Chaque mercredi de 14h à 16h



Jeux et rencontres

Tous les mercredis après-midi, nous organisons un moment de jeux et de rencontres pour tous les enfants âgés de 3 à 12 ans et leur(s) grand(s)-parent(s).

- € Gratuit
- 📍 Foyer ou salle polyvalente
- 📅 Chaque mercredi de 14h à 16h



Atelier de couture

Martine vous aidera pour de petits travaux de couture ou des réparations. Prévenez-nous si vous souhaitez venir.

- € €3
- 📍 Foyer, Campus W
- 📅 Le jeudi 22 octobre de 14h à 16h



Scrabble et Rummikub

Au Scrabble, le but est de marquer le plus de points possibles en faisant de bonnes combinaisons de lettres. Dans le jeu Rummikub, il s'agit de faire des suites de chiffres avec les chiffres colorés de votre plateau de jeu.

- € Gratuit
- 📍 Foyer, Campus W
- 📅 Chaque jeudi de 14h à 17h



Seniorobic

Hélène De Jong et Chantal Leclercq vous accueillent au Seniorobic, qui vous permet de vous sentir bien, de vous rapprocher des gens et de prévention contre les maladies. Apportez votre tapis.

- € € 2
- 📍 Salle polyvalente, Campus W
- 📅 Chaque vendredi de 9h45 à 10h45



Tennis de table

Cette activité est encadrée par le club de tennis de table Wemmel Hurricane. Ils mettent à disposition du matériel professionnel en plus de leurs conseils avisés.

- € € 2
- 📍 Hall des sports, Dijck 34
- 📅 Chaque 1er et 3e vendredi du mois, sous la supervision d'un entraîneur.
Chaque fois de 10h à 12h



Événements

CES ÉVÉNEMENTS SONT À NE PAS MANQUER DANS LES MOIS À VENIR !

➔ Fitgym



**Lundi 7 septembre
de 10h à 11h.
Salle polyvalente
Sur inscription (voir page 14)**

Début septembre, la kinésithérapeute Renée Leduc reprendra ses cours de fitness.

➔ Promener avec J Caron

Une promenade dans le parc du Campus W, le jeudi 17 septembre. Rendez-vous à l'entrée de la bibliothèque à 14h.

➔ Bowling



**Vendredi 18 septembre
à l'entrée de la résidence
Geurts à 13h30.
Salle polyvalente
Sur inscription (voir page 14)**

Une piste sera réservée pour chaque groupe de six personnes. Le transport en minibus est inclus. Si vous souhaitez vous y rendre en minibus, veuillez vous retrouver à l'entrée de la résidence Geurts à 13h30.

➔ Clean up day

**Vendredi 18 septembre
10 h dans le foyer
Sur inscription (voir page 14)**



Nous nous mobilisons pour nettoyer le parc du Campus W. Rendez-vous à 10 h dans le hall d'accueil. Des pinces de ramassage et des sacs poubelles seront fournis. Les participants recevront une belle surprise ainsi qu'une petite douceur. Nous déjeunerons ensemble par la suite.

➔ La vie en rose



**Dimanche 27 septembre
Entre 11h et 16h
Inscription via Hestia 02/ 460.41.43**

Les participants peuvent prendre le départ à l'heure de leur choix durant ce créneau depuis la place du marché de Wemmel et suivre l'itinéraire balisé — passant par le bois de Beverbos et le Jagerspad — à leur propre rythme, pour finalement arriver au centre de soins résidentiels Hestia (Zijp 20, 1780 Wemmel).

Tout au long du parcours, Hestia a installé trois petits stands de dégustation où les participants pourront savourer un verre de rosé ou une alternative sans alcool.

Hestia et le LDC accordent une grande importance aux rencontres, au bien-être et à la solidarité. Avec cette promenade, nous souhaitons rassembler les habitants et leurs proches et leur proposer un moment agréable. Cette initiative contribue ainsi à créer une commune chaleureuse et bienveillante, où il fait bon vivre.

➔ TD the Love Boat avec DJ Johan

Vendredi 2 octobre
14h à 17h
Foyer



Le vendredi 2 octobre, nous mettons le cap sur la romance avec une soirée sur le thème de "La Croisière s'amuse". Montez à bord et laissez-vous transporter par les plus belles mélodies à bord de notre navire de croisière.

➔ Semaine du néerlandais Scrabble et combat !

Jeudi 15 octobre
De 14h à 18h30
Foyer Campus W
Gratuit, sans inscription

Vous aimez les jeux de société ? Ou vous souhaitez améliorer votre néerlandais de façon amusante ? Venez participer à notre combat de Scrabble ! Que vous soyez un joueur expérimenté ou un débutant, tout le monde est le bienvenu. Quel que soit votre niveau de néerlandais. Cette activité est organisée par la bibliothèque en collaboration avec le Centre de services local EUREKA. Pour plus d'informations, consultez bib.wemmel.be/fr/page-de-depart

➔ Un événement d'Halloween

Mercredi 28 octobre
De 14h à 16h
Salle polyvalente Campus W

Le mercredi 28 octobre, un événement d'Halloween sera organisé pour petits et grands. Nous transformerons la salle polyvalente en un lieu de fête amusant pour Halloween. Les seniors recevront une délicieuse surprise.

➔ English chat room octobre et novembre 2026



Mardi et jeudi de 14h à 15h30

Prix : € 15

Jardin d'hiver Campus W

Vous-avez des notions d'anglais mais vous ne parvenez pas à vous exprimer ? Venez participer au groupe qui explore des situations de réalité. 8 à 10 personnes par session en demi-cercle cercle pour permettre à chacun(e) de s'exprimer.

Exemples des thèmes :

- How to introduce yourself (name, where you live, occupation, etc)
- Where is the bus stop / airport / station?
- What time is the bus plane train?

➔ Repair café et échange de vêtements

Samedi 28 novembre, de 14 h à 16 h,
Salle polyvalente - foyer

Le samedi 28 novembre, un échange de vêtements aura lieu de 14 h à 16 h dans la salle polyvalente du Campus W.

Parallèlement, vous pourrez faire réparer vos vêtements et appareils électriques au Repair Café, situé dans le foyer.

Nous recherchons des vêtements pour cet échange ; merci de déposer des articles propres, repassés et en bon état au CSL. En échange, vous recevrez des bons que vous pourrez utiliser le 28 novembre pour choisir une nouvelle tenue de seconde main.

➔ Avis aux passionnés de jardinage



Nous recherchons des personnes ayant la main verte pour participer à la réflexion sur les espaces verts du campus et de ses abords, ainsi que pour entretenir de petites zones au sein du parc.

Nous souhaitons mettre en place un groupe de travail permanent afin que toutes les personnes fréquentant le parc puissent s'approprier les plantations qui s'y trouvent. Pour plus d'info sur ce projet, veuillez contacter le CSL (eureka@wemmel.be).

**GRATIS
GRATUIT**

Spel en ontmoeting - jeux et rencontres

🕒 14.00 - 16.00

Meer info? Plus d'info?
www.wemmel.be • eureka@wemmel.be



SEPTEMBER - SEPTEMBRE

02/09

Springkasteel aan terras Foyer of schaken
Chateau gonflable ou échecs

09/09

Springkasteel aan terras Foyer of schaken
Chateau gonflable ou échecs

16/09

Bingo of schaken
Bingo ou échecs

23/09

Springkasteel terras Foyer of schaken
Chateau gonflable ou échecs

30/09

Herfstcollage ou échecs
Collage d' automnal ou échecs

OKTOBER - OCTOBRE

07/10

Knutselen terug naar school of schaken
Bricolage pour la rentrée

14/10

Knutselen Halloween of schaken
Atelier créatif Halloween ou échecs

21/10

Bingo of schaken
Bingo ou partie d'échecs

29/10

Halloween activiteit of schaken
Activité d'Halloween ou échecs

Comment s'inscrire?

Vous souhaitez participer à l'une des activités ? Il est important que vous vous inscriviez à l'avance. Le nombre de participants est limité par activité.

1

S'inscrire

Les inscriptions pour les activités de septembre et octobre se font à partir du **lundi 24 août à 14h en ligne shop.wemmel.be**.

Veuillez noter que, désormais, vous sélectionnez les créneaux horaires qui vous conviennent (au lieu de désélectionner ceux qui ne vous conviennent pas).

2

Paielements et remboursements

Pour ceux qui ne savent pas s'inscrire via le webshop: nous demandons que les heures de paiement suivantes soient respectées : lundi de 14h à 16h et jeudi de 9h à 12h. Les remboursements sont toujours effectués sous forme de bon d'achat.

3

Informations sur la boutique en ligne

- Il est possible de s'inscrire et de payer jusqu'au jour même de l'activité via la boutique en ligne.
- Vous pouvez annuler votre inscription jusqu'à 3 jours avant l'activité sans certificat médical. Passé ce délai, un certificat médical est requis pour obtenir un remboursement.
- Veuillez-vous inscrire uniquement aux activités auxquelles vous pourrez effectivement participer.

Revue des activités passées



Tropical



thé dansant



19 juin

Les photos prises lors d'événements et d'activités peuvent être utilisées dans les communications municipales, tant dans les imprimés que sur nos canaux numériques.



Prévention

La santé mentale : prendre soin de soi

Du 1er au 10 octobre, la semaine de la santé mentale met l'accent sur l'importance de notre bien-être psychologique. Tout comme nous prenons soin de notre corps, il est essentiel de consacrer du temps à notre santé mentale. Chacun traverse parfois des périodes plus difficiles. En en parlant, en étant attentifs les uns aux autres et en prenant soin de nous-mêmes, nous pouvons renforcer notre résilience.

La santé mentale ne signifie pas être heureux en permanence, mais **trouver un équilibre entre les efforts et le repos**, faire face aux défis du quotidien et savoir apprécier les petits plaisirs de la vie. De simples habitudes quotidiennes peuvent faire une réelle différence.

Quelques conseils pour prendre soin de votre santé mentale :

Bougez régulièrement.

Une courte promenade ou une balade à vélo en plein air peut vous aider à vous détendre et à retrouver de l'énergie.

Cultivez les liens avec les autres.

Une conversation avec un ami, un voisin ou un membre de votre famille peut faire beaucoup de bien. Partager un moment ou un sourire est précieux.

Accordez-vous du repos.

Prévoyez des moments de détente et veillez à adopter un rythme de sommeil régulier.

Faites ce qui vous fait plaisir.

Lire, écouter de la musique, jardiner, créer ou cuisiner : prenez le temps de faire des activités qui vous apportent de la joie.

Appréciez les petites choses.

Savourez une tasse de café, une promenade automnale ou un geste de gentillesse. La gratitude aide à remarquer les aspects positifs du quotidien.

Soyez bienveillant envers vous-même.

Personne n'a besoin d'être parfait. Accordez-vous le droit de faire des erreurs et n'hésitez pas à demander de l'aide si vous en ressentez le besoin.

La semaine de la santé mentale nous rappelle combien il est important de prendre soin de nous-mêmes et des autres. Une oreille attentive, une parole réconfortante ou un simple geste de gentillesse peuvent parfois faire toute la différence.



Mardi
6 octobre
19h - 20h30
Foyer

Conférence interactive

LE POUVOIR DE L'AUTOCOMPASSION

GRATUIT

POURQUOI LA BIENVEILLANCE ENVERS SOI-MÊME EST LA CLÉ DE LA RÉSILIENCE MENTALE

Êtes-vous souvent dur envers vous-même lorsque les choses tournent mal ? Avez-vous tendance à ressasser vos erreurs ou à dépasser fréquemment vos propres limites ? Dans une société où la performance est la norme, notre critique intérieure est souvent la voix qui résonne le plus fort dans notre esprit. Et si vous pouviez transformer cette critique en une source de soutien ?

L'autocompassion n'est ni un signe de faiblesse ni une forme d'égoïsme. C'est une méthode scientifiquement prouvée pour réduire efficacement le stress, l'épuisement professionnel et l'anxiété. Lors de cette conférence interactive, nous explorerons les fondements psychologiques et neuroscientifiques de l'autocompassion.

À quoi pouvez-vous vous attendre ?

- Des éclairages clairs : la science derrière l'autocompassion (basée sur les travaux du Dr Kristin Neff) expliquée dans un langage accessible.
- Des exercices pratiques : nous réaliserons ensemble quelques exercices courts et simples, vous permettant de découvrir par vous-même les bienfaits de l'autocompassion.
- Un temps pour vous : de nombreuses occasions seront offertes pour poser des questions et partager vos expériences.

Que vous soyez confronté(e) au stress quotidien, que vous souhaitiez simplement apprendre à être plus bienveillant envers vous-même ou que vous soyez curieux de comprendre la psychologie sous-jacente, toute personne âgée de 18 ans et plus est la bienvenue. Aucune connaissance préalable n'est requise.



Jeudi
8 octobre
19h - 20h30
Foyer

Conférence interactive

MIEUX COMPRENDRE ET GÉRER SES ÉMOTIONS

GRATUIT

DES CLÉS CONCRÈTES POUR ACCUEILLIR SES ÉMOTIONS AVEC PLUS DE SÉRÉNITÉ

Vous arrive-t-il de vous sentir envahi(e) par vos émotions, de ne pas comprendre certaines de vos réactions ou de ne pas savoir comment les gérer ?

Nos émotions font partie de notre quotidien, mais nous n'avons que rarement appris à les comprendre. Pourtant, elles sont de précieuses alliées : elles nous renseignent sur nos besoins, nos limites et ce qui est important pour nous.

Lors de cette conférence interactive, vous découvrirez comment fonctionnent les émotions, pourquoi elles apparaissent et comment les accueillir sans vous laisser submerger. À travers des situations concrètes et l'utilisation de la roue des émotions, vous repartirez avec des outils simples et pratiques pour mieux les identifier, les comprendre et les réguler au quotidien.

Au programme :

- Comprendre les émotions : leur rôle, leur fonctionnement et les messages qu'elles nous transmettent.
- Des outils concrets : apprendre à utiliser la roue des émotions et d'autres techniques simples à partir de situations de la vie quotidienne.
- Un espace d'échange : poser vos questions, partager vos expériences et repartir avec des pistes directement applicables.

Que vous souhaitiez mieux gérer votre stress, améliorer vos relations ou simplement mieux vous connaître, cette conférence est ouverte à toute personne de 18 ans et plus. Aucune connaissance préalable n'est nécessaire.

Excursions 2026 - 2027

€ 35



jeudi 9:00 - 19:00
**NAMUR
& MUSÉE DU PARFUM**
temps libre l'après-midi

novembre
5
2026

€ 25



lundi 9:00 - 19:00
**MARCHÉ DE NOËL
DE MONCHAU**

décembre
21
2026

€ 25



mardi 9:00 - 19:00
AIX-LA-CHAPELLE
visite libre

février
9
2027

€ 35



jeudi 9:00 - 19:00
**PARC ANIMALIER DE
ROCHEHAUT + VISITE LIBRE
DE BOUILLON**

avril
1e
2027

€ 35



mardi 9:00 - 19:00
BREDA
promenade guidée le matin
temps libre l'après-midi

juillet
27
2027

€ 35



mardi 9:00 - 19:00
BRESKENS ET FLESSINGUE
traversée en ferry incluse

août
24
2027

Lundi

Fitgym

Chaque lundi à 10h
Salle polyvalente

Pétanque

Lundi 28/09 à 14h
Club de pétanque Wemmel

Mercredi

Yoga seniors

Chaque mercredi à 09h30
Salle polyvalente

Club de tricot et de crochet

Chaque mercredi à 09h30
Foyer

Remise en forme

Mercredis 16-30/09 à 10h45
Salle polyvalente

Bingo

Mercredi 16/09 à 14h
Foyer
Leçon de jeux d'échecs
Chaque mercredi de 14h à 16h

Vendredi

Seniorobic

Chaque vendredi à 09h45
Salle polyvalente

Tennis de table

Chaque vendredi à 10h
Hall des sports Wemmel

Clean up day

Vendredi 18/09 à 10h
Foyer

Bowling

Vendredi 18/09 à 13h30
à l'entrée de la résidence

CALENDRIER SEPTEMBRE

Mardi



Aide digitale

Mardis 01-15/09 à 09h
Salle de discussion

Sophrologie

Chaque mardi à 10h
Salle polyvalente

Atelier de dessin et peinture

Chaque mardi à 14h
Réfectoire du personnel

Jeudi

Scrabble & Rummikub

Chaque jeudi à 14h
Foyer

Une promenade avec Joseph Caron

Jeudi 17/09 à 14h
Rendez-vous à l'entrée de la
bibliothèque

Dimanche

La vie en rose

Dimanche 27/09 de 11h à 16h
Le marché de Wemmel

Lundi

Fitgym

Chaque lundi à 10h
Salle polyvalente

Pétanque (initiation)

Lundi 26/10 à 14h
Club de pétanque Wommel

Mercredi

Yoga seniors

Chaque mercredi à 9h30
Salle polyvalente

Club de tricot et de crochet

Chaque mercredi à 9h30
Foyer

Remise en forme

Mercredis 7,14,21 et 28/10 à
10h45
Salle polyvalente

Bingo

Mercredi 21/10 à 14h
Foyer

Événement Halloween

Mercredi 28/10 à 14h
Salle polyvalente

Leçon de jeux d'échecs

Chaque mercredi de 14h à 16h

Vendredi

Seniorobic

Chaque vendredi à 9h45
Salle polyvalente

Tennis de table

Chaque vendredi à 10h
Hall des sports

TD Love Boat avec DJ Johan

Vendredi 02/10 à 14h
Foyer

CALENDRIER OCTOBRE

Mardi



Aide digitale

Mardis 01-15/10 à 09h
Salle de discussion

Sophrologie

Chaque mardi à 10h
Salle polyvalente

Atelier de dessin et peinture

Chaque mardi à 14h
Réfectoire du personnel

Conférence interactive (NL) : Le pouvoir de l'autocompassion

Mardi 06/10 à 19h
Foyer

English chatroom

Mardi à 14h
Jardin d'hiver

Jeudi

Scrabble & Rummikub

Chaque jeudi à 14h
Foyer

Scrabble et combat

Jeudi 15/10 à 14h
Foyer

Atelier de couture

Jeudi 22/10 à 14h - 16h
Foyer

Conférence interactive (FR) :

Gérer et comprendre ses émotions
Jeudi 08/10 à 19h
Foyer

English chatroom

Jeudi à 14h
Jardin d'hiver