

De gemeente stelt met plezier haar **Activ'in 1070**-programma voor, voor het seizoen 2020-2021.

Alle activiteiten zijn toegankelijk voor volwassenen en zijn speciaal bedacht voor 60-plussers en mensen met een handicap.

Op initiatief van Fabienne Miroir, schepen van Seniorenbeleid, Handicapbeleid en Sociale Zaken met de steun van burgemeester Fabrice Cumps en het schepencollege van Anderlecht.

Niet op de openbare weg werpen

VU : MARCEL VERMEULEN - RAADSPLEIN 1 - 1070 ANDERLECHT

DE VERSCHILLENDE LOCATIES

Centrum Wazez:

Bergensesteenweg 593
(MIVB : 81 ou 46 halte Verzet De Lijn : 116,117,118, 141,142,144,170,171 halte Biestebroek)

Centrum Peterbos :

Peterbospark n° 14
(MIVB : 49 et 89 halte Peterbos of Willemyns)

Centrum Duivenmelkers :

Duivenmelkerspark
(MIVB : 75 halte Wauters of Acht Uren De Lijn : 141,142,144,170,171 halte Anderlecht Het Rad)

Buurthuis Scheut :

L. de Swaefstraat 10 B
(MIVB : 89 halte Kol. Veteranen
De Lijn : 136,137 halte Anderlecht Kol. Veteranensquare)

Centrum Bospark :

Demosthenesstraat 40
(MIVB : 89 halte Kol. Veteranen
De Lijn : 136,137 halte Anderlecht Kol. Veteranensquare)

Events Lab :

Broekstraat 52
(MIVB : 46, 49 of 81 halte Sint-Guido)

Espace 16 Arts :

Rossinistraat 16
(MIVB : 81 halte Raad)

Centrum Van Lierde :

Jean Van Lierdestraat 16
(MIVB : 49 en 89 halte Paulsen De Lijn : 128,129,136,137 halte Bomstraat)

PRIJZEN

Anderlechtenaren :

Volwassenen :
→ 15 € tienbeurtenkaart
→ 30 € kaart voor 20 lessen + 2 gratis

60 jaar en ouder/handicap ::

→ 10 € tienbeurtenkaart
→ 20 € kaart voor 20 lessen + 2 gratis

Niet inwoners van Anderlecht :

Volwassenen :
→ 25 € tienbeurtenkaarts
→ 50 € kaart voor 20 lessen + 2 gratis

60 jaar en ouder/handicap :

→ 20 € tienbeurtenkaart
→ 40€ kaart voor 20 lessen + 2 gratis

Van maandag tot zaterdag

Voorgestelde sessies tussen 9u30 en 17u30

Hoe inschrijven ?

→ Dinsdag : van 15 u tot 16 u 00,
Centrum Bospark, Demosthenesstraat 40,
→ Woensdag van 9 u 30 tot 11 u 30,
Dienst Sociale Zaken, de Fiennesstraat 75
→ Donderdag van 14 u 00 tot 15 u 00,
Dienstencentrum Peterbos,
Peterbospark nr. 99

Infos : www.anderlecht.be

activin1070@anderlecht.brussels

02 558 08 45 of 02 800 07 45

Info toegankelijkheid personen met handicap
02 800 07 41

De eerste sessie
is gratis



* Rustig turnen en valpreventie

Maandag van 14 u 30 tot 15 u 30

In Centrum Bospark tot december 2020

In Espace 16 arts van januari tot juni 2021

- Behouden van fysieke capaciteiten, valpreventie en stimuleren van het geheugen. Activiteit per cyclus van 4 weken.

* Muzikale expressie

Tweede en vierde maandag van de maand van 10 u tot 11 u 30

In Centrum Van Lierde

- Workshop kunsttherapie voor mensen die nog nooit muziek hebben gemaakt. Er zijn geen vereisten. We delen een moment van welzijn en gezelligheid. Er zijn muziekinstrumenten voorzien

* Ambacht met draad

Maandag van 10 u 30 tot 13 u 30

In Buurthuis Scheut

- We leren breien en haken om het welzijn, het geheugen, de concentratie en de creativiteit te stimuleren. Een lunchpauze is voorzien.



* Yoga voor senioren

Maandag van 16 u 30 tot 17 u 30

in Centrum Van Lierde

- Onze senioren kunnen zich ontspannen, herbronnen en hun lichaam herontdekken.

* Actief lopen/Nordic walking

Dinsdag van 9 u 30 tot 11 u

Start aan centrum Peterbos

Zaterdag van 10 u 30 tot 12 u 00

Start : bushalte Vives

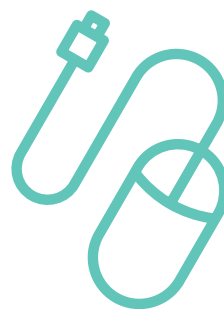
- Deze workshop staat open voor mensen die de techniek van Nordic walking (met stokken) willen ontdekken, maar ook voor mensen die actief willen lopen, zonder stokken. Een cursus aangepast aan de vaardigheden en vooruitgang van de deelnemers..

* Lijndansen

Dinsdag van 14 u tot 15 u

In Centrum Forestier

- Kleine groeps- of individuele choreografieën. Voor het plezier om samen te dansen op alle muziekgenres en het verbeteren of onderhouden van mobiliteit en geheugen. Geen voorwaarden



* Intergenerationele informaticacursus

Woensdag van 14 u tot 17 u

Broekstraat 52

- Leren gebruiken van een tablet, computer of smartphone, in de vorm van maandelijkse modules, en vooral voor senioren met een van hun kleinkinderen

* Qi gong

Donderdag van 14 u tot 15 u 30

In Centrum Van Lierde

- nergetisch turnen uit China op basis van de beheersing van ademhaling, concentratie en beweging. Versterken van spieren en gewrichten, zichzelf masseren, licht stretchen.



* Initiatie informatica

Vrijdag van 14 u tot 16 u

In Centrum Duivenmelkers

- Begeleiding tijdens de overgang naar de digitale wereld, initiatie smartphone en tablet en zoeken via een browser en een e-loket.

* Cyclodans

Eerste en derde vrijdag van de maand van 15 u tot 17 u

In Centrum Van Lierde

- Combinatie van sport en turnen waarbij rolstoelgebruikers en personen zonder handicap samenwerken.

