

# DÉCEMBRE 2023

| Pia Divercity  | Bia Bouquet   | Marconi  |
|--|---|--|
| 1 Ve :   | 1 Ve : 10h30 Permanence BDBD/Sally  | 1 Ve : 10h30 Club Lecture avec la Biblif<br>11h30 Gym-12H30 Stretching   |
| 2 Sa :   | 2 Sa :  | 2 Sa :   |
| 3 Di :   | 3 Di :  | 3 Di :   |
| 4 Lu : 10h: Gym douce<br>13h30: Stage "Le progrès, c'est vieillir" avec Smala    | 4 Lu : 15h Gym douce avec Carine  | 4 Lu : 14h Stretching-15hGym   |
| 5 Ma :   | 5 Ma:   | 5 Ma : 13h Atelier culinaire avec Muriel "Plaisir sucré"<br>13h30: Stage "Le progrès, c'est vieillir" avec Smala |
| 6 Me:  | 6 Me : 13h30: Stage "Le progrès, c'est vieillir" avec Smala                               | 6 Me : 14h Gym - 15h Stretching  |
| 7 Je :10h: Gym Douce<br>13h30: Stage "Le progrès, c'est vieillir" avec Smala     | 7 Je :  | 7 Je :   |
| 8 Ve :13h30: Stage "Le progrès, c'est vieillir" avec Smala                       | 8 Ve :<br>11h Zen Zen Zumba<br>14h atelier numérique avec Benoît et Wioleta               | 8 Ve : 11h30 Gym - 12h30 Stretching  |
| 9 Sa :   | 9 Sa :  | 9 Sa :   |
| 10 Di :  | 10 Di :   | 10 Di :  |
| 11 Lu : 10h Gym Douce - 13h45 Atelier écriture                                   | 11 Lu : 15h Gym douce avec Carine   | 11 Lu : 14h Stretching-15hGym  |
| <b>12 SORTIE AU STUDIO VARIA "POST MORTEM" - 13h30 - Réservation obligatoire</b> |   |  |
| 13 Me :  | 13 Me : 14h30 Danse avec Sarah et Sam   | 13 Me : 14h Gym - 15h Stretching   |
| 14 Je : 10h Gym  | 14 Je :   | 14 Je: 14h Bingo Time!   |
| 15 Ve :  | 15 Ve : 11h00 L'Heure des Contes avec Leslie  | 15 Ve : 11h30 Gym - 12h30 Stretching   |
| 16 Sa :  | 16 Sa :   | 16 Sa :  |
| 17 Di :  | 17 Di :   | 17 Di:   |
| 18 Lu : 11h30 AquaGym - Réservation obligatoire<br>13h45 Atelier écriture        | 18 Lu : 15h Gym douce avec Carine   | 18 Lu : 14h Stretching-15hGym  |
| 19 Ma :  | 19 Ma :   | 19 Ma :  |
| <b>20 GRAND THE DANSANT - RETOUR DE LA LUMIERE AU BRASS de 13h30 à 17h00</b>     |   |  |
| 21 Je : 10h Gym  | 21 Je :   | 21 Je :  |
| 22 Ve :  | 22 Ve : 10h30 Petit déjeuner de fin d'année - Auberge Espagnole,<br>amène ce que tu veux! | 22 Ve : 10h30 Matinée jeux de mémoire - Biblif<br>11h30 Gym- 12h30 Stretching                                    |
| 23 Sa :  | 23 Sa :   | 23 Sa :  |
| 24 Di :  | 24 Di :   | 24 Di:   |
| <b>25 Lu: JOUR FERIE - CENTRE FERME</b>  |   |  |
| 26 Ma :  | 26 Ma :   | 26 Ma :  |
| 27 Me:   | 27 Me :   | 27 Me:   |
| 28 Je :  | 28 Je :   | 28 Je :  |
| 29 Ve :  | 29 Ve :   | 29 Ve :  |
| 30 Sa :  | 30 Sa :   | 30 Sa :  |

N'oubliez pas le Foot en marchant :  
Tous les mercredis à 10h30 au Stade (Rue Joseph Bens 124, 1180 Uccle)

Attention, 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 13h30 à 16h30 : atelier de peinture avec les peintres de l'Abbaye

# Agenda des centres

Marconi - Pia Divercity  
& Bia Bouquet

## Décembre 2023

« Le Service Seniors de la commune de 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 Marconi 41

Pia Divercity : Avenue du Pont de Luttre 134

Bia Bouquet : Square du Bia Bouquet 1

Tel 

02/376.10.06

0490/14.25.81

0490/14.25.82

## À la une

**BRASS**

LE PLUS GRAND THÉ DANSANT  
AU BRASS  
LE 20 DÉCEMBRE  
DE 13H30 À 17H  
AVEC DJ BLINDÉ LÉGER  
\* FILTRE D'AMOUR OFFERT  
\* BEAUTY SALOON  
\* KARAOKE  
ET SURPRISES

ZONE A RISQUE  
ATTENTION  
COUP DE FOUDRE  
FREQUENT

ADRESSE :  
364 AVENUE  
VANVOLVET  
1190 FOREST

Centre Culturel de Forest

> GRATUIT  
> Organisé par le BRASS et le Service Senior de la Commune de Forest

**ATTENTION: TOUS LES CENTRES SONT FERMES:**

Du 25/12 au 29/12/23 et

Du 01/01 au 05/01/24 inclus

### Repas au centre Marconi

Des repas sont servis du lundi au vendredi entre 12h et 12h30 au centre

Renseignements et réservations :

 02/376.10.06

LA SMA LA CINEMA FAIT SON  
GRAND RETOUR  
AU SERVICE SENIORS

LE PROGRÈS,  
C'EST  
VIEILLIR

DU 09/12  
AU 08/12

CRÉATION DE CAPSULES VIDÉOS

VENEZ SOUHAITER

- VOS VOEUX
- VOS ENVIES
- DECLARER VOTRE AMOUR
- CHANTER

2024

IAU DIVERCITY  
• LUNDI 09/12  
• JEUDI 07/12  
• VENDREDI 08/12

IAU MARCONI  
• MARDI 05/12

IAU BIA BOUQUET  
• MERCREDI 06/12

DE 13H30 A 16H30