



Centre VIVA Centrum
Octobre - Novembre - Décembre
2022

197, RUE LÉON THÉODOR
1090 JETTE

WWW.VIVAJETTE.BE

CENTREVIVA@VIVAJETTE.BE

02/201.89.41



Centre Viva Description



OUVERTURE

Du lundi au jeudi de 9h à 17h,
Le vendredi de 11h à 17h.

COMMENT Y ARRIVER ?

En train (arrêt gare de Jette)
Via le tram 19 et les bus 14 et 88
Navette Viva ! Mob (0471/890.883 -
0471/833.053)

LEGENDE



: Difficulté de marche



: Chaise roulante disponible



: **Inscription obligatoire, case à cocher pour communiquer
votre souhait d'inscription à l'équipe**

Où ?

Rue Léon Théodor, 197, en face du
parc Garcet et à côté de la gare de
Jette

POUR QUI ?

Accès libre à tous les jettois de 60 ans
et plus

INFOS ET INSCRIPTIONS

02/201.89.41

centreviva@vivajette.be

Le Centre VIVA! est un lieu d'accueil de jour pour tou.te.s les jettois.es **de plus de 60 ans**. Le Centre VIVA! propose des activités stimulantes et permet de favoriser les relations sociales des aînés, dans le but de préserver le plus longtemps possible leur autonomie.

Malheureusement, suite à la crise sanitaire, vous ne pouvez plus venir librement au centre. C'est pourquoi nous vous demandons de **vous inscrire aux activités au préalable**. Nous vous remercions d'avance de vous présenter uniquement aux activités auxquelles vous êtes inscrits !

De plus, hormis l'atelier cuisine du mardi, nous nous réunissons **tous les midis** pour partager et **manger ensemble** nos tartines dans une **ambiance conviviale**. Vous avez également la possibilité de commander un plat du jour !

Par ailleurs, **tous les trois mois**, nous nous réunissons pour un **conseil participatif**. Venez partager avec nous vos envies, besoins, remarques et idées, car c'est ensemble que nous ferons avancer le Centre Viva !



CHERS PARTICIPANTS,



Malgré nos péripéties vécues cet été, il est temps de faire une croix sur le beau temps et d'accueillir la saison où le vent balaye les feuilles mortes.

Contrairement à notre train pour la mer, l'automne n'arrivera certainement pas en retard et promet de nous rafraîchir après ces épisodes caniculaires.

Voici donc notre dernier programme de l'année 2022, l'occasion pour nous de vous remercier chaleureusement pour votre collaboration indéfectible avec le centre Viva. Nous n'avons rien lâché et ensemble nous avons surmonté de nombreuses épreuves, en guise de récompense, les masques sont tombés et les visages se sont découverts ! De plus, grâce à vous et à votre confiance, nous grandissons chaque jour : bientôt tous les jettois seront chez nous ! Nous espérons pouvoir profiter avec vous dignement de cette saison automnale durant laquelle nous nous rapprocherons afin de rester au chaud. En effet, le chauffage est devenu désormais si cher que nous nous voyons contraints de carburer à la chaleur humaine.

Nous vous convions à venir profiter des tonnes d'activités afin de terminer l'année en beauté ! Vous devez simplement vous inscrire soit par mail, soit par téléphone ou lors de votre passage au centre.

Quand ? Tous les premiers mercredis du mois en cours pour les activités du mois suivant. N'attendez plus, nous vous invitons à découvrir notre programme d'automne ! Sortez donc vos agendas, vos stylos ou vos Smartphones pour de nouvelles expériences !

Bienvenue au centre VVA Jette



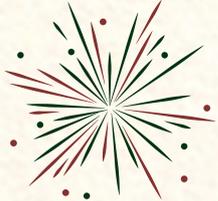
Amitiés



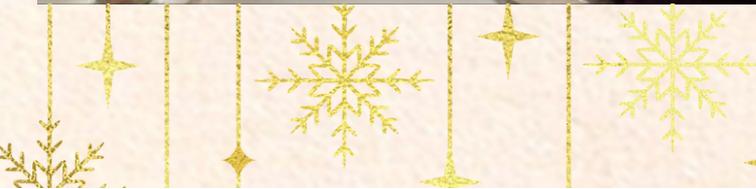
Existence

Rires

Sorties



Famille



PRÉNOM:

PROGRAMME D'OCTOBRE

LUNDI 3

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et
tablette - Gratuit

MERCREDI 5

10h-12h Polémique en deux équipes
- Gratuit

13h30-16h30 Prévention des chutes
avec la commune - Gratuit

VENDREDI 7

11h-12h Permanence smartphone et
tablette - Gratuit

14h-16h Pâtisserie : Tartes aux ananas
et fête des anniversaires - Gratuit

MARDI 11

10h-12h Cuisine : saucisses chipolatas
et stoemp aux poireaux et carottes- 3€

14h-16h Atelier peinture : Encre de
Chine - Gratuit

JEUDI 13

11h-12h Gym douce - Gratuit

13h-16h Expo : Le Petit Prince
- 9€  

MARDI 4

10h-12h Cuisine : Tomates farcies et
riz - 3€

14h-16h Atelier peinture : Encre de
Chine - Gratuit

JEUDI 6

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Atelier histoire des mots -
Gratuit

LUNDI 10

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et
tablette - Gratuit

MERCREDI 12

10h-12h Atelier tricot/crochet
- Gratuit

14h-16h Conseil participatif - Gratuit

VENDREDI 14

11h-12h Permanence smartphone et
tablette - Gratuit

14h-16h Olympique des neurones-
Gratuit

LUNDI 17

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et
tablette - Gratuit



PROGRAMME D'OCTOBRE

MARDI 18

- 10h-12h Cuisine : Poulet à la mohambe, riz et banane plantain
- 3€
- 14h-16h Atelier peinture : Encre de Chine - Gratuit

JEUDI 20

- 11h-12h Gym douce - Gratuit
- 12h30-16h Théâtre des Martyrs : Ce jour te fera naître et périr - 3€ 

LUNDI 24

- 10h-12h Senior actu - Gratuit
- 14h-16h Initiation smartphone et tablette - Gratuit

MERCREDI 26

- 10h-12h Atelier tricot/crochet - Gratuit
- 14h-16h Création Bijoux - Gratuit

VENDEDI 28

- 11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit
- 14h-16h Danse en ligne - Gratuit

MERCREDI 19

- 10h-12h Atelier bien-être - Gratuit
- 14h-17h Pot de départ d'Alexandre - Gratuit

VENDEDI 21

- 11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit
- 14h-16h Danse en ligne - Gratuit

MARDI 25

- 10h-12h Cuisine : Tagliatelles au saumon et épinard - 3€
- 14h-16h Atelier peinture : Encre de Chine - Gratuit

JEUDI 27

- 11h-12h Gym douce - Gratuit
- 14h-16h Concert avec la commune - 3€

LUNDI 31

- et 10h-12h Senior actu - Gratuit
- 14h-16h Jeux de société/ cartes - Gratuit



PRÉNOM:

PROGRAMME DE NOVEMBRE

MARDI 1

Centre fermé - Toussaint

MERCREDI 2

10h-12h Atelier tricot / crochet
- Gratuit

13h-16h Initiation à l'évacuation -
Gratuit

JEUDI 3

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Création bijou - Gratuit

VENDREDI 4

11h-12h Permanence smartphone et
tablette - Gratuit

14h-16h Pâtisserie : Tartes aux poires
et fête des anniversaires - Gratuit

LUNDI 7

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et
tablette - Gratuit

MARDI 8

10h-12h Cuisine : Tortilla aux
légumes - 3€

14h-16h Atelier peinture : Acrylique
- Gratuit

MERCREDI 9

10h-12h Polémique en deux équipes
- Gratuit

14h-16h Jeux de société/ cartes -
Gratuit

JEUDI 10

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Atelier percussion - Gratuit

VENDREDI 11

Centre fermé - Armistice

LUNDI 14

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et
tablette - Gratuit



PRÉNOM:

PROGRAMME DE NOVEMBRE

MARDI 15

10h-12h Cuisine : Hamburgers et frites - 3€

14h-16h Atelier peinture : Acrylique - Gratuit

JEUDI 17

11h-12h Gym douce - Gratuit

13h-16h Thé dansant au Sippelberg - Gratuit 

LUNDI 21

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et tablette - Gratuit

MERCREDI 23

10h-12h Atelier bien-être - Gratuit

14h-16h Jeux de société/ cartes - Gratuit

VENDREDI 25

11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

14h-16h Danse en ligne - Gratuit

MARDI 29

10h-12h Cuisine : Spaghetti sauce tomate et boulettes - 3€

14h-16h Atelier peinture : Acrylique - Gratuit

MERCREDI 16

10h-12h Atelier tricot / crochet
- Gratuit

14h-16h Senior n'oubliez pas les chansons - Gratuit

VENDREDI 18

11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

14h-16h Olympique des neurones - Gratuit

MARDI 22

10h-12h Cuisine : Canard à l'orange et riz - 3€

14h-16h Atelier peinture : Acrylique - Gratuit

JEUDI 24

11h-12h Gym douce - Gratuit

13h - 16h Maison de costumes d'époque - 3€ 

LUNDI 28

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et tablette - Gratuit

MERCREDI 30

10h-12h Atelier tricot / crochet - Gratuit

14h-16h Grand quiz - Gratuit

PROGRAMME DE DÉCEMBRE

JEUDI 1

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Conférence : histoire de Bruxelles - Gratuit

LUNDI 5

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et tablette - Gratuit

MERCREDI 7

10h-12h Polémique en deux équipes - Gratuit

14h-16h Noël avec la commune - 3€



VENDREDI 9

11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

13h-16h Opéra : On Purge Bébé - Gratuit



MARDI 13

10h-12h Cuisine : Poulet tandoori avec fenouil et pdt - 3€

14h-16h Atelier peinture : Aquarelle - Gratuit

JEUDI 15

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16 Spectacle centre Armillaire - Gratuit

VENDREDI 2

11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

14h-16 Pâtisserie : Tartes aux pommes et fête des anniversaires - Gratuit

MARDI 6

10h-12h Cuisine : Brochettes de saumon mariné et purée de petit pois - 3€

14h-16h Atelier peinture : Aquarelle - Gratuit

JEUDI 8

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Création bijou - Gratuit

LUNDI 12

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et tablette - Gratuit

MERCREDI 14

10h-12h Atelier tricot / crochet - Gratuit

14h-16h Jeux de société/ cartes - Gratuit

VENDREDI 16

11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

14h-16 Danse en ligne - Gratuit

PROGRAMME DE DÉCEMBRE

LUNDI 19

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et
tablette - Gratuit

MERCREDI 21

10h-12h Film-débat - Gratuit

14h-16h Jeux de société/ cartes -
Gratuit

VENDREDI 23

13h30-16h Animation musicale et
apéro dînatoire Noel - 3€

MARDI 27

10h-12h Cuisine : la viande hache à
la mexicaine - 3€

14h-16h Atelier peinture : Aquarelle
- Gratuit

JEUDI 29

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Jeux de société/ cartes -
Gratuit

MARDI 20

10h-12h Cuisine : Choucroute -3€

14h-16h Atelier peinture : Aquarelle -
Gratuit

JEUDI 22

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Création bijou - Gratuit

LUNDI 26

Centre fermé - férie public

MERCREDI 28

10h-12h Atelier tricot/crochet -
Gratuit

14h-16h Atelier bien-être - Gratuit

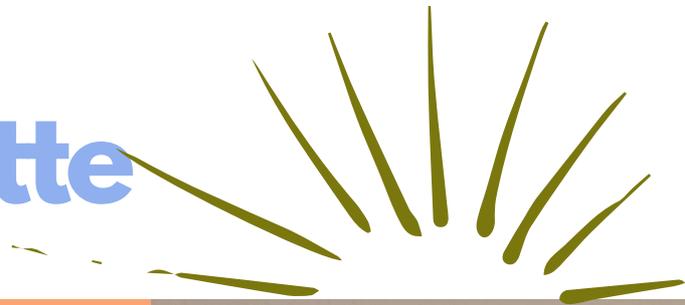
VENDREDI 30

13h30-16h Animation musicale et
apéro dînatoire Nouvel an - 3€



Description des activités Viva Jette

Profitez de beaux moments de fêtes en venant au centre !



Pot de départ Alexandre I.

Comme le dit si bien le petit prince "Il y aura toujours une autre occasion, un autre ami, un autre amour et une force nouvelle. Pour chaque fin, il y a toujours un nouveau départ." C'est pourquoi, après plusieurs années passées à nos côtés, voici venu le moment pour notre cher coordinateur de nous quitter pour découvrir de nouveaux horizons. Nous voulons célébrer comme il se doit l'envol d'une personne emblématique de Viva. Pour cela, nous vous invitons à venir fêter son départ au centre Viva le 19 octobre à 14h ! Nous espérons vous voir nombreux pour le taquiner bien comme il faut avant son grand saut !



Sorties au théâtre

C'est avec beaucoup de plaisir que nous vous invitons de nouveau à découvrir les trois prochains spectacles !

Le 20 octobre au théâtre des Martyrs - **CE JOUR TE FERA NAITRE ET PÉRIR**

: "Quatre détenus, deux hommes et deux femmes, vont vivre la dernière année de leur peine en participant à un atelier sur Sophocle. Le spectacle questionne la tragédie et la poésie comme moyen de résilience.

Comment se reconstruire après la chute ? Ou comment faire le pari de l'art, de ce qui nous interroge et nous bouleverse au plus profond, pour donner une colonne vertébrale à une existence mise à terre ?"

Ensuite, le 9 décembre à la Monnaie - **ON PURGE BÉBÉ** : " Monsieur, Madame et leur fils tyrannique et constipé, Toto, vivent une folle journée durant laquelle les pots de chambre volent dans les airs. La porcelaine n'est pas la seule à se briser dans ce cauchemar burlesque, les apparences petites-bourgeoises y passent aussi... Bonne merde" !"

Enfin le 15 décembre notre comédien et metteur en scène Stéphane Brodzki nous invite à venir voir son spectacle au centre Armillaire !

Description des activités Viva Jette



Animations musicales

L'animation musicale joue un rôle très essentiel dans la réussite des célébrations. En effet, elle donne de l'ambiance aux fêtes et contribue à son succès ! La musique est un vecteur de fête mais également un excellent outil pour réunir un public. Comme vous pouvez le constater, pour cette année il n'y aura pas qu'une animation musicale mais 2 ! Et, oui, vous pouvez sauter de joie, vous avez bien raison ! L'année 2022 n'aura pas la même fin que les autres ! Pour bien accueillir la nouvelle année, le chanteur aura pour mission de vous faire danser, chanter et rire comme vous ne l'avez jamais fait auparavant. Nous vous garantissons une ambiance conviviale autour d'apéros élaborés par notre chère Maimouna ! N'attendez plus, inscrivez vous rapidement auprès de l'équipe !

Prévention des chutes

Personne n'est à l'abri d'une chute, le risque augmente considérablement avec l'âge et les problèmes de santé. Heureusement, nous pouvons en limiter la survenue en prenant quelques précautions. Raison pour laquelle, avec la commune nous avons décidé d'organiser un atelier de prévention des chutes pour vous donner des astuces afin d'aménager votre domicile, conserver une bonne santé et rester prudent au quotidien.



Initiation à l'évacuation

Le but de cette séance est de vous accoutumer à des techniques d'évacuation spécifiques. Il s'agit de vous permettre de connaître les bases de la prévention en sécurité incendie mais aussi à être capable d'utiliser tous les moyens de premiers secours incendie pour lutter contre un départ de feu. De plus, le formateur vous donnera des conseils pour pouvoir adapter votre comportement et celui des autres en cas d'évacuation d'urgence. Ces outils vous serviront à évacuer correctement les gens en suivant une procédure claire et précise.

Description des activités Viva Jette

Profitez de cette saison automnale en vous amusant au centre Viva !



Koning Boudewijnstichting
Fondation Roi Baudouin

*Samen werken aan een betere samenleving
Agir ensemble pour une société meilleure*

Smartphone et tablette

Cours de smartphone et tablette :

Nos séances d'apprentissage continuent les lundis à 14h. Toutefois, n'oubliez pas d'apporter vos appareils afin que vous puissiez en découvrir toutes les fonctionnalités.

Permanence smartphone et tablette :

Tous les vendredis de 11h à 12h une permanence, pour répondre à vos questions afin de vous permettre de bien maîtriser votre outil. Ainsi, vous serez armés et parés pour immortaliser vos moments euphoriques !



Mon Agenda Viva

2022

♥ TÂCHES D'AUJOURD'HUI :

♥ LES ÉVÉNEMENTS Avenir :



♥ RAPPELS ET NOTES :



Editrice responsable :
Madame Nathalie Vandenbrande,
Président du CPAS de Jette,
Rue de l'Eglise Saint-Pierre, 47-49

WWW.VIVAJETTE.BE
CENTREVIVA@VIVAJETTE.BE