

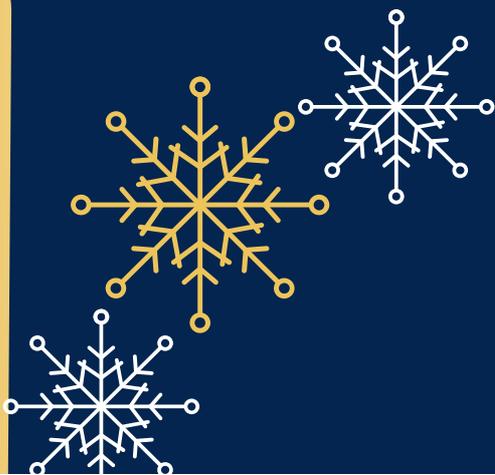


Centre VIVA Centrum
Janvier - Février - Mars
2023

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.

Depuis la crise sanitaire, 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,

2022 fut une année de chamboulements. Le premier changement qui nous vient à l'esprit fut le départ de notre cher Alexandre et l'arrivée de la nouvelle coordinatrice Ericca qui heureusement parvient à s'intégrer correctement à la famille Viva.

De plus, nous devons nous amuser quelques mois sans notre éducatrice préférée Gracia, qui après tant d'efforts à besoin d'un repos bien mérité ! Comme vous pouvez le lire, l'année a été riche en émotions !

Malgré les changements, nous n'avons toutefois pas chômé puisque cela ne fait pas partie de nos habitudes ! C'est pourquoi, nous avons effectué une multitude de collaborations avec d'autres structures jettoises : des rencontres autour de films, des fêtes, des ateliers préventifs, des conférences, une présentation de notre pièce de théâtre, la célébration de la 5eme année d'existence de Viva, des sorties culturelles, un barbecue National à la résidence Viva, sans oublier les préparatifs pour le parcours d'artistes qui fut une réussite !

Pour cette nouvelle année 2023, nous vous souhaitons du succès et qu'une pleine satisfaction couronne toutes vos activités. Nous espérons une année porteuse de nouvelles visions, concrétisant vos rêves et réalisant vos objectifs dans vos vies et au sein du centre Viva !

Comme vous pouvez vous en douter, nous envisageons d'atteindre des sommets mais pas sans vous parce que nous existons grâce à vous ! Vous êtes donc conviés à venir profiter des moultes activités afin de commencer l'année comme il se doit, en bonne compagnie !

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 hivernal !

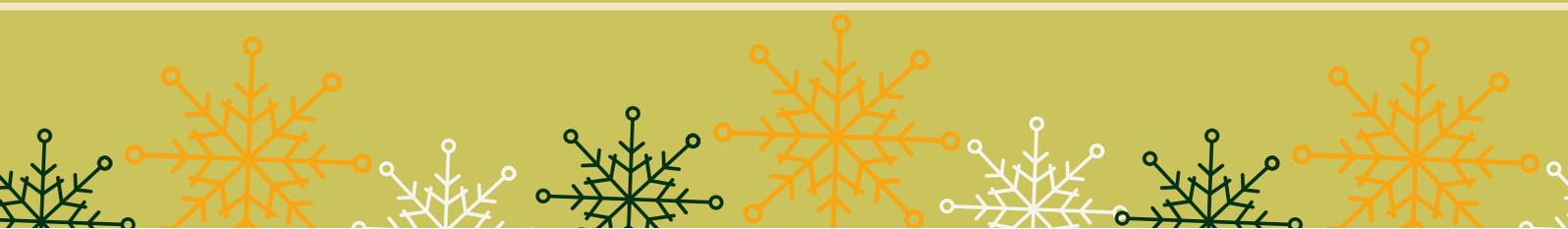




Bienvenue au centre

VIVA Jette

Veillez recevoir nos meilleurs vœux de santé, de paix et de bonheur pour vous et votre famille!



PRÉNOM:

PROGRAMME DE JANVIER

LUNDI 2

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et
tablette - Gratuit

MERCREDI 4

10h-12h Atelier bien être - Gratuit

14h-16h Jeux de société - Gratuit

VENDREDI 6

11h-12h Permanence smartphone
et tablette - Gratuit

14h-16h Pâtisserie : Galette des rois et
reines fête des anniversaires - Gratuit

MARDI 10

10h-12h Cuisine : Courge spaghetti
carbonara -3€

14h-16h Atelier peinture : Pastel
gras - Gratuit

JEUDI 12

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Récit de vie - Gratuit

MARDI 3

10h-12h Cuisine : Choux rouge, pdt
et boudin - 3€

14h-16h Atelier peinture : Pastel gras
- Gratuit

JEUDI 5

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Danse en ligne - Gratuit

LUNDI 9

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et
tablette - Gratuit

MERCREDI 11

10h-12h Atelier tricot/crochet
- Gratuit

14h-16h Atelier chant - Gratuit

VENDREDI 13

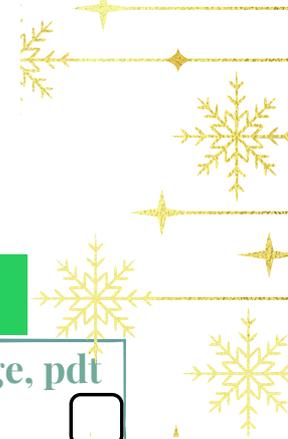
11h-12h Permanence smartphone
et tablette - Gratuit

14h-16h Conseil participatif -
Gratuit

LUNDI 16

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone
et tablette - Gratuit



PROGRAMME DE JANVIER

MARDI 17

10h-12h Cuisine : Emincées de dinde, champi et riz - 3€

14h-16h Atelier peinture : Pastel gras - Gratuit

JEUDI 19

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Initiation au jeu des mots : Scrabble - Gratuit

LUNDI 23

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et tablette - Gratuit

MERCREDI 25

10h-12h Atelier tricot/crochet - Gratuit

14h-16h Initiation au jeu des mots : Scrabble - Gratuit

VENDREDI 27

11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

14h-16h Danse en ligne - Gratuit

MARDI 31

10h-12h Cuisine : Poulet rôti aux patates douces - 3€

14h-16h Atelier peinture : Pastel gras - Gratuit

MERCREDI 18

10h-12h Atelier bien-être - Gratuit

14h-16h Création bijou - Gratuit

VENDREDI 20

11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

14h-16h Grand quiz - Gratuit

MARDI 24

10h-12h Cuisine : Hoche-pot de légumes - 3€

14h-16h Atelier peinture : Pastel gras - Gratuit

JEUDI 26

11h-12h Gym douce - Gratuit

13h-16h Opéra : YEVGENY ONEGIN - Gratuit

LUNDI 30

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et tablette - Gratuit

PRÉNOM:

PROGRAMME DE FÉVRIER



MERCREDI 1

10h-12h Atelier tricot / crochet

- Gratuit

13h-16h Bowling Stones Wemmel -

3€

JEUDI 2

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Initiation au jeu des cartes :

Rami - Gratuit

LUNDI 6

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et

tablette - Gratuit

MERCREDI 8

10h-12h Atelier bien-être - Gratuit

- Gratuit

14h-16h Jeux de société - Gratuit

VENDREDI 10

11h-12h Permanence smartphone
et tablette - Gratuit

14h-16h Danse en ligne - Gratuit

VENDREDI 3

11h-12h Permanence smartphone et
tablette - Gratuit

14h-16h Guinguette à la résidence

Viva : MAC ' AKOUSTIC - Gratuit

MARDI 7

10h-12h Cuisine : Boulettes sauce
tomates et pdt - 3€

14h-16h Atelier peinture : Sachet de
thé - Gratuit

JEUDI 9

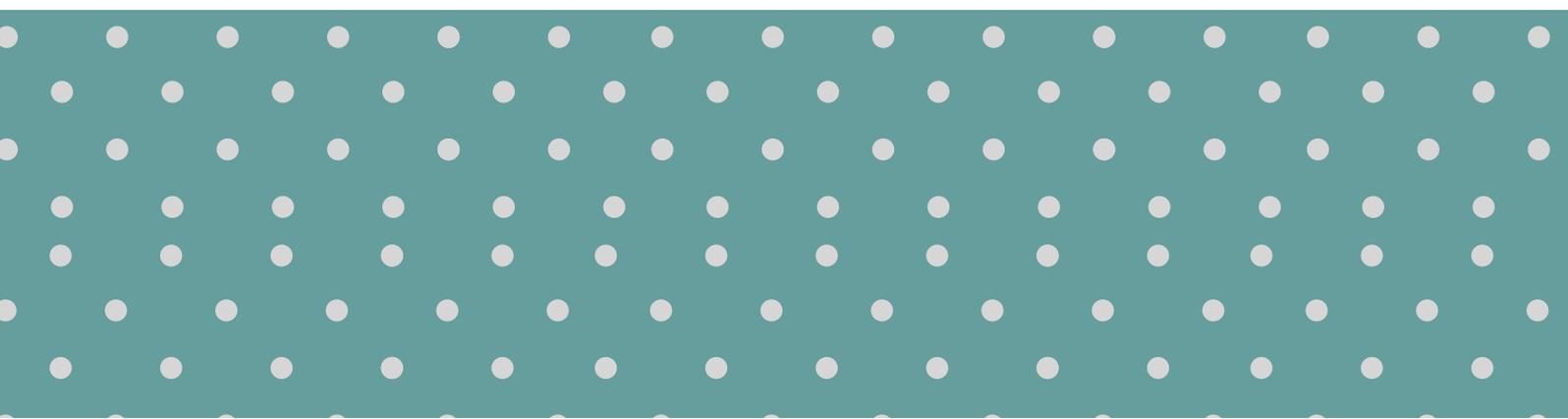
11h-12h Gym douce - Gratuit

13h-16h Musée bruxellois du Moulin
et de l'Alimentation - 3€ 

LUNDI 13

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et
tablette - Gratuit



PRÉNOM:

PROGRAMME DE FÉVRIER

MARDI 14

10h-12h Cuisine : Nouilles sautées au poulet - 3€

14h-16h Atelier peinture : Sachet de thé - Gratuit

JEUDI 16

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Création bijou - Gratuit

LUNDI 20

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et tablette - Gratuit

MERCREDI 22

10h-12h Atelier bien-être - Gratuit

14h-16h Prévention au surendettement - Gratuit

VENDREDI 24

11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

14h-16h Danse en ligne - Gratuit

MARDI 28

10h-12h Cuisine : Lasagnes aux épinards et chèvre - 3€

14h-16h Atelier peinture : Sachet de thé - Gratuit

MERCREDI 15

10h-12h Atelier tricot / crochet - Gratuit

14h-16h Film-débat - Gratuit

VENDREDI 17

09h-17h Sortie Tournai : Musée des arts de la Marionnette - 12€

11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

MARDI 21

10h-12h Cuisine : Gratin de chicons et purée-3€

14h-16h Atelier peinture : Sachet de thé - Gratuit

JEUDI 23

11h-12h Gym douce - Gratuit

14h-16h Initiation au jeu des cartes : Belote - Gratuit

LUNDI 27

10h-12h Senior actu - Gratuit

14h-16h Initiation smartphone et tablette - Gratuit



PRÉNUM:

PROGRAMME DE MARS

MERCREDI 1

- 10h-12h Atelier tricot / crochet
- Gratuit
- 13h-16h Bowling Stones Wemmel
- 3€ 

VENDREDI 3

- 11h-12h Permanence smartphone
et tablette - Gratuit
- 14h-16h Pâtisserie : Tarte au
chocolat et caramel et fête des
anniversaires - Gratuit

MARDI 7

- 10h-12h Cuisine : Tartiflette - 3€
- 14h-16h Atelier peinture : A la
paille - Gratuit

JEUDI 9

- 11h-12h Gym douce - Gratuit
- 14h-16h Création bijou - Gratuit

LUNDI 13

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

MERCREDI 15

- 10h-12h Atelier tricot/crochet
- Gratuit
- 14h-16h Grand quiz - Gratuit

JEUDI 2

- 11h-12h Gym douce - Gratuit
- 14h-16h Récit de vie - Gratuit

LUNDI 6

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

MERCREDI 8

- 10h-12h Atelier tricot / crochet -
Gratuit
- 14h-16h Jeux de société - Gratuit

VENDREDI 10

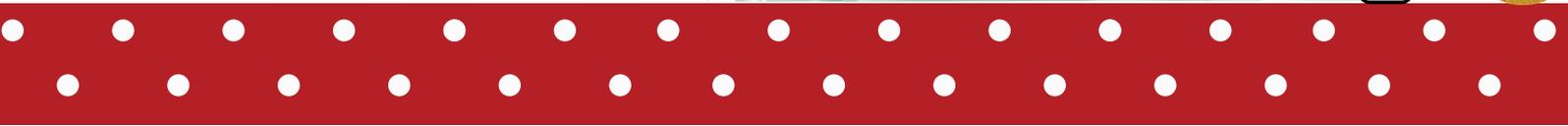
- 11h-12h Permanence smartphone et
tablette - Gratuit
- 14h-16h Danse en ligne - Gratuit

MARDI 14

- 10h-12h Cuisine : Ratatouille, poisson
et riz -3€
- 14h-16h Atelier peinture : A la paille-
Gratuit

JEUDI 16

- 11h-12h Gym douce - Gratuit
- 14h-16h Atelier de lecture - Gratuit



PRÉNOM:

PROGRAMME DE MARS

VENDREDI 17

- 11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit
- 14h-16 Film-débat - Gratuit

MARDI 21

- 10h-12h Cuisine : Poulet au citron et frites - 3€
- 14h-16h Atelier peinture : A la paille - Gratuit

JEUDI 23

- 11h-12h Gym douce - Gratuit
- 14h-16h Atelier de lecture - Gratuit

LUNDI 27

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

MERCREDI 29

- 10h-12h Atelier tricot/crochet - Gratuit
- 14h-16h Grand quiz - Gratuit

VENDREDI 31

- 09h-17h Sortie à Spa: Musée de la Lessive - 12€ 
- 11h-12h Permanence smartphone et tablette - Gratuit

LUNDI 20

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

MERCREDI 22

- 10h-12h Atelier tricot/crochet - Gratuit
- 14h-16h Jeux de société - Gratuit

VENDREDI 24

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

MARDI 28

- 10h-12h Cuisine : Quiche lorraine et salade - 3€
- 14h-16h Atelier peinture : A la paille - Gratuit

JEUDI 30

- 11h-12h Gym douce - Gratuit
- 14h-16h Conférence : Famille Rothschild - Gratuit



Description des activités Viva Jette

Profitez de beaux moments de fêtes en venant au centre !

Initiation aux jeux : Scrabble et cartes

Nous vous proposons des parties d'initiation aux jeux les plus célèbres. Vous les connaissez sûrement mais malheureusement n'avez pas eu l'opportunité d'en apprendre les règles. Qu'il s'agisse du Scrabble, de la Belote ou encore du Rami, il n'est jamais trop tard pour apprivoiser ces classiques ! Pour cela, nous vous convions à venir apprendre auprès des meilleurs joueurs de Belgique ! Que vous soyez débutants ou expérimentés, vous trouverez sans nul doute beaucoup de plaisir à apprendre ou à transmettre vos connaissances aux autres. Le matériel sera fourni sur place mais vous pouvez aussi apporter vos jeux fétiches !



Description des activités Viva Jette

Atelier de lecture

Pour l'année 2023, un nouvel atelier de lecture s'ouvrira au centre Viva. Dès mars, venez découvrir ou redécouvrir le plaisir de lire, de partager et d'approprier un ouvrage avec les autres participants. Lors de cet atelier, vous aurez l'occasion de vous exprimer sur un livre que vous avez aimé. Vous pourrez alors le présenter aux autres membres du groupe afin d'évoquer votre ressenti, vos souvenirs, votre analyse et vos citations favorites. L'activité se déroulera dans un lieu calme, convivial et dans le respect des échanges. Que vous soyez un lecteur averti ou non, cet atelier est fait pour vous !



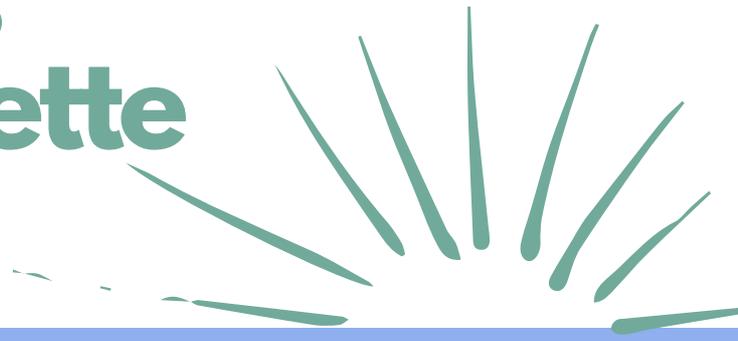
Prévention au surendettement

Saviez-vous que l'ensemble de la population adulte est endetté ? À partir du moment où vous avez reçu une facture que vous n'avez pas encore payée, que vous avez demandé une somme d'argent à prêter, vous êtes endetté. Et la situation actuelle n'arrange pas les choses ! C'est pourquoi, nous vous proposons de venir écouter un spécialiste de la question qui vous donnera les outils nécessaires pour vous éviter ou vous permettre de vous en sortir face à une situation compliquée. Ne ratez pas l'occasion de participer à cet atelier très utile !!



Description des activités Viva Jette

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



Smartphone et tablette

Cours de smartphone et tablette :

Nos séances d'apprentissage continuent les lundis à 14h. Toutefois, n'oubliez pas d'apportez 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 !

Echappées

Nous vous avons concocté une multitude d'activités qui égayeront vos journées ! C'est pourquoi, après une longue période sans sortir de Bruxelles, c'est avec un immense plaisir que nous vous annonçons le retour de nos échappées en bus ! En effet, dès février et jusqu'à mars, nous reprenons nos aventures en autocar pour découvrir ou redécouvrir notre Belgique ! Comme à l'accoutumée, l'ambiance sera au rendez-vous mais n'oubliez surtout pas votre bonne humeur car nous ne réalisons pas ces échappées pour fuir la vie, mais pour que la vie ne nous échappe pas ! N'hésitez donc pas à vous inscrire rapidement auprès de l'équipe Viva pour qu'ensemble nous puissions croquer pleinement la vie !

Mon Agenda Viva

2023



Venez :
Sortir
Fêter
Rencontrer
Créer
Découvrir
Apprendre
Expérimenter



Au rendez-vous :
Amusement
Chaleur
Amitié
Accueil
Bienveillance
Ecoute



NOTES :





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

WWW.VIVAJETTE.BE
CENTREVIVA@VIVAJETTE.BE