



Etterbeek  
Contact Plus

# ACTIVITEITEN VOOR SENIOREN VAN ETTERBEEK

PROGRAMMA 2020

Etterbeek  
WWW.ETTERBEEK.BE

# Een opvolging in continuïteit...

Het is met veel plezier dat wij het langverwachte activiteitenprogramma voor senioren voor 2020 voorstellen. Het is een bijzonder jaar want er wordt een fakkel doorgegeven. De activiteiten voor senioren worden vanaf nu namelijk georganiseerd en begeleid door de dienst Contact Plus, die verantwoordelijk is voor de ondersteuning van senioren en die onder de bevoegdheid van schepen Eliane Paulissen valt.

Zoals u zult zien, hebben wij ook dit jaar weer een goedgevuld programma samengesteld met meer dan 25 verschillende activiteiten. Of u nu een cultuurliefhebber, een fijnproever of een sportieveling bent of u nieuwsgierig bent naar ons erfgoed, u zult niet teleurgesteld worden.

Natuurlijk is er theater van bij ons (de "Revue des Galerie", de 57e show van Le Noyau "Larguer les Amarres"), maar er staat ook grote Parijse komedie op het programma, "La Moustache". Op het vlak van muziek vieren we dat dirigent Dominique Lecomte al 30 jaar aan het hoofd staat van de Filharmonie van Jette en dat doen we met een uitzonderlijk concert in het gemeentehuis.

Een paar maande voor onze grote verhuizing naar de Jachthofsite geven wij u de kans om nog een laatste keer een blik te werpen achter de schermen van ons gemeentehuis.

We steken ook enkele keren de grens van de gemeente over tijdens excursies naar Namen, Rochehaut, Brugge, Durby en zelfs de grotten van Han.

Vorig jaar zijn we gestart met computerlessen en dit jaar gaan we verder met de nieuwe technologieën met de workshop "Handig overweg met mijn smartphone". Tot slot eindigen we met de gezelligheid van de feestdagen met een kerstconcert in de O.L.V.-van-het-Heilig-Hartkerk, een daguitstap naar de kerstmarkt van Luik en het traditionele kerstbuffet in het gemeentehuis.

Al die activiteiten en nog vele andere staan u te wachten in dit programma! Wij wensen u veel leesplezier en vooral een gelukkig nieuwjaar 2020 boordevol ontdekkingen.

Zoals u kunt zien, verandert de bevoegdheidswissel niets aan de kwaliteit en de rijkdom van de voorgestelde activiteiten.

**De burgemeester,**  
Vincent DE WOLF



**De schepen van Maatschappelijk Welzijn,**  
Eliane PAULISSEN



# LA REVUE

DES GALERIES



Bernard Lefrancoq, Angélique Leleux, Denis Carpentier, Anne Chantraine, Marie-Sylvie Hubot, Gauthier Bourgois, Frédéric Celini, Natasha Henry, Kris Castelijn, Philippe Peters et Cécile Djunga.

Mise en scène : Alexis Goslain  
 Décors : Francesca Deleo  
 Costumes : Ronald Beurms et Fabienne Missen  
 Lumières : Laurent Comiant  
 Chorégraphie : Kylan Campbell



LE SOIR

LE VIF



**Zondag**

26/01/2020

15 uur

## THEATER - La Revue des Galeries

*Met Bernard Lefrancoq, Angélique Leleux, Denis Carpentier, Anne Chantraine, Marie-Sylvie Hubot, Gauthier Bourgois, Frédéric Celini, Natasha Henry en Philippe Peters.*

De traditionele eindejaars-“Revue” van het Théâtre Royal des Galeries wil in twee uur tijd de actualiteit van het afgelopen jaar in beeld brengen door haar naar een hoogtepunt te brengen dankzij ons Belgengevoel en een bloemlezing van absurditeiten van bij ons.

Tegen een achtergrond van glitters en pailletten passerende de grote politieke, sociale, economische, culturele en sportieve evenementen de revue in de vorm van sketches afgewisseld met liedjes en choreografieën.

De magie van een show zoals deze ligt niet alleen in de mise-en-scène en de kwaliteit van de teksten die afgestemd worden op de actualiteit, maar ook in de decors, kostuums, lichten en muzikale productie. Een niet zo gemakkelijk te doseren cocktail: de tafereelstukken moeten aan elkaar geregen worden zonder al te abrupte overgangen en de scènes moeten in evenwicht zijn zodat iedereen zijn smaak kan vinden: niet (te) pikant, niet (te) flets, maar een zoetzure streling voor het oog en het oor.

De “Revue” wil iedereen een aangename tijd bezorgen en zal de lachspieren zeker laten werken.

**WAAR ?**

*Theâtre Royal  
des Galeries*

**PRIJS**

20 €

**VERTREK**

*Op 14.00 uur voor  
het gemeentehuis*



**Woensdag**

05/02/2020

14 uur

## **ALT – Welzijnswerkshop**

### **WAAR ?**

*Gemeentehuis  
Europazaal*

### **PRIJS**

€ 15,00

“Tijd nemen voor uzelf”

Een intergenerationele workshop waarin onze senioren een lichaamsverzorging krijgen (schmink, manicure, kapsel, rugmassage...) in het gezelschap van jongeren uit onze gemeente die begeleid worden door professionals.

Een moment waarop u de kans krijgt om te zorgen voor uw lichaam en uw geest.



# Saint Valentin



**Zaterdag**  
15/02/2020

## Jaarlijkse valentijns- uitstap naar Rochehaut

Dit jaar vieren we Valentijn in Rochehaut. Bij aankomst brengen we een bezoek aan de microbrouwerij.

Vervolgens nemen we het aperitief in de grote zaal waar we ook van een heerlijke maaltijd genieten:

- Zalmrollade gevuld met een citroencrème en een garnituur van grijze garnalen
- Gepocheerd bio-eitje met crème van selderij
- Sorbet van het seizoen
- Kalfsgebraad met rode wijnsaus, geprakte aardappelen met kruiden en seizoensgroenten
- Millefeuille van chocolade en karamel

Vervolgens gaan we over tot de verkiezing van Miss en Mister Valentine en hun eredame/ereheer en dat alles in een muzikale sfeer onder leiding van Mister Michael

De terugkomst in Etterbeek is voorzien rond 19.00 uur.

**WAAR ?**  
*Rochehaut*

**PRIJS**  
€ 72,00

**VERTREK**  
*Op 8.00 uur voor  
het gemeentehuis*



**Donderdag**

20/02/2020

**14.30 uur**

**LEZING – “Paul Vanden Boeynants :  
de boucher à échevin, ministre, premier  
ministre ... mais pourtant jamais  
bourgmestre de Bruxelles”**

**WAAR ?**

*Gemeentehuis  
Europazaal*

**PRIJS**

€ 5,00

Paul Vanden Boeynants is een kleurrijke en omstre-  
den persoonlijkheid die werd veroordeeld voor fis-  
cale fraude. Hij heeft onuitwisbare sporen achter-  
gelaten in de Belgische politiek en in het Brusselse  
stadslandschap. Uiteraard mogen we ook zijn on-  
waarschijnlijk ontvoering niet vergeten. Iedereen zal  
zich zijn ontvoerder nog herinneren: Patrick Haemers.

Vanden Boeynants was volksvertegenwoordiger,  
schepen, meerdere keren minister en zelfs twee keer  
eerste minister en zelfs staatssecretaris, maar zijn  
diepste wens is nooit uitgekomen: burgemeester van  
de stad Brussel worden.

Onze spreker Willy Van Damme vertelt u over het leven  
en het “levenswerk” van Paul Vanden Boeynants en het  
hoe en het waarom van deze spraakmakende politicus,  
die overigens een uitstekend komediespeler was.



**Zondag**  
08/03/2020  
16 uur

## 57e show van Le Noyau – “Le tour du monde en 80 jours”

In een Engelse pub in de periode tussen de twee wereldoorlogen gaat Sir Phileas Fog, een rijke Britse burger, de weddenschap aan om de hele wereld rond te reizen in 80 dagen en hij zet bij die weddenschap zijn volledige fortuin in.

Dit bekende verhaal van Jules Verne wordt door Le Noyau en zijn gezelschap in een nieuw jasje gestoken.

Volg tijdens de show ons hoofdpersonage en zijn bediende op hun reis door tal van landen die ze met uiteenlopende vervoersmiddelen zullen bereiken.

Niet iedereen wil echter dat Sir Phileas Fog in zijn opzet slaagt. Zal hij zijn weddenschap winnen? U komt het te weten in de 57e show van Le Noyau!

**WAAR ?**  
*Feestzaal van  
“Athénée Royal  
Jean Absil”*

**PRIJS**  
€ 12,00



**Woensdag**

11/03/2020

*14 uur*

## **ALT – Workshop “Handig overweg met mijn smartphone”**

### **WAAR ?**

*Gemeentehuis  
Europazaal*

### **PRIJS**

**€ 5,00**

Tijdens deze activiteit leert u werken met uw smartphone en de verschillende functies van uw toestel (basisinstellingen, bellen, berichten sturen, iets opzoeken op het internet...).

Jongeren uit onze gemeente nemen de tijd om u alle functies van dit nuttige apparaat uit te leggen zodat u in contact kunt blijven met uw familie en vrienden.

**!!! Breng dus zeker uw smartphone mee !!!**





UNE COMÉDIE DE  
**Sacha  
JUDASZKO**

**Woensdag**

15/03/2020

15 uur

## TONEEL - « La Moustache »

*Met Jean Benguigui, Pauline Lefevre,  
Patrick Mille, Fabrice Donnio en Sacha Judasko*

Meer dan een hilarische komedie...

“Sylvain Sabourdin is een discrete, terughoudende man die tegen iedereen vriendelijk is en niet graag tegen andermans schenen schopt.

Vandaag is een grote dag voor hem: hij zal zijn toekomstige schoonvader ontmoeten, hij heeft een sollicitatiegesprek en hij moet enkele belangrijke beslissingen nemen.

Maar terwijl hij zich aan het klaarmaken en aan het scheren is, valt de stroom uit waardoor hij niet verder kan en achterblijft met een snor... de snor van Hitler.”

**WAAR ?**

*Cultureel centrum  
van Oudergem*

**PRIJS**

€ 15,00

**VERTREK**

*Op 14.00 uur voor  
het gemeentehuis*



**Woensdag**  
15/04/2020



## **WAAR ?**

*Namen*

## **PRIJS**

€ 30,00

## **VERTREK**

*Op 8.00 uur voor  
het gemeentehuis*

# **Ontspanning en lekkernijen**

Ontdek de geschiedenis van de Abdij van Saint-Gérard de Brogne van 919 tot heden, bezoek de gewelfde zalen en bewonder de prachtige crypte uit de dertiende eeuw. De Abdij van Saint-Gérard de Brogne blijft een imposant en ontroerend gebouw.

In het hartje van die abdij biedt de pelgrimszaal plaats aan een microbrouwerij waar het eerste brouwsel gemaakt werd op 26 juni 2014. Het volledige brouwproces wordt er uitgelegd aan de hand van didactische panelen. De bieren die gebrouwen worden in de Abdij van Brogne zijn vandaag de enige biologische abdijbieren van ons land. Na het bezoek volgt een proeverij.

In het restaurant genieten we van een heerlijke maaltijd.

### **Menu**

- Salade met spekjes, frambozenazijn, ei en croutons
- Zalmrollade, mousselinesaus met gekonfijte rozemarijn, natuuraardappeltjes, gegrild spek, courgette en wortel
- Crème brûlée van speculaas

We zetten onze dag verder in het gezelschap van een koppel dat gepassioneerd is door eenden. Zij laten ons zien hoe eendenkuikens gekweekt worden en evolueren tot een afgewerkt product. Uiteraard proeven we ook enkele producten zoals pastei, ganzenleverpastei en een glas likeurwijn. Een leuke manier om de dag af te sluiten.



**Zondag**  
26/04/2020  
15 uur

# FILHARMONISCH CONCERT

## "Music, Maestro Dominique, please !!!"

Hoewel de Filharmonie van Jette werd opgericht in 1833 en na 187 jaar nog steeds even jong is, is het nog maar de tiende keer dat Etterbeek deze uitzonderlijke groep mag verwelkomen. Dat is alvast de eerste verjaardag die gevierd moet worden.

Maar er valt nog veel meer te vieren!

In 2020 dirigeert Dominique Lecomte, de briljante artistiek directeur, al 30 jaar het orkest van Jette.

Dat is de gedroomde gelegenheid om ons jaarlijks concert op te dragen aan enkele grote muziekstukken die het parcours van deze uitzonderlijke dirigent mee vorm hebben gegeven.

Enkele stukken die gebracht zullen worden zijn onder andere een medley van de originele band van de film "The Rock", een andere medley uit de musical "The Phantom of the Opera", een compositie die de historische route van de Spaanse missies in Californië schetst in "El Camino Real", maar ook "Life", een Belgisch symfonisch gedicht waarin de verschillende leeftijden van het leven aan bod komen en uiteraard een bruisende medley met de bekendste deuntjes uit de tekenfilm "The Junglebook" en nog veel meer muziekstukken die uitgekozen werden door de dirigent-jubilaris.

Zoals de voorbije tien jaar is dit weer een muzikaal hoogtepunt in Etterbeek dat u onder geen enkel beding mag missen!

Wij zeggen nu al BRAVO en BEDANKT aan de Filharmonie van Jette en een gelukkige verjaardag aan Dominique Lecomte!

**WAAR ?**  
*Gemeentehuis  
Raadzaal*

**PRIJS**  
€ 5,00

# SAISON 2019/2020

## Larguez les amarres

Marie-Paule Kumps

**Zondag**

10/05/2020

15 uur

**TONEEL -**

## « Larguez les Amarres »

*Met Marie-Paule Kumps, Catherine Claeys, Marc De Roy, Nicole Valberg, Pierre Pigeolet en Antoine Cogniaux*

### **WAAR ?**

*Théâtre Royal  
des Galeries*

### **PRIJS**

€ 15,00

### **VERTREK**

*Op 14.00 uur voor  
het gemeentehuis*

Alles begint op een dag zoals een andere voor Isabelle. Ze neemt met een kus afscheid van haar man die zoals zo vaak twee weken naar Abu Dabi moet voor het werk en gaat verder haar gewone gangetje: wagen naar de garage brengen, vriendinnenavond voorbereiden...

Maar plots duikt haar zus onverwachts op om met haar te praten over "iets" dat ze moeten ophelderen met hun moeder. Dan blijft haar zoon enkele nachties thuis slapen. En tot slot verschijnt een oude vriend en regisseur die carrière maakt in de Verenigde Staten opnieuw in het leven van Isabelle.

Vandaag vallen alle maskers af en Isabelle blijft verbijsterd achter.

Ze moet onmiddellijk reageren! Maar op haar weg wordt ze geconfronteerd met misverstanden, onwaarschijnlijkheden, onbegrip, uit de lucht gegrepen visioenen, kleurrijke personages, slam, refreinen, geheime bergplaatsen en een lenteschoonmaak...

Dit is de mens in al zijn emoties, dat wil zeggen zijn normale toestand, zijn angsten, zijn mislukkingen, zijn aarzelingen, zijn fouten, zijn kleine leugentjes... de mens waarop we onszelf kunnen projecteren.



**Woensdag**

**13/05/2020**

**14 uur**

# ALT – Kookworkshop

**WAAR ?**

*Marjolaine*

**PRIJS**

**€ 15,00**

Kom ontdekken, koken en proeven van kleine recepten die u samen met jongeren uit onze gemeente kunt bereiden.

Een intergeneratiele workshop waar u tips en recepten kunt uitwisselen.



**Woensdag**  
20/05/2020

## De geurenwandeling



### WAAR ?

*Namen*

### PRIJS

€ 30,00

### VERTREK

*Op 8.00 uur voor  
het gemeentehuis*

In het hartje van de Citadel ontmoet u een goochelaar met geuren die samen met u de verschillende stappen doorloopt om een parfum te maken. De symfonie van de mengeling van geuren, de samenstelling, het aftreksel, het ontluikende parfum en nog veel meer verrassingen.

#### Menu

- Quiche met prei en gerookte zalm en ravigotesaus
- Forelfilet met crème van zeevruchten
- Bavarois van zwarte chocolade en vanillesaus

In de namiddag bezoeken we een viskwekerij waar we een uiteenzetting bijwonen over de verschillende basins en de forellenkweek. We krijgen ook een rondleiding in het atelier waar de forel op eik wordt gerookt.

Uiteraard kunnen we daar ook proeven van de gerookte forel.



# Rondleiding in het gemeentehuis

**Donderdag**

04/06/2020

14.30 uur



**WAAR ?**  
*Gemeentehuis*

**PRIJS**  
€ 5,00

Het gloednieuwe administratief centrum is bijna klaar en de gemeentediensten zijn al volop bezig met de voorbereidingen om meubels, computers en dossiers te verhuizen van de Oudergemlaan naar de Kazernelaan.

Met pijn in het hard is dit dus waarschijnlijk de alleraatste rondleiding in het gemeentehuis.

U krijgt de kans om de verborgen schatten van het gebouw te ontdekken en te bewonderen.

Al die mooie dingen en nog veel meer kunt u ontdekken in het gezelschap van onze gids, die u ook heel wat anekdotes kan vertellen die zoals steeds historisch onderbouwd zijn.



**Woensdag**

10/06/2020

van 14 tot 18 uur

## **CONTACT PLUS - Het lentebuffet**

### **WAAR ?**

*Gemeentehuis  
Raadzaal*

De dienst Contact Plus nodigt u uit voor een gezellige namiddag. Kom samen met ons een stuk taart eten en een kop koffie drinken in een muzikale sfeer.

Alle Etterbekenaren ouder dan 65 jaar zijn welkom op dit evenement.

Als u moeilijkheden hebt om u te verplaatsen, dan kunt u gebruikmaken van een aangepaste vervoerdienst (onder bepaalde voorwaarden en enkel na reservering).





**Donderdag**  
18/06/2020

## Bezoek aan Brugge

Wanneer bent u voor het laatst in Brugge geweest? Herinnert u zich nog alle pracht en praal die het Venetië van het Noorden het hele jaar door uitstraalt en zo jaarlijks tienduizenden toeristen trekt?

Het is dus hoog tijd om uw geheugen en herinneringen op te frissen!

De bus zet ons af in de buurt van het station, waar we ons de Noordzee voor de geest halen die (via het huidige Zwin) naar de Brugse haven leidde, die tot in de vijftiende eeuw een intensief handelscentrum was.

Het is onmogelijk om alle mooie dingen op te sommen die (her)ontdekt kunnen worden, laten we ons daarom beperken tot de belangrijkste: het Meer van de Liefde en de legende van de Zwanen, het Begijnhof, het voormalige Sint-Janshospitaal, dat in 1494 het Memlingmuseum werd, de gotische Onze-Lieve-Vrouwekerk die kunstwerken van onschatbare waarde herbergt, een wandeling langs het Dijverkanaal en het Europacollege, het Huidenvettersplein en het Huidenvettershuis, alvorens we de Blinde-Ezelstraat inwandelen om uiteindelijk uit te komen op de Burg, waar we niet minder dan vijf belangrijke gebouwen kunnen bewonderen.

De kers op de taart is natuurlijk de Grote Markt, met zijn imposante klokkentoren, zijn centrale monument en zijn puntgevels rondom.

We sluiten de ochtend af met een bezoek aan het frietmuseum waar we een lunch nemen die de naam van het museum eer aan doet.

Vrije namiddag.



**WAAR ?**  
*Brugge*

**PRIJS**  
€ 20,00

**VERTREK**  
*Op 8.30 uur voor  
het gemeentehuis*



**Woensdag**  
09/09/2020

## REIS VAN DE GEMEENTE - "Het Domein van Han"



### WAAR ?

*Domaine van Han*

### PRIJS

€ 20,00

### VERTREK

*Op 8.00 uur voor  
het gemeentehuis*

Met hun drie sterren in de Michelingids worden de Grotten van Han al 250 jaar bezocht en hebben ze al meer dan 30 miljoen bezoekers getrokken.

In de voormiddag hebt u de keuze: u kunt op ontdekking gaan in het gezelschap van een gids waarbij u een bezoek brengt aan de mysterieuze grotten die nog niet al hun geheimen hebben prijsgegeven of u gaat op avontuur in het 250 hectare grote park waar u de vele dieren kunt ontdekken die in onze regio's leven of hebben geleefd. Alle dieren leven in hun natuurlijke omgeving.

Na zoveel emoties komen we terug op krachten in een van de twee restaurants van het park waar we genieten van een driegangenmenu (dranken inbegrepen).

Tijdens de namiddag genieten we van cabaret in de twee restaurants van het park. De nieuwsgieringen kunnen ook een kijkje gaan nemen in de twee musea van het park (Han 1999 en PreshistoHan).

De terugkomst in Etterbeek is voorzien rond 19 uur.



## Bezoek achter de schermen van de Muntscouwburg

**Woensdag**  
30/09/2020  
14 uur



**WAAR ?**

*Muntscouwburg*

**PRIJS**

€ 10,00

**VERTREK**

*Op 13.30 uur voor  
het gemeentehuis*

### DE MUNT: VERLEDEN, HEDEN EN TOEKOMST

Een rondleiding in de Munt dompelt u helemaal onder in de wondere operawereld. De gids neemt u mee naar de hal, de ertrappen, de grote foyer, de grote zaal, de koninklijke loge en het koninklijk salon. De geschiedenis en de architectuur van het theater komen ruimschoots aan bod en ook de manier waarop een operaproductie tot stand komt zal geen geheimen meer voor u hebben. Verder staat een bezoek aan de museale ruimte op het programma waar u onder andere een unieke maquette van een baroktheater in Italiaanse stijl kunt bekijken.

Merk op dat de rondleiding afhankelijk is van ons operahuis en dat wijzigingen dus altijd mogelijk zijn. We kunnen de toegang tot de grote zaal daarom niet garanderen.



**Woensdag**

14/10/2020

14 uur



**WAAR ?**

*Brussel*

**PRIJS**

€ 10,00

**VERTREK**

*Op 13.30 uur voor  
het gemeentehuis*

## “Inkt, pen en mooi papier: schrijvers in Brussel”

Vooralsinds de negentiende eeuw kent Brussel een intense literaire activiteit. De stad verwelkomde – en blijft een geliefd toevluchtsoord voor – tal van Belgische en buitenlandse schrijvers. Hun kijk op de hoofdstad, met dromerige en soms verbaasde ogen, levert onverwachte ontdekkingen op. Deze wandeling volgt de voetsporen van schrijvers zoals Lord Byron, Charlotte Brontë en Victor Hugo die op hun manier en met hun pen het leven van de stad vertellen.



**Donderdag**

**22/10/2020**

**14.30 uur**

**LEIZING –**

**“Le rôle important des femmes  
espionnes pendant la guerre 14-18:  
Mata-Hari, Mistinguett, Edith Cavell,  
Gabrielle Petit... et bien d’autres”**

De belangrijke rol van vrouwelijke spionnen tijdens de oorlog van 1914-1918: Mata Hari, Mistinguett, Gabrielle Petit, Edith Cavell... en vele anderen.

Van 2014 tot 2018 hebben de vele herdenkingen ons de kans gegeven om terug te keren naar het schokkende tijdperk van de Eerste Wereldoorlog, ter gelegenheid van de honderdste verjaardag van dit angstaanjagende, verwoestende en afschuwelijke conflict. De betrokken naties konden hulde brengen aan hun tienduizenden doden, gewonden, invaliden en verminkten, maar ook aan hun vele militaire en burgerhelden.

Tijdens deze vier jaar van herinneringsplicht heeft Etterbeek niet stilgezeten en heeft de gemeente verschillende grootschalige evenementen georganiseerd, onder andere op het Koning Overwinnaarplein en op de Esplanade van het Jubelpark.

Tijdens de lezing van vandaag zal Willy Van Damme ingaan op een minder bekend aspect van deze oorlog: de spionageopdrachten die sterke vrouwen ondanks het gevaar en de vijandige omgeving hebben weten uit te voeren.

Hij zal onder meer praten over personages zoals Mata Hari en Mistinguett, Edith Cavell en Gabrielle Petit, maar ook een paar andere, minder bekende of zelfs bijna onbekende vrouwen.

**WAAR ?**

*Nog te bepalen*

**PRIJS**

**5 €**



# DELHAIZE

**Donderdag**

19/11/2020

14.30 uur

## La saga Delhaize-Le lion et la création du premier supermarché en Belgique

### WAAR ?

*Nog te bepalen*

### PRIJS

€ 5,00

153 jaar geleden zorgde Jules Delhaize voor een revolutie in de voedseldistributie in België door het "filiaalnetwerk" op te richten, dat wil zeggen een netwerk van winkels voor de verkoop van kruidenierswaren, wijnen en gedistilleerde dranken, koloniale goederen en andere groenten en fruit, die bevoorrad werden vanuit een centraal magazijn in Charleroi.

In 1957 werd de eerste zelfbedieningssupermarkt van Europa geopend in Elsene op het Flageyplein en die vestiging bestaat nog steeds.

In de jaren tachtig werden zes Delhaize-winkels het doelwit van de Bende van Nijvel, die 17 onschuldige mensen vermoordde.

Vlak voor de fusie met het Nederlandse "Ahold" had de Delhaizegroep bijna 15.000 werknemers in België, maar had ze al dochterondernemingen opgericht in de rest van Europa, de Verenigde Staten en Zuidoost-Azië.

Onze spreker zal ons vertellen hoe dit economische wonder tot stand is gekomen en waarom het tot op de dag van vandaag voortduurt.



**Zaterdag**

**28/11/2020**

# Traditionele jachtmaaltijd in Durbuy



**PRIJS**

€ 75,00

**VERTREK**

*Op 8.00 uur voor  
het gemeentehuis*

Dit jaar trekken we voor onze traditionele jachtmaaltijd opnieuw naar de mooie regio rond Durbuy.

We beginnen de dag met een bezoek aan een geitenkwekerij waar we leren hoe de geiten gevoerd worden met hooi en hoe de hoevekaas wordt gemaakt op basis van verse rauwe melk volgens de traditie.

Daarna doen we opnieuw krachten op met een typisch Ardeense maaltijd voordat we door het oude Durbuy wandelen en een bezoek brengen aan de atypische kerstmarkt.

(Het menu wordt later meegedeeld in de bevestigingsbrief.)

De terugkomst in Etterbeek is voorzien rond 19.00 uur.



**Woensdag**

09/12/2020

*van 14 tot 18 uur*

## Het kerstbuffet

### **WAAR ?**

*Raadzaal*

De feestdagen komen eraan! Voor Contact Plus is dat de gelegenheid om u uit te nodigen voor een gezellig en feestelijk samenzijn.

Kom een lekker stuk taart eten en een kop koffie of zelfs een glaasje bubbels drinken.

Uiteraard is er ook muziek!

Alle Etterbekenaren ouder dan 65 jaar zijn welkom op dit evenement.

Als u moeilijkheden hebt om u te verplaatsen, dan kunt u gebruikmaken van een aangepaste vervoerdienst (onder bepaalde voorwaarden en enkel na reservering).





**Woensdag**

16/12/2020

14 uur

## **Kerstmarkt en shopping in Luik**



**PRIJS**

€ 5,00

**VERTREK**

*Op 13.00 uur voor  
het gemeentehuis*

De kerstmarkt van Luik is een van de grootste van België. Er staan meer dan 190 houten chalets waar leuke geschenken verkocht worden die typisch zijn voor de Belgische ambacht in Wallonië. U vindt er ook kerstversiering (zoals kerstballen, wenskaarten en vuurwerk). Daarnaast zijn er ook heel wat lekkere en lokale producten te verkrijgen zoals marsepein, glühwein, bier, chocolade en peperkoek.

Wij nodigen u uit om een dagje te kuieren op deze gezellige kerstmarkt, te proeven van al het lekkers en te genieten van de warme sfeer.



**Datum:**  
(nog te  
bevestigen)

## **Kerstconcert (op januari 2021)**

### **WAAR ?**

*Onze-Lieve-Vrouw-  
van-het-Heilig-  
Hartkerk  
(hoek van de Tervae-  
testraat en de Pervij-  
zestraat)*

Zoals elk jaar nodigt de gemeente Etterbeek u uit voor een prachtig concert om alvast in de kerstsfeer te komen. Dat concert zal plaatsvinden in het bijzondere decor van de Onze-Lieve-Vrouw-van-het-Heilig-Hartkerk.

**Inschrijven: 02 627 25 70**

### **PRIJS**

*Gratis*



**Elke maandag  
of woensdag**  
*van 10 uur  
tot 11 uur*

## **Turnlessen**

De lessen worden gegeven door een kinesitherapeut en werden speciaal ontwikkeld voor senioren. Opwarmen doen we met cardiovasculaire oefeningen die afgewisseld worden met recuperatieoefeningen en versoepelingsoefeningen. We werken ook aan onze ademhaling, rug en lenigheid. Uiteraard mogen aangepaste buikspieroefeningen niet ontbreken. Die worden op een rustig tempo uitgevoerd rekening houdend met de ademhaling. Regelmatig zijn er ook relaxatieoefeningen waarin technieken uit de yoga en de tai chi geïntegreerd worden. Alle lessen worden afgestemd op de gemiddelde deelnemer.

**WAAR ?**  
*Sportcentrum  
(Veldstraat 71)*

**PRIJS**  
**€ 70,00**



**Elke**  
**donderdag**  
*van 16 uur*  
*tot 17 uur*

## **Dans en fitness voor senioren**

### **WAAR ?**

*Sportcentrum*  
*(Veldstraat 71)*

### **PRIJS**

**€ 70,00**

Deze dansles werd speciaal ontwikkeld voor senioren zodat u zich kunt vermaken met uw geliefde bewegingen, maar dan minder intensief dan voordien. Dankzij de choreografieën kunt u uw evenwicht en uw coördinatie ontwikkelen en in beweging blijven. Wij bieden een groepsles aan waarin u op een leuke manier in conditie kunt blijven of uw conditie zelfs kunt verbeteren. De bedoeling van de lessen is dat u een leuke tijd beleeft en tegelijkertijd werkt aan uw gezondheid.



## **SPORT - « Je cours pour ma forme »**

Behalve de indoorlessen organiseren wij ook joglessen in het Jubelpark. Net zoals voor de indoorlessen bieden wij een voorbereidingsniveau aan: het programma 0-1 km met de bedoeling om niveau 1 te bereiken. Dit niveau is bedoeld voor mensen die verzwakt zijn vanwege hun leeftijd, overgewicht, revalidatie... Wie een betere conditie heeft, kan terecht in niveau 1 om vijf kilometer (of 40 minuten) aan één stuk door te leren lopen.

**Elke  
dinsdag**  
*van 18 uur  
tot 19 uur*

**WAAR ?**  
*In het Jubelpark  
(kant van de fontein  
(Merode)*

**PRIJS**  
**€ 15,00**

**De uren van de activiteiten worden ter info vermeld. De definitieve uren worden meegedeeld in de bevestigingsbrief na ontvangst van uw betaling.**

De dienst Activiteiten voor Senioren van de gemeente Etterbeek verwerkt uw persoonlijke gegevens om u in te schrijven voor de verschillende activiteiten en u daarover de nodige informatie te bezorgen.

Uw gegevens worden niet doorgegeven aan derden en worden op het einde van het programmajaar verwijderd.

U kunt op elk moment vragen om deze brochure niet meer te ontvangen en om uw recht op toegang, verbetering en verwijdering van uw gegevens uit te oefenen door een e-mail te sturen naar [senior@etterbeek.be](mailto:senior@etterbeek.be) of per brief naar het gemeentebestuur van Etterbeek – dienst Contact Plus, Oudergemlaan 219, 1040 Etterbeek.

## **Respect voor uw privacy**

Wij hechten groot belang aan het respecteren van uw privacy en aan de bescherming van uw persoonlijke gegevens. Wij gaan op een transparante manier te werk in overeenstemming met de algemene verordening betreffende de gegevensbescherming (EU) 2016/679 (hierna de "AVG" genoemd). Het gemeentebestuur van Etterbeek verwerkt uw persoonlijke gegevens om u uit te nodigen voor de activiteiten die voor de senioren van de gemeente georganiseerd worden. De gegevens die daarvoor gebruikt worden zijn: naam, adres en leeftijd. De wettelijke basis voor de verwerking is de uitvoering van een opdracht van openbaar belang (zie artikel 6.1 e van de AVG). In overeenstemming met de bepalingen van de AVG beschikt u over een recht op toegang en verbetering van uw gegevens en over een recht tot verzet tegen de gegevens. Uw gegevens worden bewaard zolang u ingeschreven bent in het bevolkingsregister, het vreemdelingenregister of het register van de burgerlijke stand van de gemeente Etterbeek. Enkel gemachtigde personen van het gemeentebestuur van Etterbeek en onderaannemers kunnen toegang krijgen tot uw gegevens en dat enkel in het kader van hun opdrachten. U kunt uw recht tot verzet uitoefenen door een e-mail te sturen naar [senior@etterbeek.be](mailto:senior@etterbeek.be) of door een brief te sturen naar het gemeentebestuur, ter attentie van de dienst Contact Plus: Oudergemlaan 219, 1040 Etterbeek. U moet steeds uw identiteit aantonen.

# FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Kruis de activiteiten aan waaraan u wilt deelnemen en noteer het aantal deelnemers voor elk van de aangekruiste activiteiten.

ergeet niet om de gekozen activiteiten en het aantal deelnemers te vermelden bij uw overschrijven. De betaling geldt als bevestiging van uw inschrijving voor de activiteiten.

<input type="checkbox"/> La revue des Galeries  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Welzijns-workshop  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Jaarlijkse valentijns-uitstap  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> LEZING – "Paul Vanden Boeynants"  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> LE NOYAU 57 <sup>e</sup> Show  Deelnemers X .....
<input type="checkbox"/> Handig overweg met mijn smartphone  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> TONEEL La Moustache  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Ontspanning en lekkernijen  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Filharmonisch concert  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> TONEEL - Larguez les Amarres  Deelnemers X .....
<input type="checkbox"/> Kookworkshop  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> De geurenwandeling  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Rondleiding in het gemeentehuis  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Het lentebuffet  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Bezoek aan Brugge  Deelnemers X .....
<input type="checkbox"/> Het Domein van Han  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> De schermen van de Munt-schouwburg  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Inkt, pen en mooi papier  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> LEIZING Les femmes espionnes  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> La saga Delhaize-Le lion  Deelnemers X .....
<input type="checkbox"/> Traditionele jachtmaaltijd  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Het kerstbuffet  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Kerstmarkt en shopping in Luik  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Kerstconcert  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Turnlessen  Deelnemers X .....
<input type="checkbox"/> Dans en fitness voor senioren  Deelnemers X .....	<input type="checkbox"/> Je cours pour ma forme  Deelnemers X .....			



# INSCHRIJVINGSVOORWAARDEN VOOR DE ACTIVITEITEN

## Hoe gaat u te werk?

De activiteiten van de maanden januari en februari moet u onmiddellijk betalen op het rekeningnummer BE47 0910 1763 0080 met de juiste mededeling ("Revue 2020", "Valentijn", "Lezing februari", "Le Noyau"...). Wij sturen een brief om uw inschrijving voor de activiteiten te bevestigen. **VERVOLGENS** doet u de betaling op hetzelfde rekeningnummer met de correcte mededeling.

Opgelet! Het aantal plaatsen is beperkt dus wij raden u aan om niet te lang te wachten. Laattijdige betalingen worden niet in overweging genomen. **Geen terugbetalingen mogelijk.**

## DEELNAMEFORMULIER

**VOLLEDIG INGEVULD EN ONDERTEKEND TERUGSTUREN NAAR:**

*Gemeentebestuur van Etterbeek*  
Dienst Contact Plus (Isabelle PINON)

Oudergemlaan 219, 1040 Brussel

Tel.: 02 627 24 07

senior@etterbeek.be

## Ik, ondergetekende,

NAAM + voornaam: .....

Volledig adres: .....

Telefoonnummer: 02 / ..... Gsm-nummer: .....

E-mailadres: .....

Ik verbind mij ertoe de bovenstaande praktische voorwaarde te respecteren. Gelieve de activiteiten aan te kruisen waaraan u wilt deelnemen.

**Datum:** ...../...../.....

**Handtekening:**