

- PERSCOMMUNIQUÉ -

Nieuwe activiteiten voor Berchemse senioren!

Op initiatief van Joël Riguelle, burgemeester van Sint-Agatha-Berchem, organiseert de gemeente eind 2010 en begin 2011 een rist nieuwe activiteiten voor Berchemse senioren.

Het programma:

O Kerstfestijn

De Dienst senioren nodigt u van harte uit op haar kerstmaaltijd die dit jaar plaatsvindt op 19 december in de gemeentelijke feestzaal aan de Koning Albertlaan 33 te 1082 Sint-Agatha-Berchem. Deelname in de kosten: 7,00 €. Graag inschrijven vooraf. De feestmaaltijd is niet alleen bestemd voor senioren en alleenstaanden van de gemeente, maar evenzeer voor alle OCMW-gasten die hier kunnen genieten van een hartverwarmend en feestelijk samenzijn.

O Computerlessen voor senioren

Initiatielessen informatica worden het hele jaar door gratis verstrekt aan de Berchemse senioren. Senioren die het wat moeilijk hebben met de nieuwste ontwikkelingen worden ingewijd in de computertechnieken of kunnen eerder verworven kennis verder uitdiepen onder leiding van ervaren en deskundige vrijwilligers.

De initiatielessen informatica worden het hele jaar door gegeven in de gemeenteschool aan het Koning Boudewijnplein 3 te 1082 Sint-Agatha-Berchem.

Let op: de inschrijvingen zijn begrensd omwille van het beperkte aantal beschikbare instructeurs.

O Cursus zelfverdediging

De lessen starten op donderdag 13 januari 2011 en vinden plaats van 13.30 tot 14.45 uur in zaal B van de gemeentelijke sporthal aan de Lusthuizenstraat 1 te 1082 Sint-Agatha-Berchem. Afspraak ter plekke – deelname in de kosten: 3,00 €/les voor Berchemnaren en 5,00 €/les voor niet-Berchemnaren. Graag inschrijven vooraf. Kortom, een leuke manier om het zelfvertrouwen op te krikken, de fysieke conditie wat bij te schaven en de reflexen aan te scherpen.

O Valpreventie

Deze 1-uur durende cursus leert u technieken aan gericht op een betere mobiliteit en brengt u een aantal nuttige evenwichtsoefeningen bij. We ronden af met een heerlijke kop koffie. De cursus wordt gegeven door de vzw Gymsana en richt zich tot sedentaire ouderen, ouderen met beperkte mobiliteit evenals tot Alzheimer- en Parkinsonpatiënten. Bedoeling van deze leuke en gezamenlijke evenwichtsoefeningen is om de gevolgen van het ouder worden wat op te vangen en de strijd aan te binden tegen het verlies van autonomie, het alleen-zijn en de gevolgen van een sedentair leven.

Wanneer? Van 11 januari tot 25 maart 2011 (2x1 uur per week). Waar? Villa Pirsoul, aan de Joseph Mertensstraat 15 te 1082 Sint-Agatha-Berchem. Afspraak ter plekke – deelname in de kosten: 45,00 € voor de hele cursus. Uitsluitend voorbehouden aan Berchemnaren. (Beperkt aantal inschrijvingen)

INFO & RESERVERING:

Dienst senioren, Koning Albertlaan 19 (T.: 02/464.04.86 tussen 09.00 en 12.00 uur).

Gemeente Sint-Agatha-Berchem
Vinciane DENIS
Verantw. Public Relations
T.: 02/464.04.96 – vdenis@1082berchem.irisnet.be
