SENIORENKRANT

Katern voor 55-plussers die niet van gisteren zijn

Editie november 2014 – Bijlage bij Hier Hoeilaart

Beste senior,

De tweede helft van november staan overal in Vlaanderen de 55-plussers centraal. Ook in onze gemeente wordt deze leeftijdsgroep dan extra verwend en in de kijker gezet.

Speciaal voor jou en je leeftijdsgenoten worden er in Hoeilaart tijdens de **5de Week van de Senior** tal van activiteiten op het getouw gezet. Daar hebben verschillende verenigingen, de Seniorenraad en de dienst Sociaal Beleid voor gezorgd. Het werd een mooi totaalpakket, waarin je zeker iets naar je gading zal vinden. Blijf niet aan de kant staan en maak je keuze. Deze Seniorenkrant is integraal aan de **Week van de Senior** gewijd.

De senioren van Hoeilaart hopen je alvast op een of meerdere activiteiten te mogen ontmoeten! Tot dan!

Week van de Senior, 16 tot 21 november 2014

Hieronder vind je een overzicht van alle activiteiten die openstaan voor iedereen.

WANNEER?	WAT?	WAAR?	DOOR WIE?
Za 15 t.e.m. vr 28	Tentoonstelling '40 jaar Lichtstoet'	GC Felix Sohie tijdens openingsuren	Seniorenraad
Zo 16 14 uur	Cultuur om 14 uur: 'Jukebox voor senioren'	GC Felix Sohie	Dienst Cultuur en Toerisme – AGB Holar
Ma 17 10-12 uur	Diverse sportinitiaties: 'Sportelen'	Sporthal	Sportdienst
Ma 17 14 uur	Muziekquiz: 'Roulette Follet'	GC Felix Sohie	Dienst Cultuur en Toerisme
Di 18 8.30 uur	Uitstap naar Lier	Vertrek op Mariënparking	Seniorenraad
Wo 19 8.30 uur	Uitstap naar Lier	Vertrek op Mariënparking	Seniorenraad
Wo 19 14 uur	Vrij podium	WZS Den Dumberg	Animatiedienst WZS Den Dumberg
Wo 19 19.30 uur	Infoavond: 'Tandhygiëne bij senioren'	WZS Den Dumberg	Animatiedienst WZS Den Dumberg i.s.m. Ziekenzorg en Femma
Do 20 14 uur	Film over dementie: 'Vergeet me niet'	GC Felix Sohie	Seniorenraad en dienst Sociaal Beleid
Vr 21 19 uur	Kaas-, wijn- en dansavond	De Eekhoorn	Seniorenraad

15 - 28 november 2014

Tentoonstelling '40 jaar Lichtstoet' - GC Felix Sohie

Tijdens het voorbije Druivenfestival kon je deze tentoonstelling al bezoeken in het gemeentehuis en op vraag van velen krijg je nu een laatste kans om de 40-jarige geschiedenis van de Lichtstoet in woord en beeld te (her)bekijken.

Spring gerust even binnen tijdens de openingsuren van het gemeenschapscentrum. Dat kan tijdens de Seniorenweek bijvoorbeeld voor of na een activiteit waar je aan deelneemt.

Zondag 16 november 2014

Familieontbijt voor bewoners en familie

In het woonzorgcentrum Hof ten Doenberghe wordt de Seniorenweek traditiegetrouw ingezet met een heerlijk ontbijt. Bewoners en hun familie kunnen samen genieten van al het lekkers dat hen door personeel en vrijwilligers aangeboden wordt. Gezelligheid ten top!

Meer informatie: woonzorgsite Den Dumberg - 02 657 02 78

Receptie voor 65-jarigen

Hoeilanders die dit jaar 65 jaar werden of worden, ontvangen namens de Seniorenraad een uitnodiging om samen de Week van de Senior feestelijk in te zetten.

Meer informatie: Seniorenraad - Gilberte Marchand: 02 657 11 58

Cultuur om 14 uur: 'Jukebox voor senioren' - GC Felix Sohie - 14 uur

Tijdens deze 'Jukebox voor senioren' laten het Willy Claes Quartet & Nest Adriaensens je kiezen uit een lijst van 50 geselecteerde liedjes: zowel Engelse, Franse, Duitse, Spaanse, Nederlandse, Vlaamse als 'Antwaarpse' liedjes komen aan bod. Klassiekers staan zeker ook op de lijst. En uiteindelijk kiest het publiek hoe dit concert zal verlopen.

Het wordt ongetwijfeld een plezante namiddag met veel ambiance. De Seniorenraad zorgt uiteraard voor een drankje en een stukje taart.

Praktisch
Start: 14 uur. Prijs: voorverkoop: 14 euro, kassa: 16 euro (cultuurwaardebon kan gebruikt worden).

Meer informatie en kaartenverkoop: dienst Cultuur en Toerisme - 02 657 05 04

Maandag 17 november 2014

'Sportelen … samen genieten van het leven en van sport!' - sporthal - vanaf 10 uur

De sportdienst laat je proeven van verschillende sportelactiviteiten. Op het programma staan onder meer zumba gold, petanque, kubb en fysieke test (provinciaal sportelteam).

Om de Hoeilanders in beweging te houden, werkte de sportdienst dit jaar iets nieuws uit: een stappenkaart. De sporteldag is het ideale moment om die te gaan afhalen.

Praktisch
Van 10 tot 12 uur. Prijs: gratis.

Meer informatie: sportdienst - 02 657 97 26

'Roulette Follet' - GC Felix Sohie - 14 uur

Niemand minder dan radiolegende en tv-figuur Michel Follet komt naar Hoeilaart met een toffe quiz vol muziek. Hij neemt de deelnemers op sleeptouw doorheen gezellige muzikale (ont)spanning en weetjes, met de roulette als speels gokelement. Twee uur vrolijk amusement, dat je gewoon niet mag missen!

Ook deze keer staat de Seniorenraad klaar met koffie.

Praktisch
Start: 14 uur. Prijs: 3 euro.

Meer informatie: dienst Cultuur en Toerisme - 02 657 05 04

Dinsdag 18 november en woensdag 19 november 2014

Uitstap naar Lier

Naar goede gewoonte biedt de Seniorenraad tijdens de Week van de Senior de mogelijkheid aan om samen op daguitstap te gaan. Dit jaar gaat de reis richting Lier. Om zoveel mogelijk mensen de kans te geven mee te gaan, wordt de uitstap zowel op dinsdag als op woensdag georganiseerd. Aan jou de keuze!

De dag start in Lier met een bezoek aan het Begijnhof en de Sint-Margaritakerk en een blik op Lierse kant en parelwerk. Na de lunch verken je de stad met een toeristentram en breng je een bezoek aan het stadhuis. De uitstap wordt afgesloten in een paardenmelkerij. Rond 19.30 uur ben je terug in Hoeilaart.

De lunch is echt om van te watertanden:

- verse dagsoep;
- boeket van zalm en kabeljauw in witte wijnsaus met juliennegroentjes en hertoginnenaardappeltjes OF geroosterde steak in pepersaus met sla en frietjes;
- profiterolles met een bolletje ijs en chocoladesaus.

Praktisch
Vertrek om 8.30 uur op de Mariënparking. Prijs: 30 euro (lunch met 1 drankje inbegrepen).

Inschrijving en kaarten bij: Seniorenraad, dienst Cultuur en Toerisme, Sociaal Huis en 's maandags tussen 14 en 16 uur in 't Trefpunt Sohie (behalve maandag 3 november ontmoeting verschoven naar dinsdag 4 november).

Het is belangrijk om bij je inschrijving meteen al het hoofdgerecht te kiezen. Je keuze wordt op je deelnemerskaart vermeld.

Meer informatie: Seniorenraad - Gilberte Marchand: 02 657 11 58 of Chris Coppin - 02 657 07 64

Woensdag 19 november 2014

Vrij podium 'Laat het beste van jezelf zien' - cafetaria woonzorgcentrum - 14 uur

Kinderen, kleinkinderen, vrienden, vrijwilligers en bewoners die muziek spelen, een gedicht willen voordragen, kunnen dansen of een mooi lied zingen … in het woonzorgcentrum mag iedereen die zin heeft het podium betreden. Goesting om mee te doen?

Geef dan zo snel mogelijk een seintje aan het onthaal van het woonzorgcentrum!

Praktisch
Start: 14 uur. Prijs: gratis.

Meer informatie en inschrijven: woonzorgsite Den Dumberg - 02 657 02 78

Woensdag 19 november 2014

Infoavond: 'Tandhygiëne bij senioren' - cafetaria woonzorgcentrum - 19.30 uur

Een goede mond- en tandhygiëne blijft ons hele leven belangrijk. Ook voor medioren en senioren is een verzorgd gebit en goede mondzorg belangrijk. Velen hebben er alles voor over om nooit aan tandprotheses te moeten beginnen. Anderen durven het zorgvuldig poetsen van de tanden al wel eens 'vergeten'.

Gastspreker Gerlinde Van De Wiele zal als deskundige heel wat goede raad kunnen geven.

Deze infoavond wordt georganiseerd door de animatiedienst van het woonzorgcentrum in samenwerking met Ziekenzorg en Femma.

Praktisch
Start: 19.30 uur. Prijs: gratis.

Meer informatie: woonzorgsite Den Dumberg - 02 657 02 78

Donderdag 20 november 2014

'Vergeet me niet', film rond het thema dementie - GC Felix Sohie 14 uur

Sinds twee jaar is Mozaïek, praatcafé Dementie Druivenstreek, actief in Overijse, Tervuren en Hoeilaart. Samen werken aan een dementievriendelijke omgeving en het thema dementie bespreekbaar maken, is het hoofddoel van deze vereniging die steunt op heel wat vrijwilligers. Rond dementie heerst immers nog steeds een zeker taboe.

Toch worden steeds meer mensen ermee geconfronteerd, bij henzelf of in hun omgeving, als omstaander of mantelzorger, …

Deze film zet een familieportret neer dat openhartig, liefdevol en met de nodige humor niet zozeer de ziekte, maar wel de mens centraal stelt.

Praktisch
Start: 14 uur. Prijs: gratis (vrije bijdrage voor Mozaïek, praatcafé dementie mogelijk).

Meer informatie: Seniorenraad - Chris Coppin: 02 657 07 64

Vrijdag 21 november 2014

Kaas-, wijn- en dansavond - zaal De Eekhoorn - vanaf 19 uur

Na een week boordevol activiteiten, sluit de Seniorenraad deze vijfde Week van de Senior graag samen met jou feestelijk af.

Wie er vorig jaar bij was, weet dat deze avond vooral heel gezellig is en dat er ook al eens gedanst mag worden. DJ Roland zal daar ongetwijfeld ook deze keer voor zorgen.

Praktisch
Start: 19 uur. Prijs: 10 euro. Kaarten bij: Seniorenraad, dienst Cultuur en Toerisme, Sociaal Huis en 's maandags tussen 14 en 16 uur in 't Trefpunt Sohie (behalve maandag 3 november ontmoeting verschoven naar dinsdag 4 november).

Meer informatie: Seniorenraad - Gilberte Marchand: 02 657 11 58 of Chris Coppin - 02 657 07 64

V.U.: Geert Raymaekers, gemeentesecretaris, Jan van Ruusbroecpark, 1560 Hoeilaart.