

Gymnastique Zen

Tous les mardis de 14h à 15h30, séance de gymnastique Zen à Epinois, rue du By. 3€ la séance ; à partir du 12 septembre. Inscription obligatoire au 071/507.821 En collaboration avec Espace Seniors.

Marche nordique

Le CCCA organise à Epinois, rue du By un jeudi sur deux de 9h30 à 11h de la marche nordique. 3€ par séance, matériel compris. Première séance le 14 septembre. En collaboration avec Espace Seniors Inscription obligatoire au 071/507.821

Alzheimer café : 4/09 ; 2/10 ; 6/11 ; 4/12.

Le CCCA, Espace seniors, la ligue Alzheimer, la bibliothèque communale de Binche organisent à la bibliothèque un Alzheimer café tous les premiers lundis du mois de 14h à 16h, rencontre conviviale où les malades et leurs proches mais également des professionnels de la santé se réunissent pour discuter de façon informelle et/ou obtenir de l'information sur la maladie d'Alzheimer. Nous vous conseillons également le cinéma des aînés, un après-midi par mois au théâtre communal de Binche (voir bulletin communal ou www.binche.be) ainsi que les thés-dansants.

Atelier Zenergie De 9h à 10h30.

Les cours reprennent le 14 septembre 2017.

Lieu : Rue du By à Epinois.
Inscription obligatoire au 0475/56.84.62 ou 064/33.60.92 (Claudine Durinckx).
Participation : 3€ la séance.
En collaboration avec Espace Seniors.

Gymnastique douce.

Atelier de gymnastique douce à l'Athénée Royal de Binche, les mercredis de 18h45 à 19h45 et de 19h45 à 20h45 (hors congés scolaires). Renseignements au 071/507.820 ou fps.cs@solidaris.be.
Participation : abonnement trimestriel : 40€.

Bricolage

Vous êtes à la recherche d'un nouveau loisir créatif. Venez rejoindre Danielle, notre animatrice pour un atelier de bricolage

Lieu : Bibliothèque communale de Binche.
Dates : les lundis 18 septembre; 30 octobre ; 13 novembre ; 11 décembre de 18h à 20h. 064(230.601).
Participation : 3€ la séance
Inscription obligatoire au 064/230.606

Ville de Binche Conseil Consultatif Communal des Aînés

Programme des activités de septembre à décembre 2017.



Editeur responsable : Laurent Devin,
Député-Bourgmestre, Hôtel de Ville,
Grand place, 7130 Binche

Cours d'art floral

Cours d'art floral à Epinois, rue du By les vendredis 29 septembre ; 27 octobre ; 17 novembre ; 22 décembre de 14h à 16h.

Inscription obligatoire au 064/230.606 (bibliothèque communale)

Ateliers cuisine « Petits prix, délices garantis » de 9h30 à 13h00.

Venez nous rejoindre pour échanger vos trucs et astuces culinaires. Au menu de la matinée, manger bien et moins cher dans la bonne humeur.

Lieu : Rue du By à Epinois les 5/09 ; 5/10 ; 9/11 ; 7/12

Participation : 5€ la séance.

Inscription : 071/507.820

En collaboration avec les FPS.

« Zéro Déchet »

Atelier organisé par Leslie Lion, animatrice socioculturelle FPS : ce nouveau mouvement fait appel au bon sens, aux bonnes pratiques économiques et écologiques !

Lieu : Bibliothèque communale de Binche, le 18 septembre de 17h à 20h. (064/230.601)

Participation : gratuite.

En collaboration avec les FPS.

« La santé numérique »

Rencontre-débat par Deborah Barbarossa, animatrice socioculturelle FPS : nos données de santé déjà sur Internet ?

Lieu : Bibliothèque communale à 7130 Binche le 5 octobre à 17h à 18h30. (064/230.601).

Participation : gratuite.

En collaboration avec les FPS.

« L'un vient de Mars, l'autre de Vénus mais ils vivent tous les deux sur terre »

Rencontre-débat par Géraldine Dujardin, animatrice socioculturelles FPS sur l'égalité entre les femmes et les hommes, les stéréotypes liés au sexe.

Lieu : Bibliothèque communale le 9 octobre de 16h à 18h. (064/230.601)

Participation : gratuite.

En collaboration avec les FPS.

« Est-il possible de maigrir durablement sans aide »

Conférence par le Docteur Fabienne Liénart de la Clinique du Poids Harmonieux qui propose un soutien pluridisciplinaire afin de parvenir à retrouver une meilleure hygiène de vie.

Lieu : Maison des associations, Grand Place à 7130 Binche le 18 octobre à 19h (064/230.601).

Participation : gratuite.

« Parlottes café »

Ce groupe aide à briser l'isolement des personnes, à provoquer des rencontres et inciter les échanges et partages.

La parlottes café est ouverte à tous, gratuite et vous offre café et biscuits afin de passer un moment convivial.

Dates : Bibliothèque de Péronnes-lez-Binche (Rue Alphonse Gravis) : les mardis 3 octobre ; 7 novembre et 5 décembre de 14h à 16h.

Bibliothèque communale de Binche (Rue Saint-Paul, 14) : les lundis 16 octobre ;

20 novembre ; 18 décembre de 14h à 16h.

Participation : gratuite.

En collaboration avec Espace Seniors.

Cours de Yoga

Le yoga pour seniors est très précieux pour calmer l'anxiété, renforcer et relaxer le corps, soutenir les processus physiologiques.

Dates : A partir du 21 septembre de 15h30 à 17h.

Participation : 5€ la séance.

Inscription obligatoire au 064/33.60.92 ou 0475/56.84.62