

WaBo

GEMEENSCHAPSCENTRUM



VLAAMSE
In de weer
GEMEENS
voor
CHAPSCO
Brussel
MMISSIE

BRUSSELS KONINKRIJK DER NEDERLANDEN
VLAAMSE GEMEENSCHAPSCOMMISIE



WaBo's Praatcafé gezellig in de tuin

OPENDEURDAG

met o.a. opening tentoonstelling, info aanbod najaar 2010 en optreden van Trio Afro-Soukous

Zondag 12 september 2010 van 11.30 tot 15 uur

Activiteiten in WaBo

OP STAP MET JE (KLEIN)KIND

Nieuw

Dit najaar start in het GC WaBo een nieuw initiatief. Eenmaal per maand (op de 3^{de} woensdag) kunnen ouders en grootouders en hun kinderen en kleinkinderen samen een leuke activiteit meepikken.

We starten om 14 uur om rond 16 uur te eindigen. Nadien ben je welkom op de "zoete namiddagen" van het Lokaal Dienstencentrum Zoniënzorg.

Op woensdag 15 september gaan we creatief van start en maken we samen een leuke decoratie voor tuin of terras. Woensdag 20 oktober staat er een paddenstoelenwandeling op het programma, op 17 november gaan we heerlijk griezelen en koken en op 15 december kan jong en oud genieten van de animatiefilm "Sunshine Barry en de discowormen".

Geef vooraf een seintje op het secretariaat als je wil deelnemen.

Wanneer? *Woensdag 15 september 2010: tuin- of terrasdecoratie.*

Prijs? *Volwassenen: € 5/activiteit
Kinderen: € 3/activiteit.*

I.s.m. Jeugdproject WaBoDam, Bibliotheek Rozenberg, vzw Biloba en Jekino.



BROODJE BRUSSEL: BIJT IN BOEKEN

vrijdag 24 september 2010 van 12.30 tot 13.30 uur

Speurders en misdadigers genieten van een goed glas wijn. Minnaars verleiden elkaar met lekkere hapjes, zelfs in 'het betere boek' staat eten centraal.

Een wandeling doorheen literatuur in zijn meest uiteenlopende vormen.

Hapjes en literatuur op het menu!

Prijs? € 5.

Inschrijven? *Ten laatste dinsdag 21 september 2010 bij GC WaBo.*

I.s.m. Bibliotheek Rozenberg.



WaBo plus

SENIORENWERKING GC WaBo



TURNEN

maandag van 10 tot 11 uur

Turnen is ideaal voor een prima conditie!

Eenvoudige en aangepaste oefeningen houden je lichaam soepel en gezond. Turnen versterkt je buik- en bilspieren.

Het is goed voor je uithouding, je hart, je longen en je evenwicht.

Lesgever? *Olivier Guyot.*
Start? *Maandag 13 september en loopt tot 20 december 2010.*

Prijs? *€ 15 voor een 10-beurtenkaart.*
I.s.m. VGC Sportdienst en LDC Zoniënzorg.

TAI CHI

donderdag van 10 tot 11.15 uur

Tai Chi verjongt het lichaam door rustig te ademen en zacht te bewegen. De eenvoudige bewegingen zijn uitstekend voor je coördinatie, ademhaling, spierkracht en evenwicht.

Lesgever? *Bernadette Cartrysse.*
Start? *Donderdag 16 september en loopt tot 16 december 2010.*

Prijs? *€ 40 voor een 10-beurtenkaart.*
I.s.m. VGC Sportdienst en LDC Zoniënzorg.



GEZELLIG SAMENZIJN EN GEZELSCHAPSPELLEN

Op dinsdagnamiddag is iedereen van harte welkom om een gezelschapsspel of kaart te spelen.

Kom langs tussen 14 en 17 uur. Wij zorgen voor de spelletjes en jullie voor de sfeer!

WHISTWEDSTRIJDEN

De wedstrijden hebben plaats op donderdag 16 september, 21 oktober, 18 november en 2 december 2010. Prijsuitreiking op dinsdag 21 december 2010 (na het Kerstfeest van WaBo+).



O P E N D E U R D A G

in Gemeenschapscentrum WaBo

zondag 12 september 2010 van 11.30 tot 15 uur

11.30 uur: Opening tentoonstelling met een aperitief

Straatkinderen van Lubumbashi

11.30 tot 15 uur: Afrikaanse hapjes

12.15 uur: Optreden Trio AFRO - SOUKOUS

Doorlopend kan je terecht voor info over het aanbod voor het najaar 2010 van het Gemeenschapscentrum WaBo, het Jeugdproject WaBoDam, de Seniorenwerking WaBo+ en het Lokaal Dienstencentrum Zoniënzorg.

Welkom!



Tentoonstelling in WaBo

STRAATKINDEREN VAN LUBUMBASHI (CONGO)

De laatste 20 jaar vergleed Congo in een diepe politieke, economische en sociale crisis. Een gevolg daarvan is dat steeds meer kinderen op straat belanden. Op diverse manieren proberen ze te overleven: schoenen poetsen, schoonmaken, bedelen,...

De tentoonstelling werd gerealiseerd door Mutoto, een organisatie die projecten ter plaatse steunt om een uitweg te bieden voor deze kinderen.

Opening? Zondag 12 september 2010 om 11.30 uur

Wanneer? Van 12 t.e.m. 26 september 2010. Open op maandag, dinsdag, donderdag en vrijdag van 10 tot 16 uur, woensdag van 13 tot 18 uur en zondag van 11 tot 12.30 uur.



Wandelen met WaBo

BRUSSELBENEN

zondag 19 september 2010 om 14 uur

Op zondag 19 september is er een begeleide wandeling van ongeveer 10 km in het Zoniënwoud. Trek je wandelschoenen aan en vertrek mee om 14 uur aan het Gemeenschapscentrum WaBo. We zijn terug om 16 uur in de bar van GC WaBo voor een kop koffie of een ander lekker drankje.

Graag vooraf een seintje op het secretariaat van GC WaBo, tel.: 02 675 40 10 of mail naar wabo@vgc.be.

BIJZONDERE WOONWIJKEN

Tijdens 3 zondagnamiddagen geven de 6 gemeenschapscentra van Brussel-Oost u een reden om buiten te komen. We bezoeken een aantal specifieke woonwijken. De wandelingen vertrekken om 14 uur en we komen terug aan rond 16.30 uur voor een kopje koffie met lekkers.

Op **zondag 17 oktober 2010** nemen GC WaBo en Den Dam u mee naar de tuinwijken 'Floréal en Le Logis'.

Deze wijken zijn twee van de oudste, mooiste en grootste tuinwijken van het land. We spreken af aan het rondpunt 'Drie Linden' (Drie Lindenstraat, Watermaal-Bosvoorde) en eindigen in het Gemeenschapscentrum WaBo.

De twee andere wandelingen vinden plaats op:

- zondag 7 november 2010: ontdekken van de studentensite UCL in St.-Lambrechts-Woluwe.
- zondag 21 november 2010: de arbeiderswijk op de grens tussen Etterbeek en Elsene.

Prijs?
Info?

€ 2,50.
GC WaBo, tel.: 02 675 40 10,
e-mail: wabo@vgc.be.

Cursussen in WaBo

START-TO-MOUNTAINBIKE

zaterdag van 13 tot 15.30 uur

Mountainbiken is met je fiets de verharde paden verlaten. De nadruk ligt op het aanleren van technische vaardigheden: schakelen, klimmen, dalen, remmen, bochten nemen op ruwer terrein. Een beetje theorie maar vooral heel veel fietsen in het bos.

Mountainbikes zijn beschikbaar ter plaatse. Gelieve bij reservatie te melden of je een MTB wil gebruiken.

Lesgever? Pol Opde Beeck.
Start? Zaterdag 2 oktober en loopt tot 4 december 2010 (niet tijdens herfstvakantie).
Prijs? € 60.
I.s.m. VGC Sportdienst.



BLOEMSCHIKKEN

woensdag van 20 tot 22 uur

Haal de natuur in huis en maak een decoratief bloemstuk! In deze cursus maak je met bloemen en planten mooie stukken. Deze cursus is voor mensen met of zonder ervaring in bloemschikken. Op vrijdag 29 oktober is er een extra avond met herfst- of grafstuk als thema.

Lesgever? Helma Den Hartog.
Wanneer? Woensdag 22 september, 20 oktober, 24 november, 15 december 2010 en 26 januari 2011.
Prijs? € 120 voor de hele reeks van 5 lessen of € 28 per les (materiaal inbegrepen).

NAAIEN

maandag van 20 tot 22.30 uur

Je ontwerpt en maakt zelf kleding. Je begint met een patroon en werkt het af tot een leuk kledingstuk. Je leert technieken en begeleiding bij stofkeuze, afwerking,...

Lesgever? Myriam Alliet.
Start? Maandag 13 september 2010 en loopt tot 20 juni 2011.
Prijs? € 130 (materiaal niet inbegrepen).
I.s.m. Syntra.

ITALIAANSE STREEKGERECHTEN

Een verkenningstocht doorheen Italiaanse streekgerechten. We maken kennis met typische gerechten uit het noorden en zuiden van Italië. Italië... zoveel meer dan pizza en pasta. Kom, ontdek en geniet!

Lesgever? Daniela Altavilla Cominotti.
Wanneer? Woensdag 29 september en 13 oktober 2010 van 19.30 tot 21.30 uur.
Prijs? € 15 voor 1 les en € 30 voor 2 lessen (maaltijd en drank inbegrepen).



PILATES

donderdag van 19.30 tot 20.30 uur

Een training die lichaam en geest in harmonie brengt. Een versterking van buik- en bekkenbodemspieren en de dieperliggende rugspieren. Een weldaad voor iedereen met nek-, schouder- of rugklachten.

Lesgever? Marijke Persijn.
Start? Donderdag 16 september en loopt tot 16 december 2010.
Prijs? € 39 (verzekering inbegrepen).
I.s.m. VGC Sportdienst.

CONDITIEGYM OP MUZIEK

dinsdag van 18.45 tot 19.45 uur

Turnen is ideaal voor een prima conditie! Vetverbranding en spierwerk in 1 lesuur. Meeslepende muziek en oefeningen die de spieren versterken. Je lichaam wordt strakker en je voelt je fitter.

Start? Dinsdag 14 september en loopt tot 21 december 2010.
Prijs? € 42 (verzekering inbegrepen).
I.s.m. Vlabus.

Alle activiteiten en cursussen vinden plaats in het Gemeenschapscentrum WaBo, tenzij anders vermeld.

INFO EN INSCHRIJVINGEN?

Gemeenschapscentrum WaBo
Delleurlaan 39-43, 1170 Watermaal-Bosvoorde
Tel.: 02 675 40 10
E-mail: wabo@vgc.be
Website: www.wabo.be

Naast een ontmoetingsplaats, is Lokaal Dienstencentrum Zoniënzorg dé plaats om vragen te komen stellen. Zit je ergens mee? Weet je niet goed waar terecht? Vragen over verpleging aan huis, gezins- en bejaardenhulp, vervoer, ...? Of gewoon nood aan een luisterend oor? Kom gerust langs tijdens de permanentieuren, bel of mail en we zoeken samen naar een oplossing!

Centrumleider? Saskia Glorieux.
Permanentie? In GC WaBo op dinsdag van 14 tot 16 uur, tel: 02 675 40 10, GSM: 0471 79 19 77, e-mail: saskia.glorieux@zonienzorg.be.

WARME MAALTIJDEN

Elke dinsdagmiddag ben je welkom in het Gemeenschapscentrum WaBo voor een warme maaltijd (soep, hoofdgerecht en dessert). Samen eten is zoveel gezelliger!

Indien je een zoutloze of een suikerarme maaltijd wenst, gelieve dit dan te vermelden bij de inschrijving.

Na het eten kan je nog blijven voor een gezellige namiddag waar je kan kaarten, gezelschapsspelletjes spelen of een babbeltje slaan.

Wanneer? Elke dinsdagmiddag vanaf 12 uur (eten rond 12.30 uur).
Inschrijven? Ten laatste op vrijdag van de week voordien op het secretariaat van GC WaBo, tel.: 02 675 40 10
Info? Contacteer Saskia Glorieux.

ZOETE NAMIDDAG

woensdag 15 september 2010 van 14.30 tot 17 uur

Eens per maand verwennen we onszelf met lekkernijen van bij ons of elders. Kom mee genieten en ontspan bij een muziekje van weleer. Breng gerust je zoon of dochter, buurvrouw, vriend of kleinkinderen mee. De bar is de hele namiddag open!

De zoete namiddag heeft elke derde woensdag van de maand plaats in Gemeenschapscentrum WaBo.

Op woensdag 15 september is er een heuse taartennamiddag. Je kan smullen van de lekkerste taarten. Spring zeker eens binnen, inschrijven is niet nodig!



INFOSESSIE OVER SOCIAAL VERVOER

Je wordt een dagje ouder, je hebt een ongeval gehad bij het sporten of je mobiliteit neemt (tijdelijk) af door ziekte of een operatie? Het kan zijn dat het voor jou niet zo evident meer is om je te verplaatsen met het openbaar vervoer. In deze infosessie krijg je een overzicht van de mogelijkheden voor sociaal vervoer.

Wanneer? Dinsdag 21 september 2010, van 14 tot 15.30 uur
Waar? GC WaBo.
Prijs? Gratis.
I.s.m. WaBo+.

DIABETES

Wanneer je met diabetes of suikerziekte te maken krijgt, moet je een heel pak voedings- en leefgewoonten plots aanpassen. Tijdens deze infosessie voor mensen met diabetes en hun omgeving, geven een dokter, een diabeteseducator en een diëtiste of podoloog toelichting bij de verschillende aspecten van diabetes en de behandeling ervan.

Wanneer? Dinsdag 5 oktober 2010, van 13.30 tot 16 uur.
Waar? GC WaBo.
Prijs? Gratis.
I.s.m. WaBo+ en het huis van gezondheid.

WaBo's praatcafé

Deze conversatietafels zijn voor iedereen die zijn Nederlands wil onderhouden op een ontspannende en leuke manier. Dit doen we door in groep in het Nederlands gesprekken te voeren over koetjes en kalfjes of over de actualiteit. Oefen je kennis van het Nederlands en leer op die manier nieuwe dingen bij!

Wanneer? Op woensdag van 10 tot 11.30 uur of van 18.30 tot 20 uur.
Start? Woensdag 8 september 2010 en loopt tot eind juni 2011 (behalve tijdens schoolvakanties).
Prijs? Gratis.



Bibliotheek Rozenberg

ALFRED CONINX: BEWEGEN, EEN FANTASTISCH MEDICAMENT

zaterdag 25 september 2010 om 10.30 uur

Lang geleden was bewegen het belangrijkste onderdeel van "over"leven. Ons hedendaags werk- en leefpatroon doet steeds minder beroep op onze fysieke vermogens: we zitten te veel en bewegen te weinig! Alfred maakt samen met ons een reis door het lichaam en legt uit waarom bewegen zo belangrijk is.

**Waar?
Info?** *Thomsonlaan 3, Watermaal-Bosvoorde
Bib Rozenberg, tel.: 02 675 33 79, e-mail:
watermaal-bosvoorde@bibliotheek.be.*

Kom op tegen Kanker

AZALEAVEKOOPT

17, 18 en 19 september 2010

Voor het 15^{de} jaar vindt de plantjesverkoop van Kom op tegen Kanker plaats in heel Vlaanderen en Brussel. Honderden actiecomités, verenigingen en vrijwilligers plooiën zich ieder jaar dubbel om zoveel mogelijk azalea's te verkopen. Net als vorige jaren doet ook GC WaBo mee.

Waar? *GC WaBo, Delleurlaan 39-43,
Watermaal-Bosvoorde.*
Prijs? *€ 6.*



Als Catars



HET KATHARISME

vrijdag 1, 8, 15 en 22 oktober 2010 van 14 tot 16.30 uur

Als Catars: deze actieve vereniging heeft haar zetel in het Gemeenschapscentrum WaBo en organiseert er voor de eerste keer een cursus rond het katarisme. Deze van het katholieke geloof afwijkende geloofsvorm was zeer verspreid in het Zuiden van Frankrijk, le pays cathare, wat niet betekent dat hij elders in Europa afwezig was. Maar via een kruistocht en de inquisitie werd hij uitgeroeid.

Hierover meer weten kan nu nog belangrijk zijn. Op zaterdag 16 oktober komt prof. Kerkrecht Rik Torfs naar het colloquium in Mortsel en houdt hij een inleiding rond het thema: "Omdat kettens belangrijk zijn".

Dat kan een reden zijn om meer te willen weten van deze andere christelijke godsdienst.

**Lesgever?
Info?** *Mieke Felix
Raymond Doms, Heiligenborre 13,
Watermaal-Bosvoorde,
tel.: 02 672 44 12,
website: www.katharen.be.*

Uit de regio

TUINCONCERT

vrijdag 17 september 2010 om 20 uur

Het Paul Vagant Trio (Paul Vagant, Leo Vagant, Marcel Backaert) doet ons nadenken, lachen en verdrietig zijn door ons een spiegel voor te houden. Ze klinken als nooit voorheen en brengen een avondje kleinkunst, zonder franjes, maar met een heel groot hart.

Elk lied ademt een eigen gevoel en is rimpelloos verstrengeld met elkander. Over niet af te stoppen, jeugdig geweld tot creatieve onrust in de laatste rechte lijn.

Waar? *GC Den Dam, Waversesteeweg 1747,
Oudergem.*
**Tickets?
Info?** *€ 10,20.
GC Den Dam, tel.: 02 663 89 50,
e-mail: dendam@vgc.be.*

V A S T E A C T I V I T E I T E N W A B O

MAANDAG	09.30: Turnen 55+ (start: 13/09) - 18.45: Tango - 20.00: Naailles (start: 13/09)
DINSDAG	12.00: Warme maaltijd - 12.30: Bib. Rozenberg - 14.00: Gezellig samenzijn - 18.30: Conditieturnen (start: 14/09) - 20.15: Tango
WOENSDAG	10.00: Wabo's Praatcafé (start 15/09) - 17.00 tot 19.00: Afhalen biogroenten- en fruitpakket - 18.30: Wabo's Praatcafé (start 15/09)
DONDERDAG	10.00: Tai Chi (start 16/09) - 14.00: Gezellig samenzijn - 15.30: Bib. Rozenberg - 19.30: Pilates (start 16/09)
ZONDAG	11.00 tot 12.30: Bar open

**Tentoonstelling:
Straatkinderen
van Lubumbashi** *van 12 tot en met 26 september 2010
Open: ma, di, do en vr: van 10.00 tot 16.00 - wo: van 13.00 tot 19.00 - zo: van 11.00 tot 13.00*

PICKNICK

dinsdag 21 september 2010 om 11 uur

We spreken af aan de Molenvijver, Vuurkeienweg. We wandelen in het Solvaypark en picknicken in het Gemeenschapscentrum WaBo.

Breng uw boterhammen mee en wij zorgen voor de drank.

Info? Christiane Doms, tel.: 02 672 04 03.

MUSEUMBEZOEK

dinsdag 28 september 2010 om 14 uur

We brengen een geleid bezoek aan het Magrittemuseum.

Iedereen is van harte welkom.

**Afspraak? Aan de ingang van het museum:
Koningsplein 3, Brussel.**

Prijs? € 5 per persoon.

**Inschrijven? Voor 14 september bij Christiane Doms,
tel.: 02 672 04 03.**

Werkgroep Vrede & Ontwikkeling

BRAAMBESSENGELEI

Voor 11.11.11 maakten we op ambachtelijke wijze heerlijke gelei van braambessen. Deze exclusieve en gezonde producten kan je kopen vanaf september. Vraag er naar bij je bezoek aan GC WaBo of bestel telefonisch bij Anne-Marie Van de Voorde, tel.: 02 675 40 10.

BRIEVEN SCHRIJVEN

zondag 19 september 2010 van 11 tot 12.30 uur

We komen maandelijks samen in de bar van GC WABO om brieven te schrijven voor gewetensgevangenen in landen waar men mensenrechten schendt.

Doe mee en geef een teken, een signaal dat je niet akkoord gaat met opsluiting van gewetensgevangenen of onmenselijke behandeling of foltering.

Er zijn vooraf geprinte brieven ter beschikking en we zorgen voor een achtergrondossierje bij elk geval.

**AMNESTY
INTERNATIONAL**



WACHT MEE-CAMPAGNE

zaterdag 11 september 2010 vanaf 15 uur

Genoeg gewacht op de realisatie van de Millenniumdoelstellingen? Tijd voor actie? Dan moet je op de Wachtnacht zijn op 11 september. Met meer dan 10.000 wachtenden sturen we een niet te missen signaal de wereld in. Met een videoboodschap vanop het Sint-Pietersplein te Gent laten we weten dat de tijd van wachten voorbij is. Zodat de wereldleiders het tot in New York horen.

En er staat een pak meer op het programma o.a.: gratis optredens van **YOUSSOU N'DOUR**, Eric Melaerts, Johan Verminnen, Tom Dice, Stromae, ... en een groot Millenniumdebat.

**Prijs?
Waar?
Info?**

**Gratis.
St. Pietersplein, Gent.
www.wachtnacht.be.**



Ziekenzorg

DAGUITSTAP ZOO VAN ANTWERPEN

zaterdag 11 september 2010 om 9 uur

Wij gaan op dagreis, per liftbus, naar de dierentuin van Antwerpen. Hou deze datum nu al vrij.

Vertrek om 9 uur aan de St Juliaanskerk en om 9.30 uur aan het Lutgardiscollege.

We zijn terug in Oudergem rond 19 uur.

Prijs?

€ 30 (reis, bezoek, middagmaal en vieruurtje inbegrepen).

Info?

Marlette, tel.: 02 660 53 28 of Marie-José, tel.: 02 672 38 85.

Jeugdproject



Bij de start van het nieuwe schooljaar plant het jeugdproject WaBoDam weer tal van vrijetijdsactiviteiten voor kinderen vanaf 3 jaar.

Hieronder vind je het programma.
Vooraf inschrijven voor alle activiteiten!

KIDS- EN TEEN HIPHOP

Je leert dansen zoals in een echte videoclip. Met nieuwe moves maken we in groep een choreografie op een mix van de meest trendy hits!

Lesgever?	Kids: Aurelie Gellaerts. Teens: Vanessa Gellaerts.
Voor wie?	Kids: 8 tot 12 jaar en teens: 12 tot 15 jaar.
Wanneer?	Op zaterdag. Kids: 9.30 tot 11 uur en teens: 11 tot 12.30 uur.
Start?	Zaterdag 2 oktober 2010.
Waar?	GC WaBo, Delleurlaan 39-43, Watermaal-Bosvoorde.
Prijs?	1^{ste} trimester: € 42 en een jaaraansluiting: € 102, verzekering inbegrepen.

JEUGDATELIER 'T PADDESTOELTJE

zaterdag van 10 tot 12.30 uur

Verven, klieren, mengen, kneden, boetsen, vervormen, experimenteren in de keuken, we creëren de meest fantastische kunstwerken!

Soms gaan we inspiratie opdoen in de natuur of in een museum. Met een leuk thema gaan we aan de slag!

We werken in 2 groepen: de Elfenbankjes (kleuters 4-6 jaar) en de Boleetjes (6-12 jaar).



Voor wie?	Kinderen van 4 tot 12 jaar.
Start?	Zaterdag 25 september 2010.
Waar?	GC Den Dam, Waverssesteenweg 1747, Oudergem.
Prijs?	1^{ste} semester: € 32 voor het 1^{ste} kind en € 30 voor het 2^{de} kind. Jaaraansluiting: € 55 voor het 1^{ste} kind en € 50 voor het 2^{de} kind.



KLEUTERTURNEN

woensdag van 13.30 tot 14.30 uur

We rollen, bollen, springen, tuimelen, huppelen, zweven, klimmen en soms...vallen we! We draaien, zwaaien, lopen, schuifelen en soms ...staan we even stil!

Voor wie?	Kleuters van 3 tot 6 jaar.
Start?	Woensdag 6 oktober 2010.
Waar?	Lutgardiscollege, Zandgroeflaan 2, Oudergem.
Prijs?	1^{ste} trimester: € 35 en een jaaraansluiting: € 90, verzekering inbegrepen.

SPORTINITIATIE

woensdag van 14.30 tot 16 uur

Badminton, turnen, atletiek, hockey, (zaal)voetbal, steppen, circustechniekjes... Kom elke woensdag een andere sport beoefenen!

Voor wie?	Kinderen van 6 tot 12 jaar.
Start?	Woensdag 6 oktober 2010.
Waar?	Lutgardiscollege, Zandgroeflaan 2, Oudergem.
Prijs?	1^{ste} trimester: € 55 en een jaaraansluiting: € 140, verzekering inbegrepen.



HERFSTVAKANTIE

Voor wie?	Kinderen van 4 tot 9 jaar.
Wanneer?	3, 4 en 5 november 2010, van 9 tot 16 uur.
Opvang?	Van 8 tot 17.30 uur.
Prijs?	€ 35 en opvang: € 4/dag/kind.
Waar?	GC WaBo, Delleurlaan 39-43, Watermaal-Bosvoorde

INFO EN INSCHRIJVINGEN?

Op maandag, woensdag en vrijdagvoormiddag:
Jeugdproject WaBoDam,
Katrin Bosserez,
Delleurlaan 39-43,
1170 Watermaal-Bosvoorde
Tel. : 02 675 40 10
E-mail : wabodam@vgc.be

CHIRO IN OUDERGEM

Chiro Oudergem bestaat dit jaar 5(0) jaar. Het wordt dan ook een enorm feestjaar, waar ook jij deel van kan uitmaken. Wat doen we precies op de Chiro? In twee woorden: plezier maken! Elke zondag staat de leidingsploeg klaar om de kids van 6 tot 17 jaar een leuke namiddag te laten beleven. We zingen, lachen, spelen en ravotten erop los. In het park, in het bos, of gewoon op de speelplaats.



Voor wie? Kinderen van 6 tot 17 jaar.
Startdag? We werken met 4 groepen.
Startdag? Zondag 27 september om 14 uur.
Waar? Sint-Juliaanskerklaan 15, Oudergem.
Lidgeld? € 20.
Info? Annelies Surkijn, tel.: 0478 09 32 16,
e-mail: chirooudergem@gmail.com,
website: www.chiro-oudergem.be.

SCOUTS

Hebben jullie zin in een leuke, spannende en zotte zondagnamiddagactiviteit? Scouts en Gidsen Vlaanderen Reynaert-Beatrijs kan jullie die geven! Wij hebben elke zondag, behalve de laatste zondag van de maand, scoutsvergadering van 14 tot 17.30 uur. De bijeenkomsten vinden plaats aan onze lokalen, Vogelzanglaan 2 in Sint-Pieters-Woluwe. Dichtbij het Park van Woluwe.

Vanaf 6 jaar ben je welkom! Onze eerste scoutsvergadering is zondag 3 oktober, dan kan je alvast komen testen of je het leuk vindt (ook al ben je nog niet ingeschreven). Op de scouts maak je vrienden voor je leven en amuseer je je te pletter, mis deze kans niet en kom gewoon af!! Tot zeer binnenkort!

Info? www.reynaert-beatrijs.be.





KIND AAN HUIS!



zondag 3 oktober 2010 van 9 tot 14 uur



Kinderen, ouders, grootouders, ... zijn welkom in Gemeenschapscentrum Op-Weule: er is een tweedehandsbeurs (wel vooraf inschrijven om te verkopen) en kindertheater gebracht door Kip van Troje en Spoor 6.


Ook de bib is die dag van de partij. En, goed nieuws voor de jonge lezers, de "afgevoerde" kinder- en jeugdboeken zijn dan voor een spotprijs te koop. Ook even binnenlopen!


Waar? Gemeenschapscentrum Op-Weule,
St.-Lambertusstraat 91,
St.-Lambrechts-Woluwe.
Toegang? Gratis.
Info? GC Op-Weule, tel.: 02 775 92 00,
e-mail: info@opweule.be,
website: <http://op-weule.vgc.be>.

SPORT,  

CULTUUR,  

CURSUSSEN OF  

JEUGDACTIVITEITEN 

IN UW BUURT? 


VLAAMSE
GEMEENS
CHAPSCO
MMISSIE

Meer info vindt u in de gratis brochures

www.vgc.be/vrijetijd - vrijetijd@vgc.be

tel. 02 208 02 12

Haal ze op in uw gemeenschapscentrum of bib



Zoekertjes

Titiana. 15j. Ik heb amper borsten. Weet iemand waar door ze gaan groeien??

Brosser. 9j. Kword gepest en ga nie meer nr tschool. Kvoel me der echt nie meer goe. Durf t niet te zeggen tg ons ma.

Klaas. 6j. In mijn klas zeggen ze dat sinterklaas niet bestaat. Maar ga ik dan nog kadokes krijgen?

Muurbloempje. 10j. zkt iemand om gwn eens te praten.

Fadile. 17j. Kwil zelfmoord plege want kheb onlangs dit smske gekregen: 'hey lelek bruin wijf! ga trg na u land hoer'. Kziet echt nimeer zitte.

Lore. 12j. Ik ga morgen mss tongkussen met mn vriendje ma kweet nog nt hoe da moet. Help mij!!!!

Fred. 13j. Ik heb mijn penis opgemeten als'm stijf is en kom op 7. Is da normaal?

BiteMe. 11j. Op het internet staat dat je acne krijgt van wit brood. Klopt dat? Want ik eet veel wit brood.

**Zij zoeken antwoorden
Daarom zoeken wij vrijwilligers**



Meer info op KJT.org/vrijwilligers



102. DE KINDER- EN JONGERENTELEFOON

Kriebels en krabbels

RODE KRUIS: BLOEDINZAMELINGEN

Jonge mensen kom op... Geef blijk van solidariteit... wordt ook bloedgever. Neem de fakkel van de oudere bloedgevers over. Biedt u aan om bloed te geven, we hebben uw gift ook nodig en rekenen op uw inzet. Alle gezonde personen, tussen 18 en 65, zijn van harte welkom. Bloed geven gebeurt onder medische supervisie en met steriel éénmalig gebruikt materiaal.

Volgende bloedinzamelingen in Watermaal-Bosvoorde:

- *Aartshertogenlaan 68*: dinsdag 21 september 2010, van 16.30 tot 19 uur;
- *Vinkstraat 131*: woensdag 22 september 2010, van 16.30 tot 19 uur;
- *Ottervangerstraat 57*: donderdag 23 september 2010, van 16.30 tot 19.30 uur.

Bloed geven blijft onontbeerlijk!

TURNEN VOOR DAMES

Wij bieden u een unieke kans om aan conditieturnen te doen. Nooit te laat om te starten. Een nieuwigheid: de theraband! Het hulpmiddel bij uitstek voor conditieturnen. Iedereen kan op een originele wijze en zonder veel moeite de arm-, schouder-, rug- en borstspieren activeren en verbeteren.

Net als in het verleden werken we aan algemene fitheid, spelvorm, uithoudingsvermogen.

Lenigheid, coördinatie en plezier staan centraal.

Wanneer? Elke donderdag van 20 tot 22 uur.
Start? Donderdag 23 september 2010.
Waar? Cederschool, Bosrechterstraat 8, Watermaal-Bosvoorde.
Prijs? € 55 voor een jaar.
Info? Marie-France Truyens, tel.: 0478 38 23 72 of Jos Vancauteran, tel.: 02 673 71 31.

EMOTIONEEL LICHAAMSWERK

Emoties en lichaam zijn niet van elkaar te scheiden. Een lichaam weerspiegelt emoties en houdt niet verwerkte emoties vast. Emoties zorgen voor groei in wie en wat je bent. Als je je emoties zoals boosheid, angst, verdriet, vreugde, speelsheid... verwelkomt, kan je ze ombuigen tot kwaliteiten. Aanvaarding geeft mogelijkheid tot transformatie. Jij mag er dus helemaal zijn met alles wat er in je leeft. Via lichaamsgerichte oefeningen gebaseerd op de pijlers aarden, ademen, bewegen en geluid, kan je jouw lichaam, gevoelens en emoties ervaren. Je voelt terug jouw lichaam en leert zijn signalen (h)erkennen. Het is een ontdekkingstocht naar jezelf... op zoek naar meer kwaliteit in je leven en naar zelfvertrouwen en kracht.

Wanneer? Kennismaking: **dinsdag 21 september 2010, van 19.30 tot 21.30 uur.**
Waar? GC WaBo, Delleurlaan 39-43, Watermaal-Bosvoorde.
Inschrijven? Jean-Pierre Perron, tel.: 0487 57 20 94, e-mail: jean-pierre@energia-energia.be, website: www.energia-energia.be.

START INFOPUNT WEGWIJS

Informatie is een recht voor iedereen! Daarom wil het Seniorencentrum alle Brusselse 55-plussers en andere betrokkenen zoals mantelzorgers, hulpverleners, familie, clubverantwoordelijken... die een beroep op haar doen informatie aanbieden via deze centrale dienst. "Een vraag? Kom of bel naar Wegwijs!" Twijfel vooral niet, kom vooral langs of bel! Deze dienst is gratis! Discretie is verzekerd!

Open? Maandag van 14 tot 16 uur en donderdag van 10 tot 12 uur.
Bellen (02 210 04 61) en mailen (wegwijs@seniorencentrum-brussel.be) kan dagelijks.
Waar? Seniorencentrum, Leopoldstraat 25, Brussel.

Beenhouwerij
Spekslagerij van de le rang
Kaas
Traiteur



Lieven

Lieven en Nathalie
VAN DOOREN-STICKER

Keymplein 25, 1170 Watermaal - Brussel
Tel./fax 02/675 7619



comcert network management service provider

SNELLE SERVICE
DUIDELIJKE AFSPRAKEN
GARANTIE

HERSTELLING COMPUTER (PC EN MAC)
THUISNETWERKEN (KABEL EN DRAADLOOS)

Reeds 10 jaar staan wij ten dienste van de bedrijven.
U kan ook als particulier een beroep doen op onze diensten:

- herstelling van uw computer, printer, ... mét garantie!
- wij helpen u bij de installatie (computer, printer, Internet, software, ...).
- onafhankelijk advies bij de aankoop van een computer (wij verkopen zelf geen hardware en software!) of de installatie van een netwerk (ook in samenwerking met uw vertrouwde elektricien).

BEL: 02 673 05 02
(7 dagen op 7)

fax: 02 673 37 97
e-mail: info@comcert.com

BEWAAR DIT BIJ UW COMPUTER HET KAN U NOG VAN PAS KOMEN

wanneer	wat	waar	wie	info
WO 01 20:15	Conditiegym (start)	Lutgardiscollege	Gymclub	02 660 77 77
VR 03 09:15	<i>CURSUS: STOELAEROBICS (start)</i>	Den Dam	Den Dam	02 663 89 50
ZO 05 11:00	<i>BAR IS OPEN</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
MA 06 14:00	<i>CURSUS: NEDERLANDS (start)</i>	Den Dam	Den Dam	02 663 89 50
WO 08 18:30	<i>CURSUS: ZUMBA (start)</i>	Lutgardiscollege	Den Dam	02 663 89 50
DO 09 14:00	<i>INFOSESSIE SOCIAAL VERVOER</i>	Den Dam	LDC Zoniënzorg	02 663 89 50
ZA 11 10:30	Openingsreceptie Bibliotheek Hertoginnedal	Bibliotheek	Bib Hertoginnedal	02 672 38 42
16:00	Wachtnacht	Gent	Werkgr. Vrede & Ontw.	02 675 40 10
OPENDEURDAG GC WaBo				
ZO 12 11:30	<i>OPENING TENTOONSTELLING EN AFRIKAANS HAPIES</i> <i>"Straatkinderen van Lubumbashi" - loopt t.e.m. 26 september</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
11:30	<i>INFO ACTIVITEITEN GC WaBo</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
12:00	<i>OPTREDEN: TRIO AFRO-SOUKOUS</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
MA 13 10:00	<i>WaBo+: TURNEN 55+ (start)</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
20:00	<i>CURSUS: NAAIEN VOOR IEDEREEN</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
DI 14 10:00	Vormingssessie: Van grammofoon tot Mp3	Den Dam	Blijf Jong Forum	02 663 89 50
18:45	<i>CURSUS: CONDITIETURNEN OP MUZIEK (start)</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
WO 15 10:00	<i>WaBo'S PRAATCAFE (start)</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
14:00	<i>OP STAP MET JE (KLEIN)KIND: TUIN- OF TERRASDECORATIE</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
14:30	<i>ZOETE NAMIDDAG: LEKKERE TAARTEN</i>	WaBo	WaBo & LDC Zoniënzorg	02 675 40 10
16:15	<i>CURSUS: ZUMBA VOOR KIDS (start)</i>	Lutgardiscollege	Den Dam	02 663 89 50
18:30	<i>WaBo'S PRAATCAFE (start)</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
DO 16 09:00	Kom op tegen Kanker: plantjesweek	WaBo & Den Dam	WaBo & Den Dam	02 675 40 10
10:00	<i>WaBo+: TURNEN 55+ (start)</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
14:00	<i>WHISTWEDSTRIJD</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
14:00	Conditieturnen voor dames (start)	Den Dam	KAV St. Juliaan	02 734 21 77
19:30	<i>CURSUS: PILATES (start)</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
VR 17 09:00	Dagreis: Dierentuin van Antwerpen	Antwerpen	Ziekenzorg	02 672 92 08
19:00	1ste kaartavond Manillen	Foyer	KWB St. Juliaan	02 734 21 77
20:00	<i>TUINCONCERT</i>	Den Dam	Den Dam	02 663 89 50
ZO 19 11:00	<i>BAR IS OPEN</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
11:00	Brieven schrijven voor Amnesty International	WaBo	Werkgr. Vrede & Ontw.	02 675 40 10
13:00	Buurtfeest	Jeugdhuis Alleman	Jeugdhuis Alleman	02 660 91 53
14:00	<i>BRUSSELBENEN: WANDELING ZONIËNWOUDE</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
DI 21 11:00	Picknick	Solvaypark	KAV Wa.-Bo.	02 672 04 03
12:30	<i>BROODJE BRUSSEL: WANDELING PLANTENTUIN MASSART</i>	Den Dam	Den Dam	02 663 89 50
13:00	<i>CURSUS: BLOEMSCHIKKEN 1 (start)</i>	Den Dam	Den Dam	02 663 89 50
14:00	<i>INFOSESSIE SOCIAAL VERVOER</i>	WaBo	WaBo & LDC Zoniënzorg	02 675 40 10
19:30	<i>CONVERSATIETAFEL NEDERLANDS (start)</i>	Den Dam	Den Dam	02 663 89 50
19:30	Kennismakingssessie "Emotioneel lichaamswerk"	WaBo	Energia	0487 57 20 94
20:00	<i>CURSUS: BLOEMSCHIKKEN 2 (start)</i>	Den Dam	Den Dam	02 663 89 50
WO 22 20:00	<i>CURSUS: BLOEMSCHIKKEN (start) (inschrijven kan tot 17/09)</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
DO 23 08:30	Scholenveldloop	Sportstadion	VGC Sportdienst	02 663 89 50
10:00	<i>CURSUS: BABYMASSAGE</i>	Den Dam	Den Dam	02 663 89 50
20:00	<i>CURSUS: BLOEMSCHIKKEN</i>	Den Dam	Den Dam	02 663 89 50
VR 24 12:30	<i>BROODJE BRUSSEL: BIJT IN BOEKEN</i>	WaBo	WaBo & Bib Rozenberg	02 675 40 10
19:00	Aquagym en zwemblessen (start)	Zwembad VUB	Zwemclub Wimber	02 660 66 35
ZA 25 10:00	<i>JEUGDATELIER 'T PADDESTOELTJE</i>	Den Dam	Jeugdproject WaBoDam	02 675 40 10
10:30	Lezing Alfred Coninx: bewegen, een fantastisch medicament	Bib Rozenberg	Bib Rozenberg	02 675 33 79
20:00	50 jaar Chiro	Oudergem	Chiro	0478 09 32 16
ZO 26 11:00	<i>BAR IS OPEN</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10
14:00	Chiro (start)	St.-Juliaan	Chiro	0478 09 32 16
DI 28 14:00	Bezoek Magrittemuseum	Brussel	KAV Wa.-Bo.	02 672 04 03
WO 29 19:00	<i>CURSUS: ITALIAANS KOKEN (start)</i>	WaBo	WaBo	02 675 40 10



Delleurlaan 39-43
1170 Watermaal-Bosvoorde

Maandlijks Tijdschrift
42^{ste} Jaargang
Nr. 7, September 2010

Maandblad van het Gemeenschapscentrum WaBo van Watermaal-Bosvoorde

GEMEENSCHAPSCENTRUM WaBo vzw - RAAD VAN BESTUUR

Joris Poschet (voorzitter), Liesbeth Tops (penningmeester),
leden: Hilde Claes, Rik De Laet, Lizzy Konings, Luc Schollaert, Myriam Verkouter en Rita Willo

DIRECTIE:

Lieven Vanhemelrijck

MEDEWERKERS:

Charlotte Van den Plas (stafmedewerker)
Anne-Marie Van de Voorde en Els Gillis (onthaal en secretariaat)
Katrin Bosserez (Jeugdproject Wabodam)
Chris Christiaens, Nadine Paulus, Fabienne Van der Pluym en Marc De Wulf (onderhoudsploeg)

Gemeenschapscentrum WaBo

Delleurlaan 39-43, 1170 Watermaal-Bosvoorde

Telefoon: 02 675 40 10 - Fax : 02 673 75 73 - E-mail: wabo@vgc.be - Website: www.wabo.be

Bankrekening: 068-2113487-78

Het secretariaat is open: alle werkdagen van 9.30 tot 12 uur en van 13.30 tot 17 uur,
woensdag tot 19 uur en vrijdag tot 16 uur.
Afspraak op een ander tijdstip is mogelijk.

ABONNEMENT:

Abonnement: € 8 en een steunabonnement vanaf € 12.

REDACTIE WABO:

De teksten voor oktober worden verwacht voor **10 september 2010**.

FOTO'S:

Katrin Bosserez, Els Gillis, Mutoto en Zicomani

MET DE STEUN VAN



GEMEENTEBESTUUR
WATERMAAL-
BOSVOORDE

Verantwoordelijke uitgever: Joris Poschet
p/a Delleurlaan 39-43, 1170 Watermaal-Bosvoorde

Wij respecteren uw privacy. Uw persoonsgegevens worden uitsluitend gebruikt om u op de hoogte te houden van activiteiten van het Gemeenschapscentrum WABO en van aanverwante organisaties van de Vlaamse Gemeenschap in Brussel. U kunt uw gegevens in ons bestand altijd inkijken of aanpassen zoals voorzien in de wet van 8 december 1992 ter bescherming van de privacy.

WERELDWINKEL



In GC Wabo
tijdens de kantooruren.

Zondagmorgen in de bar
van 11 tot 12.30 uur.

Op woensdag tot 19 uur
samen met de bio-groenten.



Info & bestellingen
GC Wabo
Delleurlaan 39-43
02/675.40.10
Fax: 02/673.75.73
e-mail: wabo@vgc.be

BIO-ABONNEMENT

GROENTEN - FRUIT - BROOD

Lekker verse groenten en fruit.
Eerlijk en biologisch .
i.s.m.

Den Diepen Boomgaard
uit Grimbergen.

Afhandeling in GC Wabo
op woensdag van 17 tot 19 uur.



Info & bestellingen
GC Wabo
Delleurlaan 39-43
02/675.40.10
Fax: 02/673.75.73
e-mail: wabo@vgc.be

BIBLIOTHEEK ROZENBERG

Thomsonlaan 3,
1170 Watermaal-Bosvoorde,
tel: 02 675 33 79 - fax: 02 675 74 29

Watermaal-Bosvoorde@bibliotheek.be;
www.watermaal-bosvoorde.bibliotheek.be

Open:

maandag: 12.30u tot 14.30u,
woensdag: 15u tot 17u,
donderdag: 18u tot 20u,
vrijdag: 17u tot 19u,
zaterdag: 10u tot 12u



UITLE
Delleur

JOORN
voorde

tel.: 02 661 71 53

Open:

dinsdag: 12.30u tot 14.30u,
donderdag: 15.30u tot 17.30u