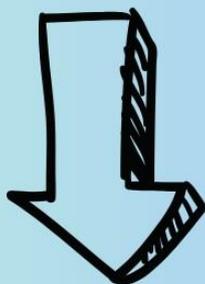


Espace 9

C'EST QUOI ?

Un lieu d'accueil et de convivialité, avec des **ACTIVITES COMMUNAUTAIRES**, dans une optique de **PREVENTION SANTE** et de **LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT**.



HORAIRE GÉNÉRAL ?

LUNDI OUVERTURE DE 09H - 17H	MARDI OUVERTURE DE 14H - 17H	JEUDI OUVERTURE DE 09H - 17H
10H - 12H : ACTIVITÉ CRÉATIVE OBJECTIF : RÉCRÉATIF PUBLIC : MIXTE (AÎNÉS ET/OU ISOLÉS)	14H30 - 16H30 : ACTIVITÉ INFOS & DÉCOUVERTES OBJECTIF : PRÉVENTION SANTE PUBLIC : AÎNÉS	10H - 13H30 : ACTIVITÉ SANTÉ & ALIMENTATION (4€/INSCRIPTION EN J-7) OBJECTIF : PRÉVENTION SANTÉ PUBLIC : MIXTE (AÎNÉS ET/OU ISOLÉS)
12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) PUBLIC : MIXTE (AÎNÉS ET/OU ISOLÉS)		14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES : JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES OBJECTIF : PRÉVENTION SANTÉ PUBLIC : AÎNÉS
14H - 16H30 : ACTIVITÉ DE COHÉSION OBJECTIF : RÉCRÉATIF PUBLIC : AÎNÉS		

POUR QUI ??

- Pour les personnes âgées (pensionnées, sur la mutuelle,...) ET
- Pour les personnes isolées

OÙ ?

A la Salle de la Sapinière
Rue Chapelle Marion, 11
5030 Gembloux
CPAS de Gembloux

INFORMATIONS

- **DETIENNE Françoise**, Gestionnaire de projets sociaux :
081/62.72.18. - francoise.detienne@cpas-gembloux.be
- **LEFEVRE Lisa**, Coordinatrice-animatrice du projet Espace 9 :
081/62.72.94. ou 0472/65.77.80. - lisa.lefevre@cpas-gembloux.be
- **THOLLEMBECK Françoise**, Logisticienne-animatrice du projet Espace 9 :
Sur place ou au 0476/80.63.58. - francoise.thollembeck@cpas-gembloux.be

 CPAS de Gembloux - Secteur social

 <https://cpas.gembloux.be/service-social-individuel/espace-9>



JANVIER 2024

LUNDI OUVERTURE DE 09H - 17H	MARDI OUVERTURE DE 14H - 17H	JEUDI OUVERTURE DE 09H - 17H
01 FERMETURE DE L'ESPACE 9	02 FERMETURE DE L'ESPACE 9	04 OUVERTURE LIBRE DE L'ESPACE 9
08 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-14) 14H - 16H30 : COHÉSION REMUE-MÉNINGES , HÉLÈNE V.	09 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE ENEO ET FRANÇOISE TH.	11 10H - 11H : MA SANTÉ EN QUESTION MAISON MÉDICALE DE HARTON 12H - 13H30 : BRUNCH FRANÇOISE TH. (4€/INSCRIPTION EN J-14) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
15 10H - 16H : JOURNÉE BIEN-ÊTRE ESTIM'ÉMOI (4€/INSCRIPTION EN J-7) 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7)	16 14H - 16H : DÉCOUVERTES... COMITÉ DES PARTICIPANTS LISA L. ET FRANÇOISE TH.	18 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
22 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 9H30 - 12H : LES BASES D'ANDROID ET LA CONSOMMATION DES DONNÉES INTERFACE 3 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION COMMUNICATIO.N INTERPERSO. SARAH V.	23 14H - 17H : DÉCOUVERTES... CONFÉRENCE "CARNET DE VIE" ENEO	25 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
29 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 9H30 - 12H : MOTS DE PASSE ET SÉCURITÉ SUR INTERNET INTERFACE 3 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION LA GESTION DES ÉMOTIONS FACE À LA DOULEUR, LA SOUFFRANCE SARAH V.	30 14H - 16H : DÉCOUVERTES... GIVE BOX FRANÇOISE TH. ET LISA L.	

*RAPPEL :

PLAFOND JOURNALIER À 4€ MAXIMUM.

EN CAS DE DIFFICULTÉS FINANCIÈRES, EN AVISER LES RÉFÉRENTS DE L'ESPACE 9 POUR ANALYSE. LE MONTANT NE DOIT PAS ÊTRE EN FREIN À LA PARTICIPATION.



FÉVRIER 2024

LUNDI OUVERTURE DE 09H - 17H	MARDI OUVERTURE DE 14H - 17H	JEUDI OUVERTURE DE 09H - 17H
		01 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE MAISON MÉDICALE DE HARTON (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
05 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 9H30 - 12H : GESTION D'APPLICATION ET RECHERCHES D'INFOS INTERFACE 3 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION LA DÉPRESSION SARAH V.	06 14H - 17H : DÉCOUVERTES... CINÉ-DÉBAT - DÉMOCRATIE ALIMENTAIRE	08 11H - 12H : DÉPISTAGE DES CANCERS MAISON MÉDICALE DE HARTON (4€/INSCRIPTION EN J-7) 12H - 13H30 : BRUNCH (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
12 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 9H30 - 12H : PAIEMENTS EN LIGNE ET ADMINISTRATION INTERFACE 3 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION REMUE-MÉNINGES, HÉLÈNE V.	13 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE Eneo	15 10H - 12H : SAVONS SOLIDES EKIKROK (4€/INSCRIPTION EN J-7) 12H - 13H30 : BRUNCH (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
19 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 9H30 - 12H : DOCUMENTS NUMÉRIQUES ET MAILS INTERFACE 3 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION BINGO	20 14H - 17H : DÉCOUVERTES... INTRODUCTION AUX SOINS PALLIATIFS ASPPN	22 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
26 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION QUIZZ DYNAMIQUE (MUSICALE, CULTUREL, ESPACE 9)	27 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE Eneo	29 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES

*RAPPEL :

PLAFOND JOURNALIER À 4€ MAXIMUM.

EN CAS DE DIFFICULTÉS FINANCIÈRES, EN AVISER LES RÉFÉRENTS DE L'ESPACE 9 POUR ANALYSE. LE MONTANT NE DOIT PAS ÊTRE UN FREIN À LA PARTICIPATION.



MARS 2024

LUNDI OUVERTURE DE 09H - 17H	MARDI OUVERTURE DE 14H - 17H	JEUDI OUVERTURE DE 09H - 17H
04 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H- 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION OBJECTIFS ÉLECTIONS CPCP	05 14H - 17H : DÉCOUVERTES... VIE AFFECTIVE SOLIDARIS	07 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE MAISON MÉDICALE DE HARTON (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
11 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION REMUE-MÉNAGES , HÉLÈNE V.	12 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE ENEO	14 10H - 12H : GEL DOUCHE ET DÉO EKIKROK (4€/INSCRIPTION EN J-7) 12H - 13H30 : BRUNCH (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
MERCREDI 13 MARS 2024 - OUVERTURE EXCEPTIONNELLE 13H30 - 18H GOÛTER DE CARNAVAL ET PRÉSENTATION DU PARTENARIAT HENALLUX ENEO ET ESPACE 9 4€/INSCRIPTION À L'ENTRÉE MAIS RÉSERVATION CHEZ ENEO : 0487 28 14 94		
18 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H : COHÉSION LOTO SENSORIEL	19 14H - 17H : DÉCOUVERTES... LOGEMENT SENIOR : QUELS CHOIX S'OFFRENT À MOI ? CPCP	21 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
25 10H - 12H : CRÉATIV'ALY RETOUR SUR LE PARCOURS DES ARTISTES 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION DÉCORATION FLORALE	26 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE ENEO	28 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES

*RAPPEL :

PLAFOND JOURNALIER À 4€ MAXIMUM.

EN CAS DE DIFFICULTÉS FINANCIÈRES, EN AVISER LES RÉFÉRENTS DE L'ESPACE 9 POUR ANALYSE. LE MONTANT NE DOIT PAS ÊTRE UN FREIN À LA PARTICIPATION.





AVRIL 2024

LUNDI OUVERTURE DE 09H - 17H	MARDI OUVERTURE DE 14H - 17H	JEUDI OUVERTURE DE 09H - 17H
01 FERMETURE DE L'ESPACE 9	02 14H - 17H : DÉCOUVERTES... CRÉER DES CARTES INTERGÉNÉRATIONNELLES	04 10H - 11H : PREVENTION DES CHUTES MAISON MÉDICALE DE HARTON (4€/INSCRIPTION EN J-7) 12H - 13H30 : BRUNCH (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
08 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION REMUE-MÉNINGES, HÉLÈNE V.	09 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE ENE0	11 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
15 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H : COHÉSION CRÉER DES CARTES INTERGÉNÉRATIONNELLES	16 14H - 17H : DÉCOUVERTES... SENSIBILISATION AU CANCER DU SEIN SOLIDARIS	18 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE MAISON MÉDICALE DE HARTON (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
22 10H - 12H : CRÉATIV'ALY RETOUR SUR LE PARCOURS DES ARTISTES 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : CONFÉRENCE-DÉBAT "SENIORS TOUJOURS SUR LA ROUTE" AWSR ET COCA	23 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE ENE0	24 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
29 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H : MOMENT BIEN-ÊTRE ESTIME-MOI (ESTHÉTIQUE SOCIALE)	30 14H - 17H : DÉCOUVERTES... VIE AFFECTIVE SOLIDARIS	

*RAPPEL :

PLAFOND JOURNALIER À 4€ MAXIMUM.

EN CAS DE DIFFICULTÉS FINANCIÈRES, EN AVISER LES RÉFÉRENTS DE L'ESPACE 9 POUR ANALYSE. LE MONTANT NE DOIT PAS ÊTRE UN FREIN À LA PARTICIPATION.



MAI 2024

LUNDI OUVERTURE DE 09H - 17H	MARDI OUVERTURE DE 14H - 17H	JEUDI OUVERTURE DE 09H - 17H
		02 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
06 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION VEILLIR OU CONDUIRE, FAUDRA-T-IL UN JOUR CHOISIR ? YVES-ALBERT BOUCLY	07 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE ENE0	09 FERMETURE DE L'ESPACE 9
13 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H : COHÉSION REMUE-MENINGES, H. VAUCAMPS	14 14H - 17H : DÉCOUVERTES... VOYAGE DANS LES LANDES ET LE PAYS BASQUE FRANÇAIS F. TONET	16 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
20 FERMETURE DE L'ESPACE 9	21 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE ENE0	23 10H - 12H : TATAKIZOMÉ EKIKROK (4€/INSCRIPTION EN J-7) 12H - 13H30 : BRUNCH (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
27 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H : MOMENT BIEN-ÊTRE CAP VERS SOI	28 14H - 17H : DÉCOUVERTES... DÉPISTAGE DU DIABÈTE ET HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE SOLIDARIS	30 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE MAISON MÉDICALE DE HARTON (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES

*RAPPEL :

PLAFOND JOURNALIER À 4€ MAXIMUM.

EN CAS DE DIFFICULTÉS FINANCIÈRES, EN AVISER LES RÉFÉRENTS DE L'ESPACE 9 POUR ANALYSE. LE MONTANT NE DOIT PAS ÊTRE UN FREIN À LA PARTICIPATION.



JUIN 2024

LUNDI OUVERTURE DE 09H - 17H	MARDI OUVERTURE DE 14H - 17H	JEUDI OUVERTURE DE 09H - 17H
03 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : COHÉSION BLIND TEST	04 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... CRÉER SA TROUSSE DE SOINS D'ÉTÉ EKIKROK ASBL	06 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
10 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H : COHÉSION REMUE-MENINGES, H. VAUCAMPS	11 14H - 17H : DÉCOUVERTES... PHARMAKIT SOLIDARIS	16 10H - 13H30 : ACTIVITÉ CULINAIRE FRANÇOISE TH. OU LISA L. (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
17 10H - 12H : CRÉATIV'ALY ART LIBRE 12H - 14H : REPAS COLLECTIF (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H : CONFÉRENCE GRANDS-PARENTS D'HIER ET D'AUJOURD'HUI ? Y-A. BOUCLY	18 14H30 - 16H30 : DÉCOUVERTES... DES FILS EN FOLIE	20 10H - 11H : PREVENTION DES CHUTES MAISON MÉDICALE DE HARTON (4€/INSCRIPTION EN J-7) 12H - 13H30 : BRUNCH (4€/INSCRIPTION EN J-7) 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES
24 11H - 17H : CRÉATIV'ALY EXPO 11H - 17H : AUBERGE ESPAGNOLE DE LA FIN DU SEMESTRE (4€/INSCRIPTION EN J-7 + LE PLAT AMÈNE)	25 14H - 17H : DÉCOUVERTES... PLAN FORTE CHALEUR ANNE DUMONT	28 10H - 13H30 : TRIS ET RANGEMENTS CUISINE 14H - 16H30 : ACTIVITÉS CÉRÉBRALES JEUX DE SOCIÉTÉS & CARTES

*RAPPEL :

PLAFOND JOURNALIER À 4€ MAXIMUM.

EN CAS DE DIFFICULTÉS FINANCIÈRES, EN AVISER LES RÉFÉRENTS DE L'ESPACE 9 POUR ANALYSE. LE MONTANT NE DOIT PAS ÊTRE UN FREIN À LA PARTICIPATION.

