

Il est l'or... Mon Senior...

GUIDE DES ACTIVITÉS DES AÎNÉS À NIVELLES

La joie est un pouvoir à cultiver !
Bougez, mangez, découvrez, rencontrez... grâce aux nombreuses activités proposées à Nivelles.

À Nivelles, les activités culturelles, sportives et de loisirs sont en constante évolution, particulièrement pour les Seniors (60 ans et plus). Prendre part à ces activités, c'est entretenir une vie active, préserver sa santé, rompre l'isolement social et s'offrir de précieux moments d'enrichissement personnel et de plaisir.

De nombreuses associations, parfois bien implantées depuis des années, restent pourtant mécon-

nues. Par ailleurs, de nouvelles initiatives voient régulièrement le jour, qu'elles soient généralistes ou qu'elles répondent à des besoins plus spécifiques.

Afin de permettre aux quelque 8.100 Seniors nivellois de découvrir facilement les multiples opportunités qui existent à Nivelles pour s'épanouir, rester actifs et bénéficier de services adaptés, ce guide est désormais disponible principalement en version numérique. Les informations qu'il contient sont classées par domaines afin de faciliter vos recherches.

À partir de cette année, le supplément ne sera plus distribué dans

les boîtes aux lettres. Toutefois, les personnes qui souhaitent disposer d'une version papier peuvent en faire la demande auprès du Service Prévention et Cohésion de la Ville de Nivelles.

Nous vous souhaitons une excellente lecture... et surtout de belles découvertes !

Bernard DE RO,
Bourgmestre en charge des Seniors

Service Prévention & Cohésion
067/88.21.13

Service Seniors
067/88.22.02
seniors@nivelles.be



Excursions Voyages Repas



AMICALE DES SENIORS DE LA VILLE DE NIVELLES

► Excursions, goûters, repas, visites d'entreprises, conférences et activités à thème selon les opportunités, pour tout Nivellois à partir de 55 ans

📅 Périodicité variable en fonction des circonstances

↳ Isabelle MAHY

0477/43.17.38 - seniorsnivelles@gmail.com

AMICALE DES PENSIONNÉS LIBÉRAUX

► Deux voyages par an, en juin et en septembre. Deux repas, en début d'année et en octobre.

↳ Nicole SAMAIN

0497/38.13.32 - berlaimont.samain@gmail.com

LES GOÛTERS D'ALIMA

► Repas

↳ Alima NABOUT

0497/94.36.79 - alimanabout@hotmail.fr

LES SENIORS DE JEAN DE NIVELLES

► Voyages (mai et septembre)

↳ Pierre BOUFFIOUX

0473/91.65.83 - pierre.bouffieux@gmail.com

RETRAITE DE YOGA & EXCURSIONS / RANDOS GUIDÉES POUR SENIORS ACTIFS

► Retraites de yoga et excursions / randos guidées de découverte de la Sicile.

📅 deux fois/an chaque année début octobre et début mai

↳ Raphaël ZARBO

0496/55.21.28 - raphael_zarbo@hotmail.com

Page Facebook " Raphaël ZARBO "

VOYAGES ALTÉO

► 35 voyages inclusifs organisés à l'année tant en Belgique qu'à l'étranger. Brochure disponible sur demande

↳ Service Altéo

081/23.72.37 - info@alteoasbl.be

Divertissements

CORPS MUSICAL NIVELLOIS

🎵 Orchestre (musiques de variétés, de film, de jazz et musique classique)

📅 Le dimanche de 10h à 12h

↳ Amaële CADOR

Waux-Hall - Place Albert 1^{er}, 1

067/85.15.90 - corpsmusicalnivellois@gmail.com

www.corpsmusicalnivellois.be

EOLIA

🎵 Chorale ouverte à tous dès 13 ans (chanson française)

📅 Le mercredi de 20h30 à 22h15

↳ Véronique PIERET

École du Béguinage - Rue du Béguinage, 1

0477/54.52.41 - eoliaenchansons@gmail.com

www.chorale-eolia.be

LIGUE DU COIN DE TERRE

📺 Diffusion du goût de la culture potagère, fruitière et florale ; 200 jardins loués annuellement

📅 Conférence le 2^{ème} mardi du mois

↳ Pierre BOUFFIOUX

Résidence « Nos Tayons » rue Sainte-Barbe 19

0473/91.65.83 - pierre.bouffieux@gmail.com

NIVELANGUES

📺 Cours de langues étrangères Français, anglais, en groupes de 8 + cours privé

📅 Selon les niveaux. 335€ pour 25 leçons de 90 mins

↳ Yves-Pascal GAYET

Rue de la Croix de Malte, 9

0489/10.21.05 - www.nivelangues.com

ypgayet@gmail.com ou bibo008bis@yahoo.fr

Informatique



AIDANT NUMÉRIQUE – VILLE DE NIVELLES

🖥️ Accompagnement personnalisé, utilisation de l'E-Guichet, installation de la plateforme ItsMe, etc.

📅 le lundi uniquement sur rdv de 10h à 12h
le vendredi de 10h à 12h sans rdv
le 1er lundi du mois de 13h à 17h (sans rdv, à la bibliothèque)

↳ Service Prévention et Cohésion
Résidence Samiette, Rue Samiette 72
067/88.21.13
prevention.cohesion@nivelles.be

ATELIER NUMÉRIQUE – ALTÉO / INFORMATIQUE - ÉNÉO

🖥️ Initiation internet, traitement de texte, feuilles de calcul, courrier électronique, fichiers photos, vidéos et musicaux...

↳ Service Enéo / Gilbert HEINTJE
Mutualité chrétienne
Salle la Ramée - Bd des Archers, 56
0476/65.13.63
benevolat@heintje.be

ESPACE PUBLIC NUMÉRIQUE

🖥️ Logiciels, Windows, réseaux sociaux, internet, traitement de texte, dossiers, raccourcis clavier, personnaliser son PC, photo, etc.

↳ Géraldine MASSE
Bibliothèque locale - Place Albert 1^{er}, 1
0484/15.65.89
www.epn-nivelles.org
epn.nivelles@bibliotheque-nivelles.be



LA CONCIERGERIE DE NIVELLES ASBL

🖥️ Aide informatique (ordi, smartphone...) personnalisée destinée aux personnes en situation d'isolement et ce au niveau de l'utilisation de l'outil (et non de la réparation).

↳ Benoit LONGCHAMP
Emmanuel PAQUES
Rue du Pont Gotissart, 6
067/55.78.55
info@laconciergeriedenivelles.be



Théâtre

CERCLE ROYAL DRAMATIQUE « LES XIII »

🎭 Spectacle de théâtre dialectal, en wallon nivellois

📅 1 fois/an minimum

↳ Jean-Claude MAES
Waux-Hall - Place Albert 1^{er}, 1
0497/05.30.19 - jcmaes@jcmaes.net

CERCLE ROYAL « LA NOUVELLE GAVOTTE »

🎭 Comédie en wallon nivellois

📅 1 fois/an

↳ Julie MARCHAND
Waux-Hall - Place Albert 1^{er}, 1
0491/31.72.40
nouvellegavotte@hotmail.com

Sport



AÏKIDO

🏪 Cours adultes d'aïkido

📅 Le mardi et le vendredi de 19h15 à 21h15

↳ Cédric DONY et Luc PATRIARCHE

Salle omnisports de l'IPAM

Rue Ferdinand Delcroix, 33

0496/62.05.37 - info@shizendojo.be

www.ecolenivelloisedaïkido.be

AMICALE DES ARCHERS - ÉNÉO

🏪 Rencontres jeux de cartes (whist), scrabble, travaux manuels

📅 Le lundi de 13h à 16h30

↳ Chantal HOTAUX

Salle Jean de Nivelles - Bd des Archers, 54bis

0478/93.26.99

chantalhotiaux@hotmail.com

AQUAGYM - ÉNÉOSPORT

🏪 Partager une activité dans l'eau, tellement efficace pour le corps.

📅 Cours le lundi de 10h45 à 11h45 - Aquaform

Cours le mardi de 11h30 à 12h30 - Aquaform

Cours le jeudi de 14h00 à 14h45 - l'Hôtel Van Der Valk

Cours le vendredi de 13h30 à 14h15 - Aquaform

pendant les congés scolaires même juillet/août

↳ Paule JADIN 0495/86.54.91 / Anne ESPALARD

0474/62.33.29 / Anne KLECKER 0486/86.49.77 /

Anne JAUMOTTE 0476/53.45.05

Centre Aquaform - Fg de Soignies, 56

Centre Kinéo de l'Hôtel Van der Valk - Chaussée de Mons, 22

BALADES SANTÉ - ALTÉO

🏪 Accessibles aux personnes à mobilité réduite

↳ Anne DEPIESSE

Bd des Archers, 54

0476/88.63.61

BILLARD CLUB NIVELLOIS

🏪 Billard français (3 billes), de loisir et/ou de compétition, coaching

📅 Tous les jours de 9h à 22h

↳ Philippe RONVAUX

Av. Albert et Elisabeth, 15

0489/39.19.29 - bcnivellois@skynet.be

www.billardnivelles.be

CYCLO NIVELLOIS

🏪 Cyclisme sur route et Gravel (sorties de 50/100 km)

📅 le samedi 13h30 & dimanche à 8h (période estivale) ou à 9h (période hivernale)

↳ François PHILIPPE (Gravel) et Vincent TEMAN (Route)

Café « Le central » - Grand-Place, 7

0495/91.12.87 ou 0496/02.06.06

cyclonivellois@gmail.com

www.cyclonivellois.unblog.fr

DANSE EN LIGNE - ÉNÉOSPORT

📅 Le lundi de 17h30 à 19h30

↳ Patricia VANANTWERPEN

Salle Jean de Nivelles - Bd des Archers, 54bis

0477/56.45.19

DANSE - ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🏪 danse en ligne/line dance (country, latino, salsa, bachata,...), danses en couple (rock, salsa, valse, tango, chachacha, bachata, etc), Neo-classique, modern jazz, Broadway, contemporain, orientale, Lady Styling, comédie musicale, etc.

📅 Plusieurs jours/semaine (débutant, perfection)

Des ateliers le dimanche

↳ Christian VERBECK

Chaussée de Hal, 2A - entrée par le parking I.P.E.T.

067/49.04.44 ou 0475/67.67.15

info@espacesante.org - www.espacesante.org

GOLF CHÂTEAU DE LA TOURNETTE

🏪 Stage « Learn to Golf » : 5h de cours individuels & 4 mois d'accès au club (parcours de 9 trous) + accès aux installations entraînement : toute l'année
Après-midi découverte : 2 dimanches par mois, de 14h à 16h, d'avril à fin septembre.

↳ Gaëtan VAN LAETHEM

Chemin de Baudémont, 21

067/89.42.66 - info@tournette.com

www.tournette.com

GYMNASTIQUE DOUCE & ADAPTÉE ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🏪 Gym douce, Pilates gym senior, Fascia Flow, yoga sur chaise, Tai-chi/Qi Gong, divers types de yoga

📅 Plusieurs jours/semaine (journée/soirée)

↳ Christian VERBECK

Chaussée de Hal, 2A - entrée par le parking I.P.E.T.

067/49.04.44 ou 0475/67.67.15

info@espacesante.org - www.espacesante.org

GYMNASTIQUE DYNAMIQUE - ÉNÉOSPORT

🏋️ Gym suédoise, échauffements, exercices avec tapis au sol, étirements

📅 Le jeudi de 09h15 à 10h15 et de 12h à 13h

↳ Patricia GAILLY 02/385.08.10 le jeudi à 9h15

↳ Viviane VLEUGELS 067/21.28.74 le jeudi à 12h
Résidence « Nos Tayons » - Rue Ste-Barbe, 19

GYMNASTIQUE DYNAMIQUE ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🏋️ Gym Form, gym-Tonus, Body-Fit, Abdos fessiers, Gym Pilates, Zumba gold, etc.

📅 Plusieurs jours/semaine (journée/soirée)

↳ Christian VERBECK

Chaussée de Hal, 2A - Entrée par le parking I.P.E.T.
067/49.04.44 ou 0475/67.67.15

info@espacesante.org - www.espacesante.org

GYM ASSOUPPLISSEMENT POSTURAL ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🏋️ Assouplissement postural, gym corrective, gym Pilates, etc.

📅 Plusieurs jours/semaine (journée/soirée)

↳ Christian VERBECK

Chaussée de Hal, 2A - Entrée par le parking I.P.E.T.
067/49.04.44 ou 0475/67.67.15

info@espacesante.org - www.espacesante.org

GYM SANTÉ ET PRÉVENTION DES CHUTES GYMSANA ASBL

🏋️ Exercices d'équilibre, de respiration et renforcements spécifiques. Equilibre statique, équilibre dynamique (travail sur la marche, travail postural, relevé de chutes)

📅 Le lundi de 13h30 à 14h30

↳ Ingrid VAN DYCK

« Nos Tayons » - Rue Ste-Barbe, 19
0487/72.81.39 - info@gymsana.be
www.gymsana.be

GYM POSTURALE - GYMSANA ASBL

🏋️ Activité physique adaptée. Augmente la tonification générale et la coordination, améliore la posture, l'équilibre, la respiration, la souplesse, etc.

📅 Le lundi de 15h30 à 16h30

↳ Ingrid VAN DYCK

« Nos Tayons » - Rue Ste-Barbe, 19
0487/72.81.39 - info@gymsana.be
www.gymsana.be

LES MARCHEURS DU MARDI

🏋️ Balades courtes et longues (5-6 ou 8-10 km)

📅 Le mardi vers 13h45

↳ Michel VANDERHEYDE

Adresse à demander lors de l'inscription
02/652.23.19 - michelvanderheyde@hotmail.com
www.marcheursdumardi.be

LES PÊCHEURS DE LA DODAINÉ

🏋️ Toutes pêches confondues. 6 concours/an. Stage gratuit en juillet et août pour les enfants de 6 à 12 ans.

↳ Marc DEBROUX

Parc de la dodaine

0496/39.09.85 - ledieupecheur@hotmail.com

LES RANDONNEURS DU BRABANT - ÉNÉOSPORT

🏋️ Randonnées d'environ 20 km - 2 séjours/an

📅 Hebdomadaire, en alternant les jours du lundi au vendredi

↳ Mireille CLABOTS

Adresse : www.lesrandonneursdubrabant.be (onglet calendrier)

0485/62.24.19

MARCHE CONSCIENTE - « OSONS »

🏋️ Découvrir et pratiquer la sophrologie en pleine nature dans le mouvement le plus naturel qu'est la marche

📅 1 marche/mois

↳ Bernadette DEGROOTE

Parc de la Dodaine ou Bois de l'Hôpital à Monstreux
0478/45.57.30 - bernadette.vhdegroote@gmail.com
www.osons.be

MARCHE DU JEUDI - ÉNÉOSPORT

🏋️ Promenades de 5 et/ou 8 km dans les environs de Nivelles

📅 Le jeudi à 13h30

↳ Marie-Rose GOSSIAUX 0474/69.23.80,

Chantal BERNIER 0475/43.67.24,

Francis GOSSERIES 0474/26.83.73

Rdv au parking du Mont St-Roch - à l'angle de la rue de l'Ange

ch.bernier@skynet.be

MARCHE NORDIQUE - ÉNÉOSPORT

🏋️ Marche sportive en plein air ; petite initiation préalable indispensable (technique ALFA)

📅 Le lundi de 9h30 à 12h30

↳ Paul-Louis COURTEJOIE

Rendez-vous à la Dodaine

0475/83.84.46 - pl.courtejoie@gmail.com





MARCHE NORDIQUE ACTIVE - GYMSANA ASBL

🏃 Augmente la tonification et la coordination, améliore la posture, l'équilibre, la respiration.

📅 Le jeudi de 9h15 à 10h15

↳ Ingrid VAN DYCK - Bois du Sépulcre
0487/72.81.39 - info@gymsana.be - www.gymsana.be

MÉDITATION - ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🧘 Méditation - complément au yoga

📅 Plusieurs jours/semaine (journée ou soirée)

↳ Christian VERBECK
Chaussée de Hal, 2A - entrée par le parking I.P.E.T.
067/49.04.44 ou 0475/67.67.15
info@espacesante.org - www.espacesante.org

NAVIMODELISTES LIBRES NIVELLOIS

🏃 Faire naviguer des maquettes électriques en petit groupe ou individuellement.

↳ Linda PEETERS
Grand étang du parc de la Dodaine (côté piscine)
0478/45.65.07 - lindabuidin@gmail.com

📅 Du 1^{er} avril à fin octobre, du lundi au samedi inclus, sans restriction d'horaire

PILATES ÉNÉOSPORT

🧘 Développer le corps de façon harmonieuse, rectifier les mauvaises postures, restituer la vitalité physique

📅 Le mardi de 9h15 à 10h15 et de 10h30 à 11h30, le jeudi de 10h30 à 11h30, le vendredi de 14h à 15h

↳ Véronique ADAM
Play2Move, Rue de l'Industrie, 1
0473/63.09.96 - info@play2move.be

PILATES - ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🧘 Pilates gym (différents niveaux)

📅 Plusieurs jours/semaine

↳ Christian VERBECK
Chaussée de Hal, 2A - entrée par le parking I.P.E.T.
067/49.04.44 ou 0475/67.67.15
info@espacesante.org - www.espacesante.org

ROYAL NAUTIC CLUB NIVELLOIS NAVIGATION DE MODÈLES RÉDUITS

🏃 Navigation de modèles réduits; soutien aux débutants et à la construction. Rencontres amicales, navigations en nocturne et participation à des expositions plusieurs fois chaque saison.

📅 La partie modélisme de l'étang est accessible librement à tous en toute saison.

Réunions du club les dimanches et jours fériés l'après-midi d'avril à octobre (selon la météo)

↳ Maurice CAMPION et Yves MAHIEU
Grand étang du parc de la Dodaine, zone modélisme
0478/90.36.20 ou 0477/13.72.19
rncn.be@gmail.com

SELF DEFENSE - ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🏃 Cours de self defense pour tous

📅 Le vendredi à 19h

↳ Christian VERBECK
Chaussée de Hal, 2A - entrée par le parking I.P.E.T.
067/49.04.44 ou 0475/67.67.15
info@espacesante.org - www.espacesante.org

TAI CHI CHUAN - ÉNÉOSPORT

🧘 Exercices permettant d'améliorer les performances physiques et mentales

📅 Le vendredi de 9h15 à 10h30 (2^{ème} groupe) et de 11h à 12h15 (1^{er} groupe)

↳ Monique STEENBECKELIERS - Marie-Jeanne NONCKELE
Salle Jean de Nivelles - Bd des Archers, 54 bis
M.S. 0475/40.36.76 - M.J.N 0472/31.50.90
m.steen@hotmail.be

TAICHI / QIGONG - ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🧘 Tai-chi & qigong

📅 Le jeudi à 15h30 et 18h

↳ Christian VERBECK
Chaussée de Hal, 2A - entrée par le parking I.P.E.T.
067/49.04.44 ou 0475/67.67.15
info@espacesante.org - www.espacesante.org

TENNIS DE TABLE : CENTRE DE NIVELLES - ÉNÉOSPORT

🏃 Pour pongistes amateurs ou confirmés

📅 le lundi de 9h à 11h30, le jeudi de 13h30 à 17h
Entraînement libre le mardi de 20h à 22h

↳ Pierre MERCKX
Salle omnisports « Les Heures Claires »
Rue des Heures Claires, 46
0474/46.58.80
pierre.marianne.merckx@gmail.com
www.eneo.be/brabant-wallon

VIACTIVE - ÉNÉOSPORT

🏋️ Gym en musique favorisant la respiration, l'équilibre, la coordination, le bien-être et la relaxation

📅 Le jeudi de 10h30 à 11h30 et de 14h30 à 15h30

↳ Claude DELVOYE

Résidence « Nos Tayons » - Rue Ste-Barbe, 19
0493/63.35.95 - claudedelvoye52@gmail.com

YOGA - ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🏋️ Cours de yoga, sophrologie et méditation

📅 Tous les jours en journée ou soirée

↳ Christian VERBECK

Chaussée de Hal, 2A - entrée par le parking I.P.E.T.
067/49.04.44 ou 0475/67.67.15
info@espacesante.org - www.espacesante.org

ZUMBA - ESPACE SANTÉ NIVELLES ASBL

🏋️ Zumba gold

📅 Le mercredi à 11h

↳ Christian VERBECK

Chaussée de Hal, 2A - entrée par le parking I.P.E.T.
067/49.04.44 ou 0475/67.67.15
info@espacesante.org - www.espacesante.org



Culture

ANTENNE INTER-UNIVERSITAIRE UCL-ULB DES ÂÎNÉS

💡 Conférences les lundis de 14h30 à 16h30, suivies d'un temps de rencontre autour d'un café de 16h30 à 17h.

📅 10 conférences/an

↳ Marie-Claude DUPAS

Waux-Hall - Place Albert 1^{er}, 1
0476/29.00.17 - aida-secretariat@mail.be

BIBLIOTHÈQUE LOCALE

💡 Promotion de la lecture, notamment en maison de repos

↳ Caroline TILMANNE

Waux-Hall - Place Albert 1^{er}, 1 - 067/89.26.30
bibliotheque@bibliotheque-nivelles.be
www.bibliotheque-nivelles.be

CENTRE CULTUREL DE NIVELLES

💡 Théâtre, concerts, expositions, séances d'Exploration du Monde, ateliers d'art plastiques, conférences musicales, etc.

↳ Pierre-Yves DARQUENNE

Waux-Hall - Place Albert 1^{er}, 1
067/47.03.67 - info@ccnivalles.be
www.ccnivalles.be

CERCLE NUMISMATIQUE

💡 Réunion numismatique

📅 Le 2^{ème} samedi du mois de 14h à 16h30

↳ Richard BOON

Collège Sainte-Gertrude - Fg de Mons, 1
0479/77.54.93 - richard.boon@skynet.be

CINÉ4

💡 Films d'auteurs, projections-débats, séances spéciales, jeune public etc.

📅 Du lundi au dimanche

↳ Grégory LACROIX

Rue de Soignies, 4
067/46.02.46 - info@cine4.be - www.cine4.be

COIN LECTURE - ALTÉO

💡 Atelier lecture

📅 Le 1^{er} jeudi du mois, de 14h à 17h

↳ Nicole AGLAVE - Ghislaine CONVIÉ

Bd des Archers, 54
0471/10.32.28 - 0477/30.61.70
nicoleaglave@gmail.com - ghislaine@convie.net
www.alteoasbl.be

LES ATELIERS « ENTRE NOUS »

💡 Des ateliers créatifs dans un cadre bienveillant et agréable pour sortir de son quotidien et nouer des liens

📅 Le jeudi de 9h30 à 12h30

↳ Catherine VANAISE

Laïcité Brabant wallon - Rue G. Willame, 10
0492/22.93.97 - catherine.vanaise@laicite.net
www.laicitebrabantwallon.be

Culture

LES SENIORS DE JEAN DE NIVELLES

- 💡 2 Conférences en octobre et en novembre
2 voyages fin mai et fin août

↳ Pierre BOUFFIOUX
0473/91.65.83 - pierre.bouffieux@gmail.com

NIVELLES - PHILA 2002

- 💡 Echanges de carnets avec timbres neufs, oblitérés, FDC, cartes postales, du monde entier.

📅 Le 4^{ème} samedi du mois, de 14h à 17h

↳ Yves PAYS
Hôtel IBIS - Av. Paul Henry Spaak, 3
0486/62.10.75 - yves.pays@hotmail.com

OFFICE DU TOURISME

- 💡 Visites guidées de la Collégiale, de la ville et forfaits combinés en groupe

📅 Individuelle : tous les jours, week-ends et jours fériés à 14h30

Groupe : tous les jours sur réservation de 9h à 17h (sauf dimanche matin)

↳ Rue de Saintes, 48
067/84.08.64 - 067/21.54.13
info@tourisme-nivelles.be
www.tourisme-nivelles.be



ROYAL PHOTO-CLUB « ENTRE NOUS »

- 💡 Analyse de photos, perfectionnement en post-traitement, prises de vues, visites et activités extérieures.

📅 Le mercredi après-midi, 1x/mois et le vendredi en soirée

↳ Eddy VANHELMONT
Fb de Bruxelles, 10
0479/78.41.56
eddy.vanhelmont.rpcen@outlook.com
www.photoclub-nivelles.be

Jeux de société

AMICALE DES ARCHERS - ÉNÉO

- 🎲 Rencontres jeux de cartes (whist), scrabble, travaux manuels

📅 Le lundi de 13h à 16h45

↳ Chantal HOTAUX
Salle Jean de Nivelles - Bd des Archers, 54bis
0493/83.41.59 - chantalhotiaux@hotmail.com
www.eneo.be/brabant-wallon

CERCLE DE BRIDGE ARGAYON ROMAN DE NIVELLES

- 🎲 Tournoi de perfectionnement le lundi à 14h ;
tournoi duplicate le mercredi et le vendredi de 14h à 18h30

📅 Toute l'année

↳ Pascaline LEBLU
Club de Tennis Argayon
Vieux chemin de Seneffe, 21
0489/08.82.06 - leblu.pascaline@outlook.com
www.argayon-bridge.be



CERCLE D'ÉCHECS - LE PION DU ROI

- 🎲 Parties d'échecs amicales, initiations, cours, parties officielles, interclubs (de 5 à 95 ans)

📅 Le vendredi à 20h (ouvert à partir de 19h)

↳ Pascal PAUWELS
Taverne « L'Union » - Grand-Place, 27
0498/48.49.86 - echecspascal.pauwels@gmail.com
www.lepionduroi.be (club numéro 953)

CLUB DE SCRABBLE « LE JAQUEMART »

📅 Scrabble duplicate

📅 amicales : mardi et jeudi à 20h
initiation - perfectionnement : lundi 14h

↳ Myriam FRUMER

Taverne « L'Union » - Grand-Place, 27

0485/73.88.18

www.jaquemart.be - lejaquemart@gmail.com

CLUB PYRAMIDE MAYA

📅 Jeu Pyramide qui consiste à deviner des mots, des énigmes, des noms propres

📅 Le mercredi à 19h30

↳ Éliane LAVIGNE - Marcella BEI

Hôtel Nivelles-Sud - Ch. de Mons, 22

0477/96.79.37 - 0499/43.97.15 - 0492/10.83.24

lavigne.eliane@gmail.com

TOUS EN JEU

BIBLIOTHÈQUE PUBLIQUE LOCALE

📅 Le jeu de société offre l'opportunité de réunir des personnes de tous les âges autour d'une même activité.

📅 Un mercredi/mois de 14h à 16h30

↳ Marielle VINCKENBOSCH

« Nos Tayons » (salle du restaurant), Rue Ste Barbe 19
067/89.26.30

marielle.vinckenbosch@bibliotheque-nivelles.be

www.bibliotheque-nivelles.be



Activités manuelles

ARTISANAT / ATELIER COUTURE - ALTÉO

★ Techniques multiples, collages, découpage, modelage, réalisation d'articles cadeaux en rapport avec les fêtes de l'année, initiation à la machine à coudre, se confectionner un vêtement simple ou plus élaboré, perfectionnement

📅 Un mardi sur deux de 9h30 à 11h30

↳ Clairette BOTTE

Bd des Archers, 54

0478/25.38.66 - clairette.botte@gmail.com

PEINTURE SUR SOIE

★ Moment de détente et de créativité autour de la peinture sur soie

📅 Le mercredi de 19h à 21h d'octobre à juin

↳ Monique PATRIARCHE-WATTIAUX

Ferme de l'Hostellerie - Ch. de Bruxelles, 95

0478/48.82.41 - monique.wattiaux@gmail.com

CENTRE ARTISTIQUE « LES OEUVRIERS »

★ 5 ateliers de peinture acrylique, huile, aquarelle, pastel et dessin

↳ Annie CLAUSSE 0478/39.67.43

Françoise LAMBOTTE 0491/36.85.92

Fb de Bruxelles, 10 (La Maison des Artistes)

0479/83.21.58 - oeuvriersnivelles@gmail.com

www.lesoeuvriers.be

COURS D'ART FLORAL - ÉNÉO

★ Initiation, démonstration et conseils, compositions pratiques selon les saisons

📅 Le 3^{ème} mardi de chaque mois, de 9h30 à 11h30

↳ Annik LAURENT

Salle Jean de Nivelles - Bd des Archers, 54bis

0476/83.39.86 - semal.annik@live.fr

DESSIN - ÉNÉO

★ Dessin, pastel, aquarelle, acrylique, encre de chine, etc.

📅 Le lundi de 9h à 12h (hors congés scolaires)

↳ Georges LORGE 0472/30.51.84

Ronald HELLIN 067/21.67.49

Salle Jean de Nivelles - Bd des Archers, 54bis

georges.lorge@outlook.com

LA MAISON DES ARTISTES

★ Peinture, modelage, dessin, aquarelle, encadrement et ateliers à la demande

↳ Sylviane BEECKAERT

Fb de Bruxelles, 10

0479/61.22.02 - lamaisondesartistes@live.be

MY PUPPET PROJECT

★ Ateliers créatifs marionnettes et ombres chinoises pour adultes et de temps en temps atelier enfants et grands-parents

📅 Plusieurs fois/an (sur demande)

↳ Bernard CLAIR

Tour de Guet - Av. de la Tour de Guet

0484/14.77.97 - bernard.clair@mypuppetproject.be

www.mypuppetproject.be

SCRAPBOOKING - ÉNÉO

★ Mise en page et personnalisation d'album photos

📅 un mercredi sur deux de 14h à 17h

↳ Michèle COURTEJOIE-KUNSCH

Résidence Nos Doubleûs, Rue Ste Barbe, 15

0473/57.13.06 - michele.ctj@gmail.com

Services



ACLOT SOLIDAIRE

✂ Visite de courtoisie gratuite à domicile par des bénévoles formés et encadrés. Gratuit pour tous

📅 Tous les jours de la semaine

↳ Caroline ELIAS et Nathalie SCUTNAIRE
Mutualité chrétienne - Bd des Archers, 54
0497/54.88.32 - laclotsolidaire@mc.be
www.mc.be/volontariat

AIDE ET SOINS À DOMICILE

✂ Accompagnement du patient de 60 ans et plus et/ou de ses aidants en fonction des besoins, par une équipe pluridisciplinaire composée de psychologues, d'une ergothérapeute, d'une infirmière sociale et d'une assistante sociale. Service gratuit

↳ Equipe Protocole 3 « à l'écoute du bien-être du patient à domicile »
067/89.39.49 - ecouteetsoutien@asdbw.be
www.asdbw.be

ANTENNE PARKINSON

✂ Conférences, ateliers thématiques.
Ouvert aux patients, à leurs proches, aux personnes concernées.

📅 Chaque premier jeudi du mois de 14h à 16h
↳ Caroline BURNOTTE Association Parkinson Belgique
Maison de repos « Jean de Nivelles »
Rue des Coquelets, 22b
0471/93.11.58 - c.burnotte@parkinsonasbl.be
www.parkinsonasbl.be

AVIQ - AGENCE POUR UNE VIE DE QUALITÉ

✂ Maintien à domicile, répartition homogène et qualité de l'offre d'accueil et d'hébergement des aînés sur le territoire wallon.

↳ Rue de la Rivelaine, 11-21 - 6061 Charleroi
0800/16.061- numerograttuit@aviq.be
www.aviq.be > bien-être et santé > plus d'infos

BLUE STORY

✂ C'est une personne de confiance aux côtés de citoyens et de leur famille pour la gestion du quotidien. Nous apportons une aide concrète et sur-mesure aux personnes fragilisées par l'âge, la maladie ou le handicap pour qu'elle profitent pleinement de ce qui compte vraiment.

📅 Accompagnement sur mesures selon les besoins.
↳ Nathalie SCHOCKERT
Rue Fidèle Lebon, 3 - 1404 Bornival
0486/36.84.58 - nathalie@bluestory.be
www.bluestory.be

BRAS DESSUS BRAS DESSOUS

✂ Rompre solitude et isolement. Goûters conviviaux et mise en relation de voisins volontaires avec des aînés isolés.

📅 sur rendez-vous
↳ Jérémie FAVREAU
Résidence Samiette - Rue Samiette, 72
0498/56.20.67
jeremy.favreau@brasdessusbrasdessous.be
www.brasdessusbrasdessous.be

ECOUTE VIOLENCES CONJUGALES

✂ Service d'aide par téléphone : écoute attentive, réponse et orientation éventuelle vers des services adéquats aux personnes en difficulté.

📅 24h/7
↳ 0800/30.030 - www.ecouteviolencesconjugales.be

ÉCRIVAIN PUBLIC DE NIVELLES

✂ Rédaction de courriers officiels, privés, aide à la rédaction d'un C.V ou d'une lettre de motivation

📅 - le jeudi de 10h à 12h uniquement sur rdv
- le jeudi de 14h à 16h sans rdv

↳ Service Prévention et Cohésion
Résidence Samiette - Rue Samiette, 72
067/88.21.13

HANDICONTACT

✂ Informer et orienter les personnes en situation de handicap et leur entourage vers les services aptes à répondre à leurs besoins.

↳ Service Prévention & Cohésion
067/88.21.13

LA CONCIERGERIE

✂ Présence physique, humaine, personnalisée et régulière à votre domicile via l'offre de nos "Petits Services de la Conciergerie". Boutique artisans et folklore local.

↳ Benoit LONGCHAMP - Emmanuel PAQUES
Rue du Pont Gotissart, 6
067/55.78.55 - info@laconciergeriedenivelles.be
www.laconciergeriedenivelles.be

LIGUE ALZHEIMER

✂ Toute écoute ou question sur la maladie d'Alzheimer.

↳ Rue Walthère Jamar, 231/1 - 4430 Ans
0800/15.225 - ligue.alzheimer@alzheimer.be www.alzheimer.be

REPAS SUR ROUES

✎ Service de livraison de repas accessible à tous. Possibilité de repas adaptés (coupé, moulu, sans sel, diabétique, etc.).

📅 Sur rendez-vous

↳ Résidence Samiette - Rue Samiette, 72
067/22.11.41 - repas@cpas-nivelles.be
www.cpas-nivelles.be

RESPECT SENIORS

ANTENNE BRABANT WALLON

✎ Accompagnement psychosocial dans le cadre d'une situation de maltraitance envers un aîné, sensibilisation à la maltraitance des aînés.

📅 Tous les jours ouvrables de 9h à 17h

↳ Pascale BROCHÉ et Evelyne DULIEU
0800/30.330 - brabant.wallon@respectseniors.be
www.respectseniors.be

SERVICE D'AIDES FAMILIALES

✎ Maintien et retour à domicile après hospitalisation, accompagnement et aide à la vie quotidienne des personnes isolées, âgées, handicapées, malades et des familles en difficulté.

📅 Sur rendez-vous

↳ Résidence Samiette - Rue Samiette, 72
067/22.11.37 - www.cpas-nivelles.be

SENOAH

✎ Écoute, conseils et informations, aussi juridiques, dans la recherche d'un lieu de vie quand le domicile n'est plus possible.

📅 Tous les jours ouvrables, par téléphone, de 8h30 à 17h ou à Namur sur rendez-vous

↳ Gaëlle GALLET
Av. Cardinal Mercier, 22 - 5000 Namur
081/22.85.98 - info@senoah.be - www.senoah.be

PLATEFORME FRANCOPHONE DU VOLONTARIAT - CENTRE DE NIVELLES

✎ Orienter et informer sur les possibilités d'engagement bénévole à Nivelles

📅 Le jeudi de 10h à 12h uniquement sur rdv

↳ Plateforme du volontariat - Allée du Sablon, 2
0495/34.52.46 - nivelles@volontariat.be
www.levolontariat.be

RELIAGE

Visites à domicile et en maison de repos et soins, accompagnement, vesti-boutique, prêt de matériel sanitaire, collectes de sang

▶ Quelques heures par semaine

↳ Claude PARENTANI
Maison Croix Rouge - Ch. de Namur, 42 A
0478/88.42.99 - www.croix-rouge.be

MÉDECINS ET SOINS DIVERS

↳ Maison de santé globale
Rue de Namur, 24
067/ 86 66 10 - www.msglobale.be

↳ Maison de santé L'Esplanade
Place Emile de Lalieux, 40
067/21 64 34 - mm.esplanade@gmail.com



Transports



CLM - BW

⇒ Vous habitez le Brabant wallon et vous désirez un transport à la demande. La centrale locale de mobilité cherchera l'opérateur qui correspond à vos besoins !

📅 Appelez gratuitement notre contact center du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30.

↳ Ch. de Bruxelles, 5 - 1300 Wavre
0800/17.420 - info@clm-bw.be
www.clm-bw.be

MUTUALITÉ CHRÉTIENNE

⇒ Services variés de transports non urgents. Interventions dans le coût de certains transports pour dialyse, chimio ou radiothérapie.

↳ Bd des Archers, 54
081/81.28.28 - brabant.wallon@mc.be
www.mc.be

SOLIDARIS

⇒ Services variés de transports non urgents. Interventions dans le coût de certains transports pour dialyse, chimio ou radiothérapie.

↳ Rue Saint-André, 1
078/05.13.19 - info.bw@solidaris.be
www.solidaris-wallonie.be

TAXI SOCIAL

⇒ Transport social

📅 Du lundi au jeudi de 8h à 16h, le vendredi de 8h à 14h

↳ CPAS - Rue Samiette, 70
067/28.11.72 - taxisocial@cpas-nivelles.be
www.cpas-nivelles.be

Numéros utiles et agents de quartier

- Ambulance / Pompier : **112**
- Police : **101**
- Médecin de garde : **1733**
- Pharmacies de garde : **0903 99 000**
- Respect séniors : lutte contre la maltraitance envers les séniors : **0800 30 330**
- SOS Solitude : **02 548 98 08**
- ASBL Aidants proches : **081 30 30 32**
- AVIQ, Agence pour une vie de qualité : **010 43 51 60** ou **0800 16 061**
- Télé-accueil : quelqu'un à qui parler de manière anonyme 24h/24 et 7j/7
Ecoute et orientation des personnes en difficultés psychologiques et relationnelles : **107**
- Prévention suicide : **0800 32 123**
- Ecoute violences conjugales : **0800 30 030**
- Intervention non urgentes des pompiers (seulement en activité en cas de tempêtes / inondation) : **1722**
- ORES - Odeur de gaz : **0800 87 087** ORES - Signaler une panne : **078 78 78 00**

www.police.be/5267/

Service Seniors

Hôtel de Ville (1^{er} étage) Place Albert 1^{er}, 2 - 1400 Nivelles
Tél : 067/ 88.22.02

Vous souhaitez vous faire connaître ou apporter une modification aux informations publiées ?

**Merci de contacter le Service Prévention et Cohésion
au 067 88 21 13
ou par mail via prevention.cohesion@nivelles.be**