



NEWSLETTER 29 | MAI 2022

DES FOURNEAUX À LA MER : OU COMMENT VARIER LES PETITS PLAISIRS !

Au mois de février, Bras dessus Bras dessous a organisé des ateliers culinaires pendant lesquels les aîné(e)s ont mis la main à la pâte.
En mars, Wissant a accueilli des aîné(e)s des antennes du Brabant Wallon : ambiance de folie durant ces quelques jours à la mer !!
... Retour sur un trimestre au sein de la fine équipe de Bras dessus Bras dessous.

DES PETITS PLATS MIJOTÉS PAR NOS AÎNÉ(E)S

Notre projet européen Eat@Home - Erasmus + avance magnifiquement bien !!



Judi 17 février, deux ateliers culinaires ont eu lieu au Ten Weyngaert (à Forest). Douze recettes ont été testées par des aîné(e)s d'Ottignies LLN, Forest, Uccle et Anderlecht qui ont à leur actif de longues années de repas mijotés !! **Léonore de «Les Liaisons Délicieuses»** nous a aidé à rendre cette journée si conviviale !



Vendredi 18 mars, un **atelier** destiné à **10 aidants proches** a été organisé pour **échanger sur leurs expériences** respectives et sur le manuel afin de le bonifier au gré des idées et retours de chacun.
Prochaine étape de ce projet : la **finalisation du livre de recettes** en fonction des remarques et des précieux conseils des participantes et participants. Miam !!



DES FOURNEAUX À LA MER: OU COMMENT VARIER LES PETITS PLAISIRS !

BDBD AUJOURD'HUI EN QUELQUES CHIFFRES, C'EST :

- **675** voisins / voisines dans toutes les antennes (Bruxelles et Brabant Wallon confondus)
- **361** Voisineuses / Voisineurs
- **314** Voisinées / Voisinés, dont :
 - 39 personnes ont plus de 90 ans
 - 89 personnes ont entre 80 et 90 ans
 - 120 personnes ont entre 70 et 80 ans
 - 80 personnes ont entre 60 et 70 ans



LA CÔTE D'OPALE : ÉPISODE N°3

Christiane, Alberte, Ursula, Gilberte, Joseph, Colette, Anne, Michel, Marie-Claire, Nicole, Axel, Inès, Charlotte, Anne-Marie, Alain, Catherine et Daniel, des Communes de **Nivelles**, **Ottignies Louvain-la-Neuve** ou **Rixensart** ont eu le plaisir de partir du 12 au 15 mars à Wissant. **La Maison Maris-Stella** des **Petits Frères des Pauvres** a accueilli les éclats de rire, la joie, la convivialité et la bonne humeur de cette chouette équipe !





DES FOURNEAUX À LA MER: OU COMMENT VARIER LES PETITS PLAISIRS !

ENQUÊTE « HABITAT ET LE BIEN VIEILLIR »

En janvier, nous vous parlions du projet de la **CSD Bruxelles**, **Senior Montessori** et **Bras dessus Bras dessous** : aspirer à mettre en place une nouvelle Résidence Service Sociale à Bruxelles... Pour penser des nouveaux lieux de vie pour les personnes vieillissantes.

Nous aimerions avoir votre avis. Vous avez plus de 60 ans ? Vous avez **jusqu'au 17 mai** pour nous aider en participant à la courte enquête que vous trouverez en ligne :

JE PARTICIPE !

Merci à toutes et tous !



DES BÉNÉVOLES POUR NOS ANTENNES !!

Les aîné(e)s de **Bras dessus Bras dessous** ont besoin de vous : nous cherchons des bénévoles sur **Forest** et **Anderlecht** et également dans le Brabant Wallon : à **Nivelles** et **Rixensart** !

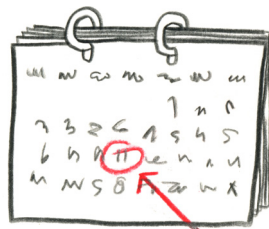
Vous avez envie de (re)tisser des liens intergénérationnels dans votre quartier, de passer une heure par semaine avec Adèle ou Robert ou Latifa ou Salvatore, ... ou bien d'autres ? Ils ou elles seraient ravies de vous rencontrer pour sortir de leur solitude...

Contactez-nous, on vous en dira plus.

Florence : 0486 76 62 89 - info@brasdessusbrasdessous.be



À VOS AGENDAS !



- BRUXELLES : BruZel et Brusano organisent le Festival des rencontres

« **Faire ses propres choix : votre santé et votre bien-être** »

Le thème de cette 1^{ère} édition : mettre l'autonomie au centre des actions à travers 5 thèmes transversaux : le corps et l'esprit, les finances, l'habitation, la sécurité et les soutiens spécifiques.

Quand ? Le mardi **17 mai**, portes ouvertes de **10h00 à 16h00** - Entrée gratuite

Où ? **Muntpunt - Place de la Monnaie 6 - 1000 Bruxelles**

Plus d'infos ? www.bruzel.be > evenementen

www.brusano.brussels > agenda



- UCCLE : la Caravane est de passage dans le quartier du Homborch !

Quand ? Du lundi **16** au vendredi **20 mai**,

de **11h00 à 17h00**. Concert de clotûre le vendredi **20 mai**

Où ? **En face du Centre récréatif des seniors du Kriekenput** (rond-point Charles Solau)

Plus d'infos ? **Marianne** 0488 43 38 87



- FOREST : Source Plurielle organise le Festival

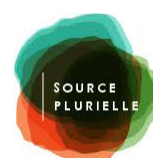
« **Ô tour des Contes : Festival interculturel des Contes de Bruxelles** ».

Le thème de cette 2^{ème} édition : « **Éclorre : naître et renaître** ».

Quand ? Du lundi **16** au dimanche **22 mai**, de **11h00 à 17h00** - Gratuit

Où ? **Abbaye de Forest**

Plus d'infos ? www.otourdescontes.be





NEWSLETTER 29 | MAI 2022

DES FOURNEAUX À LA MER: OU COMMENT VARIER LES PETITS PLAISIRS !

COMMENT CONTINUER À NOUS AIDER ? Tout coup de pouce financier est le bienvenu !!

Avec ou sans attestation fiscale : pour nous aider à continuer l'action sur le long terme...

- un don ponctuel
- un don mensuel, par domiciliation bancaire

Coordonnées bancaires : Triodos BE70 5230 8078 6325 - BIC : TRIOBEBB

Au-delà de 40 € par an, vous bénéficiez d'une réduction fiscale de 45% du total de vos dons de l'année civile 2022. Par ex. : 60€ de dons ne vous coûtent que 33€ après déduction. (conformément aux conditions prévues à l'article 145/33 CIR 1992).



Merci à vous tous pour votre solidarité !!

Avec le soutien de :

