



seniorenweek

maandag 19 november – zondag 25 november

foto Bie Hinnekint

Het programma

- **Wat kan je verwachten?** Erg uiteenlopende activiteiten, die aansluiten bij de interesses en mogelijkheden van een al even uiteenlopend publiek.
- **Wat is anders?** In vergelijking met vorig jaar zijn er per thema minder, maar grotere activiteiten.
- **Hoeveel kost het?** Sommige activiteiten zijn gratis. Voor de andere betaal je 1 tot maximaal 5 euro.

Minder mobiel?

Senioren met een beperkt inkomen die het moeilijk hebben om zich te verplaatsen, kunnen zich van en naar de activiteiten van de Seniorenweek laten voeren door de Minder Mobielen Centrale (MMC). En dit zonder lid te zijn. Wel wordt verwacht dat je een inkomensbewijs kan voorleggen. Een rit vraag je best 2 dagen vooraf aan via 09 266 76 35 of 09 266 76 36.

Hoe inschrijven?

Voor sommige activiteiten moet je inschrijven.

- **Wanneer?**
Van maandag 29 oktober tot en met vrijdag 16 november.
- **Waar?**
 - het Seniorenhuis
 - de Stadswinkel
 - de Lokale Dienstencentra van het OCMW
 - de Stedelijke DienstencentraDe adressen van al deze locaties vind je op de vierde pagina van deze katern.
- **Wil je er snel bij zijn?**
Dan kan je in dezelfde periode een plaatsje reserveren via Gentinfo, tel. 09 210 10 10 (van maandag tot en met zaterdag van 8 tot 19 uur). Voorwaarde is wel dat je nadien op een van bovenstaande locaties je reservatie gaat bevestigen en betalen.
- **Ben je niet ingeschreven en wil je toch deelnemen?**
Dan kan je tijdens de seniorenweek gewoon naar de locatie gaan waar de activiteit plaatsvindt. En dan maar hopen dat er nog een plaatsje vrij is...

Ontdek en geniet

De officiële opening van de Seniorenweek valt samen met de Open Algemene Vergadering van de Stedelijke Seniorenraad. In de Troonzaal van het stadhuis geven de schepenen een woordje uitleg bij de inspanningen die de Stad levert voor de Gentse 55-plussers en reageren zij op het kersverse seniorenadviesplan. Na het officiële gedeelte wordt je een drankje aangeboden in het Oostenrijks Salon. De muzikale omkadering is in handen van het huisorkest van het LDC Ten Hove. Nieuw dit jaar is de Welzijnsbeurs waar vele diensten, organisaties en verenigingen hun aanbod voorstellen. Het legendarische Seniorenbal is verhuisd naar de volgende dag, maar is swingender dan ooit. Op zondag 25 november sluit de Politieharmonie de Seniorenweek af met een gezellige mix van medleys en meezingers.



Officiële opening/ Open Algemene Vergadering

Maandag 19 november

10.00-12.00

Stadhuis, Botermarkt 1

Kostprijs: gratis

Bus 17/18/38, tram 4, trolleybus 3

Organisatie: Stuurgroep Seniorenweek, Dienst

Protocol

Seniorenbal

Dinsdag 20 november

14.00-18.00, deuren vanaf 13.30

Vlaamse Opera, Schouwburgstraat 3

Inschrijven is noodzakelijk

Kostprijs: 5 euro

Tram 1/21/22

Organisatie: Seniorendienst, Vlaamse Opera



Slotconcert

Gentse Koninklijke Politieharmonie

Zondag 25 november

14.00-16.30, deuren vanaf 13.30

ICC Ghent, Citadelpark

Inschrijven is noodzakelijk

Kostprijs: 3 euro - Bus 9/28/34/35/36

/55/57/58/70/71/72/76/77/94/95

Organisatie: Stedelijke Seniorenraad



Welijnsbeurs

De kinderen zijn het huis uit en na vele jaren werken, geniet je van een welverdiend pensioen. Maar wat doe je met al die vrije tijd? Als je problemen hebt met papieren invullen of niet meer goed te been bent, waar kan je dan terecht voor hulp? Misschien wil je meebouwen aan een mooie toekomst voor de Gentse senior, maar waar kan je je stem laten horen? En wanneer kan je een beroep doen op mantelzorgpremies? Op de Welzijnsbeurs maak je kennis met het seniorenaanbod van tal van diensten, organisaties en verenigingen.

Maandag 19 november, 11.30-16.00 - Stadhuis, Botermarkt 1 - Kostprijs: gratis

Bus 17/18/38, tram 4, trolleybus 3 - Organisatie: Stuurgroep Seniorenweek, Dienst Protocol

Gezondheid: CM Midden-Vlaanderen, Familiehulp, Familiezorg Oost-Vlaanderen, Mantelzorg vzw, Netwerk palliatieve zorg Gent-Eeklo, Partena, Platform voor Zelfzorg, Vlaamse Diabetes Vereniging, Ziekenzorg.

Verenigingsleven: ABVV-Senioren, FedOS, Liberale Bond Gepensioneerden, NEOS-Gent, OKRA, S-Plus.

Diversiteit: Programma Diversiteit en Gelijke Kansen, Provinciale Dienst Minderheden.

Dienstverlening: Dienst Buurtwerk, Lokale Dienstencentra – OCMW Gent, Seniorendienst, PWA-Gent, Tele-Onthaal, Welzijnsoverleg Regio Gent.

Handicap: Brailleliga, Dienst Sociale Voorzieningen en Gehandicapten, Anders Horen Door Spraak Afzien, KVG Oost-Vlaanderen.

Levenslang Leren: Leerpunt-Centrum voor Basiseducatie, EDUCO vzw, CVO De Bargie, PCVO Gent, Vorming Plus Gent-Eeklo.

Informatie: Dienst Voorlichting, Ombudsvrouw.

Inspraak: Seniorenraad.

Veiligheid: Politie Gent.

Nog meer weten?

Bij een bezoek aan de Welzijnsbeurs, kan je tussendoor een demonstratie of lezing in het Oostenrijks salon meepikken. Wie goed geïnformeerd is, voorkomt problemen.

- **De Gentse Ombudsvrouw: een vrouw met vele gezichten**
13.00-13.20, lezing door Rita Passemiers (Ombudsvrouw)
- **Hoe succesvol ouder worden**
13.30-13.50, lezing door Dirk Van Beveren (OKRA)
- **Voorstelling van het Meldpunt Discriminatie**
14.00-14.20, lezing door Mieke De Jonckheere (Gelijkekansenambtenaar)
- **Woon zoals je wil, ook na je 55**
14.30-14.50, lezing door Veerle Daeninck (CM Midden-Vlaanderen)
- **Wat kan je allemaal doen met je computer?**
15.00-15.20, presentatie door Sabine De Fruyt (PCVO Gent)
- **Dienstencheques en ouderengezelschap**
15.30-15.50, lezing door Regine Laverge (PWA Gent)


Intergenerationele dag: woensdag 21 november

Kleinkinderen en grootouders brengen samen de dag door. Kletsen, luisteren, proeven en ruiken: het wordt een onvergetelijke dag! *Organisatie: Huis van Alijn, Jeugdtheaterhuis Larfi, Jeugddienst*

Lekkerbekkenrondleiding 10.00-11.30 en 14.00-15.30

Gegidste rondleiding met verrassende proevertjes. Voormiddag in samenwerking met scholen.

Het Huis van Alijn, Kraanlei 65


 Tram 1/10/12

Kostprijs: 2,5 euro - Inschrijving is noodzakelijk

Hoe Oma plots verdween 14.00-15.00

Theatervoorstelling met daarna gratis koffie en gebak.

Jeugdtheaterhuis Larfi, Warandestraat 13

 Trolleybus 3

Kostprijs: 2,5 euro

Inschrijving is noodzakelijk

De sportieve senior

Sportieve senioren kunnen tijdens de sportdag proeven van heel uiteenlopende sporttakken: badminton, tai-chi, zelfverdediging en line-dance. Natuurlijk moet je eerst even opwarmen en dat gebeurt onder de leiding van ex-judoka Gella Vandecaveye. Smaakt dit naar meer? Of weet je nog niet goed welke vorm van bewegen je het best ligt? Ontdek dan jouw favoriete sport op de sportbeurs. Daar leggen sportverenigingen uit wat hun sport allemaal inhoudt. Voor wie liever in alle rust geniet van een prachtig stukje natuur, is de begeleide wandeling doorheen het natuurreservaat Bourgoyen-Ossemeersen een aanrader.

donderdag 22 november

Sporthal Bourgoyen, Drieprikkelstraat 30, 9030 Mariakerke

 Bus 3

Sportdag 9.00-16.00

Via een doorschuifstelsel ontdek je vier heel populaire sporten. Een gratis drankje zorgt voor verfrissing. Kostprijs: 2,5 euro - Inschrijving is noodzakelijk

Sportbeurs 11.30-16.00

Hier maak je kennis met de sportverenigingen uit jouw buurt en wie weet ontdek jij wel jouw lievelingssport! In de namiddag zijn er verschillende demonstraties, zodat je de smaak nog meer te pakken krijgt. Kostprijs: gratis

Wandeling 13.00

Begeleide wandeling.

Kostprijs: 1,5 euro - Inschrijving is noodzakelijk

Organisatie: Sportdienst, OCMW Gent



foto Fernand De Canne



foto Fernand De Canne


Culturele dag: vrijdag 23 november

Gent ademt cultuur. Hoe kan dat ook anders met de prachtige cultuurlongen die de stad rijk is.


Vier cultuurhuizen vertellen 09.45-11.30

Nieuwsgierig naar hoe het allemaal begon? 's Ochtends kan je met een gids de geschiedenis doorkruisen van vier belangrijke cultuurhuizen: Kunstencentrum Vooruit, Vlaamse Opera, theater Tinnenpot en NTGent.

• **Kunstencentrum Vooruit, Sint-Pietersnieuwstraat 23**

 Bus 5/6/55, Tram 21

• **Vlaamse Opera, Schouwburgstraat 3**

 Tram 1/21/22

• **Theater Tinnenpot, Tinnenpotstraat 21**

 Tram 1/4

• **NTGent, Sint-Baafsplein 17**

 Tram 1

Kostprijs: 1 euro - Inschrijving is noodzakelijk

Bonte namiddag 13.00-17.00

Je kan kiezen uit een bonte mix van culturele activiteiten, in goede banen geleid door bellemans Gilbert Demarango. Een tipje van de sluier: verhalen van Cyriel Buysse, filmpjes over feest en kermis door de tijd heen, een improvisatie-uurtje en dansinitiaties in lijndansen en disco.

Theater Tinnenpot, Tinnenpotstraat 21

 Tram 1/4

Kostprijs: 2,5 euro - Inschrijving is noodzakelijk

Organisatie: Kunstencentrum Vooruit & Art travel, Vlaamse Opera, theater Tinnenpot, NTGent, Cultuurcentrum Gent, Seniorendienst, OCMW Gent, Danspunt vzw



Opendeurdag

Op zaterdag 24 november kan je in acht Gentse tehuizen terecht voor meer informatie, een hapje en een drankje en een heleboel animatie. Heb je zin om de sfeer te gaan snuiven? Dan ben je van 14 tot 17 uur gratis welkom in onderstaande OCMW- en privéruhuizen.

- **OCMW-Campus De Liberteyt**
Vroonstalledries 22
9032 Wondelgem
☎ Tram 1/10, Bus 6/58A/252
- **OCMW-Centrum voor Senioren De Vijvers**
Walstraat 1
9050 Ledeberg
☎ Tram 4/21/22, Bus 9/27/28/94/95
- **OCMW-Campus Het Heiveld**
Antwerpsesteenweg 776
9040 Sint-Amandsberg
☎ Bus 38/39/76/77
- **OCMW-Campus Zonnebloem**
Hutspotstraat 29
9052 Zwijnaarde
☎ Bus 5/70/71/72
- **Pension Zurich (ROB)**
Gaston Gheldolfiaan 16/38
9030 Mariakerke
☎ Bus 9/65/67/69
- **WCC Sint-Coleta**
Sint-Coletastraat 4
9000 Gent
☎ Bus 5
- **Rusthuis Leiehome**
Kloosterstraat 9
9031 Drogen
☎ Bus 11
- **WZC Residentie Avondsterre**
Kortrijksesteenweg 775
9000 Gent
☎ Tram 1, Bus 20/21/76/77

Inschrijvingspunten

Voor sommige activiteiten moet je inschrijven. Dat kan van maandag 29 oktober tot en met vrijdag 16 november op volgende locaties:

• Seniorenhuis

Begijnhofdries 33, 9000 Gent
Elke werkdag van 8 tot 13 uur en op woensdag ook van 14 tot 18 uur.

• Stadswinkel

Administratief Centrum, W. Wilsonplein 1, 9000 Gent
Elke werkdag van 9 tot 17 uur, op woensdag tot 18 uur en op zaterdag van 9 tot 11.30 uur.

• De Lokale Dienstencentra van het OCMW

Elke werkdag van 9.30 tot 12 uur en van 13.30 tot 16 uur.

- LDC De Boei, Vaartstraat 2A, 9000 Gent
- LDC Ten Hove, Begijnhofdries 15, 9000 Gent
- LDC De Regenboog, L. De Heerestraat 83, 9000 Gent
- LDC De Thuishaven, Neuseplein 33, 9000 Gent
- LDC De Vlaschaard, Jubileumlaan 219, 9000 Gent
- LDC De Horizon, F. Lousbergkaai 12, 9000 Gent
- LDC De Muide, New Orleansstraat 263-267, 9000 Gent
- LDC Speltincx, Meersemdries 4, 9050 Gentbrugge

• De Stedelijke Dienstencentra

Elke werkdag van 8 tot 13 uur. Op maandag, dinsdag en vrijdag ook van 14 tot 16 uur, en op woensdag van 14 tot 18 uur. Donderdagnamiddag gesloten.

- DC Drogen,
Drogenplein 20, 9031 Drogen
- DC Gentbrugge,
Braemkasteelstraat 29-45, 9050 Gentbrugge
- DC Ledeberg,
Ledebergplein 34, 9050 Ledeberg
- DC Mariakerke,
Paul van Tieghemlaan 2, 9030 Mariakerke
- DC Nieuw-Gent,
Rerum Novarumplein 29, 9000 Gent
- DC Oostakker,
Oostakkerdorp 3, 9041 Oostakker
- DC Sint-Amandsberg,
Antwerpsesteenweg 376, 9040 Sint-Amandsberg
- DC Sint-Denijs-Westrem,
Gemeenteplein 2, 9051 Sint-Denijs-Westrem
- DC Wondelgem,
Pieter Cieterslaan 28, 9032 Wondelgem
- DC Zwijnaarde,
Zandvoordestraat 2A, 9052 Zwijnaarde