

CHARLEROI SENIOR

AVRIL 2026

MENSUEL
AVRIL
2026



PB-PP
BELGIE(N) - belgique

N° d'agréation: P207150
Bureau de dépôt: Charleroi X

**EN MARCHE
VERS LA SEMAINE INTERG !**



SOMMAIRE

2 EDITO

3 - 12 ACTU

Inauguration du Centre Fabiola

Les échecs

Village des aînés

Journées découvertes

Musée du Verre

Club de lecture

Atelier pour le sommeil

Conférence Linux

Les belles années du Music-hall

Le dîner d'été

Se protéger contre le vol

El coin dès wallons

Expo Val Saint-Lambert

Semaine Intergénérationnelle

Prévention des chutes

12 VOYAGE

Nausicaa

13 - 14 AGENDA

ÉDITORIAL

Chères lectrices, chers lecteurs,

Le printemps pointe le bout de son nez et avec lui, les fêtes de Pâques nous offrent des moments de partage, de gourmandise et de convivialité. Que vous soyez entourés de vos proches ou que vous profitiez d'un moment de calme, ces instants sont l'occasion idéale pour se ressourcer et se reconnecter aux joies simples de la vie.

Le mois d'avril et les semaines à venir sont riches en activités qui ne manqueront pas de stimuler votre curiosité et de renforcer les liens intergénérationnels. Notez dès à présent quelques rendez-vous incontournables : la 10^e édition de la Semaine de l'Intergénération qui promet échanges et rencontres entre jeunes et moins jeunes, ainsi que de nombreuses activités pendant les vacances scolaires pour petits et grands dont une excursion à Boulogne-sur-Mer pour une visite fascinante de Nausicaa.

Les amateurs d'art ne seront pas en reste : l'exposition de peintures des groupes le Fusain et La Docherelle se tient au Centre Laitem, offrant un magnifique panorama de créations locales. Par ailleurs, ne manquez pas la 1^{ère} édition des Journées Découverte, un événement pensé pour éveiller votre curiosité et vous inviter à explorer de nouvelles passions.

Et ce n'est qu'un aperçu ! Entre ateliers, conférences, expositions et rencontres, il n'y a aucune excuse pour rester isolé. Le printemps est le moment parfait pour sortir, découvrir, partager et profiter pleinement de tout ce que notre belle communauté a à offrir.

Alors, laissez-vous inspirer, participez et surtout, profitez de chaque instant !

Votre Service des Aînés

• Retrouvez votre mensuel et toutes les informations de notre service sur notre site www.charleroi.be/senior. Vous pouvez également les recevoir sur simple demande dans votre boîte mail. Infos : 071/86.48.03 – e-mail : loisirs.seniors@charleroi.be

• Accessibilité du Service des Aînés : Par les bus TEC 172 (arrêt Cartier-Hôtel de Ville), 71-72-73-74-75 (arrêt Puits du marché), 43-83-109a (arrêt Place de l'Eglise) – Métro «Station Cartier»

ACTU

INAUGURATION DU CENTRE FABIOLA : UN NOUVEAU SOUFFLE POUR LES AÎNÉS CAROLOS

Le mardi 3 mars, le Centre Fabiola a officiellement rouvert ses portes lors d'une inauguration chaleureuse et conviviale.

De nombreux participants étaient présents pour découvrir les lieux entièrement rénovés, aux côtés des représentants de la Ville. Parmi eux, le Président du CPAS, Philippe Van Cauwenbergh, ainsi que l'Échevin des bâtiments, Mhamut Dogru, ont pris la parole pour souligner l'importance de cet investissement au service du bien-être des aînés. Dans leurs discours, ils ont mis en avant la volonté de la Ville de proposer des infrastructures modernes, accessibles et adaptées aux besoins actuels, tout en favorisant le lien social.

Après d'importants travaux de rénovation, le bâtiment a été complètement modernisé et isolé, du sous-sol à la toiture. L'objectif : offrir un cadre confortable, lumineux et accueillant pour toutes les activités proposées par le Service des Aînés.

Le Centre Fabiola se veut désormais un véritable lieu de vie : activités régulières, ateliers créatifs, conférences, moments d'échange et collaborations avec d'autres associations du quartier rythmeront la programmation.

Gelsomina, participante fidèle depuis 2019, âgée de 76 ans, est ravie de cette réouverture : *« C'est magnifique, on se sent bien ici. Les locaux sont agréables et accueillants. Ça donne envie de revenir et de participer encore plus aux activités. C'est important pour nous d'avoir un endroit comme celui-ci pour se retrouver et voir du monde. On n'a pas toujours la possibilité de voir des gens et ce lieu nous permet de le faire. »*



LES ÉCHECS AU CŒUR DES RENCONTRES AU CENTRE FABIOLA DE CHARLEROI

Le Service des Aînés propose de nombreuses activités pour favoriser le lien social et l'épanouissement personnel. Gros plan sur un jeu aussi ludique que stimulant : les échecs.

Parmi les rendez-vous proposés, les après-midis consacrés aux échecs, chaque lundi de 13h à 16h, réunissent 9 personnes dans une ambiance calme et respectueuse. Les participants se retrouvent autour de ce jeu exigeant. Ici, pas de cris ni de mauvais perdants : les échecs demandent patience, réflexion et concentration. Une discipline qui fait appel à des bases de mathématiques, mais aussi à de réelles capacités d'assimilation. Pour beaucoup, il s'agit bien plus qu'un simple loisir.

Albert, 79 ans, ne cache pas son engagement : *« Je prends trois bus pour venir. C'est une véritable passion. »* Un témoignage qui illustre parfaitement l'attachement des participants à cette activité.

De son côté, Wivina, qui a commencé il y a deux ans, confie : *« J'aime les jeux mentaux. »* Une motivation partagée par de nombreux adeptes.

Mais le centre Fabiola ne se limite pas aux échecs. Des ateliers de couture, de dentelle sont également organisés, offrant à chacun la possibilité de trouver une activité à son goût. Autant d'occasions de se rencontrer, d'échanger et de tisser des liens dans une atmosphère conviviale.

Ouverts à tous dès 50 ans, ces ateliers témoignent de la volonté de la Ville de Charleroi de favoriser le bien-être et la participation active de ses aînés. Un bel exemple d'initiative locale où passion, partage et convivialité sont les maîtres-mots.

Renseignements au Service des Aînés : 071/86.58.35



ACTU

4^E ÉDITION DU « VILLAGE DES AÎNÉS »

Le mercredi 10 juin 2026, de 10h à 17h, se tiendra la 4^e édition du « Village des Aînés » dans le cadre verdoyant et enchanteur du Parc Mandela du Château de Monceau-sur-Sambre.

Organisé par le Service des Aînés de la Ville de Charleroi, cet événement se déroulera sous chapiteaux et tonnelles. Il permettra de découvrir l'ensemble des ateliers, cours et formations proposés à nos seniors à travers des démonstrations, des expositions, des ateliers et des stands.

Plusieurs catégories d'activités seront représentées lors de cette journée :

- **Musique et danse** : country, danses actuelles, chorales...
- **Bien-être et sport** : atelier mémoire, gym douce, marche, yoga méditatif...
- **Arts** : peinture, dessin, photo, vidéo...
- **Artisanat** : meubles en carton, pergamano, couture, artisanat, scrapbooking, dentelle aux fuseaux...
- **Informatique** : parcours débutant, tablette, smartphone...
- **Jeux** : échecs, scrabble, cartes...
- **Langues** : anglais, néerlandais, allemand, espagnol, italien, espéranto.

Ouverte à toutes et à tous – retraités ou futurs retraités – cette manifestation est également l'occasion de venir en famille, avec ses enfants et petits-enfants. Chacun pourra y découvrir de nouvelles activités, assister à des démonstrations ou encore s'initier à différents loisirs dans une ambiance conviviale.

(Le programme complet de la journée sera disponible dans votre prochain mensuel).

En plus des activités prévues, le village proposera également :

- food truck (restauration payante) ;
- un château gonflable pour l'amusement des enfants (accès gratuit).

Nous vous attendons nombreux, accompagnés de vos enfants, petits-enfants et amis, pour partager une journée placée sous le signe de la détente, de la convivialité et de la découverte.



1^{ÈRE} ÉDITION DES JOURNÉES DÉCOUVERTES DU SERVICE DES AÎNÉS

Un événement pensé pour éveiller votre curiosité et vous inviter à explorer de nouvelles passions !

Bouger, créer, danser ou cuisiner... et si vous profitez du printemps pour essayer quelque chose de nouveau ? Les Journées Découvertes du Service des Aînés vous ouvrent les portes d'activités originales, accessibles à tous et entièrement gratuites dans une ambiance conviviale et détendue.

PROGRAMME :

Atelier Cuisine – Clôture des inscriptions le 20 avril
De 9h00 à 14h00

- **Lundi 27 avril** : Rosbif, curry de légumes et riz basmati
- **Mardi 28 avril** : Quiche aux champignons et salade
Centre « Le Village » - Place communale 1 – 6010 Couillet

Bachata
De 10h00 à 11h30

- **Du lundi 4 mai au vendredi 8 mai** (sauf jeudi)
Complexe Sportif - Rue Couturelles 2 – 6044 Roux

Gym douce sur chaise

- **Mardi 28 avril** : 10h00 ou 11h00
- **Vendredi 8 mai** : 14h00 ou 15h00
Centre Fabiola - Rue Motte 74 – 6000 Charleroi

Happy Stones – dessin et peinture sur galet
De 13h00 à 16h00

- **Du lundi 27 avril au jeudi 30 avril**
Centre Fabiola - Rue Motte 74 – 6000 Charleroi

Atelier créatif « String Art »
De 09h30 à 15h30

- **Mardi 5 mai**
Initiez-vous au String Art, une technique artistique qui consiste à créer des motifs et dessins à l'aide de fils enroulés autour de clous.
Centre Fabiola - Rue Motte 74 – 6000 Charleroi

Participation gratuite - Inscription obligatoire

Renseignements et inscriptions : Service des Aînés
– 071/86.55.50

ACTU

MUSÉE DU VERRE : L'EXPOSITION PERMANENTE SOUS L'ANGLE DE LA NATURE ET ATELIER « FLACON DE SABLE »

**Une expérience à vivre en famille
le mercredi 6 mai à 14h00**

VISITE GUIDÉE ET CRÉATION D'UN FLACON DE SABLE COLORÉ (THÈME « FÊTE DES MÈRES »)

Pour ce second rendez-vous le Service des Aînés vous propose de (re)découvrir l'exposition permanente du Musée du Verre avec un tout autre regard. Venez découvrir les affinités qu'entretiennent l'art et la nature au travers le médium du verre.

La mise en espace de l'exposition permanente incite au voyage, remonte le temps et emmène le visiteur du présent jusqu'aux origines du verre. À travers les techniques, le jeu des couleurs, le prisme des lumières, chaque étape mène à la découverte d'une matière qui s'approprie et se modèle sous l'action du feu. L'exposition permanente présente près de cinq cents œuvres d'art et objets qui constituent les fleurons de sa collection.

UN ATELIER ARTISTIQUE POUR POURSUIVRE SA LANCÉE

En duo adulte-enfant/petit-enfant ou en individuel, les participants pourront créer un flacon de sable coloré, personnalisé en particulier pour la célébration de la fête des mères... Ou pour soi-même !

L'OCCASION DE SE RÉUNIR AUTOUR DE L'ART !

Tarifs

- Entrée sur le site du Bois du Cazier :
 - 8 € senior
 - 9 € adulte
 - 5 € pour les moins de 18 ans
- Atelier :
 - 6 € / enfant
 - Gratuit pour l'adulte accompagnant un enfant (duo adulte-enfant)
 - 15 € pour un adulte seul

Lieu :

Musée du Verre – Site du Bois du Cazier.
Rue du Cazier, 80 – 6001 Marcinelle

Réservation obligatoire au Service des Aînés 071/86.58.35

Clôture des inscriptions : mercredi 28 avril !

Places limitées

CLUB DE LECTURE

VENEZ PARTAGER AVEC NOUS
VOS IMPRESSIONS SUR LE LIVRE

« **DOUZE ANS SEPT MOIS
ET ONZE JOURS** »

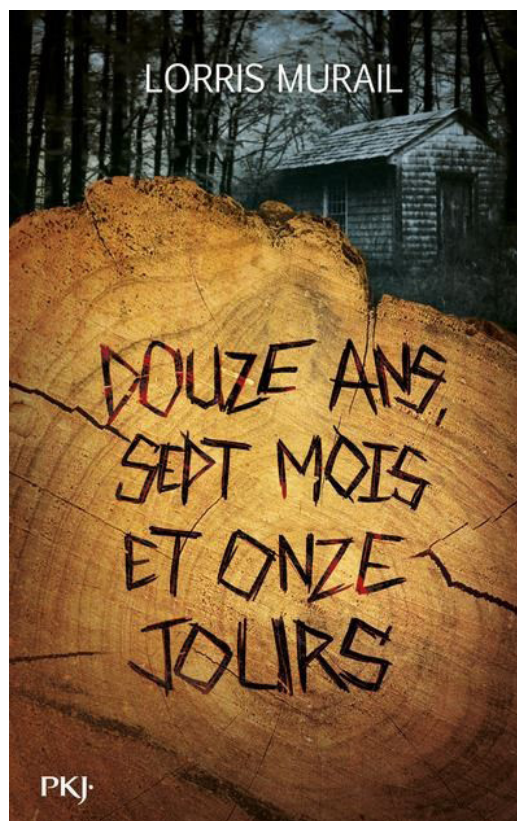
De **Lorris Murail**

**VENDREDI 29 MAI
DE 13H30 À 15H30**

CENTRE FABIOLA - RUE MOTTE 74 - 6000 CHARLEROI

Une cabane perdue dans les forêts du Maine. C'est là que Walden est abandonné par son père. À partir de maintenant, le garçon va devoir se débrouiller pour survivre dans les bois. Avec pour seule richesse quelques boîtes de conserve, un livre de Thoreau et une carabine. À la fin de chaque journée, Walden note son âge sur une écorce de rondin.

Douze ans, sept mois et quatre jours, au moment où commence son apprentissage pour le moins étrange...



Le nombre de places étant limité, inscrivez-vous vite et nous vous remettrons votre livre.

Inscription à partir du 14/04 à 09H00

Renseignements au 071/86 55 50 ou 071/86 48 03.

ACTU

CONFÉRENCE LINUX : L'ALTERNATIVE PRATIQUE ET GRATUITE À WINDOWS

Suite au succès rencontré lors de la première conférence consacrée à Linux, une seconde session vous est proposée le mardi 19 mai de 14 à 16h.

L'Espace public numérique du Service des Aînés vous propose une conférence accessible à tous pour découvrir Linux, un système d'exploitation moderne, performant et entièrement gratuit.

AU PROGRAMME

- **Qu'est-ce que Linux ?**: Comprendre cette alternative utilisée dans le monde entier.
- **Pourquoi choisir Linux ?**: Rapidité, sécurité, simplicité... découvrez ses atouts.
- **Quelle distribution choisir ?**: Présentation des versions les plus adaptées aux débutants.
- **Comment tester et installer Linux ?**: Démonstrations pratiques et conseils.
- **Mes logiciels et mon matériel seront-ils compatibles ?**: Réponses claires et exemples concrets.

Bonne nouvelle : un PC âgé de 8 ans ou plus peut généralement fonctionner très confortablement avec une distribution Linux... et retrouver une seconde jeunesse !

À L'ISSUE DE LA CONFÉRENCE

- Une séance de questions-réponses permettra d'éclaircir vos doutes
- Vous pourrez tester des distributions directement en ligne
- Plusieurs PC portables seront mis à votre disposition pour vous familiariser avec trois systèmes recommandés pour débuter : Linux Mint, Xubuntu et Zorin OS

Une occasion idéale pour découvrir tranquillement, à votre rythme, un nouvel environnement informatique.

Centre Fabiola – rue Motte, 74 – 6000 Charleroi

Informations et inscriptions : Service des Aînés : 071 86 55 63 ou 071 86 56 02

MIEUX DORMIR POUR MIEUX VIVRE : UN ATELIER POUR COMPRENDRE SON SOMMEIL

La Maison des Aînés du CEME propose un atelier consacré au sommeil et à ses liens avec le stress et les ruminations mentales. Un moment d'échange et de compréhension pour aider chacun à retrouver des nuits plus sereines.



MAISON DES AÎNÉS
CHARLEROI

Le mercredi 20 mai 2026, de 9h30 à 11h30, la Maison des Aînés du CEME organise un atelier intitulé « **Sommeil, bien dormir pour mieux vivre: comprendre et améliorer son sommeil** », animé par Laetitia Degreve.

Difficultés d'endormissement, réveils nocturnes ou pensées qui tournent en boucle... Lorsque l'esprit ne trouve pas le repos, le corps en subit également les conséquences. Les troubles du sommeil sont en effet souvent liés au stress, à l'anxiété ou encore aux ruminations mentales.

Au cours de cette rencontre, les participants pourront explorer les liens entre sommeil, stress et burn-out, mieux comprendre ce qui se joue pendant la nuit – et parfois bien avant – et découvrir des pistes concrètes pour sortir de ce cercle vicieux. L'atelier se veut à la fois informatif et encourageant, afin de montrer qu'il est possible d'améliorer progressivement la qualité de son sommeil.

Participation: 3 € (café offert). Paiement sur place, en cash ou par carte.

Inscription par mail: gilda.fusella@charleroi.be ou par téléphone au 0479/86.85.35.

N'hésitez pas à suivre la page facebook : Maison des Aînés Charleroi pour être informés de toutes leurs nouveautés.

ACTU

LES BELLES ANNÉES DU MUSIC-HALL DES ALAIN'S

Le CEME, en collaboration avec le Service des Aînés de la Ville de Charleroi, vous invite à un spectacle exceptionnel pour une Revue spéciale 40^e anniversaire : « Un demi-siècle de succès de chansons françaises ».

JEUDI 21 MAI

14H

Salle René De COOMAN (site Vésale)
Rue de Gozée, 706 à 6110 Montigny-le-Tilleul

AU PROGRAMME :

Première partie : accompagnés des Alain's, vous retrouverez sur scène:

Micha, Leslie, Amanda, Stéphanie, J.F. David, Quentin, Jacky Druaux, Roberto Debruyne et Jean-Claude Sferruggia.

Accompagnement musical par le grand orchestre et les chœurs, dirigés par Cédric Ciero, avec la participation des ballets d'Annie Savouret.

Deuxième partie : pour la première fois, laissez-vous emporter par des rythmes gipsy et une ambiance romantique avec le concert de Sébastien El Chato.

Tarifs :

- 24 € à 27 € (selon la catégorie) pour les habitants de l'entité de Charleroi
- 26 € à 29 € (selon la catégorie) pour les personnes hors entité

Réservations :

Service des Aînés – Ville de Charleroi
Maison communale annexe
Place Kennedy 1 - 6030 Marchienne-au-Pont
(1er étage – bureau 12)

Du lundi au vendredi de 08h30 à 11h30 et de 13h00 - 15h30.

Paiement uniquement par carte bancaire. Billets non remboursables.

Infos : 071/86.55.63 – 071/86.56.02



LE DÎNER D'ÉTÉ

Le CEME, en collaboration avec le Service des Aînés, organise son Dîner d'été en compagnie des Alain's.

JEUDI 07 MAI

12H00

(Ouverture des portes à partir de 11h30)
CEME - rue des Français 147, à 6020 Dampremy

Au menu:

Apéritif,

Plat : Paëlla aux fruits de mer ou Pain de viande sauce archiduc (champignons) et pommes duchesses. (A préciser lors de la réservation)

Dessert : Crème catalane.

Prix : 25€ comprenant l'apéritif, le repas, 1 verre de vin (ou eaux), le dessert et le café.

Ambiance assurée par le duo "Osmose" Annie Loris et Olivier Verdi.

Cartes en vente au Service des Aînés de la Ville de Charleroi. Maison Communale annexe, place Kennedy 1 (premier étage, bureau 12) à 6030 Marchienne-au-Pont.

Du lundi au vendredi de 08h30 à 11h30 et de 13h00 - 15h30.

Clôture des réservations le mercredi 24 avril.

Paiement uniquement par carte bancaire.

Infos : 071/ 86.55.63. - 071/ 86.56.02.



ACTU

PRINTEMPS : PROTÉGEZ VOTRE HABITATION CONTRE LES VOLS PAR OPPORTUNITÉ

Avec le retour du printemps et le passage à l'heure d'été, les journées s'allongent, les températures s'adoucissent et l'envie de profiter de l'extérieur se fait sentir.

Cependant, cette période peut aussi être marquée par une recrudescence des vols par opportunité. La sécurité étant une question de bonnes habitudes, la Direction de la Coordination et de la Sécurité de la Ville de Charleroi vous propose quelques conseils.

SIMULATION D'UNE PRÉSENCE AU DOMICILE ET DISCRÉTION NUMÉRIQUE

- Donnez l'impression que votre habitation est occupée, par exemple en plaçant un minuteur sur une lampe ou en laissant une radio allumée ;
- Demandez à vos proches de vider votre boîte aux lettres, de lever/baisser les volets, de tondre la pelouse, etc. ;
- Vous pouvez aussi demander une surveillance de votre maison pendant vos vacances. Adressez-vous pour ce faire aux commissariats de police ou en ligne sur « police.be » ;
- Attendez d'être rentré pour partager les souvenirs de la brocante des quais, des quartiers d'été, des festivals et des escapades ensoleillées sur les réseaux sociaux.

AÉRATION ET FENÊTRES

Un réflexe printanier est d'ouvrir les fenêtres pour ventiler son habitation. On a aussi tendance à dormir fenêtres ouvertes. Une fenêtre laissée en mode oscillo-battant ou une porte de garage entrouverte pour faire circuler l'air peuvent constituer des opportunités pour un cambrioleur.

- Même pour une absence de deux minutes, verrouillez toujours tout ;
- À l'étage, assurez-vous qu'aucune corniche, plateforme ou échelle ne facilite l'accès et sécurisez les ouvertures de fenêtres grâce à un entrebâilleur ou une grille.



JARDIN, OUTILS ET ABRI DE JARDIN

Le retour du beau temps rime avec jardinage ou bricolage. Des outils ou des pierres décoratives peuvent être détournés de leur fonction par un cambrioleur pour tenter de s'introduire chez vous. Les vélos, tondeuses et barbecues haut de gamme sont aussi des cibles de choix.

- Ne les laissez pas visibles une fois votre activité terminée ;
- Rangez-les automatiquement dans un abri de jardin sécurisé, ou, mieux, dans un local fermé à clé ou à la cave ;
- Pour vos vélos, l'utilisation d'un cadenas en « U » est vivement recommandée, même à l'intérieur de votre abri. Pensez également au marquage : cela facilite la restitution par la police en cas de vol et dissuade les revendeurs.

Vous souhaitez faire le point sur la sécurisation de votre habitation ?

Vous pouvez bénéficier d'une visite conseil gratuite. Contact : 071/86 15 51 ou spd@charleroi.be.

VICTIME MALGRÉ TOUT ?

- Déclarez toujours le vol auprès de la police ;
- Appelez Card Stop au 078/170 170 en cas de perte ou de vol de votre carte de banque ;
- Contactez Doc Stop au 00800/2123 2123 en cas de perte ou de vol de votre carte d'identité ou passeport (pour neutraliser un document d'identité étranger, il sera nécessaire de contacter votre ambassade) ;
- Pour une aide d'urgence des services d'incendie, d'une équipe médicale ou de la police (par urgence, il faut entendre des situations de détresse vitale), appelez le numéro d'urgence 112, sur l'ensemble du territoire européen. Veuillez noter qu'en Belgique, la police reste joignable au 101 ;
- En cas de tempête ou d'orage, ou lorsque la vie n'est pas en danger, appelez le 1722, dès lors que ce numéro est activé par les autorités ;
- Le Centre d'Aide aux Victimes de la Ville de Charleroi peut aussi vous aider aux plans sociojuridique, administratif et psychologique. Contact : 0479/48 36 12 ou 071/86 15 12 ou cav@charleroi.be.

ACTU

ÈL CWIN DÈS WALONS

Le coin des Wallons, une rubrique proposée par Jean Goffart. Et à droite, la traduction pour que tout le monde puisse se familiariser avec cette belle langue...

LÈS P'TITS TRUCS DA MONONKE JULOT

Quand lès fôrtes tchaleûs arîv'nut, lès bièsses chûv'nut bagâdje. Èt bén-ètindu, vos-avèz stî piquè pa ène saqwè. I fôt adon vos mète asto d'ène tchaleû : tchôte eûwe, flame d'in briquet ou co bén d'ène cigarette. Insi, non seûl'mint vos-ârez mwins mô èyèt surtout ça tchôpîy'ra mwins. Quand èl salîve d'ène bièsse è-st-âprotchîye d'ène tchaleû, èle piède sès propriétés. Çoula vôt ètou pou dèss bièsses come lès wèsses, lès awoutats èyèt minme pou lès cènes qu'è vont dins l'eûwe come lès méduses. Pou diminuwer lès piqûres di piqu'rons ou d'insectes, vos p'lèz èployî du vinéque di cîde.

Ô còp qui vént mès djins !

ÈNE PÈTITE QUÉNTE

Èl maman da Zabèle n'est nèn fôr binôje. Èle ès' trouve avou s' fîye dins l' cujène.

- *Wètèz a ç' te eûre come èl lacha a disbôrdè !*

« Bén maman, dji ... » arîve t-èle a pwène a rèsponde.

- *Dji vos-aveu pourtant bén d'mandè di wéti l'ôrlôdje !*

Èyèt tout d' minme, èl pètite ès' décide :

- *Mins dj'è l' fêt maman ! I 'steut sèt eûres dîj quand l' lacha a disbôrdè !*

ÈL FRÂSE D'AMON NOS-ÔTES

> Èl cén qu'a du bén, i fôt qu'i d'è piède

LE TRUC EN FRANÇAIS

Quand arrivent les fortes chaleurs, les bêtes suivent la même voie.

Et bien entendu, vous vous êtes fait piquer par quelque chose. Il faut alors vous placer devant une chaleur : eau chaude, flamme d'un briquet ou d'une cigarette. Ainsi, non seulement vous aurez moins mal, mais cela chatouillera moins. Quand la salive d'une bête est approchée d'une chaleur, elle perd ses propriétés. Cela vaut aussi pour les guêpes, les aoûtas et même celles allant dans l'eau comme les méduses. Pour diminuer les piqûres de moustiques ou d'insectes, vous pouvez employer du vinaigre de cidre.

A la prochaine fois mes gens !

LA BLAGUE EN FRANÇAIS

La maman d'Isabelle n'est pas très contente. Elle se trouve dans la cuisine avec sa fille.

- *A présent, regarde comme le lait a débordé!*

"Mais maman, je ..." arrive t-elle à peine à répondre.

- *Je t'avais pourtant bien demandé de regarder l'horloge!*

Et tout de même, la petite se décide :

- *Mais je l'ai fait maman! Il était sept heures dix quand le lait a débordé!*

LE PROVERBE

> **Celui qui a du bien, il faut qu'il en perde**

> Consolation pour quelqu'un qui vient de subir une perte, un échec ou une déception



VILLE DE CHARLEROI - SERVICE DES ÂÎNÉS

CALENDRIER DES FERMETURES

ADMINISTRATION ET CENTRES

Lundi 6 avril

Vendredi 1 mai

Jeudi 14 mai

Lundi 25 mai

Mercredi 10 juin 2026 (Village des Âînés)

CONGÉS DES PROFESSEURS CENTRES ÂÎNÉS

Congés de Détente : Lundi 06 avril

Jeudi 14 mai et Lundi 25 mai

Vacances de printemps :

Du lundi 27 avril au vendredi 08 mai

ACTU

EXPO DU VAL SAINT-LAMBERT AU MBA

À l'occasion du bicentenaire des Cristalleries du Val Saint-Lambert fondées en 1826, le Musée du Verre de Charleroi présente l'exposition « Art Déco et modernisme au Val Saint-Lambert (1925 - 1939) », du 18 avril au 27 septembre au Musée des Beaux-Arts de Charleroi.

Consacrée à l'Entre-deux-Guerres, cette exposition explore une période de profond renouvellement esthétique et industriel. Les courbes de l'Art nouveau s'effacent progressivement au profit d'une écriture plus géométrique : le cristal s'adapte aux lignes de l'architecture moderne et l'objet en verre quitte son statut décoratif pour devenir un élément à part entière de l'intérieur contemporain.

Le parcours, structuré en quatre espaces thématiques, réunit près de 160 pièces et documents d'archives issus de collections publiques et privées prestigieuses. Parmi les prêteurs figurent les Archives de la Ville de Bruxelles, les Archives générales du Royaume, l'Alonso International Glass Collection, le Design Museum Gent, la Fondation Madeleine 7, le Musée de la Vie wallonne, les Musées de la Ville de Liège Grand Curtius, le Musée Horta, les Musées royaux d'Art et d'Histoire de Belgique, ainsi que des collectionneurs privés. Des œuvres majeures provenant des collections du Musée du Verre complètent cet ensemble.

L'exposition met en lumière le rôle déterminant du service de création des Cristalleries où œuvrent notamment Modeste Denoël, Joseph Simon, Charles Graffart, René Delvenne et Félix Matagne. Précurseurs du design, ces dessinateurs conçoivent modèles, décors, catalogues et stands pour les expositions internationales, au cœur du dialogue entre art et industrie.

La présence du Val Saint-Lambert dans les grandes expositions internationales de 1925 à 1939 constitue un autre axe fort de l'exposition. L'exposition aborde également la verrerie utilitaire développée après la crise de 1929, notamment à travers la gamme Luxval, pensée pour répondre aux nouveaux usages de l'architecture et de la vie quotidienne.

L'exposition intègre également une œuvre contemporaine de l'artiste Sandrine Isambert. Son installation, conçue spécifiquement pour l'exposition, questionne la place des femmes dans et autour des Cristalleries à travers un dispositif jouant sur transparence, ombre et présence invisible.

Dans le prolongement de l'exposition, le Musée du Verre publiera un ouvrage largement illustré consacré à la période Art déco, mettant en regard les catalogues de vente des cristaux de fantaisie et de la gamme Luxval (1926, 1933, 1935, 1938 et 1939) avec les œuvres aujourd'hui conservées dans les collections publiques et privées.

Musée des Beaux-Arts

Boulevard Mayence 67 - 6000 Charleroi

Info : 071/ 86 01 01



Le Service des Aînés vous propose une visite guidée (interactive) intergénérationnelle qui aura lieu lors de cette exposition.

Quand ? Mercredi 15 juillet à 10h00 (Inscriptions à partir du 13 Mai 26 à 09h00 jusqu'au 8 juillet)
Tél : 071/ 86 58 35).

Tarif : 7,50€/adulte et 3,50€/senior. Gratuit pour les moins de 18 ans.

ACTU

10^E ÉDITION DE LA SEMAINE DE L'INTERGÉNÉRATION DU 23 AU 29 AVRIL : CULTURE, SPORT ET LOISIRS À PARTAGER

**Cette année, nous célébrons la 10^e édition de la Semaine de l'Intergénération !
Une belle occasion de marquer une décennie de rencontres, de collaborations et de moments de partage entre les générations.**

Depuis cette année, cette thématique est portée conjointement par le Service des Aînés, le Service Jeunesse, le Pôle Sport pour Tous et le Service des Musées de la Ville. Ensemble, ils proposent une série d'activités qui favorisent les échanges, la coopération et la transmission entre jeunes et aînés.

Notre ambition ? Créer des liens, encourager le dialogue et partager des expériences enrichissantes. Que ce soit avec vos petits-enfants, vos enfants, vos amis ou d'autres participants, la rencontre entre les générations est toujours source de découvertes et de convivialité.

Nous vous invitons à rejoindre ces moments de partage où chaque rencontre contribue à construire une société plus ouverte, inclusive et solidaire entre les âges.

PROGRAMME DE LA SEMAINE DE L'INTERGÉNÉRATION

Lundi 27 avril – 14h30

Atelier d'écriture de slam

Maison de Jeunes de Marcinelle
Grand'Place 23 – 6001 Marcinelle

Mardi 28 avril

9h00 – Rando de la Mémoire

Une marche de 6,5 km en 15 étapes à la découverte de lieux symboliques de la Résistance durant la Seconde Guerre mondiale.
Départ : Tir de Marcinelle
Rue Albert Brachet 79 – 6001 Marcinelle

13h30 – Ciné-club

Projection du film Le Nouveau Stagiaire (2015), suivie d'un échange autour de la thématique de l'âgisme.
Centre Fabiola
Rue Motte 74 – 6000 Charleroi

> Cette séance inaugure une série de ciné-clubs. Découvrez la prochaine projection dans le Charleroi Senior du mois de mai.

Mercredi 29 avril – de 14h00 à 16h00

Journée sportive intergénérationnelle

Découvrez plusieurs disciplines sportives : walking foot, badminton, tennis de table...

La journée se clôturera par un goûter convivial et un moment d'échange.

Pôle Sport pour Tous
Rue de Mons 80 – 6030 Marchienne-au-Pont

MAIS CE N'EST PAS TOUT, LES MOIS D'AVRIL ET DE MAI REGORGENT ÉGALEMENT D'ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES...

Mercredi 8 avril – 13h30

Visite intergénérationnelle du Palais des Beaux-Arts
Place du Manège 1 – 6000 Charleroi

Mercredi 15 avril – de 13h30 à 15h55

Atelier et vision du spectacle de danse Madame Couette
Charleroi Danse – Boulevard Pierre Mayence 65c

Jeudi 30 avril – 14h00

Visite de la caserne de pompiers Hainaut-Est
Rue de la Tombe 112 – 6001 Marcinelle

Mercredi 6 mai – 14h00

Visite guidée de l'exposition permanente du Musée du Verre, sous l'angle de la nature, suivie d'un atelier de flacon de sable coloré.
Rue du Cazier 80 – 6001 Marcinelle

Mercredi 27 mai – 14h30

Ciné-club : projection du film Big Eyes (2014) et discussion autour de l'égalité des genres.
Maison des Jeunes de Roux
Rue Alexandre Lepage 18 – 6044 Roux

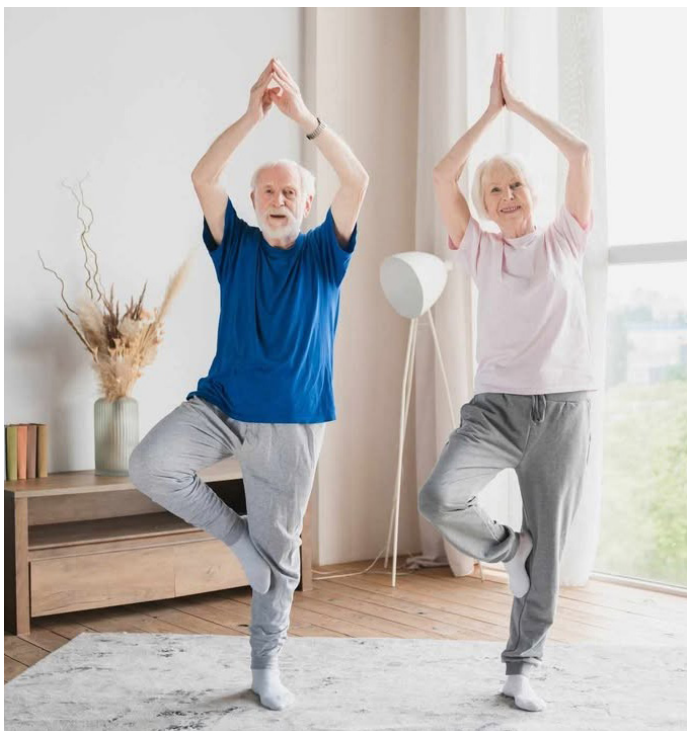
Inscription obligatoire et renseignements : Service des Aînés
– 071/86.58.35



ACTU

CHUTE, JE M'ÉQUILIBRE !

Vous avez moins de stabilité lors de vos déplacements ? Cela entraîne des répercussions sur votre mobilité ?



Deux ergothérapeutes organisent des séances de "prévention des chutes" au sein de l'Hôpital de jour des Aînés, à l'Hôpital A. Vésale, pour les personnes de plus de 75 ans qui marchent sans utilisation d'aides techniques (sauf canne occasionnelle).

Si un de vos proches ou vous-même êtes concerné par l'un de ces soucis : antécédent de chutes, troubles de l'équilibre, inquiétude pour les déplacements, perte d'indépendance... Appelez au 071/92.38.06 pour plus de renseignements ou pour vous inscrire à la session de 6 séances!

Hôpital André Vésale
Rue de Gozée 706 - 6110 Montigny-le-Tilleul
(Accueil à l'hôpital de jour des Aînés - 1^{er} Etage)

Les séances sont gratuites, seules les consultations avec la gériatre et l'ergothérapeute sont payantes.

VOYAGE

EXCURSION EN FAMILLE

JEUDI 07 MAI

NAUSICAA BOULOGNE-SUR-MER

Le Service des Aînés vous propose une belle escapade vers Nausicaa, Centre National de la Mer à Boulogne-sur-Mer, le plus grand aquarium d'Europe.

Partager la visite avec vos enfants et/ou vos petits-enfants, c'est vivre une immersion fascinante dans le monde marin, ponctuée de moments de pure émotion. Nausicaa, le plus grand aquarium d'Europe et découvrir toute la richesse de la diversité des fonds sous-marins.

L'aquarium impressionne notamment par sa baie géante de 20 mètres de long, où l'on peut admirer le ballet majestueux des raies mantas et des requins. Le tunnel sous-marin, offrant une vue panoramique à 360°, donne l'étonnante sensation de marcher au fond de l'océan.

Au fil de la visite, vous pourrez observer près de 60 000 animaux appartenant à plus de 1 600 espèces, répartis dans différents aquariums et terrariums.

PRIX : (pas de remboursement en cas d'annulation)

- Adultes : 65 €
- Enfants de 3 à 12 ans : 58 €
- Enfants de moins de 3 ans : 41 €

COMPRIS DANS LE PRIX :

- le transport en car aller-retour
- Entrée à l'Aquarium Nausicaa
- Temps libre

INFORMATIONS PRATIQUES

Départ : à 6h30 (RDV à 6h15)

Parking situé à l'arrière de la Maison Communale de Marchienne-au-Pont

Matinée : arrivée vers 10h à l'entrée de l'aquarium

Retour : vers 21h30 à Marchienne-au-Pont.

Inscriptions rapides souhaitées

Services des Aînés

Du lundi au vendredi, de 08h30 à 11h30 et de 13h00 à 15h30
Maison Communale annexe, Place Kennedy, 1, 6030 Marchienne-au-Pont - 1^{er} étage - Bureau 12

Numéros d'appel pour informations : 071/86.56.02 - 071/86.55.63

AGENDA



03/04 - 17/04

13H > 15H

CENTRE FABIOLA
RUE MOTTE 74
6000 CHARLEROI

20/04

10H > 12H

CENTRE MONCELLOIS
RUE ALBERT CAMUS 7
6031 MONCEAU SUR SAMBRE

13/04 - 23/04

10H > 12H

CENTRE LAITEM
Chaussée de Gilly 102 - 6040 Jumet

LES BLABLAS

Pour pouvoir vaincre la solitude, il est important d'oser établir des contacts et d'engager des conversations. N'ayez pas peur de parler de vous et de vos intérêts, c'est ainsi que des liens authentiques se créent.

C'est pour toutes ces raisons que nous vous proposons de nous rencontrer aux « Blablas ».

Inscriptions obligatoires:

Service des Aînés - 071/86.48.03

VENDREDI 10/04

A 14H00

CENTRE « FABIOLA »
Rue Motte 74
6000 Charleroi

TROC PLANTES

Quoi de plus beau qu'un jardin coloré avec de belles plantes ? Rejoignez-nous au Centre « Le Parc » pour un échange de plantes et d'astuces pour avoir de beaux résultats dans vos jardins. Bonne ambiance assurée.

Infos : Service des Aînés

Tél : 071/86.48.03 - 071/86.55.50



SOS INFORMATIQUE

13/04 - 24/04

09H00 > 11H00

MAISON COMMUNAL ANNEXE

Place Kennedy, 2
Marchienne-au-Pont
1^{er} Etage - local "ALLO SENIOR"

08/04 - 15/04 - 22/04

13H30 > 15H30

CENTRE HARMEGNIES

Rue de Lodelinsart, 96/001
Charleroi

Entrée à l'arrière du bâtiment par la rue Tourette

Nous espérons vous y voir nombreux !

Infos : 071/86 55 63 ou 071/86 56 02

INITIATION SMARTPHONE

13/04

13H30 > 15H30

CENTRE HARMEGNIES

Rue de Lodelinsart, 96/001
Charleroi

Entrée à l'arrière du bâtiment par la rue Tourette

DU 14 AU 16 AVRIL

09H00 > 11H30

CENTRE HARMEGNIES

Rue de Lodelinsart 96/001
6000 Charleroi

RECHERCHE INTERNET/SECURITE

Informations :

Inscriptions obligatoires aux Services des Aînés

Tél : 071/86.56.02 ou 071/ 86.56.63

FORMATION

**14/04 - 21/04 - 13/05 -
4/06 - 16/06**

GARE DE CHARLEROI CENTRAL

RDV hall d'accueil ¼ h avant la session

BORNES DE PAYEMENT SNCB

Quand ? :

- Mardis 14 avril à 10h00 ou 21 avril à 14h00

- Mercredi 13 mai à 10h00

- Jeudi 04 juin à 10h00 ou mardi 16 juin à 14h00

Durée de la session : 45 min

Le nombre de places étant limité par groupe, il est donc **indispensable de vous inscrire au 071/ 86 55 50 ou 86 48 03.**



JUSQU'AU 12 AVRIL
LES JEUDI, VENDREDI, SAMEDI
À 20H - DIMANCHE À 16H

THÉÂTRE DE MARIGNAN

De GINETTE Beauvais-Garcin -

Mise en scène: Jean-Charles Gosseries
Michelle Vercammen - Annick Jelen - Tina
Marzola - Alicia Monard - Arnaud Lixon

**"Trois drôles de dames, mais surtout
des veuves joyeuses!"**

Une veuve, passe encore, deux veuves cela commence à faire beaucoup ! Mais quand le mari de Rose trépassé à son tour dans des circonstances délicates, c'est un véritable clan des veuves qui se forme ! Spontanées et drôles, elles ne ratent pas une occasion de se retrouver et de rire entre copines.

Lieu : Boulevard Joseph Tirou 53 - 6000 Charleroi

Réservation : 0495/10 20 14
du mardi au samedi de 14h00 à 18h00

Prix Senior: 18.00 €

Sur présentation du Charleroi Senior
(version papier ou numérique).

AGENDA

MARCHES "M3"

En groupe (distances entre 5 et 7 km)
Allure: 3 à 4 km/h

DÉPART À 14H (RDV À 13H45)

MARDI 14 AVRIL

ABBAYE D'AULNE

PARKING
ECOLE SAINT EXUPÉRY
LEERNES

MARDI 28 AVRIL

CIRCUIT DES 3 VILLAGES

PLACE DE CARNIÈRES
7141 CARNIÈRES
Départ 13H00

Bienvenus aux petits enfants

Infos : Eric : 0477/73.46.84
Sabrine : 0471/73.31.50

ATELIER ET SPECTACLE

MERCREDI 15/04

13H30 > 16H

«MADAME COUETTE»

Entrez dans le monde du sommeil et des rêves. Création tout public, à découvrir dès 8 ans !

Où ? Charleroi Danse – Boulevard Pierre Mayence 65c, 6000 Charleroi.

Au programme :

- Atelier autour du spectacle (13h30-14h30). Accessible dès 8 ans,
- Spectacle « Madame Couette » (15h00)
- Rencontre avec l'artiste (15h55) L'après-midi se clôturera par une rencontre avec l'artiste. Un moment privilégié pour poser vos questions et partager vos impressions.

Informations pratiques :

- Prix : 10 €/personne (paiement sur place).
- Inscription obligatoire au Service des Aînés : 071/86 55 50



LUNDI 20/04

14H > 16H

(Rdv sur place à partir de 13h30)

BOWLING ONE

CIRCUS VILLAGE GOSSELIES

Route Nationale, 5

P.A.F. : 9,40€ /personne, comprenant :

- 2 parties de bowling
- la location des chaussures
- 1 collation comprise (les boissons seront à payer à part)

Réservation obligatoire au 071/86.56.11

- 071/86.55.50 ou inscription sur place



CINÉMA

VENDREDI 24 AVRIL

13H30

CINÉMA QUAI 10

6000 charleroi

« JUSTE UNE ILLUSION »

Comédie dramatique
De Olivier Nakache, Eric Toledano | Par Olivier Nakache, Eric Toledano

Avec Louis Garrel, Camille Cottin, Pierre Lottin

Nous sommes en 1985, Vincent, bientôt 13 ans, vit en banlieue parisienne dans une famille de la classe moyenne, entre un grand frère distant et des parents en conflit permanent. Alors qu'il n'est « déjà plus » un enfant et qu'il n'est « pas encore » un adulte nous allons partager ses questions et ses doutes sur l'identité, l'amitié, la famille, la religion, le désir et les premiers élans amoureux.

Une comédie sur cette période de l'enfance où l'espoir de changer le monde n'était pas "Juste une illusion"

Prix pour les seniors : 6.50€

Tickets directement à la caisse !

MARDI 12 MAI

13H00 > 16H00

TIR DE MARCINELLE

DANS LES PAS DE LA LIBERTÉ

Le Service des Aînés, en collaboration avec le Service Jeunesse de la Ville de Charleroi et l'association Hainaut Mémoire, vous invite à participer à une Rando de la Mémoire, une promenade guidée au coeur de l'histoire carolo durant la Seconde Guerre mondiale.

INFORMATIONS PRATIQUES :

Départ : Tir de Marcinelle – Rue Albert Brachet 79, 6001 Marcinelle

Horaire : 13h00 (merci d'arriver 15 minutes à l'avance)

Durée : environ 3 heures (arrêts explicatifs compris)

Participation : gratuite

Places limitées – réservation obligatoire

Informations et inscriptions – Service des Aînés : 071/86.58.35