



Etterbeek
Contact Plus

ACTIVITEITEN VOOR SENIOREN VAN ETTERBEEK

PROGRAMMA 2021

Etterbeek
WWW.ETTERBEEK.BE

2021, het jaar van de hoop!

Het voorbije jaar zal voor altijd in ons geheugen gegrift staan. Onze gedachten gaan uit naar de mensen die werden getroffen door de verschrikkelijke coronapandemie. Ook willen wij het zorgpersoneel bedanken dat zich dagelijks inzet om levens te redden. Ondanks de moeilijke situatie heeft de dienst Contact Plus krachten noch moeite gespaard om alleenstaande en oudere mensen te steunen tijdens de eerste en de tweede coronagolf.

Vandaag hebben we meer dan ooit nood aan hoop en projecten om dit nieuwe jaar te starten. En daarom heeft onze dienst Contact Plus een mooi activiteitenprogramma voor u samengesteld.

U hebt de keuze uit een dertigtal animatieactiviteiten, workshops en excursies waarop u de rijkdommen van ons mooie land zult kunnen ontdekken. Of u nu houdt van cultuur, lekker eten, sport of erfgoed, u hebt keuze te over.

Wij hopen dit seizoen op gang te kunnen trappen met de voortreffelijke acteurs van het theatergezelschap Galerie. Zij nodigen ons uit voor hun traditionele variétéshow "La Revue", maar ook voor het toneelstuk "Cuisine et dépendance" over het mythische koppel Bacri-Jaoui.

Uiteraard is er in het programma ook ruimte voor historische lezingen. Zo blikken we terug op de rol die België heeft gespeeld bij het maken van de atoombom, op het begrip "vrijheid" voor en na mei 68 en op de fascinatie die er vandaag nog steeds is voor de Grote Oorlog van 14-18.

Wij willen u ook de kans geven om eens een andere omgeving te ontdekken en daarom gaan we ook eens een kijkje nemen buiten onze gemeente. Valentijn in De Panne, een wijnproeverij in het kasteel van Bioul en een ontspannende dag in de abdij van Saint-Gérard de Brogne en het kasteel van Vêve zijn maar enkele van de excursies die in 2021 op het programma staan.

We hopen het jaar in schoonheid af te sluiten met een bezoek aan de kerstmarkt van Oostende! Neem de tijd om al deze activiteiten en nog vele andere eens rustig te overlopen. Ze hebben allemaal maar één doel: u een leuk moment bezorgen in een gezellige en hartelijke sfeer!

Wij wensen u een spetterend jaar 2021 toe. Zorg goed voor uzelf en uw familie.

De burgemeester,
Vincent DE WOLF



**De schepen van
Maatschappelijk Welzijn,**
Maryam MATIN FAR





Zondag
24/01/2021

Theater: *La Revue des Galeries*

Met Bernard Lefrancq, Angélique Leleux, Denis Carpentier, Marie-Sylvie Hubot, Gauthier Bourgois, Frédéric Celini, Natasha Henry, Cédric Landrieu, Enora Oplinus, Pierre Pigeolet en Bénédicte Philippon.

Wie "Revue des Galeries" zegt, zegt feest! Op humoristische en satirische wijze blikt deze revue terug op het afgelopen jaar: Belgisch, internationaal, politiek, sociaal, sportief, muzikaal...

De actualiteit wordt door het theatergezelschap in al haar vormen en vanuit verschillende invalshoeken onder de loep genomen. Een kritische geest staat centraal op het podium: humor, emotie, satire en spot zijn de kenmerken van de opeenvolgende nummers die worden afgewisseld met sketches, liedjes en dans in een decor dat doet u doet wegdromen.

Om de pit van vroeger er weer in te krijgen, wordt de "Revue" van het Théâtre des Galeries sinds twee jaar toevertrouwd aan Alexis Goslain, die de show een opfrissingsbeurt heeft gegeven zonder de regels in twijfel te trekken. De traditionele jaarlijkse show van het Théâtre des Galeries zet zijn mooie verjonging voort.

De "Revue" is een complex evenwicht, een cocktail waarin alle ingrediënten van belang zijn: ritme, efficiëntie, humor en schoonheid.

Het is duidelijk dat een bezoek aan de "Galeries" zich opdringt tijdens deze sombere periode...

WAAR?
*Theâtre Royal
des Galeries*

PRIJS
22 €

VERTREK
*14.00 uur voor
het gemeentehuis*



Maandag
25/01/2021

Vrijdag
29/01/2021
12.30 uur
(optioneel)

Rondleiding in het toekomstige/oude gemeentehuis

WAAR?

Gemeentehuis

PRIJS

6 €

Wanneer we de laatste hand leggen aan deze brochure, gaat het gemeentehuis zijn laatste maanden in.

Het gloednieuwe administratief centrum is bijna klaar en de gemeentediensten zijn al volop bezig met de voorbereidingen om meubels, computers en dossiers te verhuizen van de Oudergemlaan naar de Kazernenlaan.

Met pijn in het hart zal dit ongetwijfeld de laatste rondleiding zijn die onze gids Willy Van Damme zal geven in het huidige gemeentehuis.

Misschien wandelt u wel dagelijks langs het gemeentehuis. Hebt u de zeven bas-reliëfs in de gevel van 1958 al opgemerkt? En kent u de symboliek en de betekenis ervan?

Bent u al in het knusse kantoor van de burgemeester geweest? Hebt u de weelderige raadzaal en zijn kunstwerken al kunnen bewonderen? De verborgen schatten uit de immense archieven van de burgerlijke stand? De galerij met de portretten van alle burgemeesters sinds 1830? En de herdenkingsgang? Misschien hebt u zelfs al een blik kunnen werpen op de Baronie, het oudste gebouw van Etterbeek!

Dat alles en nog veel meer kunt u ontdekken in het gezelschap van onze gids, die u ook heel wat anekdotes kan vertellen die zoals steeds historisch onderbouwd zijn.



Woensdag

27/01/2021

14.30 uur

ALT - Welzijnswerkshop *"Tijd nemen voor uzelf"*

Kom ontspannen tijdens een (intergenerationele) workshop waarin u een lichaamsverzorging krijgt (schmink, manicure, kapsel, massage van de rug...) in het gezelschap van jongeren uit onze gemeente die begeleid worden door een team van professionals.

Het belooft een ontspannende namiddag te worden.

WAAR?

nog te bepalen

PRIJS

20 €



Maandag

01/02/2021

14.30 uur

Lezing: ***"Le rôle primordial de la Belgique dans l'élaboration de la bombe atomique"***

WAAR?

Nog te bepalen

PRIJS

6 €

Niemand zal ooit Hiroshima en de datum 6 augustus 1945 vergeten: de plaats en de dag waarop de eerste atoombom werd gegooid. Na een tweede bom die drie dagen later op Nagasaki wordt gegooid, geeft Japan zich over. De oorlog is eindelijk voorbij!

Wat de meeste mensen niet weten, is dat België een belangrijke rol heeft gespeeld in het onderzoek om die verschrikkelijke atoombom te maken.

Lang voor het begin van de Tweede Wereldoorlog werkten wetenschappers al aan de splitsing van het atoom en hadden onderzoekers ontdekt dat uranium het meest geschikte mineraal was om een gigantische explosieve kracht teweeg te brengen.

En het is daar dat België een rol heeft gespeeld door dat kostbare mineraal te leveren dat werd ontgonnen in Katanga, dat in die tijd een provincie was van onze kolonie Belgisch-Congo in Centraal-Afrika.

Onze spreker zal u dat allemaal in detail uitleggen en zijn uitleg illustreren aan de hand van foto's, kaarten, grafieken en andere beelden.

SAISON 2020-2021

Cuisine et dépendances

Agnès Jaoui et Jean-Pierre Bacri

Cuisine et Dépendances

Met Bénédicte Chabot, Catherine Decrolier, David Leclercq, Frédéric Nyssen en Dominique Rongvaux

Jacques en Martine, een schijnbaar onbewogen koppel, nodigen enkele oude vrienden uit die ze al tien jaar niet meer hebben gezien. Het diner wordt georganiseerd ter ere van de man van Charlotte, die een TV-ster is geworden. Onder de gasten bevinden zich ook Georges, de huisgenoot, en Fred, de opdringerige broer van Martine. In de loop van de avond neemt de spanning toe en door de aanwezigheid van de succesvolle man komen bewondering, afgunst, jaloezie en agressie aan de oppervlakte.

Dat alles zien we vanuit de keuken, waar de gasten om beurten hun hart komen uitstorten, komen klagen en zichzelf komen verantwoorden. Tussen twee gangen door is de vrouw des huizes in alle staten terwijl de personages beetje bij beetje hun neuroses onthullen.

In deze maatschappelijk relevante komedie delen Agnès Jaoui en Jean-Pierre Bacri dezelfde visie en hetzelfde verlangen om onze onverschilligheid, onze luiheid en ons conformisme door elkaar te schudden.

Zondag

07/02/2021

of

21/02/2021

of

28/02/2021

Nog te bevestigen

WAAR?

*Théâtre Royal
des Galeries*

PRIJS

22 €

VERTREK

*14.00 uur voor
het gemeentehuis*



Zaterdag
13/02/2021

Vier Valentijn in De Panne

WAAR?

De Panne

PRIJS

55 €

VERTREK

*8.00 uur voor
het gemeentehuis*

In de voormiddag brengen we een bezoek aan de wereldberoemde koekjesfabriek van Destrooper. De gidsen nemen ons mee langs de productieketen en leggen uit welke weg het familiebedrijf, dat in 1886 werd opgericht, al heeft afgelegd. Het levert zijn heerlijke producten in meer dan 75 landen wereldwijd en blijft ook vandaag nog evolueren. Op het einde van de rondleiding krijgen we uiteraard de kans om te proeven: wafeltjes, natuurboterwafels, amandelbrood, speculaas, kletskoppen, florentines en nog veel meer lekkers bij een kopje koffie. Vergeet zeker niet om een voorraad in te slaan!

Vervolgens trekken we richting De Panne naar het bekende restaurant van het Parkhotel waar we een gastronomisch menu geserveerd krijgen:

- een liefdesaperitief
- scampibrochette met groene curry en limoen vergezeld van coquilles
- sorbet van groene appel
- varkenswangetjes in Rodenbachsaus met huisgemaakte frietjes
- dessertbordje

Tijdens de maaltijd wordt de drank à volonté geschonken.

Uiteraard gaan we ook dit jaar over tot de traditionele verkiezing van Miss en Mister Valentine en hun eredame/ereheer. De winnaars gaan naar huis met een mooie verrassing.

Na dat rijkelijke menu hebt u nog even de tijd om de zilte lucht van de Noordzee op te snuiven voordat we terug naar Etterbeek vertrekken.



Woensdag

24/02/2021

14.30 uur

ALT – Workshop over de smartphone (*beginnersniveau*)

Tijdens deze activiteit leert u werken met uw smartphone en de verschillende basisfuncties van uw toestel (bellen, berichten sturen, iets opzoeken op het internet, instellingen...).

Enkele jongeren uit Etterbeek nemen de tijd om u alle functies van uw toestel uit te leggen.

Breng dus zeker uw eigen smartphone mee!

WAAR?

Nog te bepalen

PRIJS

20 €



**May
1968**

Maandag

08/03/2021

14.30 uur

Lezing :

"Sommes-nous plus libres aujourd'hui qu'avant mai 68 ?"

WAAR?

Nog te bepalen

PRIJS

6 €

Wie herinnert zich de gebeurtenissen van mei '68 niet? De slogans zoals "Sous les pavés, la plage" en "Il est interdit d'interdire"?

Hebben die slogans vandaag woord gehouden? Hebben ze ervoor gezorgd dat we de beloofde vrijheden hebben verworven?

Mei 68: opstand of revolutie?

In de Verenigde Staten wilde men vooral de oorlog in Vietnam aanklagen.

In Frankrijk waren het arbeidersbewegingen en studenten die het voortouw namen.

In België ging de opstand vooral over "Walen Buiten" aan de Universiteit van Leuven, wat leidde tot vrije bijeenkomsten aan de ULB die het onrecht in de wereld aanklaagden en het hoofdgebouw van de campus 54 opeenvolgende dagen hebben bezet.

Mei 68 is zoals de splitsing van een atoomkern die tot de oprichting van heel wat bewegingen zou hebben geleid zoals milieupolitiek, andersglobalisme, ethische revoluties en de deontologie.

Het waren ook protestbewegingen tegen de autoriteit die alle bestaande machten bekritiseerden, inclusief de Kerk, en vochten tegen de onophoudelijke nieuwe voorrechten die de bestaande hoge autoriteiten zichzelf toe-eigenden.

Dat zijn enkele van de argumentaties die onze spreker zal aansnijden en in detail zal analyseren.



Zaterdag
20/03/2021

Van druif tot wijn via het kasteel...

Velen zijn er misschien al langsgereden, maar nog nooit binnen geweest: het kasteel van Bioul, dat nu al iets langer dan twee jaar zijn deuren opent voor het grote publiek.

Het kasteel ligt vlak naast het dorpsplein, maar is niet erg bekend bij het grote publiek. Het is al vijf generaties lang eigendom van de familie Vaxelaire. In 1906 koopt François Vaxelaire het kasteel. Hij is de stichter van de supermarktketen "Au Bon Marché" die vervolgens zal uitbreiden met GB en Inno.

Sinds een tiental jaar houdt het kasteel van Bioul zich ook bezig met wijnteelt. Een project dat indertijd een beetje gek leek, maar waardoor het kasteel ondertussen bekend is geworden. De 11 hectaren wijngaarden maken nu deel uit van het landschap van Bioul.

Wij nodigen u uit voor de rondleiding "Made in Bioul" waarop u kunt kennismaken met de geschiedenis van het kasteel en de familie, met de biologische teelt van het bedrijf, de klimaataanpak en de uitdagingen die daarmee gepaard gaan, maar ook met de wijnteelt en de wijnbereiding van de waardevolle flessen.

Daarna is het tijd voor een proeverij met een glaasje wijn en food pairing, een methode waarbij men zoekt welke ingrediënten goed samengaan met andere.

Vervolgens is het tijd om aan tafel te gaan voor een driegangenmenu bereid met lokale producten met de bijhorende wijnen van het domein.

In de namiddag hebt u even tijd voor uzelf om een wandelingetje te maken in het park van het kasteel of aankopen te doen in de boetiek.

WAAR?
Kasteel van Bioul

PRIJS
80 €

VERTREK
*8.15 uur voor
het gemeentehuis*



Zondag
28/03/2021
15.00 uur

Concert door de Filharmonie van Jette

WAAR?

Nog te bepalen

PRIJS

10 €

De Koninklijke Filharmonie van Jette werd opgericht in 1833 en viert dit jaar dus haar 188e verjaardag! En toch is het nog maar de tiende keer dat ze optreedt in Etterbeek.

De Filharmonie heeft voor ons vandaag een concert over het thema "Back to the Future" in petto, een Hollywoodfilm met veel speciale effecten waarin de helden door de tijd reizen.

Het is dan ook in het thema "Back to the Future" dat we dirigent Dominique Lecomte en zijn vijftig muzikanten aan het werk zullen horen.

Op het moment dat deze brochure naar de drukker vertrekt, is het nog te vroeg om een overzicht te geven van de nummers die het orkest zal hebben ingeoefend.

Maar we twijfelen niet aan de hoogstaande muzikale kwaliteit die onze oren zal bekoren, noch aan het applaus dat in de zaal zal weerklinken.

Music Maestro!

ÂGE TENDRE

La tournée des idoles!
NOUVEAU SPECTACLE LIVE

JEANE MANSON • LES FORBANS
PASCAL DANIEL • MICHÈLE TORR
MICHEL ORSO • CLAUDE BARZOTTI
HERBERT LEONARD
CHRISTIAN DELAGRANGE

Zaterdag

03/04/2021

Concert: "Âge tendre, la tournée des idoles"

Sinds 2006 brengt "Age Tendre" een heleboel stierzangers samen, van de jaren zestig tot de discojaren.

Als u een van onze vaste bezoekers bent, zult u vast en zeker vol verrukking terugdenken aan onze optredens in Duinkerke, in de Spiroudôme van Charleroi en daarna in volle zalen, waar de sfeer steevast explosief was, waar de fans zich naar het podium haastten om hun jeugdidool beter te kunnen zien, om foto's te nemen of om een handtekening te vragen.

Voor het seizoen 2020-2021 kunnen wij alvast de volgende zangers en groepen aankondigen: Jeane Manson ("Avant de nous dire adieu"), Les Forbans ("La fille du flipper"), Michel Orso ("Angélique"), Pascal Daniel ("Les neiges du Kilimandjaro"), Michèle Torr ("Emmène-moi danser ce soir"), Claude Barzotti ("Je pense à vous, Madame"), Christian Delagrange ("Reviens mon amour, reviens") en Herbert Léonard ("Pour le plaisir"), allen begeleid door een wonderbaarlijk orkest en uitstekende achtergrondzangers.

Uiteraard zingen de artiesten live!

Het belooft weer een sprankelende en ongeziene show te worden waarin over alles minutieus werd nagedacht om u enkele uitzonderlijke momenten van vreugde en geluk te bezorgen.

Zonder twijfel een afspraak die u niet mag missen!

WAAR?

*Wex de Marche-
en-Famenne*

PRIJS

45 €

VERTREK

*12.30 uur voor
het gemeentehuis*



Woensdag
21/04/2021

Op ontdekking in een van de mooiste dorpjes van Wallonië

WAAR?

Celles

PRIJS

45 €

VERTREK

*8.30 uur voor
het gemeentehuis*

Wij hebben voor u een bezoek aan het kasteel van Celles in petto, dat beter bekend is als het "Château de Vêves". Het kasteel is geklasseerd als een uitzonderlijk monument en wordt beschouwd als een van de meest opmerkelijke voorbeelden van de militaire architectuur uit de vijftiende eeuw.

Vêves is trots op zijn ideale proporties en werd gesticht door Pépin de Herstal in de zevende eeuw. Het is een prachtig voorbeeld van een burcht. Wanneer we in de symmetrische torens en langs de borstwering lopen, zouden we nog steeds het gerammel van de harnassen van de wachters kunnen horen.

De burcht werd grondig gerestaureerd in 1969, maar de middeleeuwse periode is nog steeds sterk aanwezig binnen de muren met onder andere de weelderige wapenkamer en de grote keuken.

Vervolgens genieten we van een heerlijke maaltijd in een restaurant in Celles.

Tijdens de namiddag brengen we een bezoek aan de Romaanse kerk, een meesterwerk van de Romaanse kunst en belangrijk erfgoed in Wallonië. Daarna maken we een korte wandeling door het dorp met zijn prachtige bomen en bloemen en zijn stenen gebouwen, die een zekere charme uitstralen.

BRUNO SOLO MÉLANIE PAGE JULIEN BOISSELIER



DIXANS APRÈS

Zondag
25/04/2021

Theater: "Dix ans après" + buffet

Met Bruno Solo, Mélanie Page en Julien Boisselier.

Is het een goed idee om zijn beste vriend voor te stellen aan de vrouw van wie men houdt? Is het nodig om elke zaterdagavond te dineren met Bernard en Nicole? Houden arme mensen langer van elkaar dan rijke mensen? Kan men zijn opvolger kiezen wanneer men zijn vrouw verlaat? Is een schrijver altijd grappiger dan een verzekeringsagent? Maakt men beter voor of na het dessert een einde aan de relatie? Op al die vragen geven Mélanie Page, Bruno Solo en Julien Boisselier een antwoord in deze afsluiter van het Parijse seizoen.

Het is een grappig en sensationeel stuk, meer vragen we niet!

Maar voordat we deze bijzondere opvoering bijwonen die ons helpt om even te ontsnappen, onszelf in vraag te stellen en aan onszelf te werken, kunnen we ons tegoed doen aan een buffet of een maaltijd geserveerd in het cultureel centrum zelf.

WAAR?
Cultureel centrum
van Oudergem

PRIJS
50 €

VERTREK
12.00 uur voor
het gemeentehuis



Datum:
*eind april/
begin mei*

Bezoek aan de Koninklijke Serres en de begraafplaats van Laken

WAAR?

Laken

PRIJS

45 €

VERTREK

*9.00 uur voor
het gemeentehuis*

Elk jaar in het voorjaar stellen de Koninklijke Serres van Laken gedurende drie weken hun deuren open voor het publiek. Maar vooraleer we deze unieke gelegenheid aangrijpen om de meesterlijke architectuur van Alphonse Balat (die al zijn kennis overdroeg aan Victor Horta!) te ontdekken en de uitzonderlijke collectie planten en bloemen te bewonderen, neemt een erkende gids van "Laken-Découverte" ons mee om het Kasteel van Laken van wat dichterbij te bekijken. Hij geeft ons wat meer uitleg over de geschiedenis, de architectuur en de opeenvolgende uitbreidingen van het kasteel en vertelt ons ook enkele anekdotes.

Rond het middaguur wacht ons een typisch Brusselse maaltijd in restaurant "Le Royal".

Zodra we onze kop koffie of thee hebben verteerd, staan andere gidsen ons op te wachten bij de ingang van de begraafplaats van Laken, die vaak "het Père-Lachaise van Brussel" wordt genoemd omdat er net zoals op de beroemde begraafplaats in Parijs heel wat bekende personen liggen begraven zoals La Malibran, Emile Bockstael, Marie Pleyel, de familie Delhaize, Joseph Poelaert en nog veel anderen. Uiteraard mogen we ook de extravagante stenen en verrassende monumenten en standbeelden niet vergeten zoals "De Denker" van Rodin.

We zouden kunnen zeggen dat het grote stenen boek van de Belgische geschiedenis zich voor ons opent tijdens enkele onverwachte ontmoetingen.



Woensdag
05/05/2021

Ontspanning en lekkernijen

Ontdek de geschiedenis van de abdij van Saint-Gérard de Brogne van 919 tot nu, bezoek de gewelfde zalen en bewonder de prachtige crypte uit de dertiende eeuw. De abdij van Saint-Gérard de Brogne blijft een imposant en ontroerend gebouw.

In het hartje van de abdij biedt de pelgrimszaal plaats aan een microbrouwerij waar het eerste brouwsel gemaakt werd op 26 juni 2014. Het volledige brouwproces wordt er uitgelegd aan de hand van didactische panelen. De bieren die gebrouwen worden in de abdij van Brogne zijn vandaag de enige biologische abdijbieren van ons land. Na het bezoek volgt een proeverij.

Bovendien bereidt het restaurant van de abdij een uitstekende maaltijd voor ons.

We zetten onze dag verder in het gezelschap van een koppel dat gepassioneerd is door eenden. Zij laten ons zien hoe eendenkuikens worden gekweekt en evolueren tot een afgewerkt product. Uiteraard proeven we ook enkele producten zoals pastei, ganzenleverpasta en een glas likeurwijn. Een leuke manier om onze dag af te sluiten.

WAAR?
Namen

PRIJS
40 €

VERTREK
8.30 uur voor
het gemeentehuis



Vrijdag
07/05/2021

Rondleiding in het Jean-Félix Haphuis en de tuin en historische wandeling door Laag-Etterbeek

WAAR?

Etterbeek

PRIJS

6 €

VERTREK

*13.30 uur voor
de ingang van de Tuin
(kant Louis
Hapstraat)*

De namiddag begint met een bezoek aan het Haphuis, een historische plek en een architecturale parel. Het Haphuis wordt momenteel gerenoveerd in het kader van het Duurzaam Wijkcontract, maar het zet uitzonderlijk zijn deuren voor u open. De gelegenheid om het opmerkelijke decor te ontdekken, zowel in het kantoor van de notaris als in zijn privévertrekken.

Vervolgens brengen we een bezoek aan het Happark. Het park is een van de laatste overblijfselen van wat ooit de groene vallei van de Maalbeek was.

Wanneer we de Félix Hapthuin verlaten, belanden we al snel bij het "Maison de l'Etang" uit 1737, het op één na oudste gebouw van Etterbeek na "La Baronie" (1680).

Vervolgens brengt het parcours ons langs enkele memorabele plaatsen uit de geschiedenis van Etterbeek. Bij elke stopplaats op onze wandeling geeft onze gids-historicus een woordje uitleg en deelt hij interessante kennis met ons.



Woensdag

12/05/2021

14.30 uur

ALT – Workshop over de smartphone (gevorderden)

Tijdens deze activiteiten leren de senioren werken met verschillende applicaties om in contact te kunnen blijven met hun omgeving of om zich te ontspannen. De activiteit gaat van start met een algemene voorstelling van de applicaties. Vervolgens worden de deelnemers in groepjes verdeeld. WhatsApp, Skype, Papoti, Messenger, Facebook... ze zullen geen geheimen meer voor u hebben!

WAAR?

Nog te bepalen

PRIJS

20 €



Donderdag
20/05/2021

Op ontdekking in een kuststad

WAAR?

Nieuwpoort

PRIJS

60 €

VERTREK

*8.00 uur voor
het gemeentehuis*

Haal samen met ons een frisse neus in Nieuwpoort.

We beginnen de dag met een bezoek aan de havengeul. Beleef het vissersleven van vroeger en nu. Via de Vismijn, het Kattesas en de wandelpromenade stappen we langs de oudste jachthaven en het unieke natuurreservaat "De IJzermonding" met zijn schorren en slikken.

We vervolgen onze dag met een rijkelijke maaltijd in restaurant Sandeshoved.

Afsluiten doen we met een bezoek aan de Ganzepoot, die een cruciale rol heeft gespeeld tijdens de Eerste Wereldoorlog. In oktober 1914 werden de sluisen opengezet waardoor de IJzervlakte overstroomde en de Duitse troepen niet verder konden oprukken. Dankzij de sluisen bleef de IJzervlakte gedurende de hele oorlog onder water staan.

Rond 17.00 uur is het tijd om de kust achter ons te laten en terug te keren naar Etterbeek.



Donderdag
27/05/2021

Ontspanning en adrenaline

Op het vliegveld van Grimbergen maken we kennis met de Cessna, de Beechcraft, de Cherokee en de Piper, kleine vliegtuigen die slechts 1 (tweezitter), 3 of 9 passagiers in de lucht kunnen vervoeren voor een pleziervlucht of voor zaken.

We worden verwelkomd door een imposante Fouga Magister, die al lang geleden door de (Franse) luchtmacht werd afgeschreven, voordat we genieten van een heerlijk ontbijt in de cafetaria.

Wie wilt krijgt de kans om aan boord te gaan van een van de twee vliegtuigjes die ons mee naar boven nemen om ons te laten genieten van het verbluffende uitzicht over Brussel.

Tijdens de middag wordt er in de cafetaria een menu inclusief dranken voor ons geserveerd.

WAAR?
Grimbergen

PRIJS
50 € (zonder vlucht)
90 € (met vlucht)

VERTREK
*8.00 uur voor het
gemeentehuis*



Donderdag
10/06/2021

Minicruise op het kanaal van Charleroi

WAAR?

*Kanaal
Brussel-Charleroi*

PRIJS

60 €

VERTREK

*8.00 uur voor
het gemeentehuis*

Om de scheepvaart tussen Brussel en de hoogvlakten van Henegouwen mogelijk te maken, moesten er een aantal impressionante bouwwerken worden opgetrokken, zoals de scheepslift in Strépy-Thieu en het hellend vlak van Ronquières. Tijdens deze cruise kunt u deze twee uitzonderlijke bouwwerken bewonderen.

De tocht begint op het kanaal Charleroi-Brussel met de doorvaart van de sluisen van Ittre en Lembeek.

Vervolgens steken we het beroemde hellend vlak van Ronquières over (67 meter).

We vervolgen onze route op het nieuwe Canal du Centre, waar u opmerkelijke landschappen zult zien tussen natuur en industriële woestenijen die getuige zijn van een welverandert verleden.

We maken een korte stop bij Houdeng-Goegnies waar een wandeling is gepland naar de hydraulische lift nummer 1 op het historische Canal du Centre (Unesco-erfgoed).

Deze cruise eindigt aan de voet van van de indrukwekkende scheepslift van Strépy-Thieu waarmee de boot meteen een hoogteverschil van 73 meter kan overbruggen.

Maar dat is nog niet alles want tijdens deze cruise wordt er ook een ontbijt aan boord geserveerd en een koude schotel met dessert op het middaguur.



Rondleiding in Brugge

Donderdag
17/06/2021

Vrijdag
18/06/2021
Optioneel

Wanneer was de laatste keer dat u in Brugge was? Het is de gelegenheid om uw achterstand in te halen want wij geven u de kans om het Venetië van het Noorden te ontdekken in het gezelschap van een gids.

We vertrekken aan het station en komen onmiddellijk aan bij een oude stadsmuur met zijn Poertoren die dateert uit de tijd dat de wachters de ingang van de zeehaven in het oog hielden, het huidige Zwin.

Vervolgens ontdekken we de wereldberoemde schoonheden van de stad het zoals Minnewater, het oude Sint-Janziekenhuis dat nu het Memlingmuseum is geworden, de gotische Onze-Lieve-Vrouwkerk en haar impressionante toren.

We sluiten onze wandeling af in het Frietmuseum, dat is gevestigd in twee prachtige gebouwen, waar we uiteraard kunnen proeven van een lekker pakje Belgische frietjes.

In de namiddag kunt u zelf op ontdekking gaan in de binnenstad van Brugge "die Schone" of kunt u een tochtje maken in een van de vele bootjes op de Brugse reien.

WAAR?
Brugge

PRIJS
20 €

VERTREK
*8.30 uur voor
het gemeentehuis*



Dinsdag
29/06/2021

Zomerplezier

WAAR?

Dinant

PRIJS

50 €

VERTREK

*8.30 uur voor
het gemeentehuis*

Breng samen met ons een bezoek aan het ijssalon “Les Lutins”, dat in 1997 werd opgericht en nog steeds op artisanale wijze ijs bereidt. De heer des huizes laat ons zien hoe de ijsjes met melk van bij de boer, de sorbets en de parfais glacés worden gemaakt en legt uit hoe belangrijk het is om kwaliteitsvolle producten te gebruiken. Het assortiment bestaat uit meer dan 100 smaken en het vanille-ijs werd genomineerd voor de Coq au Cristal. Uiteraard zullen we ook een bolletje proeven.

We zetten onze dag verder aan boord van de boot van “Dinant Evasion” waarop we kunnen genieten van een lekkere barbecue.

In de namiddag genieten we vanop de rivier van een prachtig uitzicht en bewonderen we het centrum van Dinant, de Bayardrots, het impressionante Viaduc Charlemagne, het Île d'Amour, de Saint-Jeanbrug en de monding van de Lesse.



Woensdag
08/09/2021

Reis van de gemeente – Zoo van Antwerpen

We brengen een bezoek aan het oudste dierenpark van België: de Zoo van Antwerpen. Daarnaast is de Zoo ook de best bewaarde 19de-eeuwse landschapstuin in Franse stijl. Ontdek de historische aravolière met een dertigtal opvallende inwoners. Kuier tussen de gorilla's en chimpansees in de nieuwe Mensapenvallei en geniet van de nieuwe generatie. Wandel door de Buffelsavanne waar buffels en (roof)vogels vreedzaam samenleven. Beleef verderop hoe giraffen en zebra's galopperen in het zand. En vergeet de koala's, het rifaquarium en de Vlindertuin niet!

In de voormiddag hebt u de keuze uit twee rondleidingen: ofwel "de Zoo van A tot Z" waarin u meer te weten komt over de deuren, het kweekprogramma en het wetenschappelijk onderzoek, ofwel de rondleiding over het erfgoed waarin u meegenomen wordt naar het rijke verleden van de zoo.

Na een leerrijke voormiddag komen we terug op kracht in de weelderige Marble Hall vlak naast de zoo waar een heerlijk business lunch buffet voor ons klaarstaat.

Tijdens de namiddag bent u vrij om de zoo te ontdekken en de vele dieren te bewonderen in deze groene oase van rust.

WAAR?
Antwerpen

PRIJS
25 €

VERTREK
Nog te bevestigen



Woensdag
22/09/2021

Op ontdekking door de galerijen en doorgangen van het stadscentrum

WAAR?

Brussel-Stad

PRIJS

45 €

VERTREK

*9.45 uur op
het Brouckèreplein,
naast hotel Métropole*

Onze gids staat ons op te wachten naast hotel Métropole op het Brouckèreplein, bij de ingang van de Noorddoorgang. Hij zal ons vertellen dat het idee om in Brussel overdekte galerijen te creëren afkomstig is van Leopold I, die er in Parijs verschillende had bewonderd.

Het idee is ontstaan omdat het ook bij regenweer mogelijk moest zijn om te lopen, te pronken en te winkelen zonder nat te worden in overdekte straten die worden beschermd en verlicht dankzij glazen overkappingen.

Uiteraard brengt onze wandeling ons ook langs de Koninklijke Sint-Hubertusgalerij, de Koninginnegalerij, de Koningsgalerij en de Prinsengalerij.

Na het aperitief in de champagnotheek worden we verwacht in taverne-restaurant Mokafé voor een typisch Brussels menu.

Daarna gaat de ontdekkingstocht verder op het ritme van de stemming en de anekdotes van onze gids. Hij zal enkelen van ons zelfs vragen stellen aangezien hij ervan uitgaat dat ze misschien nog andere Brusselse galerijen hebben gekend, die intussen verdwenen zijn. Kortom, het wordt weer een drukke dag voor de senioren van Etterbeek!



Woensdag

29/09/2021

14.30 uur

Lezing:
**"La grande cavalcade
des années 60,
en Belgique et ailleurs"**

Iedereen heeft altijd de neiging om te zeggen: "Vroeger was het beter". Maar wanneer is dat dan, "vroeger"? Meestal verwijzen mensen dan naar de jaren 60, de "Golden Sixties" zoals men ze wel eens noemt.

Vervuiling, werkloosheid, overlast, aanslagen, het coronavirus, het weer dat niet helemaal klopt, het klimaat dat ontregeld is en nog veel meer negatieve dingen: we kunnen vandaag inderdaad zeggen dat de wereld "vroeger" beter draaide.

Onze hersenen maken daardoor een selectie en hebben beslist dat het leven "vroeger" rooskleuriger was. Het volstaat om onze albums van vroeger boven te halen en te kijken naar foto's van onze vakantie aan zee, in de Ardennen of aan de andere kant van de wereld en te besluiten dat het inderdaad beter was in de jaren 60.

Daarom keren we even terug naar de Sixties om terug te denken aan gelukkige, maar ook minder gelukkige gebeurtenissen die ons hebben getekend.

Uiteraard illustreert onze spreker van dienst zoals gebruikelijk zijn woorden met foto's en andere beelden uit die tijd.

WAAR?
Nog te bepalen

PRIJS
6 €

CINEMA

Dinsdag
05/10/2021

Bezoek aan bioscoop "Pathé Palace"

WAAR?

Brussel-Stad

PRIJS

30 €

VERTREK

*10.45 uur beneden
aan de Beurstrap*

Nostalgie! Alle Brusselse senioren herinneren zich nog hun jonge jaren toen er nog niet zoveel auto's door de straten reden en je voor 5 frank naar de film kon gaan.

Nostalgie! Op bijna elke hoek van de straat was er een bioscoop. In Etterbeek alleen al waren er zeven: Rio, Rixy, Albert Hall, Léopold Palace, Cinquantenaire, Eden en Saint-Michel.

Dankzij onze gespecialiseerde gidsen duiken we terug in het verleden en ontdekken we wat er geworden is van de allereerste bioscoop in Brussel "Pathé Palace", die werd gebouwd in 1913 en waar ook een variététheater en een café chantant waren gevestigd. Helaas! Door een gebrek aan publiek moest de bioscoop in 1973 de deuren sluiten voordat ze een serieuze renovatie onderging en in 2018 herleefde als een modern bioscopencomplex met meerdere zalen.

We sluiten onze rondleiding af rond etenstijd in het "Grand Café", een indrukwekkend hoekgebouw uit 1874 dat sommigen nog zullen hebben gekend als het "Café de la Bourse" of "Le Monico". Een klein stukje geschiedenis van Brussel om aan terug te denken!



Dinsdag

16/11/2021

14.30 uur

Lezing: **"Pourquoi la guerre 14-18 fascine encore le monde d'aujourd'hui?"**

Niemand is de vele herdenkingen vergeten die tussen 2014 en 2018 werden georganiseerd, om de Eerste Wereldoorlog van 14-18 overal ter wereld te herdenken.

Waarom is er zo'n groot verschil tussen 11 november 1918 en 8 mei 1945? Waarom is 11 november nog steeds een wettelijke feestdag terwijl 8 mei dat niet (meer) is? Waarom hechten de overheden niet evenveel belang aan beide gebeurtenissen?

Nochtans ligt 1945 voor veel mensen vandaag nog niet zo ver achter zich dan 1918 en veel mensen – oud-strijders, verzetsstrijders of gewone mensen van een zekere leeftijd – herinneren het zich nog.

Onze spreker geeft een gedetailleerde uitleg over het hoe en het waarom van die vraag, die veel historici, schrijvers, romanschrijvers, tekenaars en filmmakers nog steeds bezighoudt.

WAAR?

Nog te bepalen

PRIJS

6 €



Woensdag

24/11/2021

14.30 uur

ALT – Computerinitiatie

WAAR?

Nog te bepalen

PRIJS

20 €

Tijdens deze activiteit maken de senioren kennis met de basis van een computer. De workshop start met een algemene inleiding. Vervolgens worden de deelnemers in groepjes verdeeld afhankelijk van wat ze willen leren.



Herfstuitstap

Zondag
28/11/2021

Wanneer we onze teksten naar de drukker sturen, kunnen we het programma voor deze dag jammer genoeg nog niet aankondigen.

Maar u hoeft zich geen zorgen te maken: wij hebben nog enkele maanden de tijd om contacten te leggen en voorstellen te verzamelen. Door de coronacrisis zijn veel inrichtingen gesloten of afwachtend of aarzelend om nu als iets vast te leggen voor over een jaar.

Het team van Contact Plus belooft echter dat het er alles aan zal doen om u een aangename dag te bezorgen.

We denken er zelfs over na om ons (jacht)geweer van schouder te wisselen en een volledig nieuwe formule uit te proberen. Na onze jarenlange jachtmaaltijd zou dat een kleine revolutie zijn.

Zodra de situatie en de omstandigheden weer wat normaler worden, houden wij u uiteraard op de hoogte.

Maar we houden onze belofte, dat is zeker!

WAAR?

Nog te bepalen

PRIJS

Nog te bepalen

VERTREK

Nog te bepalen



Zaterdag
11/12/2021

Expeditie door de tijd en langs kunst

WAAR?

*Duits-Belgische
grens*

PRIJS

40 €

VERTREK

*6.00 uur voor
het gemeentehuis*

Daar waar vroeger kleine en grote smokkelaars bang waren om door de douane te worden gepakt vinden we nu de "Ardenner Cultur Boulevard".

Vlak bij de Duits-Belgische grens kunnen wij u enkele prachtige tentoonstellingen aanbieden:

- ArsKrippana stelt kerststallen van over de hele wereld tentoon.
- ArsFigura neemt u mee naar de prachtige keizertijd met een unieke collectie poppen.
- De collectie miniatuurtreinen van ArsTecnica zal het hart van treinbouwers ongetwijfeld sneller doen slaan.
- ...

Op het programma:

- Ontbijt
- Vrij bezoek
- Bezoek met een gids
- Ardens menu

We bezoeken plaatsen die verrassend, fascinerend, leerrijk, vol herinneringen, nostalgisch en vol emoties zijn, soms verrassend, soms rustgevend.



Vrijdag
17/12/2021

Kerstmarkt en shopping in Oostende

Deze winter trekken we naar Oostende! Terwijl de temperatuur schommelt rond het vriespunt strijkt de magie van Kerstmis neer over de Belgische kuststad. Een feeëriekke stemming waar we niet vaak genoeg aan denken.

In Oostende is er dubbel winterplezier met twee kerstmarkten. In het Leopoldpark vinden we "Winter in het Park" met een vijftigtal chalets en een ijsbaan over de vijver. Het Vissersplein wordt op zijn beurt omgetoverd tot een kerstdorp met meer dan 150 kerstbomen en tal van huisjes. Cadeau-ideeën, warme wafels, kazen, oesters, glühwein... alle ingrediënten zijn aanwezig om er een leuke namiddag van te maken!

WAAR?
Oostende

PRIJS
5 €

VERTREK
Nog te bevestigen



**Nog te
bevestigen**

Lente- en kerstbuffet

WAAR?

Nog te bepalen

Zoals elk jaar mogen ook de traditionele buffetten niet ontbreken. Om logistieke redenen kunnen we jammer genoeg nog geen exacte datum meegeven.

Maar dat betekent niet dat u zich nog niet kunt inschrijven! Op het programma: een heerlijk tussendoortje en uiteraard ook muziek. U betaalt een bijdrage van 10 euro per persoon.



Turnlessen

**Maandag of
Woensdag**

**van 10.00
tot 11.00 uur**
*(behalve tijdens
de schoolvakanties)*

WAAR?

*Sportcentrum,
Veldstraat 71*

PRIJS

70 €

De lessen worden gegeven door een kinesitherapeut en werden speciaal ontwikkeld voor senioren. Opwarmen doen we met cardio-oefeningen die afgewisseld worden met oefeningen om even op adem te komen en stretching. We werken ook aan onze ademhaling, rug en lenigheid. Uiteraard mogen aangepaste buikspieroefeningen niet ontbreken. Die worden op een rustig tempo uitgevoerd waarbij we steeds op onze ademhaling letten. Regelmatig zijn er ook relaxatieoefeningen waarin technieken uit de yoga en de tai chi geïntegreerd worden. Alle lessen worden afgestemd op de gemiddelde leeftijd van de deelnemers.



Donderdag
*van 17.30
tot 18.30 uur
(behalve tijdens
de schoolvakanties)*

Danslessen en fitness

WAAR?

*Sportcentrum,
Veldstraat 71*

PRIJS

70 €

Deze dansles werd speciaal ontwikkeld voor senioren zodat u zich kunt vermaken met uw geliefde bewegingen, maar dan minder intensief dan voordien. Dankzij de choreografieën kunt u werken aan uw evenwicht en uw coördinatie en blijft u in beweging. Wij bieden een groepsles aan waarin u op een leuke manier in conditie kunt blijven of uw conditie zelfs kunt verbeteren. De bedoeling van de lessen is dat u een leuke tijd beleeft en tegelijkertijd werkt aan uw gezondheid.

BESCHERMING VAN DE PERSOONSgegevens

De dienst Contact Plus van de gemeente Etterbeek verwerkt uw persoonlijke gegevens om u in te schrijven voor de verschillende activiteiten en u de nodige informatie over die activiteiten te bezorgen.

Uw gegevens worden niet doorgegeven aan derden en worden op het einde van het programmajaar verwijderd.

Wij hechten groot belang aan het respecteren van uw privacy en aan de bescherming van uw persoonlijke gegevens. Wij gaan op een transparante manier te werk in overeenstemming met de algemene verordening betreffende de gegevensbescherming (EU) 2016/679 (hierna de "AVG" genoemd).

Het gemeentebestuur van Etterbeek verwerkt uw persoonlijke gegevens om u uit te nodigen voor activiteiten die de gemeente organiseert voor senioren uit de gemeente. De gegevens die daarvoor gebruikt worden zijn uw naam, uw adres en uw leeftijd. De wettelijke basis voor de verwerking is de uitvoering van een opdracht van openbaar belang (zie artikel 6.1 e van de AVG).

Uw gegevens worden bewaard zolang u ingeschreven bent in het bevolkingsregister, het vreemdelingenregister of het register van de burgerlijke stand van de gemeente Etterbeek. Enkel gemachtigde personen van het gemeentebestuur van Etterbeek en onderaannemers kunnen toegang krijgen tot uw gegevens en dat enkel in het kader van hun opdrachten.

In overeenstemming met de bepalingen uit de AVG kunt u op elk moment vragen om deze brochure niet meer te ontvangen en kunt u uw recht op toegang, verbetering en verwijdering van uw gegevens uitoefenen door een e-mail te sturen naar senior@etterbeek.be of per brief naar het gemeentebestuur van Etterbeek – dienst Contact Plus, Veldstraat 65.

INSCHRIJVINGSVOORWAARDEN VOOR DE ACTIVITEITEN

OPGELET! De uren van de activiteiten worden ter info vermeld. De definitieve uren worden meegedeeld in de bevestigingsbrief die u krijgt nadat wij uw betaling hebben ontvangen.

Hoe gaat u te werk?

1. Stuur het ingevulde inschrijvingsformulier zo snel mogelijk terug.
2. Betaal de activiteit op het juiste moment.

Om ervoor te zorgen dat uw inschrijving in orde, moeten wij eerst uw inschrijvingsformulier ontvangen en dan pas uw betaling.

Om organisatorische redenen moeten de volgende activiteiten onmiddellijk en afzonderlijk betaald worden op het rekeningnummer BE47 910 1763 80 met de juiste mededeling: "Revue ", rondleiding in het gemeentehuis, de beautyworkshop, de lezing op 1 februari, het toneelstuk "Cuisine et dépendance" en de uitstap met Valentijn. Voor de andere activiteiten sturen wij u een brief om uw inschrijving te bevestigen. Pas daarna doet u de betaling op hetzelfde rekeningnummer met de juiste mededeling.

Opgelet! Het aantal plaatsen is beperkt dus wij raden u aan om niet te lang te wachten om u in te schrijven. Als u niet kunt deelnemen, wordt het inschrijvingsgeld enkel in uitzonderlijke omstandigheden terugbetaald of als u een medisch attest kunt voorleggen.

INSCHRIJVINGSFORMULIER

Volledig ingevuld en ondertekend terugsturen naar:

Gemeentebestuur van Etterbeek
Dienst Contact Plus (Isabelle PINON)

Veldstraat 65, 1040 Brussel

Tel.: 02 627 24 07

senior@etterbeek.be

Ik, ondergetekende,

NAAM + voornaam:

Volledig adres:

Telefoonnummer: 02/ GSM-nummer:

E-mailadres:

Aantal personen:

Ik verbind mij ertoe de bovenstaande praktische voorwaarden te respecteren en ik heb de vakjes aangekruist van de activiteiten waaraan ik wil deelnemen.

Datum:/...../.....

Handtekening:

TABEL MET DE ACTIVITEITEN

Gelieve de activiteiten aan te kruisen waar u wilt deelnemen en het aantal deelnemers voor elke activiteit te vermelden

<input type="checkbox"/> La revue des Galeries	<input type="checkbox"/> Rondleiding in het gemeentehuis	<input type="checkbox"/> Welzijnsworkshop "Tijd nemen voor uzelf"	<input type="checkbox"/> Lezing: "Le rôle primordial de la Belgique"	<input type="checkbox"/> Cuisine et Dépendances	<input type="checkbox"/> Vier Valentijn in De Panne
Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers
X	X	X	X	X	X
<input type="checkbox"/> Workshop smartphone (beginnersniveau)	<input type="checkbox"/> Lezing: "Sommes-nous plus libres aujourd'hui qu'avant mai 68 ?"	<input type="checkbox"/> Van druif tot wijnvia het kasteel...	<input type="checkbox"/> Filharmonisch concert	<input type="checkbox"/> Concert "Âge tendre, la tournée des idoles"	<input type="checkbox"/> Op ontdekking in een van de mooiste dorpjes van Wallonië
Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers
X	X	X	X	X	X
<input type="checkbox"/> Theater: "Dix ans après"	<input type="checkbox"/> Bezoek aan de Koninklijke Serres en de begraafplaats van Laken	<input type="checkbox"/> Ontspanning en lekkernijen	<input type="checkbox"/> Rondleiding in het Haphuis en de tuin	<input type="checkbox"/> Workshop smartphone (gevorderden)	<input type="checkbox"/> Ontdekking in een kuststad
Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers
X	X	X	X	X	X
<input type="checkbox"/> Ontspanning en adrenaline	<input type="checkbox"/> Minicruise op het kanaal van Charleroi	<input type="checkbox"/> Rondleiding in Brugge	<input type="checkbox"/> Zomerplezier	<input type="checkbox"/> Zoo van Antwerpen	<input type="checkbox"/> Op ontdekking door de galerijen en doorgangen van het stadscentrum
Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers
X	X	X	X	X	X
<input type="checkbox"/> Lezing: "La grande cavalcade des années 60, en Belgique et ailleurs"	<input type="checkbox"/> Bezoek aan bioscoop "Pathé Palace"	<input type="checkbox"/> Lezing: "Pourquoi la guerre 14-18 fascine encore le monde d'aujourd'hui ?"	<input type="checkbox"/> Computerinitiatie	<input type="checkbox"/> Herfststap	<input type="checkbox"/> Expeditie door de tijd en langs kunst
Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers
X	X	X	X	X	X
<input type="checkbox"/> Kerstmarkt en shopping in Oostende	<input type="checkbox"/> kerstbuffet	<input type="checkbox"/> Lentebuffet	<input type="checkbox"/> Turnlessen	<input type="checkbox"/> Danslessen en fitness	
Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	Deelnemers	
X	X	X	X	X	