

SENIORENWEEK DILBEEK 16 tot 25 OKTOBER 2026

VRIJDAG 16 OKTOBER 2026

Om 14.00 u. in theater Westrand – Kamerijklaan 46 –
1700 Dilbeek

OPENING SENIORENWEEK NA VERWELKOMING & TOESPRAAK "DE LASSIES MAKEN EEN COMEBACK"

Na hun optredens in het Fakkeltheater in mei en juni 2026 komen Jelle Cleymans (zang) met Sam Verhoeven (zang) en Steven Mintjens (zang, piano) in oktober naar Dilbeek.

In 2026 vieren "De Lassies" hun 10-jarig jubileum. Ze speelden de afgelopen jaren op cruises, in culturele centra, trokken naar Las Vegas (en kwamen snel weer terug) en hadden het allemaal wel gezien. Elke zichzelf respecterende artiest moet ooit toch een comeback maken! Dus maken De Lassies een comeback, ook al zijn ze eigenlijk nooit weggeweest. In hun nieuwshow focussen ze zich op het repertoire van de babyboomers (1946 tot 1964). Er is een pauze van ± 30 min.

Tickets: CC Westrand - Prijs: € 22

Rond 16.30 u. in feestzaal Westrand: Na de voorstelling, in de feestzaal kun je genieten van een hapje en drankje aangeboden door Seniorennet Dilbeek vzw.

Ook de standen van verschillende diensten zullen opnieuw klaarstaan om ons allerhande nuttige informatie aan te bieden.



Voor alle senioren van Dilbeek en in samenwerking met
Seniorenverenigingen, gemeentediensten en woonzorgcentra.



Een initiatief van
SENIORENNET DILBEEK
www.seniorennetdilbeek.be

ZATERDAG 17 OKTOBER 2026

Van 15.00 u. tot 16.05 u. in de Sint Egidiuskerk – Brusselstraat – 1702 Groot-Bijgaarden

PIANIST “MATTHIEU IDMTAL” BRENGT HOMMAGE AAN COMONIST “JOS MERTENS” UIT GROOT-BIJGAARDEN

Op 17 oktober, de geboortedag van Jos Mertens, brengt pianist Matthieu Idmtal een hommage in 'zijn' Sint-Egidiuskerk. Jos Mertens (1924-2019) was er jarenlang organist.

Tickets: CC Westrand – Prijs: € 17,50



Scheepdaal



MAANDAG 19 OKTOBER 2026

Om 13.50 u. – Parking - Markt van Scheepdaal (Samenkomst en vertrek)

Om 14.00 u. START WANDELINGEN

Dankzij de vele groene zones en rustige veldwegen is Scheepdaal een geliefde bestemming voor wandelaars en natuurliefhebbers. Je kan kiezen uit twee parcours:

- een **wandeling van ongeveer 5 km** naar Sint-Gertrudis-Pede, begeleid door de **Gepensioneerde Ambtenaren Dilbeek**;
- een **wandeling van ongeveer 7 km** richting Sint-Martens-Lennik, begeleid door Neos Dilbeek.

Onderweg genieten we van de rust, de natuur en het gezellige samenzijn. Welke wandeling u ook kiest, zorg voor stevige wandelschoenen.

Deelname is gratis – Dus laat je gaan!

Na de wandeling of vanaf 14.15 u. in **zaal Gildenhuis – E. Eylenboschstraat, 22 – 1703 Scheepdaal**

GEZELLIGE TAARTJESNAMIDDAG

Niet-wandelaars en wandelaars zijn van harte welkom in **het ontmoetingscentrum Gildenhuis**. Kom genieten van een taartje, koffie, thee of een frisse pint in een warme, gezellige sfeer en aan schappelijke prijzen. Vrijwilligers in samenwerking met **Seniorennet Dilbeek** zorgen voor de bediening.

We maken er samen een fijne namiddag van!



DINSDAG 20 OKTOBER 2026

Om 14.00 u. tot 16.00 u – Site Breugheldal –Itterbeeksebaan
208 – 1701 Itterbeek

INITIATIE PERCUSSIE

Locatie: DE LIVING

Samen muziek maken met verschillende grote en kleine percussie-instrumenten. In deze initiatie ontdek je ritme, klank en samenspel op een toegankelijke manier.

Je probeert uit, luistert naar elkaar en voelt hoe muziek ontstaat in groep. Voorkennis speelt geen rol. Goesting wel!

Deelname is gratis

Inschrijven kan: tot en met vrijdag 16 oktober 2026.

Info en inschrijving via mail op ldc@dilbeek.be of via telefoon op 02 451 43 70

Dilbeek
LDC In Kompanie



WOENSDAG 21 OKTOBER 2026

Om 14.00 u. in Parkresidentie Wivina – H. Placestraat 43 – 1702 Groot Bijgaarden

RUMMIKUB namiddag - Deuren open om 13u45

Je bent van harte uitgenodigd voor een namiddag vol spelplezier, tactisch inzicht en vooral veel gezelligheid. Of je nu een ervaren Rummikubspeler bent of het spel graag (opnieuw) wilt leren: iedereen is van harte welkom!

Gezellige speeltafels voor 2 tot 6 personen. Een korte opfrissing van de spelregels voor wie dat wenst. Een fijne ontmoeting met andere senioren uit de regio. Hoe aanmelden (om te zorgen dat we voldoende spelborden en stoelen klaarzetten): loop even langs bij de woonassistent, of bel naar 0472/02.24.54 of stuur een e-mail naar pascaline.hellebuyck@t4q.be.

Zelf een Rummikub-spel thuis? Breng gerust mee, zo hebben we zeker voldoende spelborden!

Prijs: 8€ toegang (inclusief een hapje en een drankje). Extra consumpties zijn betalend.

Inschrijving: kan tot 15 oktober 2026 door overschrijving van **€ 8.00** op rekening BE10 9531 2092 3704 – mededeling Rummikub WV + aantal personen, of ter plaatse vóór 15/10 cash betaling. Betaling geldt als inschrijving. Maximaal aantal inschrijvingen: 50 personen.

Wij zien er alvast naar uit om jullie te verwelkomen.

Parkeren kan gratis op de ruime parking ingang Hendrik Placestraat 43, links naast de poort oprijden.



DONDERDAG 22 OKTOBER 2026

Om 14:00 u. in Dil' arte – Kamerijklaan, 50 – 1700 Dilbeek

LEZING: ERIC DE MAERTELEIRE “Gezond eten, gezond ouder worden”

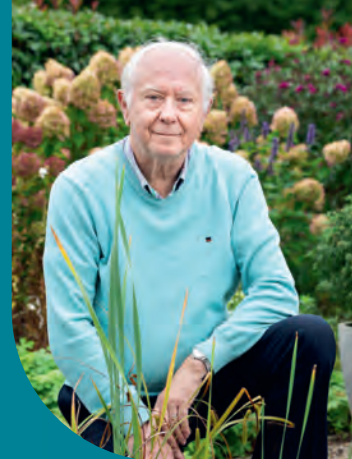
Eric De Maerteleire (*1950) is Bio-ingenieur en doctor in de Landbouwkundige en Toegepaste Biologische Wetenschappen. Hij was 30 jaar hoofd van het Stadslaboratorium Gent, verantwoordelijk voor chemisch en bacteriologisch onderzoek van voedingswaren. Hij is auteur van o.a. Gezond eten, gezond ouder worden, Fabels en feiten over voeding en gezondheid en Veroudering afremmen via voeding. We weten het: gezond eten is de basis van een lang leven zonder al te veel kwalen.

Maar misschien is het toch goed om eens te luisteren naar een voedingsdeskundige die het nog eens allemaal op een rijtje zet. Zijn centrale

betoog: we eten te veel bewerkt voedsel, te weinig natuurlijke producten, en dat ondermijnt onze gezondheid en ons immuunsysteem. Hij zal het hebben over hoe de juiste samenstelling van voeding verouderingsmechanismen beïnvloedt. En hij vertaalt zijn betoog naar praktische richtlijnen waarmee we op elke leeftijd aan de slag kunnen.

Neos Dilbeek nodigt uit - Iedereen is welkom - **Inkom gratis.**

Inschrijven vóór 18 oktober 2026 per mail: neosdilbeek@gmail.com of in dit programma op de website www.neosvzw.be/dilbeek via de **rode knop** “inschrijvingen”.



VRIJDAG 23 OKTOBER 2026

Van 17.00 u. tot 19.00 u. in Residentie Koning Albert I – Keperenbergstraat 36 – 1701 Dilbeek (Itterbeek)
is iedereen welkom op de

KAASAVOND

Assistentiewoningen en woonzorgcentrum Koning Albert I, **één grote familie**. Waar bewoners genegen zijn, bezoekers tevreden en medewerkers gedreven zijn. Binnen het woonzorgcentrum en de assistentie-woningen in Koning Albert I streven wij naar puur genot met een hart voor senioren. Op culinaire wijze verwennen wij graag alle senioren in het kasteel.

Vooraf inschrijven is noodzakelijk en kan t.e.m.

12 OKTOBER 2026 aan het onthaal van Residentie Koning Albert I Keperenbergstraat 36, Itterbeek
of via email: joke.vandereeckt@armonea.be

Prijs: € 28/persoon (kaasschotel)
€ 25/persoon (vleeschotel)

Dranken zijn apart te betalen. Betalen kan cash of met payconiq.
Voor meer info kun je bellen op het nummer 02 569 04 47.

ZATERDAG 24 OKTOBER 2026

Om 14.30 u. – In Breugheldal – Itterbeeksebaan 208 – 1701 Itterbeek

MUZIEK door “DE KONINKLIJKE FANFARE SINT PIETER”

Woonzorgcentrum Breugheldal nodigt de **Koninklijke fanfare van Sint Anna Pede** uit.

Deze fanfare vierde dit jaar haar 140-jarig bestaan met een jubileumconcert en dit op 28/06/2026. Vroeger wandelde de fanfare bij elke dorpsfeest, bij elke kermis of andere gelegenheid statig door de straten in hun gladgestreken uniform en geflankeerd door de vlaggendrager. Pure nostalgie die we opnieuw willen herbeleven.

Kom samen met onze bewoners genieten van deze oude traditie. Onder de deskundige leiding van dirigent Erik Durochez luisteren we naar hun muzikaal repertoire.

Gratis - Iedereen is welkom.



ZONDAG 25 OKTOBER 2026

Om 12 u. in Residentie Maria Assumpta –
Henri Moeremanslaan 8 – 1700 Dilbeek

SLOTDINER SENIORENWEEK

Om onze seniorenweek gezellig af te sluiten kan men inschrijven voor het slotdiner. Waters en aangepaste wijnen zijn inbegrepen in de prijs.

We starten om 12u met apéro hapjes, Cava en fruitsap.

Voorgerecht met o.a. gerookte zalm met zijn garnituur, boerenpaté, perzik tonijn, aspergerolletjes met ham, kippenboutjes, aangevuld met salades etc...

Hoofdschotel: Everzwijnragout met appel en veenbessen en kroketjes of vispannetje met puree.

Dessert: Bresiliennetaart.

We sluiten af met een kopje koffie.

Inschrijving:

Ten laatste op 16 oktober 2026 door overschrijving van **€ 60.00** op rekening BE30 0689 5309 1311 van Seniorennet Dilbeek vzw.

Vergeet niet de hoofdschotel te vermelden bij betaling die geldt als inschrijving.



**We hopen jullie talrijk
te mogen verwelkomen!**



**Zaterdagavond OMSCHAKELING
VAN ZOMERUUR NAAR WINTERUUR**

SENIORENNET DILBEEK vzw

wil je ook graag langs deze weg even informeren over onze

NIUWSBRIEF

Op 25 OKTOBER 2020 zag onze **1ste nieuwsbrief** het levenslicht.

Deze nieuwsbrief is gestart met als doel "tegenmoet te komen aan het gebrek aan communicatie en informatie dat wij als leden van de toenmalige seniorenraad ondervonden".

Ondertussen zijn er tussen de meer dan 12.467 Dilbekenaren ouder dan 60 ook heel wat senioren die uitkijken naar groot en klein nieuws over hun gemeente, over hun vereniging, over van alles en nog wat. Daaraan wilden we tegemoetkomen met deze nieuwsbrief, waarvan het 73ste exemplaar verscheen eind augustus 2026. Alle 73 nummers staan op onze website www.seniorennetdilbeek.be en zijn nog steeds te consulteren.

Interesse in deze nieuwsbrief?

Stuur dan je mailadres of mailadressen van geïnteresseerden door naar: seniorennetdilbeek@telenet.be.

Ook suggesties i.v.m. deze nieuwsbrief kun je op dit adres kwijt.

We hopen nog een ruimer e-mailbestand te kunnen opbouwen zodat we al de senioren kunnen bereiken die uitkijken naar informatie en naar meer klein en groot nieuws dat hen aanbelangt.

Ondertussen publiceren we hierin ook een kalender waarin activiteiten van de seniorenverenigingen en de woonzorgcentra worden bekend gemaakt. Ook werden de leden van de algemene vergadering die een vereniging vertegenwoordigen uitgenodigd om deze nieuwsbrief door te sturen naar hun leden, zodat die leden zich dan zelf kunnen inschrijven voor deze nieuwsbrief. Ter info: al deze mailadressen zullen uitsluitend worden gebruikt voor het versturen van de nieuwsbrief.



www.seniorennetdilbeek.be