

DINSDAG 14 SEPTEMBER 2010 9.45 tot 16.30 u

VERWENDAG voor Bierbeekse 60-plussers

Een snoepdag voor 60-plussers die zin hebben in ontmoeting, ontspanning, creativiteit en beweging. De voormiddag zit boordevol activiteiten zoals lijndans, fietsen, wandelen, Tai Chi, wipschieten, aftasten van internetmogelijkheden, een trektocht met de paardenkoetsen, genieten van een heerlijke relaxatie, een gesprek over 'Congo 50 jaar onafhankelijk' of gewoon wat bijkletsen onder mekaar. Een infostandje van OKRA, NEOS en de Welzijnsraad geeft je informatie over de geplande activiteiten voor het jaar 2010 – 2011.

's Middags is er een lunch voorzien met lekkere broodjes in de borrecafé.

Na de middag gaan we de muzikale toer op en zingen we samen uit volle borst de liedjes uit de tijd van toen. Vlaanderen zingt ... en iedereen doet mee (van de meest valse tonen tot de zuiverste noten, alles kan).

9.45 u	ACTIVITEITEN	10.20 u	12.20 u	14 u	16.30 u	
ONTHAAL	wandeling	hele voormiddag			MIDDAGPAUZE	EINDE
	korte fietstocht	hele voormiddag				
	lange fietstocht	hele voormiddag				
	Congo, 50 jaar onafhankelijk	hele voormiddag				
		10.20 u	11.20 u			
	rit met paardenkoetsen	sessie 1	sessie 2			
	relaxatie (lokaal 4)	sessie 1	sessie 2			
	internet-introductie (lokaal 3)	sessie 1	sessie 2			
		10.20 u	11.00 u	11.40 u		
	lijndans (danszaal)	sessie 1	Sessie 2	sessie 3		
	Tai Chi (sporthal)	sessie 1	Sessie 2	sessie 3		
	wipschieten (buiten)	sessie 1	Sessie 2	sessie 3		

- Activiteiten:
- . de sessies lijndans, Tai Chi en wipschieten duren 30 minuten en worden drie maal aangeboden tussen elke sessie is er 10 minuten voorzien om je naar een andere locatie te begeven
 - . de sessies relaxatie, rit met paardenkoetsen en internet-introductie duren 1 uur en worden twee maal aangeboden
 - . de wandeling en de fietstocht duren ongeveer 1.30 u

Een samenwerking tussen de bib, sportdienst en cultuurcentrum de borre, SAR, OKRA en Neos afdeling Bierbeek, gemeente Bierbeek

Prijs voor de ganse dag: €5 (inclusief broodjesmaaltijd en Vlaanderen zingt)

DINSDAG 14 SEPTEMBER 2010 14 u zangnamiddag

VLAANDEREN ZINGT ... de liedjes uit de tijd van toen

Zingen is gezond, én zingen maakt een mens gelukkig!

Mensen houden van zingen maar hebben er weinig gelegenheid toe.

En daar doen we wat aan met een speciaal meezing programma boordevol toppers uit 'de tijd van toen'. Allemaal liedjes die iedereen kent en nog graag eens wil meezingen. Van *Que sera sera* en *Delilah* tot *De purperen hei* en *Eenzaam zonder jou*, *Tulpen uit Amsterdam* en – nog veel meer.

Het repertoire is heel breed met veel Nederlandstalige liedjes.

Zowel echte 'oude' liedjes als minder oude liedjes die een groot publiek aanspreken.

Het gaat van Will Tura en Marva tot Dean Martin, Edith Piaf, Tom Jones, enz....

Een afwisselend programma, een presentator die alles vlot aan elkaar praat en krantjes met alle liedjesteksten zorgen voor een namiddag boordevol onbezorgd zangplezier.

Prijs: € 5 (incl. liedjesteksten)



CULTUURCENTRUM DE BORRE

Speelpleinstraat 10 3360 Bierbeek
tel. 016 46 14 00 www.deborre.be



INSCHRIJVINGSFORMULIER

Breng dit formulier ten laatste 6 september 2010 ingevuld binnen. Je betaalt € 5,- aan het onthaal en je krijgt tegelijkertijd het bonnetje mee voor brood en koffie samen met je ticket voor de zangnamiddag 'Vlaanderen zingt ... de liedjes uit de tijd van toen'.

Naam en voornaam:

Adres:

Telefoonnummer:

e-mailadres:

Duid met een kruisje in onderstaande tabel aan voor welke activiteiten je wil inschrijven.

Sessie 1,2,3 en 4 (wandelen, fietstocht, Congo) kunnen niet met andere sessies gecombineerd worden.

Van sessie 5,6 en 7 kan je ofwel:

. twee sessies kiezen

. een van deze sessies "al of niet" combineren met 1 sessie uit de reeks 8,9 en 10

	ACTIVITEITEN	10.20 u		12.20 u	14 u	16.30 u	
1	wandeling			MIDDAGPAUZE	VLAANDEREN ZINGT... de liedjes uit de tijd van toen <i>zangnamiddag</i>	EINDE	
2	korte fietstocht						
3	lange fietstocht						
4	Congo, 50 jaar onafhankelijk						
		10.20 u	11.20 u				
5	rit met paardenkoetsen						
6	relaxatie (lokaal 4)						
7	internet-introductie (lokaal 3)						
		10.20 u	11.00 u				11.40 u
8	lijndans (danszaal)						
9	Tai Chi (sporthal)						
10	wipschieten (buiten)						