



PROGRAMMA S'ACADEMIE

JANUARI -
SEPTEMBER 2020

Ons ziekenfonds heeft, naast terugbetalingen en voordelen, ook een ruim vrijetijdsaanbod voor jou in petto! De vzw S'Academie organiseert tal van uitstappen, buitenlandse verblijven, vormingen en andere ontspannende en/of informatieve activiteiten voor 50-plussers!

KIES UIT ONZE VOLGENDE ACTIVITEITEN:

> Daguitstappen	23
> Themadagen	24
> Meerdaagse verblijven	24
> Kortbezoeken	25
> Themawandelingen	26
> Educatief	26
> Lessenreeksen	28
> Shownamiddagen	28
> Sportlessen	29
> S'Academie praktisch	30
> Inschrijvingsfiche	31

LIDMAATSCHAP

Het lidmaatschap bij S'Academie is verplicht! Het lidgeld voor de aansluiting bij de vzw S'Academie bedraagt 50 euro per jaar (september/juni).

JE MUTUALITEIT KOMT TUSSEN!

Leden van de Socialistische Mutualiteit Brabant krijgen een tussenkomst van 50 euro in het aan S'Academie betaalde lidgeld. Hierdoor is het lidmaatschap voor onze leden gratis!

Een aanvraag tot lidmaatschap gebeurt eenmalig. Heb je al een lidkaart met individueel toegekend nummer? Gelieve je dan niet meer opnieuw in te schrijven!

S'ACADEMIE VZW

Mussenstraat 17-19, 1000 Brussel
02 546 15 92 of 02 546 15 28 / fax: 02 546 14 54
sacademie.vzw@fsmb.be / www.fsmb.be

Breng ons een bezoekje: elke werkdag tussen 8.30 en 12 uur in Brussel (Zuidstraat 118) of na afspraak (016 20 88 69) op het secretariaat van S'Plus in Leuven (Mechelsestraat 70).

DAGUITSTAPPEN



EXPEDITIE SCHELDELAND

Weg van water? Dan zal deze uitstap naar Scheldeland jou zeker charmeren. In dit adembenemend decor, waar niet de klok maar het ritme van eb en vloed, veerboten en sluizen het tempo bepalen, duiken we het verleden in van de Familie d'Ursel. Eerst worden we hartelijk ontvangen in het Kasteel d'Ursel en in namiddag trekken we dan richting Scheldedijk voor een ander subliem architecturaal pareltje van de familie d'Ursel, het jachtpaviljoen De Notelaer.

Inbegrepen: onthaal met koffie en koek, gegidste rondleidingen en toegangen, streekdrankje en hapje, lunch, busvervoer en begeleiding

> 18 februari 2020 (busvervoer vanuit Brussel, Halle, Affligem, Vilvoorde en Zaventem)

> 20 februari 2020 (busvervoer vanuit Tielt-Winge, Rotselaar, Tienen en Leuven)

> € 51

DURBUY, IN HET SPOOR VAN HARE KRISHNA

In het bosrijke hartje van onze Belgische Ardennen, vlakbij Durbuy, ligt het sprookjesachtige kasteel van Petite Som-

me. Samen bezoeken we dit kasteel dat al meerdere jaren onderdak biedt aan de Indiase spirituele gemeenschap Radhadesh (Hare Krishna). Na de middag blijven we in Durbuy voor een wandeling doorheen het bijzondere Parc des Topiaires, een originele plantentuin waarin vooral (in vorm gesnoeide) buxus de hoofdrol speelt. Afsluiten doen we met nog wat vrije tijd in het centrum van 'het kleinste stadje van België'.

Inbegrepen: onthaal met koffie en koek, gegidste rondleidingen en toegangen, lunch, busvervoer en begeleiding

> 24 maart 2020 (busvervoer vanuit Brussel, Halle, Affligem, Vilvoorde en Zaventem)

> 26 maart 2020 (busvervoer vanuit Tielt-Winge, Rotselaar, Tienen en Leuven)

> € 51



STROOMTREINEN IN VIROINVAL

Met deze uitstap gaan we helemaal terug in de tijd en bezoeken we typische dorpen waar vroeger de hamerslagen klonken van de leien- en klompenmakers. Ons eerste bezoek brengt ons met het toeristisch wegtreintje naar de Fondry des Chiens. De namiddag beginnen we met een ander treinritje, ditmaal met de stoomtrein

van Mariembourg naar Treignes met een passage aan het Stoomtreinmuseum. Via een korte wandeling maken we nog even kennis met de charmes van het dorpje Viervesur-Viroin en sluiten we deze prachtige dag daar af met nog wat vrije tijd.

Inbegrepen: onthaal met koffie en koek, ganse dag gids, tickets treinen, toegang Spoorwegmuseum, lunch, busvervoer en begeleiding

> 28 april 2020 (busvervoer vanuit Brussel, Halle, Affligem, Vilvoorde en Zaventem)

> 30 april 2020 (busvervoer vanuit Tielt-Winge, Rotselaar, Tienen en Leuven)

> € 51



HET ZWIN EN KNOKKE-HEIST

Het Zwin is weer helemaal terug van nooit echt weggeveest. Dit prachtig grensoverschrijdend natuurgebied is nog steeds 'de internationale luchthaven voor vogels' maar het heeft er sinds de heropening een paar jaar geleden een paar extra troeven bij, zoals een huttenparcours en een interactieve tentoonstelling. Na de lunch ter plaatse rest er nog voldoende tijd om ook zelf nog wat van het domein te genieten. Als afsluiter houden

we daarna nog even halt in Knokke-Heist.

Inbegrepen: onthaal met koffie en koek, gids en toegang tot het Zwin, lunch, busvervoer en begeleiding.

> 19 mei 2020 (busvervoer vanuit Brussel, Halle, Affligem, Vilvoorde en Zaventem)

> 28 mei 2020 (busvervoer vanuit Tielt-Winge, Rotselaar, Tienen en Leuven)

> € 51

AFSLUITER IN DE WATERHOEK

We strijken ook dit jaar opnieuw neer in de Waterhoek om jullie te laten genieten van een smakelijke en uitgebreide BBQ. We lichten ook een tipje van de sluier op over ons nieuw aanbod voor het najaar. Wie zin heeft om daarna de beentjes te strekken, kan zich helemaal laten gaan op de vrolijke deuntjes van onze dj.

Inbegrepen: onthaal met glaasje bubbels, korte voorstelling activiteiten, uitgebreide BBQ begeleid door koud en warm buffet, busvervoer en begeleiding

> 25 juni 2020 (busvervoer vanuit alle opstapplaatsen – vertrek naargelang de inschrijvingen)

> € 53



GELDERLAND HERDENKT

Precies 75 jaar geleden lag Gelderland tijdens WOII in volle frontlinie. Wij gaan tijdens deze uitstap even terug naar die vreselijke periode waar Gelderland en Noord-Brabant op 17 september 1944 het strijdtoneel waren van Operatie Market Garden. Voor onze Battlefield Tour trekken we richting Arnhem waar we het verhaal achter 'de brug te ver' achterhalen. Bezoeken aan het Airborne Museum, de nieuwe ontvangstplek Airborne at the Bridge en de Airborne begraafplaats brengen ons tot diep in oorlogstijd en zullen samen met de pakkende verhalen en getuigenissen niemand onberoerd laten.

Inbegrepen: onthaal met koffie en koek, gidsen en toegang, lunch, busvervoer en begeleiding

- > 29 september 2020
(busvervoer vanuit Brussel, Halle, Affligem, Vilvoorde en Zaventem)
- > 24 september 2020
(busvervoer vanuit Tiel-Winge, Rotselaar, Tienen en Leuven)
- > € 51

27 SEPTEMBER 2020
OM 18 UUR

MUSICAL DAENS

Studio 100 presenteert een nieuwe, spectaculaire versie van de succesmusical Daens. Het leven en de boodschap van priester Daens zijn een inspiratiebron voor elke nieuwe generatie. De rijdende tribunes en decors geven een andere dimensie aan deze succesmusical waarbij er elke voorstelling meer dan 80 mensen op het podium zullen staan. Daarnaast beschikt deze musical over een sterrencast met onder andere Peter Van de Velde, Jan Schepens, Jo De Meyere, Free Souffriau, Jelle Cleymans, enzovoort. Een unieke ervaring die je zeker niet wilt missen!

- > Studio 100 Pop-Up Theater, Puurs
- > VOORDEELTARIEF: 53 euro ipv 59,95 euro cat.2 (busvervoer vanuit Halle, Affligem en Leuven mits toeslag van 10 euro)

THEMADAGEN

20 MAART 2020 OM 11.30 U.
KAAS-EN WIJNNAMIDDAG

Brusselse, Brugse, blauwe of met gaten ... soorten te over om jullie uitgebreid te verwennen.

Inbegrepen: uitgebreid kaasbuffet en 1/2 fles wijn per persoon

- > Zaal Sacco & Vanzetti, Zuidstraat 118, Brussel
- > € 17



10 APRIL 2020 OM 11.30 U.
PAASBRUNCH

We zetten voor deze paasbrunch onze tafels vol lekkernijen en nodigen jullie uit om gezellig aan te schuiven.

Inbegrepen: glaasje bubbles of fruitsap, uitgebreid buffet

- > Zaal Sacco & Vanzetti, Zuidstraat 118, Brussel
- > € 17

17 JULI 2020 OM 11.30 U.
NATIONALE FEESTDAG

Kom op de vooravond van onze Nationale Feestdag genieten van mosselen à volonté en sluit af met een heerlijke Brusselse wafel met slagroom.

Inbegrepen: mosselen met frietjes (of stoofvlees), Brusselse wafel

- > Zaal Sacco & Vanzetti, Zuidstraat 118, Brussel
- > € 20

MEERDAAGSE VERBLIJVEN



14-15 MAART 2020
WEEKEND RIJSEL

Vrij weekend in deze bruisende stad.

- > € 89 / supplement single: € 30

10-19 APRIL 2020

FAMILIEVERBLIJF IN MISANO

10-daags verblijf in familiaal hotel (nachtreis met bus) op 14 km van Rimini op basis van volpension met een aantal vrijblijvende uitstappen.

- > € 599 volw / € 420 3-15 jaar / € 150 - 3 jaar / supplement single: € 70

9-10 MEI 2020

WEEKEND MUNSTER

Vrij weekend in deze gezellige Duitse stad met mogelijkheid tot het huren van fietsen op zondag (niet verplicht).

- > € 135 / supplement single: € 40



24-26 MEI 2020

ÎLE DE FRANCE ... IN DE VOETSPoren VAN CLAUDE FRANÇOIS

We laten ons door niemand minder dan Claude François leiden in deze ontdekkings-tocht doorheen dit prachtig stukje Frankrijk. Met o.a. bezoeken aan pareltjes zoals Vaux-le-Vicomte, het Paleis van Fontainebleau en de molen van Dannemois, is dit een drie-daagse om van te smullen!

- > € 420 / supplement single: € 98

Dit is slechts een kleine greep uit ons aanbod. In onze NIEUWE vakantiebrochure 2020 vind je veel meer! Vraag ernaar via sacademie.vzw@fsmb.be of 02 546 15 92.

De aangeboden reizen worden georganiseerd door:

- > VTF België vzw: ondernemingsnummer 0460.969.536, vergunning categorie A 5336
- > CTT: ondernemingsnummer 0867.164.657, vergunning categorie A 6259
- > Travel Europe: registratienummer 1998/0079, vergunning categorie 12241/1a

KORTBEZOEKEN

7 FEBRUARI 2020 OM 14 U.
VAN EYCK 2020 – EXPO

Het Museum voor Schone Kunsten Gent pakt uit met een niet te missen krachttoer die de wereld van Van Eyck tastbaarder dan ooit maakt. Met de Expo 'Van Eyck. Een optische Revolutie' beleef je dan ook een unieke ervaring, want nooit eerder werden op één plaats zoveel werken van Van Eyck samengebracht!

- > [Museum voor Schone Kunsten, Citadelpark in Gent](#)
- > € 28 (toegang en gegidst bezoek)

13 MAART 2020 OM 14 U.

PAUL DELVAUX. DE MAN DIE VAN TREINEN HIELD. – EXPO

Paul Delvaux schilderde een meesterlijk oeuvre bijeen, met de wereld van de spoorwegen als zijn voornaamste inspiratiebron. Naar aanleiding van zijn 25-jarig overlijden nodigt Train World ons uit om een duik te nemen in zijn poëtisch en tegelijkertijd mysterieus universum. Deze expo biedt ons de unieke kans om naast topwerken zoals 'La gare forestière' en 'l'âge de fer' ook aquarellen, tekeningen, filmmateriaal en treinmaquettes die Paul Delvaux liet maken, te bewonderen.

- > [Train World \(station van Schaarbeek\)](#)
- > € 14 (toegang en gegidst bezoek)

17 APRIL 2020 OM 14 U.

KEITH HARING – EXPO

BOZAR brengt een grote retrospectieve met werk van de legendarische Amerikaanse kunstenaar Keith Haring. Met zijn direct herkenbare stijl speelde hij een erg belangrijke rol in de tegencultuur. Haring is vooral beroemd om zijn iconische motieven: blaffende honden, kruipende baby's en vliegende schotels. Hij wilde 'publieke kunst' maken, die hij verspreide via zijn Pop Shop, de media, de metro en de openbare stedelijke ruimte. Een krachtig

oeuvre dat nog steeds bijzonder actueel is.

- > [BOZAR Brussel](#)
- > € 21 (toegang en gegidst bezoek)

29 MEI 2020 OM 10.30 U.

TOETANCHAMON – EXPO

Deze buitengewone tentoonstelling vertelt het leven van Toetanchamon en gaat over zijn heerschappij, zijn dood als koning en de fascinatie over zijn bestaan. De bijzondere combinatie van talrijke archeologische objecten uit grote musea, of uit prestigieuze internationale privécollecties en het gereconstrueerde graf van Toetanchamon maken van deze tentoonstelling een unieke kans om de geschiedenis van de bekende archeoloog Carter en de passie van Koningin Elisabeth voor Egypte te (her) ontdekken.

- > [Station Luik Guillemins](#)
- > € 15 (toegang en gegidst bezoek)

11 JUNI 2020 OM 10 UUR

ACHTER DE SCHERMEN VAN BRUSSEL-CENTRAAL

Wegens GROOT succes nogmaals op het programma! Kom een kijkje nemen achter de schermen van het station Brussel-Centraal en ontdek plaatsen die je als gewone pendelaar nooit te zien krijgt zoals de Koninklijke Loge en de luchtkoker die langs

de sporen loopt. Een unieke ervaring!

- > [Lokettenzaal station Brussel-Centraal](#)
- > € 5 (gegidst bezoek)



25 SEPTEMBER 2020
OM 14 U.

BACK TO BRUEGEL

De Hallepoort spreekt, als uitzonderlijk bewaard deel van de middeleeuwse stadswalling van Brussel, tot de verbeelding. Vanaf 2019 wordt de Hallepoort virtueel ook de toegangspoort tot Bruegels universum. Laat je meevoeren door middel van virtual reality technologie in combinatie met de werken van deze schilder. Bovenop de oude stadspoort, heb je een indrukwekkend uitzicht over de stad. Dankzij hightech verrekijkers word je ondergedompeld in Brussel en de ommelanden uit Bruegels tijd.

- > [Hallepoort, Zuidelaan 150 in Brussel](#)
- > € 12 (toegang en gegidst bezoek)



THEMA- WANDELINGEN

1 MAART 2020 OM 10.30 U.

'URBAN WALKING' IN ANTWERPEN

We trekken vandaag te voet de stad Antwerpen in en houden halt voor twee bijzondere bezoeken. Ons eerste bezoek brengt ons naar de merkwaardige Handelsbeurs van Antwerpen. Na deze pracht en praal zetten we onze wandeling verder richting Groenplaats waar we samen gezellig lunchen. Nadien volgt het tweede bezoek aan het Antwerpse Fotomuseum. In dit Fotomuseum heeft de gerenommeerde topfotograaf Stephan Vanfleteren zijn eerste grote overzichtstentoonstelling 'Present' opgebouwd. Vooral eer we terug richting Centraal Station stappen verwerken we nog even alle emoties met een plaatselijk streekbiertje (niet verplicht) in het Museumcafé.

- > Afspraak Centraal Station van Antwerpen
- > € 35 (koffie 's morgens, gids Handelsbeurs, lunch, toegang en gids FoMu)

WANDEL JE FIT

29 MAART 2020

SINT-JAN-EREMO – DOOR DE WATERRIJKE POLDERS VAN HET MEETJESLAND – 8,3 KM

Start aan de St Jan de Doperkerk van St Jan in Eremo

26 APRIL 2020

SCHELLEBELLE – DOOR DE BLOEMEN-TUIN VAN VLAANDEREN – 10,1 KM

Start aan het voetveer over de Schelde

31 MEI 2020

MELDERT – DOOR DE GROENE ACHTERTUIN VAN AALST – 11 KM

Start aan de St Walburgskerk van Meldert

28 JUNI 2020

GENT – GROOTSE NATUUR IN DE RAND VAN DE ARTEVELDESTAD – 6,3 KM

Start op de parking van het milieucentrum de Bourgoyen

27 SEPTEMBER 2020

HERSELT – DE OUDE BOS-WACHTERSWANDELING – 6,3 KM

Start aan taverne Mie Maan, Diestsebaan

Praktisch

- Alle wandelingen starten om 10 uur.
- € 1,50 (voor de begeleiding en verzekering)
- Voorzie steeds aangepaste wandelkledij.

PRAKTISCH

- > Alle wandelingen starten om 10 uur.
- > 1,50 euro (begeleiding en verzekering)
- > Voorzie steeds aangepaste wandelkledij

EDUCATIEF

MEDIAOPVOEDING – DIGITAAL MEE ZIJN (MET DE KLEINKINDEREN)

Digitale media spelen een steeds grotere rol in de ontwikkeling van kinderen en jongeren. Kansen en risico's gaan hierbij hand in hand. Omgaan met digitale media dient dan ook een plaats te hebben in de opvoeding. Ook grootouders vervullen hierbij een belangrijke

rol. Maar hoe ga je als grootouder om met regels rond mediaconsumptie of hoe vrij laat je hen apps gebruiken die je zelf niet kent? Na dit interactief initiatief ben je als grootouder weer helemaal mee!

- > 6 januari 2020, zaal Molenborre in Halle
- > 20 januari 2020, zaal Morgenrood in Leuven
- > van 14 tot 16 uur
- > € 15

STRAFFE BELGISCHE MADAMMEN

DRIEDELIGE REEKS

ISABELLE GATTI DE GAMOND (PARIJS 1839 – UKKEL 1905)

In oktober 1864 stichtte Isabelle Gatti de Gamond een eerste niet-katholiek humaniora voor meisjes in de Broekstraat te 1000 Brussel. 10 jaar later waren er over heel België al 18 van deze 'Gatti-scholen'! Het was dankzij dit onderwijs aan deze scholen dat ook de eerste vrouwelijke studenten konden studeren aan onze Belgische Universiteiten in Brussel, Gent of Luik. Die aanvankelijk enkel toegankelijk waren voor mannelijke studenten. Naast een hart voor onderwijs voor meisjes was Gatti ook erg begaan met het lot van de arbeidsters. Op haar begrafenis op 11 oktober 1905 waren dan ook tal van belangrijke vertegenwoordigers aanwezig van de Belgische Werklieden Partij

en de Vrijmetselarij.

- > 21 januari 2020, zaal Sacco & Vanzetti, Zuidstraat 118 in Brussel
- > 21 april 2020, zaal Sylvain Libert, Mechelsestraat 70 in Leuven
- > € 5 / lezing of € 12 voor 3 lezingen

MARIE POPELIN (SCHAARBEEK 1846 – BRUSSEL 1913)

Marie Popelin werd geboren in een burgerlijk gezin. Haar moeder en vader hadden oog voor de emancipatie van vrouwen. Wat in die tijd nogal uitzonderlijk was. Marie Popelin ging naar het humaniora in de eerste Belgische niet-katholieke meisjesschool van Isabelle Gatti de Gamond. Ze behaalde het diploma leerkracht wat in die tijd het hoogst mogelijke diploma was voor meisjes en gaf jaren les in de 'Gatti-scholen'. Toen ze 37 was en de Brusselse Universiteit ook vrouwen toeliet,

schreef ze zich in voor de opleiding Rechten. Ondanks het feit dat ze met brio afstudeerde als advocaat werd ze aan de balie geweigerd.

- > 25 februari 2020, zaal Sacco & Vanzetti, Zuidstraat 118 in Brussel
- > 19 mei 2020, zaal Sylvain Libert, Mechelsestraat 70 in Leuven
- > € 5 / lezing of € 12 voor 3 lezingen

DE EERSTE VROUWEN IN 'TYPISCHE MANNENBEROEPEN'

In deze lezing hebben we het onder andere over de eerste vrouwelijke politieagente, de eerste vrouwelijke dokter en de eerste vrouwelijke werkneemster bij de Belgische Spoorwegen. Als je denkt dat dit al heel lang geleden is, dan heb je het helaas aan het verkeerde eind ...

- > 24 maart 2020, zaal Sacco & Vanzetti, Zuidstraat 118 in Brussel
- > 16 juni 2020, zaal Sylvain Libert, Mechelsestraat 70 in Leuven
- > € 5 / lezing of € 12 voor 3 lezingen

OUDEREN EN (GEZONDE) VOEDING

ONDERVOEDING: ALS ETEN EEN LASTIG KARWEI WORDT

'Je moet je bord leegeten!' is een zin die je vast al meermaals hebt uitgesproken tegen je kinderen of kleinkinderen. Maar

ook voor ouderen kan eten een kwelling zijn. Uit onderzoek blijkt namelijk dat bijna 30 % van 70-plussers risico loopt op ondervoeding. Tijdens deze voordracht worden veel voorkomende oorzaken besproken en worden tips aangereikt om ondervoeding te herkennen en te voorkomen. We hebben het over het belang van mondzorg, voedingsmiddelen, het geheugen en levenskwaliteit.

- > 9 maart 2020, zaal Morgenrood, Mechelsestraat in Leuven
- > 8 euro

GEZOND EN LEKKER ETEN MET DIABETES

Meer dan 1 miljoen Belgen lijden aan diabetes of lopen op korte termijn risico diabetes te ontwikkelen. Leven met diabetes is niet altijd even makkelijk en vergt veel van zowel de patiënt als van de mensen in de nabije omgeving. Tijdens deze voordracht bekijken we voedingspatronen, tonen we aan hoe belangrijk het is om medicatie en fysieke activiteit op elkaar af te stemmen, maar hebben we het vooral over het belang van gezonde voedingsgewoontes met heel veel tips om genoeg groenten te eten en groenten gezond te bereiden.

- > 6 april 2020, zaal Morgenrood, Mechelsestraat in Leuven
- > 8 euro



EENZAAMHEID: EEN PRODUCT VAN SOCIALE MEDIA OF VAN DE MAATSCHAPPIJ?

Bestaat dat nog de dag van vandaag eenzaamheid? Jammer genoeg veel meer dan we denken. Hoe komt dit eigenlijk? En waarom heerst er nog steeds een taboe omtrent eenzaamheid? Tijdens deze voordracht hebben we het over maatschappelijke trends en taboes, maar ook over manieren om eenzaamheid te doorbreken.

- > 11 mei 2020, zaal Morgenrood, Mechelsestraat in Leuven
- > 8 euro



DE ZIEKTE VAN PARKINSON

De ziekte van Parkinson is één van de meest voorkomende neurodegeneratieve aandoeningen. Wereldwijd lijden ongeveer 4 miljoen mensen aan deze ziekte en in België schat men dit aantal ergens tussen de 30.000 en 35.000. Nochtans zijn maar weinig mensen op de hoogte van wat de ziekte van Parkinson precies inhoudt. Tijdens deze voordracht krijgen we een goed beeld van wat Parkinson nu juist is, voor

welke symptomen we alert moeten zijn, hoe we preventief te werk kunnen gaan en welke behandelingen mogelijk zijn.

- > 8 juni 2020, zaal Morgenrood, Mechelsestraat in Leuven
- > 8 euro

DE MENOPAUZE

Met haar hyperactief leven zou de vrouw van de 21ste eeuw bijna vergeten dat de menopauze optreedt rond de leeftijd van 50 jaar. Ondanks er tegenwoordig wel wat middelen bestaan om deze periode op een aangename manier te beleven, worden veel vrouwen geconfronteerd met allerlei kwalen. Tijdens deze voordracht gaan we niet alleen dieper in op deze materie, maar hebben we ook aandacht voor het belang van beweging, een goede huidverzorging en alternatieve behandelingen.

- > 7 september 2020, zaal Morgenrood, Mechelsestraat in Leuven
- > 8 euro

LESSENREEKSEN

CURSUS ITALIAANS

Praatclub intermediair

- > vanaf 6 januari op maandag van 10 tot 12 uur
- > 30 euro/10 lessen

CURSUS SPAANS

Beginners

- > vanaf 22 januari op woensdag van 9.30 tot 12 uur
- > 39 euro/13 lessen

Praatclub

- > vanaf 13 januari op maandag van 10 tot 12 uur
- > 45 euro/10 lessen

Intermediair

- > vanaf 21 januari op dinsdag van 9.30 tot 12 uur
- > 39 euro/13 lessen

CURSUS ENGELS

Gevorderden

- > vanaf 7 januari op dinsdag van 13.30 tot 16 uur
- > 28 euro/10 lessen

CURSUS FRANS

Conversatie

- > vanaf 9 januari op donderdag van 10 tot 12 uur
- > 12 euro/10 lessen

CURSUS TEKENEN

- > vanaf 14 januari op dinsdag van 10 tot 14 uur
- > 43 euro/13 lessen

CURSUS TEKENEN EN SCHILDEREN

- > vanaf 15 januari op woensdag van 10 tot 14 uur
- > 43 euro/13 lessen

CURSUS LEVENSKUNST

Ben je verwonderd over hoe het leven in elkaar zit? Ga je graag op zoektocht naar filosofische inzichten? Is samen nadenken iets voor jou? Dan is deze nieuwe filosofische gespreksgroep iets voor jou! De eerste keer spreken we af

en peilen we naar interesses en opgedane kennis. Er zal ook bepaald worden hoe we gaan werken (teksten, werkboek, spreekbeurten ...). Filosofische voorkennis is niet nodig maar motivatie wel.

- > start op 10 januari 2020 van 10u tot 10u45 (kennismakingsessie)
- Andere sessies op 7 februari, 6 maart, 3 april, 5 juni, 4 September, 2 oktober, 6 November en 4 december van 10u30 tot 12 u.
- > Zaal Sylvain Libert, Mechelsestraat 70, Leuven
- > Begeleiding : Diederik Walravens, filosoof
- > gratis

MAAK KENNIS MET DE GESCHIEDENIS VAN DE MUZIEK!

We bespreken 13 eeuwen in 13 woensdagnamiddagen. Je krijgt tekst en uitleg opgesmukt met luisterfragmenten. Voor-

kennis hebben van noten of muziek is geen vereiste. Opgelet, het aantal inschrijvingen is beperkt.

- > Maandag 13 januari 2020 van 14 tot 16 uur
- > Zaal Morgenrood, Mechelsestraat 70, Leuven
- > Begeleider : Rudi Dehaes
- > 40 euro/ 13 lessen

STOELYOGA VOOR OUDEREN

- > Zaal Sylvain Libert, Mechelsestraat 70, Leuven
- > Vanaf 16 januari 2020 van 14 tot 16 uur
- > 50 euro/ 10 lessen

WENS JE MEER INFO?

016 20 88 69

splusleuven@gmail.com

www.splusregioleuven.be

Mechelsestraat 70 –
3000 Leuven

SHOW NAMIDDAGEN

Het jaar staat bol van fijne, ontspannende muziek- en shownamiddagen. Op diverse locaties kan je komen genieten van een drankje, een hapje en leuk entertainment.

VARIÉTÉSHOWS - 7 EURO

MET OPTREDENS VAN LES FOLLES DE GAND, BANDIT EN JOHAN VEUGHELERS

HALLE

- > Dinsdag 5 mei 2020 van 14 tot 17 uur
- > 't Vondel, Possozplein 40

VILVOORDE

- > Datum volgt van 14 tot 17 uur
- > CC 't Bolwerk, Bolwerkstraat 17

ZELLIK

- > Datum volgt van 14 tot 17 uur (ov)
- > Den Horinck, Noorderlaan 20

VALENTIJSFEEST – 3 EURO

Een muzikale namiddag met een attentie voor alle aanwezigen.

TIENEN

- > Donderdag 13 februari 2020 van 14 tot 17 uur
- > Zaal Manège, Sint-Jorisplein 25



SPORTLESSEN

FIGUURTRAINING ZOUTLEEUW

De Passant,
Sint Truidensesteenweg
> wekelijks op maandag van
19.30 tot 20.30 uur
> info: 016 20 88 69

TAI CHI LEUVEN

CC Romaanse Poort,
Brusselsestraat 63
> wekelijks op vrijdag van 9.10
tot 10.10 uur (beginners)
of van 10.25 tot 11.25 uur
(gevorderden)
> info: 016 20 88 69

AQUAGYM LIEDEKERKE

Zwembad Heuvelkouter,
Sportlaan 5
> wekelijks op woensdag van
11.15 tot 12.15 uur

> info: 02 546 15 09 of bij Rita
Van Vaerenberg – 0479 91
99 97

ROOSDAAL

> wekelijks op vrijdag van 12
tot 13 uur
> info: 02 546 15 09

WILSELE

> wekelijks op vrijdag van 12
tot 13 uur
> info: 016 20 88 69

GYMNASTIEK LIEDEKERKE

Sporthal Heuvelkouter,
Sportlaan 3
> wekelijks op vrijdag van
11.30 tot 12.30 uur
> info: 02 546 15 09 of bij Rita
Van Vaerenberg – 0479 91
99 97

YOGA LIEDEKERKE

Ontmoetingscentrum Ter Mui-
lem- verd. 1 bewegingsruimte
> wekelijks op maandag van
18.30 tot 19.45 uur en van 20
tot 21.15 uur
> info: 02 546 15 09 of bij Rita
Van Vaerenberg – 0479 91
99 97

PRAKTISCHE INFORMATIE

Inschrijven en betalen
voor aanvang van elke
lessenreeks is absoluut
noodzakelijk.

Tijdens de schoolvakan-
ties worden de lessen
steeds opgeschort.

We betalen enkel terug
na vertoon van een
medisch getuigschrift.

De sportcursussen gaan
enkel door indien er
minstens 10 deelnemers
zijn.

S'ACADEMIE PRAKTISCH

BUSVERVOER: OPSTAPPLAATSEN VOOR DAGUITSTAPPEN

(minimaal 10 personen per opstapplaats)

- > Tienen: parking Houtenveld (sporthal Tienen)
- > Leuven: Diestsepoort
- > Rotselaar: Aarschotsesteenweg aan de rotonde
- > Brussel: parking Koning Boudewijnstadion (Houba De Strooperlaan)
- > Halle-GB: Demaeghtlaan 12
- > Zaventem: parking zwembad (Hector Henneaulaan)
- > Vilvoorde: voorkant station (aan de rotonde)
- > Affligem: carpoolparking (Molenstraat)

LID ZIJN VAN S'ACADEMIE VZW BETEKENT:

- > nieuws krijgen over ons aanbod;
- > verzekerd zijn tijdens onze activiteiten;
- > deelnemen aan voordelige activiteiten en reizen.

VUISTREGELS OM IN TE SCHRIJVEN VOOR ACTIVITEITEN

Wij aanvaarden enkel schriftelijke inschrijvingen door middel van de inschrijvingsfiche op p. 31. De fiche moet gedateerd en ondertekend zijn. Je kunt ze opsturen naar S'Academie vzw, Mussenstraat 17-19, 1000 Brussel, faxen naar 02 546 14 54 of mailen naar sacademie.vzw@fsmb.be.

Na je inschrijving ontvang je een bevestiging met een volledig overzicht van de activiteiten waaraan je wenst deel te nemen en het te betalen deelnamegeld. Elke activiteit dient onmiddellijk betaald te worden. Terugbetalingen gebeuren enkel op voorlegging van een medisch attest, opgesteld voor de aanvang van de activiteit. 3 euro is evenwel, en ongeacht de reden van annulering, definitief verworven voor de organisatie en dit ter dekking van de administratiekosten. De week voor het vertrek worden geen terugbetalingen meer toegestaan, wat ook de reden mag zijn.

JE LIDKAART IS GELD WAARD!

Lid zijn van S'Academie heeft zo zijn voordelen. Dankzij enkele interessante samenwerkingsverbanden krijg je op simpel vertoon van je lidkaart van S'Academie bepaalde kortingen of voordelen.

SENIORENNAMIDDAGEN KINEPOLIS LEUVEN

Elke tweede dinsdag van de maand krijg je de kans om een topfilm te ontdekken gevolgd door koffie/thee en gebak. Deze voorstellingen zijn voorbehouden aan 55+'ers. Op vertoon van je lidkaart van de Socialistische Mutualiteit Brabant betaal je 9,70 euro i.p.v. 11,30 euro.

THERMEN TADEMA IN HALLE

Ninoofsesteenweg 661, 1500 Halle / 02 361 10 20

> Toegang thermen gedurende een hele dag: 14 euro

> Toegang thermen en aquagym op maandag, dinsdag en donderdag: 18 euro

> Speciaal tarief jaarabonnement: 400 euro i.p.v. 460 euro

INSCHRIJVINGSFICHE

LID WORDEN

Ik wil lid worden van
S'Academie vzw:

Naam:

.....

Voornaam:

.....

Adres:

.....

.....

Telefoonnummer:

.....

Gsm-nummer:

.....

E-mailadres:

.....

Geboortedatum:

.....

PLAK HIER EEN ROZE KLEVER
(ENKEL VOOR LEDEN VAN DE FSMB)

Ondergetekende verklaart te hebben kennisgenomen van de algemene voorwaarden, die op eenvoudig schriftelijk verzoek kunnen worden bekomen, en deze integraal en zonder enig voorbehoud te aanvaarden. Ondergetekende verklaart de nodige betalingen te zullen uitvoeren, onmiddellijk na ontvangst van de bevestiging.

Stuur de ingevulde inschrijvingsstrook naar

S'Academie vzw

Mussenstraat 17-19, 1000 Brussel

Daguitstappen

- Expeditie Scheldeland/02/20
- Durbuy, in het spoor van Hare Krishna/03/20
- Stoomtreinen in Viroinval/04/20
- Het Zwin en Knokke-Heist/05/20
- Afsluiter in De Waterhoek 25/06/20
- Gelderland herdenkt/09/20
- Musical Daens 27/09/20

Zonder busvervoer Busvervoer vanuit: ...

Themadagen

- Kaas- en wijnamiddag 20/03/20
- Paasbrunch 10/04/20
- Nationale feestdag 17/07/20

Meerdaagse verblijven

- Weekend Rijsel 14-15/03/20
- Familieverblijf in Misano 10-19/04/20
- Aantal volwassenen: ... Aantal kinderen: ...
- Weekend Munster 09-10/05/20
- Île de France 24-26/05/20
- Vakantiebrochure 2020

Kortbezoeken

- Van Eyck 2020-Expo 07/02/20
- Paul Delvaux-Expo 13/03/20
- Keith Haring-Expo 17/04/20
- Toetanchamon-Expo 29/05/20
- Achter de schermen van Brussel-Centraal 11/06/20
- Back to Bruegel 25/09/20

Opstapplaats: ...
Opstapplaats: ...
Opstapplaats: ...
Opstapplaats: ...
Opstapplaats: ...
Opstapplaats: ...
Aantal plaatsen: ...

Gent
Brussel
Brussel
Luik
Brussel
Brussel

Themawandelingen

- Urban walking in Antwerpen 01/03/20

Antwerpen

Wandel je fit

- Sint-Jan-in-Eremo 29/03/20
- Schellebelle 26/04/20
- Meldert 31/05/20
- Gent 28/06/20
- Herselt 27/09/20

Educatief

- Mediaopvoeding Locatie:
- Straffe madammen Locatie:
- Isabelle Gatti de Gamond Marie Popelin
- Ondervoeding ... 09/03/20
- Gezond en lekker eten met diabetes 06/04/20
- Eenzaamheid 11/05/20
- De ziekte van Parkinson 08/06/20
- De menopauze 07/09/20

De eerste vrouwen...
Leuven
Leuven
Leuven
Leuven
Leuven

Lessenreeksen

- Italiaans Praatclub
- Spaans Beginners Intermediair Praatclub
- Engels Gevorderden
- Frans Conversatie
- Tekenen Schilden Levenskunst Geschiedenis van de muziek
- Stoelyoga

Sport

- Figuurtraining Zoutleeuw
- Aquagym Liedekerke Ternat Wilsele
- Gymnastiek Liedekerke
- Yoga Liedekerke Uur:
- Tai chi Beginners Gevorderden

Shownamiddagen

- Shownamiddag Aantal: ... Plaats: ...
- Valentijnsfeest 13/02/19 Tienen

Voornaam en naam: Telefoonnummer:

Lidnummer S'Academie: ○○○○○○

Handtekening :

E-mailadres:

Aantal personen:

