« LE TEMPS DES VACANCES, C'EST À LUI QU'ON PENSE » Rika Zarai

Les beaux jours, la chaleur et les vacances arrivent ! Les voisineurs partis, des voisins « pompiers » viennent saluer nos voisinés durant l'été, pour que cette période estivale reste belle pour tous !

LE GOÛTER D'ÉTÉ

Ce 14/06 à l'occasion de la fête des voisins des rues de Belgrade et de l'Imprimerie, heureuse initiative de l'asbl Entraide & Culture, nous avons pu réunir - grâce à l'aide des jeunes collaborateurs de Deloitte - une cinquante de voisins autour d'une looooonnngue table dans le potager de l'Imprimerie. Le soleil était de la partie, les animations dans la rue et les petits drapeaux colorés de sortie...

LES MARDIS CONVIVIAUX

Comme chaque semaine, les mardis collectifs se poursuivent. C'est l'occasion de se retrouver entre Voisinés et Voisineurs, hors de chez soi, dans un cadre doux et convivial et il est juste bon d'être ensemble pour échanger un moment et savourer un repas simple et plein de goûts... C'est aussi là qu'on rencontre un travailleur social du quartier qui vient parler de son travail en lien avec les aînés de la Commune ou les citoyens du quartier plus généralement, de quoi se familiariser avec des personnes qu'on ne rencontre pas chez soi...

Retrouvez-nous cet été, chaque mardi :

- à **Forest**, au **MIRO, 449, rue de Mérode** - 1190 Bruxelles de **12h** à **14h**
- à **Uccle** au **383, rue Vanderkindere** - 1180 Bruxelles de **12h** à **14h** (**sauf** les **30/07** et **06/08**)

Si vous avez besoin d'un transport, appelez-nous au **0486/76 62 89** pour une « solution mobilité »

LA CANICULE

Des précautions élémentaires et quelques bonnes habitudes peuvent vous permettre de traverser sans encombre ces épisodes de **canicule : boire au minimum 1,5 litres d'eau par jour, rester au frais aux heures chaudes, fermer les rideaux/volets durant la journée et créer des courants d'air la nuit, éviter les boissons alcoolisées, caféinées et trop sucrées, éviter le sport, ...**

Prenez 2 minutes pour appeler vos proches et/ou voisins plus âgés pour vérifier que tout aille bien !

En cas de besoin, la Commune se tient à disposition :

- à Forest au 0476/81 15 22
- à Uccle au 02/348 68 24 (de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30).

Un immense merci à Monique et Christiane qui ont téléphoné à tous nos voisinés pour s'assurer qu'ils pensaient bien à s'hydrater !

LA CARAVANE EST DE SORTIE

Pas toujours besoin d'aller très loin pour se sentir en vacances...

En juin, la Caravane s'est posée dans deux quartiers de Forest ! Ouverte aux rencontres et aux différentes énergies des habitants du quartier, l'occasion de faire de belles rencontres, de parler d'isolement des aînés, et de tisser des liens entre voisins.

Parvis Saint-Antoine

Parc Marconi

VOUS ENGAGER À NOS CÔTÉS ?

- Un volontariat régulier ou ponctuel auprès des aînés,
- Devenir ambassadeur du projet dans votre quartier,
- Nous faire profiter de vos compétences dans des matières plus administratives, logistiques, de gestion,...

Si vous voulez vous engager à nos côtés, nos prochaines séances d'information auront lieu dans notre bureau du 5, rue de l'Imprimerie (au fond du jardin potager) à 1190 Bruxelles :

- **Le Mardi 09 Juillet à 17h**
- **Le Mardi 17 Septembre à 17h**

Contactez-nous pour plus d'infos

- Par téléphone : **0486/ 76 62 89**
- Par mail : **info@brasdessusbrasdessous.be**

FAIRE UN DON

Si vous voulez nous aider autrement, vous pouvez faire un don !

> 40€ avec attestation fiscale (avec la communication : «pour Bras dessus Bras dessous»)
N° de compte : IBAN BE26 0000 0000 2929

< 40€ sans attestation fiscale
N° de compte : Triodos BE70 5230 8078 6325

Nous vous remercions d'avance pour votre générosité !

© Photo : Bruno Achen / Mise en page : Florence Gentet