

AVRIL 2023



PB-PP
ΠΡΟΤΥΠΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
N° Agrément
P91 22 29
1150 Bruxelles 15
1/4204



Pas d'ateliers le 11 avril

INSCRIPTIONS À 8 HEURES
LE LUNDI 3 AVRIL
AU 02/762 40 09

Bonjour les amis,
Le printemps s’installe enfin dans le jardin et, avec lui, arrive le temps du premier Forum des membres.

Cette fois-ci, nous voudrions parler des futures activités que nous aimerions tous aborder ensemble... Après avoir travaillé sur les Artistes belges, Tintin, la mode, les instruments de musique, etc.
Sur quoi allons-nous travailler ensuite... ? Nous le déciderons tous ensemble avec un outil appelé « Cadre logique » !

On vient à peine de terminer les congés de détente qu’arrivent déjà les congés de printemps, l’occasion de vous rappeler qu’il n’y aura pas d’ateliers du 1er au 12 mai, les ateliers reprendront le 16 mai.
Pas de panique, il y aura deux stages pendant ces vacances (page 56 et page 57).

Allez, assez parlé, place aux échos et aux activités.

Bonne lecture.

Gilles

Anniversaires



AVRIL

3	DEMBOUR	XAVIER
4	RACQUET	CHRISTOPHE
4	GENEL	CATHERINE
5	YANNOUSSIS	DIMITRIS
6	MERTENS	CELINE
6	BALINT	THIERRY
6	ANTOINE	JEAN-PIERRE
8	DRAYES	LAETITIA
12	SNEYERS	BRUNO
13	ALDERSON	PATRICE
16	DELAHAUT	JEAN-CLAUDE
16	LEJEUNE	HELOISE
16	DUFIEFS	JACQUELINE
18	GOSSEZ	GHISLAINE
19	BERTRAND	PAULINE
20	BOMBACE	RAPHAEL
20	VAN BELLINGEN	MURIELLE
20	VLIES	MELISSA
21	DE MUYLDER	XAVIER
22	WYFFELS	MAGDA
22	NAERT	CAROLINE
23	DELANGHE	LAURENT
25	WATERSCHOOT	YASMIN
28	SORET	BENJAMIN
29	LEFAUX	JEHANE

SOIRÉE ANNIVERSAIRES

LE JEUDI 27 AVRIL



Retraite sociale Saint-Michel

Du 25 au 27 janvier

Voici quelques témoignages d'élèves de Saint-Michel durant leurs retraite sociale.

Ces 3 derniers jours ont été une expérience intéressante, j'ai vraiment bien aimé .

J'ai surtout aimé l'activité bien-être, la relaxation et l'échange avec tout le groupe.

Lors de l'activité tissage, je ne savais pas trop comment participer et quoi faire...J'ai quand même bien profité et appris à crocheter. J'ai surtout aimé le souper car je me suis sentie utile et je pouvais aider à mettre la table, débarrasser,...

C'était aussi un moment où j'ai pu parler avec les membres autour d'un bon repas.

Par contre au début de la retraite, je m'attendais à aider les animateurs plutôt que de participer aux activités.

Cette expérience m'a appris beaucoup de choses et j'aimerais bien revivre ceci une deuxième fois.

Zofia



Retraite sociale Saint-Michel

Du 25 au 27 janvier

Dans mon stage, j'ai bien aimé rencontrer tous les membres du Silex. Grâce à cette expérience, mon regard a changé en quelques jours. Je suis aussi content d'avoir aidé et participé aux activités avec les animateurs professionnels et volontaires. J'espère avoir laissé un bon souvenir car pour moi c'était le cas ! Je remercie tout le monde.

Alexis

Quand je pense à ce que j'ai fait ces trois jours, il n'y a que de bons souvenirs. Par exemple, l'activité cuisine du jeudi a été très forte en émotion. J'ai aidé des membres du Silex et après on a dégusté nos créations ! C'était très bon !

En venant au Silex, je croyais rencontrer des gens qui avaient besoin de beaucoup d'aide. Mais c'est tout le contraire qui s'est passé. J'ai discuté sans gêne de toutes sortes de sujets. Les membres m'ont appris à être sociable avec les personnes «différentes».

Les animateurs nous ont accueillis avec chaleur et bonne humeur lors des ateliers.

Si on me demande de revenir au Silex, je dis un grand OUI !

Mattéo



Soirée d'échange: le guichet social jeudi 26 janvier

Antoine travaille au guichet social de Woluwe-Saint-Lambert .
Il est venu expliquer au Silex à quoi sert le guichet social.
Voilà un résumé des informations essentielles.

À quoi sert le guichet social ?

L'objectif est que tout le monde puisse avoir accès aux aides sociales. Au guichet social, on informe, on explique et on rend plus facile l'accès aux aides sociales.

C'est accessible à tout le monde et c'est gratuit.

Des permanences sont organisées :

Permanence énergie (deux mercredis par mois) : c'est important pour savoir chez qui prendre un contrat pour payer moins cher, pour savoir si on a droit à des avantages ou à des réductions.

Quelqu'un peut faire des démarches à notre place.

Permanence pour la médiation des conflits (deux mercredis par mois) : la médiation de conflit aide à régler des situations compliquées avec les voisins, la famille, sans devoir passer par la justice.

Écrivaine publique : cette dame est là pour vous aider à comprendre et à répondre à vos courriers, à écrire des lettres officielles mais aussi à remplir des formulaires.



Soirée d'échange: le guichet social jeudi 26 janvier

C'est où ?

Chaussée de Roodebeek, 258 à Woluwe-Saint-Lambert.
(Téléphone 02.777.75.14), près du Ricochet.

On peut facilement y accéder avec le bus 29 et le bus 27.
C'est à l'arrêt Place Verheyleweghen.

Quand puis-je y aller ?

Le guichet est ouvert du lundi au jeudi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h.

Il ne faut pas prendre de rendez-vous.

L'espace public numérique, à quoi ça sert ?

Des ordinateurs sont disponibles gratuitement.

Une aide est possible pour aller sur Internet .

On peut faire imprimer des documents (mais c'est payant).



Stage «**Bien-être et environnement**»

Du 20 au 24 février

C'est bien d'avoir un stage qui dure une semaine.
Cela nous occupe.

Et, pendant une semaine, on se retrouve avec le même groupe.

On crée des liens.

C'était sur la nature. On a parlé des forêts, des animaux, des fleurs, des étangs.

On a fait des activités variées.

On a fait une excursion au Rouge Cloître.

On a fait une balade au jardin de Meise. On a vu les serres avec les plantes.

On a vu un film sur un Papa qui expliquait la nature à son fils.

On a fait un repas au Silex.

On est allés au resto.

La nature donne du bien-être. C'est calme. On écoute les oiseaux.
On respire.

On admire que la nature parvienne à traverser les événements difficiles.

La nature gagne. Les bourgeons arrivent, les oiseaux font leur nid.
C'est bien d'observer les animaux.

Christiane



Stage «Les Petits Papiers»

du 27 février au 3 mars

«Jamapamamelasaca»

On a appris comment faire du papier:

- on en a coupé en petits morceaux,
- on a rajouté de l'eau chaude,
- on a mixé le tout pour faire la mayonnaise (le papier).

C'était très amusant.

C'était doux sur les doigts.

Ensuite, on a écrit des poèmes à partir d'objets : buste, crâne, plante, disque. Et on les a dessinés.

On a rassemblé tout pour en faire un carnet qu'on a appelé:
«Jamapamamelasaca».

(ce sont les 2 premières lettres de tous nos prénoms).

Pour finir le stage en douceur, cool, pénard, on a déjeuné au Silex, dîné au restaurant « Le Café Joyeux» et nous sommes allées voir un spectacle de clowns au Wolubilis.

C'était super!



10 conseils pour moins gaspiller au Silex

jeudi 2 mars

Nous sommes tous concernés et responsables, membres et animateurs.

1. CHAUFFAGE :

- Fermer les portes, surtout celle de la cuisine et celle du petit bureau à l'entrée.
- Diminuer les radiateurs quand les pièces ne sont pas occupées.
- Diminuer les radiateurs quand on aère ou qu'on ouvre les fenêtres (qui peut s'en charger ?).
- Fermer les fenêtres, même en été, et surtout les velux qui restent ouverts en haut. Attention à la pluie qui entre et abîme.

Heureusement un thermostat permet de réguler la température du bâtiment.

2. LUMIÈRES :

- Éteindre les lumières quand on quitte une pièce.
- Dans les WC, cela reste souvent allumé (une minuterie ?).

3. EAU :

- Mettre le bouchon dans l'évier quand on fait la vaisselle.
- Bien fermer les robinets (dans les WC).
- Vérifier régulièrement les chasses d'eau.
- Installer une citerne d'eau de pluie (pour arrosage, nettoyage extérieur, minibus...).
- Ne pas vider les carafes d'eau dans l'évier mais sur les plantes à l'extérieur.



10 conseils pour moins gaspiller au Silex

jeudi 2 mars

4. PAPIER :

- Ne pas employer de belles feuilles pour les brouillons ou les petits messages.
- Remettre un panier sur le bureau d'Yvan avec des petites feuilles pour les brouillons, les petits messages.
- Rendre les documents demandés à temps et faire les paiements à temps pour qu'Yvan ne doive pas envoyer des rappels par la poste ou par téléphone.
- Signaler au secrétariat les changements d'adresse, de téléphone, d'adresse mail pour éviter les erreurs et la surcharge de travail.

5. REPAS ET BOISSONS :

- Pour la préparation d'un repas, contacter Najat ou Yvan pour voir ce qui reste, s'il y a du riz, des pâtes, des sauces...
- Terminer les sauces (mayo, moutarde,...) qui sont au frigo avant d'en ouvrir d'autres.
- Regarder régulièrement ce qu'on peut employer dans le surgélateur.
- Ne pas laisser dans le frigo des aliments qui ne se conservent pas.
- Partager ce qui reste... et rapporter les boîtes prêtées.
- Employer les bouteilles entamées avant d'en ouvrir d'autres.



10 conseils pour moins gaspiller au Silex jeudi 2 mars

Nous savons que le Silex a reçu des dons pour faire des économies d'énergie.

Concrètement nous proposons :

L'installation d'une citerne d'eau de pluie,

L'installation de minuteries (5 minutes par exemple) dans les toilettes,

L'installation d'une fermeture automatique de la porte du petit bureau à l'entrée.

Pour nous aider à faire des efforts, nous aimerions connaître chaque année de façon précise les consommations d'eau, de gaz, d'électricité.

Nous aimerions qu'on parle de tout cela , de façon concrète, au Forum des membres et à l'Assemblée générale. Qu'on nous explique les travaux réalisés.

Merci beaucoup !

Les 23 participants à la soirée du 2 mars



L'élixir du révérend père Gauchet- Daudet

dimanche 5 mars

J'ai bien aimé l'activité parce qu'on a parlé des abbayes et des moines. On a déjà vu des abbayes avec le Silex. Je suis frappée par la vie simple des moines.

J'ai bien aimé l'activité parce que cela raconte les choses de la vie, les difficultés, les décès. C'est triste et émouvant.

J'ai bien aimé la fabrication de la bière.

J'ai bien aimé parce que Francine racontait bien l'histoire, calmement, en expliquant les mots difficiles. Le vocabulaire d'Alphonse Daudet n'est pas facile.

J'ai bien aimé l'activité parce qu'on raconte de chouettes histoires . C'est gai d'écouter et c'est gai de lire.

J'ai bien aimé l'activité parce qu'on montre des photos des moines, de leurs cellules, de leurs vêtements, de leurs activités.

J'ai bien aimé l'activité parce que j'aime lire, expliquer, qu'on s'amuse tout en apprenant.

Sarah, Christiane, Francine, Doris, Christine.



Béguinage de Bruxelles - Anderlecht

mardi 7 mars

Le béguinage de Bruxelles ? C'est vrai, ça n'existe plus.

Créé au 13^e siècle, comme la plupart des béguinages en Flandre, ce béguinage comptait 1600 habitants au 15^e siècle: 4% de la population de la ville de Bruxelles.

La dernière béguine est partie au 19^e siècle et tout le quartier a été remanié.

C'est alors qu'on a construit l'Hospice Pachéco (nom d'un des fondateurs). Cet impressionnant ensemble, avec 2 grandes cours où on peut écouter de la musique et boire un verre en été, abrite toutes sortes d'associations. Il a grand besoin de restauration, ce qui est prévu afin de redevenir un hospice du CPAS, maison de retraite pour personnes avec peu de moyens.

Ce qui reste de l'époque c'est l'Église du Béguinage, dédiée à St Jean-Baptiste, près de Sainte-Catherine. Cette énorme église baroque du 17^e siècle est aujourd'hui un centre social, entre autres pour les sans-abris. On a écouté une jeune chanteuse tester la belle acoustique et répéter pour un concert.



Béguinage de Bruxelles - Anderlecht

mardi 7 mars

Nous avons mangé nos tartines dans un grand café à St-Guidon (Anderlecht). Le jour des matchs d'Anderlecht, ce café est plein mais nous avons toute la place pour nous. Ce fut un abri 'cosy' contre la pluie froide et incessante. Une guide nous attendait à la Maison d'Érasme. Le fameux humaniste a passé 5 mois dans cette belle maison en 1521 où il se reposait, car le petit bourg d'Anderlecht était en pleine campagne à l'époque. La guide nous a expliqué sa position délicate – prêtre catholique, il suivait avec intérêt les protestations des protestants de Luther.

Juste à côté se trouve le plus petit béguinage de Belgique. Prévu pour 8 béguines: la grande dame habitait dans une des deux ailes, les 7 autres béguines serrées dans l'autre aile ! Ce béguinage est en pleine mutation. Dans quelque mois, ces 2 bâtiments seront complètement restaurés et il y aura une nouveau musée.

Même si les bâtiments étaient vides lors de notre visite, nous avons pu examiner la structure : du bois de cerisier (bon marché et de source locale) pour les poutres et du torchis (mélange de paille et de terre) pour les murs.



Spaghetti du midi

Nous sommes une bonne vingtaine à rejoindre un dimanche par mois l'équipe du spaghetti.

C'est une bonne activité parce qu'elle se passe le dimanche midi, qu'on est souvent seuls le dimanche et que cela nous occupe.

C'est une bonne activité parce qu'on retrouve des amis.

L'ambiance du groupe est extra. Chacun est appelé à participer, les uns à la cuisine, les autres à l'apéro, les autres à la vaisselle.

C'est une activité que l'on fait ensemble.

L'idée est de découvrir de nouvelles recettes.

Des recettes que l'on peut refaire chez soi.

Certains viennent moins parce qu'ils aimeraient que les sauces soient parfois moins épicées et moins salées.

C'est une activité pendant laquelle on se raconte les dernières nouvelles, on s'amuse.

Merci à l'équipe
Aïcha, Francine, Doris, Christiane



Expo à la galerie Matthys

vendredi 10 mars

Nous aimons cette galerie qui est un petit lieu sympathique, chaleureux. On y est entre nous et on est bien accueillis par Bruno qui nous explique ce qu'il expose.

Nous discutons beaucoup entre nous et Bruno discute avec nous. On peut dire ce qu'on ressent sans que les autres jugent.

Cette fois-ci, on a vu les dessins d'une artiste dont la technique est le crayon de couleurs. Elle a eu beaucoup de mal à avoir des enfants et dessine des corps humains avec des détails, avec des mélanges de personnages, d'animaux, de plantes. On a dit ce qu'on imaginait voir dans les dessins. On a osé parler du corps, de la vie et de la mort.

Il y a aussi les compositions artistiques d'un monsieur qui a décidé de changer de vie à 50 ans et de faire des montages avec des morceaux de papier collés. Il y a de tout, beaucoup de masques, mais aussi des petits cabarets, des petites maisons, beaucoup de couleurs. Nous avons beaucoup aimé ces petites œuvres qui nous amusaient et qui nous touchaient.

Doris, Laura, Marina, Nicole, Bernadette, Christiane

Nouvelles

en bref



ATELIERS

Exceptionnellement il n'y aura pas d'ateliers le mardi 11 avril.

Pour rappel, les ateliers seront suspendus durant les vacances de printemps du 1er mai au 15 mai. Cependant, nous organisons des chouettes stages (voir pp.56 et 57)

APPARTEMENT RICOCHET

Tu as envie de vivre seul.e mais de pouvoir être accompagné.e ?

Un appartement se libère bientôt dans un des logements du Ricochet.

Il est situé Chaussée de Stockel 383 à Woluwe-Saint-Pierre.

L'appartement est au 1er étage et n'est accessible que par escaliers.

Contact :

Ricochet asbl

Place du Temps Libre 6

1200 Woluwe-Saint-Lambert

02 779 59 39

STAGES DE PRINTEMPS

Durant les vacances scolaires, il n'y a pas d'ateliers mais 2 stages sont organisés:

- 1 jour, un artiste (p.56)
- Récup qui résonne (p.57)

N'hésite pas à t'inscrire pour partager une chouette semaine de découverte au Silex !

SÉJOURS

Il reste quelques places pour les séjours :

- Luxembourg, du 11 au 18 août: une place pour un homme ou une femme

- Mézière, du 25 août au 1er septembre : une place pour un homme

Si tu es intéressé.e, tu peux appeler le secrétariat.

Soirée d'échange: «Conte et légendes»



Vous aimez les histoires ? Ça tombe bien !

Monique, elle, aime les raconter et vous propose de partager ce plaisir.

Après un bon et sympathique souper, nous nous installerons confortablement et, sans effort, nous pourrons laisser voyager notre imagination, guidés par la parole de la conteuse.

C'est ainsi que nous apprendrons, entre autres, d'où viennent les contes. Nous découvrirons aussi un instrument de musique peu connu chez nous : le dan bau.

Au fil des histoires, nous ferons connaissance de personnages étranges ou drôles, sympathiques ou un peu effrayants parfois. Mais surtout, nous écouterons des histoires qui nous feront rêver, rire, réfléchir.

**jeudi
6 avril**

Paul Goeminne
(0476/33 32 14)
Francine Pollaris
Marie-Pierre
Colmant
Viviane
De Blaere

Rendez-vous: 19h au Silex

Fin: 22h au Silex

Prix: 7 €



Activités

samedi
8 avril

L'art et la manière ! (Mélanie)

Dans cette activité, tu vas découvrir une œuvre ou un artiste connu(e). Ensuite tu la « recopieras » avec une autre technique. Par exemple : d'une photo, on fera une peinture... Parce qu'il y a l'art et la manière de faire de l'art !

EP

Début: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 5 €



samedi
8 avril

Les papiers du Silex (Aurélié et Aurélia)

Tu as envie de partager ce que tu aimes ? Viens avec tes idées, tes histoires et tes questions aux PAPIERS DU SILEX, pour les diffuser sur le web. En image, en texte, ou en son, on peut créer un journal personnalisé des membres sur Internet.

EP

Début: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 3 €



**samedi
8 avril**

Découvertes culinaires (Francesco)

EP

Partons à la découverte d'une recette venue d'ailleurs...
Ce samedi, tu pourras découvrir ce qu'on mange chez nos voisins ou à l'autre bout du monde ! Une belle découverte d'une recette que tu pourras refaire chez toi. Alors, prêt à cuisiner?

Début: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 7 €



**samedi
8 avril**

Petites gravures (Aurélia)

Une activité qui t'invite à creuser, appuyer, gratter, colorier et essayer ! Nous allons graver nos portraits, imprimer des paysages, créer ensemble un tas de choses dans du lino, du carton et plein d'autres matières ! Tu testeras différentes techniques d'impression!

Début: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 5 €





Sport Piscine

samedi
8 avril

Mélanie
Francesco

On se met à l'eau!

Si la piscine t'a manqué, viens avec nous pour retrouver le plaisir de la baignade.

Pas besoin de savoir nager, juste aimer le contact avec l'eau.

Mélanie et Francesco ont le plaisir de t'accompagner en toute sécurité. Si tu as envie de jouer, de faire la planche ou d'apprendre quelques nages, c'est l'occasion!

Rendez-vous au Silex pour ensuite aller tous ensemble à la piscine, tout près du Silex. C'est pratique!

Alors, tenté.e de faire plouf?!

Rendez-vous: 14h au Silex

Fin: 17h au Silex

Prix: 8 €



MOBIB

Futur Futé

Atelier de lacto-fermentation

Futur Futé, c'est un moment de rencontre et de partage avec les Ateliers de la rue Voot.

La lacto-fermentation c'est une façon de préparer ses légumes et ses fruits avec du sel, du vinaigre et des épices. Cette préparation permet de les conserver longtemps dans des bocaux et surtout cela leur donne un goût incroyable !

Bon pour la bouche et bon pour la santé !

Notre intervenante, Françoise, nous apprendra ses recettes : tu pourras goûter ses délices et repartir avec les conserves que tu auras fabriquées toi-même.

Apporte ton tablier de chef cuisinier !

les rencontres

Futur Futé

samedi
8 avril

Aurélie
Marie (Ateliers
de la Rue Voot)

Rendez-vous: 14h au Silex

Fin: 17h au Silex

Prix: 15 €





**mardi
11 avril**

Martin Braun
(0477/37 29 18)

Béatrice
Stoobants
Viviane
De Blaere
Marianne
Ambrosi

Exploration du monde: Bali «L'île des Dieux»

Nous partons au centre culturel de Woluwe-Saint-Pierre (Whall) pour découvrir un autre voyage. Qu'est-ce qui fait de Bali un paradis sur terre ?

Dans ce film, le cinéaste Richard-Olivier Jeanson et l'auteur Ugo Monticone nous font découvrir des paysages splendides. Les Balinais sont d'une gentillesse... Nous partons à la rencontre d'une autre culture...

Attention, il faut avoir mangé avant l'activité (Prévoir votre pique-nique si vous avez un atelier avant)

Rendez-vous: 19h15 au Silex
Fin: 22h30 au Silex
Prix: 10 €



Balade guidée par Natagora La forêt de Soignes



Après le souper “La forêt dans tous ses états...”
L'équipe de Natagora vous propose une balade guidée à la forêt de Soignes.

Une promenade pour être en contact avec la nature.

Et surtout comprendre l'importance des forêts pour l'homme.

Une balade qui fera du bien !

Prévoyez de bonnes chaussures, une tenue adaptée en fonction de la météo et votre pique-nique.

mercredi
12 avril

Claudine
Weyemberg
(0477/42 48 34)
Christian
Schummer

Rendez-vous: 9h30 au Silex

Fin: 13h au Silex

Prix: Gratuit





**jeudi
13 avril**

Bernadette
de Mûelenaere
(0496/55 69 76)

Préparation des rencontres avec des invitées du jeudi

Nous parlons beaucoup actuellement au Silex des hommes et des femmes.

Nous parlons de l'égalité et des différences.

Nous allons rencontrer des femmes qui exercent des métiers dits «masculins», des policières, des militaires...

Je vous propose de préparer ensemble ces rencontres.

Venez préparer des questions avec nous.

Rendez-vous: 17h au Silex

Fin: 18h au Silex

Prix: Gratuit



Soirée d'échange

Deux femmes en politique



Nous continuons à réfléchir à la situation et aux droits des hommes et des femmes.

Cette fois-ci, nous donnons la parole à deux femmes qui ont des fonctions importantes en politique.

Véronique Caprasse et Carine Kolchory nous expliqueront leur parcours et répondront à nos questions.

Pourquoi ce choix dans leur vie ?

Comment adapter vie privée et vie professionnelle ?

Difficultés rencontrées par rapport aux hommes ?

Toutes les questions sont bienvenues.

Véronique et Carine connaissent le Silex et se réjouissent d'être avec nous pour parler de leur vie politique.

jeudi
13 avril

Bernadette et
Philippe
de Mûelenaere
(0496/55 69 76)

Marie
de Mûelenaere
Fernando Picone
Viviane
De Blaere

Rendez-vous: 19h au Silex

Fin: 22h au Silex

Prix: 7 €





Sport Minigolf

**vendredi
14 avril**

Voilà, il est temps de reprendre le chemin du Minigolf du Stade Fallon.

Redémarrons à l'aise la saison.

En avril, ne te découvre pas d'un fil... mais espérons quand même un peu de soleil pour cette première sortie au Stade Fallon.

Les habitués connaissent cette activité. Que d'autres n'hésitent pas à se joindre.

On part à pied du Silex, on joue en équipes, on s'encourage et on cherche la détente et la bonne humeur.

Si la buvette est déjà ouverte, on prend ensemble un petit verre ou un petit café à la fin de nos performances.

Bernadette
de Mûelenaere
(0496/55 69 76)

Rendez-vous: 10h au Silex
Fin: 12h30 au Silex
Prix: 8 €

AVRIL

Agenda



jeudi 6 avril

19h



Soirée d'échange:
"Conte et légendes" p.19

samedi 8 avril

10h



L'art et la manière

p.20

samedi 8 avril

10h



Les Papiers du Silex

p.20

samedi 8 avril

10h



Découvertes culinaires

p.21

samedi 8 avril

14h



Petites gravures

p.21

samedi 8 avril

14h



Sport
Piscine

p.22

samedi 8 avril

14h



Futur Futé

Lacto-fermentation p.23

mardi 11 avril

19h15



Exploration du monde:

Bali

p.24

mercredi 12 avril

9h30



Balade guidée par Natagora

La forêt de Soignes p.25

jeudi 13 avril

17h



Préparation des rencontres avec des invitées du jeudi

p.26



Agenda

AVRIL

jeudi 13 avril

19h



Soirée d'échange

Deux femmes en
politique p.27

vendredi 14 avril

10h



Sport
Miniglof

p.28

vendredi 14 avril

14h



**Expo à la
galerie Mathys**

"Détails" p.33

vendredi 14 avril

19h



**Soirée
dansante**

p.34

samedi 15 avril

9h45



**Nettoyage de
printemps à
Woluwe-Saint-
Lambert** p.35

samedi 15 avril

11h



**Rencontre
Famisol**

p.36

samedi 15 avril

11h



Ciné-Club

p.37

dimanche 16 avril

9h30

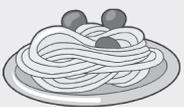


Équipe jeunes

Petit déjeuner
avec les scouts p.38

dimanche 16 avril

11h30



**Spaghetti
du midi**

p.39

lundi 17 avril

9h30



**Vivre l'instant
présent**

p.40

AVRIL

Agenda



mardi 18 avril

14h



**Donnons vie
à nos photos**

p.41

jeudi 20 avril

14h



Bien-être
Méditation du
soleil intérieur

p.42

jeudi 20 avril

19h



**Forum des
membres**

Le cadre
logique

p.43

samedi 22 avril

10h



**Cuisine
créative**

p.44

samedi 22 avril

10h



Vive les fleurs

p.44

samedi 22 avril

10h



**Relaxation
sonore**

p.45

samedi 22 avril

14h



L'art ça me dit

p.46

samedi 22 avril

14h



Bijoux

p.46

samedi 22 avril

14h



L'invité mystère
Mais qui est-ce?

p.47

dimanche 23 avril

14h



**Animation
musicale**

p.48



Agenda

AVRIL

lundi 24 avril

15h



**Lundi
entre Amis**

p.49

lundi 24 avril

19h15



**Projection de film
au Whall**

“Sugarland” *p.50*

mercredi 26 avril

11h30



**Cuisinons
ensemble**

p.51

jeudi 27 avril

19h



**Soirée
anniversaires**

p.52

vendredi 28 avril

14h



**Sport
Miniglof**

p.53

vendredi 28 avril

19h30



Ciné-débat

p.54

dimanche 30 avril

11h



Équipe Jeunes

**La mythologie
Grecque** *p.55*

du 1er mai au 5 mai

10h



Stage

“1 jour, 1 artiste” *p.56*

du 8 mai au 12 mai

10h



Stage

**“Récup’ qui
résonne”** *p.57*

Expo à la galerie Mathys «Détails»



La petite galerie de Bruno Matthys est située avenue Jules Detrooz à Woluwe-Saint-Pierre.

Voilà maintenant deux ans que nous nous y rendons régulièrement.

Nous aimons ce lieu ouvert, éclairé, assez petit.

Surtout nous aimons l'accueil de Bruno Matthys, sa façon de nous expliquer les œuvres exposées, sa façon de nous faire deviner des sujets, des détails, sa façon de mettre en avant les couleurs ou les ombres.

A chaque expo, Bruno expose quelques œuvres de deux artistes.

On essaye de voir les différences, les ressemblances, les sentiments exprimés.

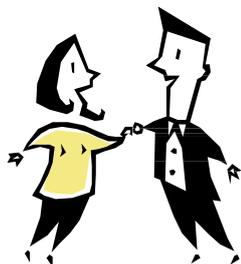
Et, bien sûr, un petit café au retour nous permet d'échanger et de noter nos questions, nos réactions.

**vendredi
14 avril**

Bernadette
de Mûelenaere
(0496/55 69 76)
Nicole Ruysen

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 16h30 au Silex
Prix: 5 €





Soirée dansante

Viens t'amuser avec tes amis et les animateurs et animatrices du Silex !

**vendredi
14 avril**

Les animateurs.trices te proposeront plein d'autres activités pour égayer ta soirée !

L'occasion de se retrouver et de partager un bon moment tous ensemble autour de délicieuses pizzas, de musique, de jeux, de discussions, ...

Bonne ambiance garantie !

Aurélia
Sarah
Justine
Mélanie
Claudio
DJ's Laurent &
Thierry

Alors si tu as envie de partager un moment de détente avec tous les amis du Silex, rejoins-nous pour cette soirée où Laurent et Thierry nous feront danser comme jamais !!!



Rendez-vous: 19h au Silex

Fin: 22h au Silex

Prix: 8 €

Nettoyage de printemps à Woluwe-Saint-Lambert



La commune de Woluwe-Saint-Lambert organise une vaste opération citoyenne pour « une commune plus propre ».

Essayons d'être nombreux pour participer dans la bonne humeur à cette opération de nettoyage .
La commune nous fournit le matériel nécessaire, sacs, gants, pinces,

Ayons un bon anorak adapté à ce travail !
Nous resterons près du Silex, le long de la Woluwe, près de l'étang, dans les rues proches, près de la Médiatine.

Il ne sera donc pas nécessaire de marcher beaucoup.

Des amis ou des membres de notre famille sont bienvenus !

Ceux qui ont une autre activité à 11h peuvent participer de 10h à 11h à l'opération, pour un meilleur environnement.

(Affiche page 58.)

Rendez-vous: 9h45 au Silex
Fin: 12h au Silex
Prix: Gratuit



samedi
15 avril

Bernadette
de Mûelenaere
(0496/55 69 76)
Graham Keen



Rencontre Famisol

**samedi
15 avril**

Mélanie
Claudio

La rencontre Famisol-Silex, c'est avant tout un moment convivial !

Après avoir accueilli chaleureusement les jeunes de Famisol, nous partagerons ensemble un moment festif et créatif au Silex.

Nous mangerons ensuite notre pique-nique tous ensemble, ce sera l'occasion de rencontrer des plus jeunes qui feront peut-être partie du Silex dans quelques années.

Ensuite Claudio et Mélanie vous proposeront des activités selon les envies: jeux, percussions, danse, tournoi de kicker, ... et, si nous avons de la chance avec le temps, parties de pétanque ou de tennis de table dans le jardin!

Nous terminerons la journée par un petit goûter avant de se séparer.

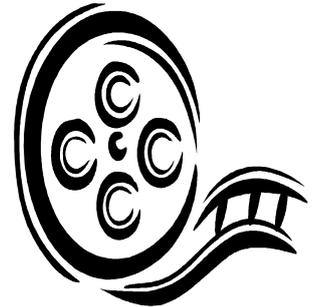
Rendez-vous: 11h au Silex

Fin: 16h au Silex

Prix: 5 €



Ciné-Club



Retrouvons-nous pour une après-midi cinéma!

Nous allons au Snack pour déguster une bonne pita et évidemment des frites.

Ensuite, direction le cinéma UGC De Brouckère.

N'hésitez pas à vous renseigner pour les films à l'affiche...

Et, évidemment, nous échangerons nos impressions sur le film...

Bon cinéma

samedi
15 avril

Viviane
De Blaere
(0485/ 06 46 18)
Chantal Hanique
Marie-Line
Lemmens
Anne Liénardy
Thierry Balint
Ghislaine
Gossez

Rendez-vous: 11h au Silex
Fin: 16h30 au Silex
Prix: 18 €





**dimanche
16 avril**

Alia Fournier
(0465/ 71 27 19)

Sarah Proficz
Christian
Byaombe
Malumalu

Équipe jeunes

Petit-déjeuner avec les scouts

Tu as entre 18 et 30 ans ? Envie de passer un chouette moment avec l'équipe jeunes ?

Au programme : petit déjeuner et rencontre avec les scouts !

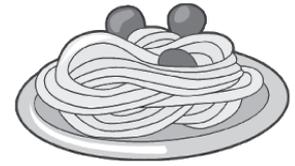
Nous accueillons des jeunes qui font partie de la patrouille des alouettes et des aurochs de la troupe des paladins. Ils souhaitent découvrir le Silex ! Bienvenue à eux !

Ils vont nous préparer des petits jeux d'ambiance autour d'un bon petit-déjeuner....

Une chouette matinée de rencontre et de partage.

Rendez-vous: 9h30 au Silex
Fin: 11h30 au Silex
Prix: 3 €

Spaghetti du midi



Un dimanche entre amis autour d'un bon repas !

Nous vous invitons autour d'un bon spaghetti...

C'est une activité qui rassemble énormément de monde au Silex. Un moment de partage, de convivialité et de découverte.

Nous allons apprendre des recettes originales.

Eh oui, les spaghettis... On peut les préparer de différentes manières. En partant de champignons, de courgettes, de scampis, ...

Sans oublier, les tagliatelles, les penne, les raffaellis...

dimanche
16 avril

Alain Chainiaux
(0485/00 58 95)

Murielle

Van Bellingen

Francine Pollaris

Stan Delehouzee

Christian

Byaombe

Malumalu

Rendez-vous: 11h30 au Silex

Fin: 14h30 au Silex

Prix: 7 €



**lundi
17 avril**

Philippe
de Mûelenaere
(0475/57 92 28)
Francine Pollaris
Virginie Blondeau

Vivre l'instant présent

Nous avons appris à nous relaxer et à mieux profiter de la vie avec des exercices très simples.

Nous essayons de mieux vivre l'instant présent et d'être pleinement conscients de ce que nous vivons.

Comment être heureux dans la vie?

Nous vous proposons de découvrir ensemble quelques conseils pour trouver le bonheur malgré les problèmes que nous rencontrons.

Nous le ferons à l'aide d'exercices, de musique relaxante et de chansons.

Rendez-vous: 9h30 au Silex

Fin: 11h au Silex

Prix: Gratuit



Donnons vie à nos photos

Les photos, que de souvenirs...

Rejoins-nous pour créer ton propre album.

Il suffit d'apporter des photos de vacances, de famille ou d'activités du Silex,...

Et hop, nous leur donnons une nouvelle vie à l'aide de papier, de pochoirs, de feutrines, de marqueurs,...

Chacun crée son décor selon sa créativité...

Un chouette moment de partage et de convivialité !



mardi
18 avril

Nicole Blondiau
(0479/91 39 59)
Nicole Suetens
Viviane
De Blaere

Rendez-vous: 14h au Silex

Fin: 16h au Silex

Prix: 3 €



**jeudi
20 avril**

Aurélia
Caro Naert

Bien-être

Méditation du soleil intérieur

Après le partage de notre météo intérieure et le réveil corporel en musique, nous profiterons de ce début de printemps pour nous balader dans notre monde imaginaire afin de réactiver notre soleil intérieur.

Lors de cette activité, Caroline t'invitera à te relaxer, à imaginer et à t'exprimer sur une grande feuille de papier, avec des pastels et des couleurs pour une expérience créative et relaxante.

Rendez-vous: 14h au Silex

Fin: 16h au Silex

Prix: 3 €



Forum des membres

Le cadre logique



Voici le premier forum des membres de 2023 !

Il est important que tout le monde y participe...
Nous avons besoin des avis de tout le monde
pour avancer. Cette fois-ci, nous te proposons de
venir discuter de l'« Éducation permanente » !

jeudi
20 avril

Qu'est-ce que l'éducation permanente, comment
nous en faisons ici au Silex, et pourquoi nous en
faisons?

Gilles
Le Conseil
d'administration

Mais surtout nous aimerions avoir ton avis sur
quelles activités tu voudrais que nous travaillions
tous ensemble. Tu le sais peut-être, nous avons
des thèmes, des cycles, et finalement des
activités. On aimerait parler de tout cela, tous
ensemble pour préparer de nouvelles activités
avec toi !

Bref nous avons besoin de ton aide pour faire...
de l'éducation permanente !

Alors, rendez-vous ce 20 avril à 19h au Silex, des
sandwichs seront prévus...

Rendez-vous: 19h au Silex
Fin: 22h au Silex
Prix: 7 €



Activités

samedi
22 avril

Cuisine créative (Justine)

Viens découvrir l'art de la cuisine et explorer des recettes créatives et colorées. Une cuisine gourmande et saine à la fois. Nous irons à la découverte de nos cinq sens en nous laissant imaginer et tester de nouvelles textures, saveurs, odeurs... aussi bien sucrées que salées.

Début: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 7 €



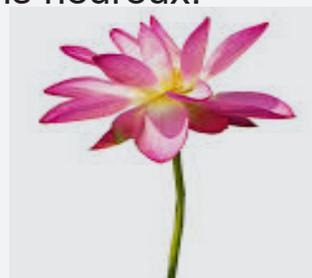
EP

samedi
22 avril

Vive les fleurs (Sarah)

Tu aimes les plantes et les fleurs, leurs odeurs, leurs formes et leurs couleurs ? Alors viens découvrir tout ce qu'on peut en faire, des décorations, des bouquets, des confitures ou des thés ! Une belle activité pour les amoureux et les gens heureux.

Début: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 7 €



EP

Relaxation sonore

Nous créerons une ambiance musicale apaisante en utilisant des instruments avec des sons doux et relaxants.

Nous découvrirons aussi quelques mouvements de relaxation, de respiration et de méditation.



samedi
22 avril

Noria
Claudio



Rendez-vous: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 5 €



Activités

samedi
22 avril

L'art ça me dit (Claudio)

Tu aimes découvrir de nouvelles techniques artistiques ?
Tu adores exploiter ta créativité ? Tu aimes les couleurs, la matière, la peinture, la sculpture, la couture, ... ?
Cet atelier va te faire voyager dans le monde merveilleux de l'Art avec un grand « A ». Tu pourras créer en t'amusant dans la bonne humeur et le sourire !

Début: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 5 €

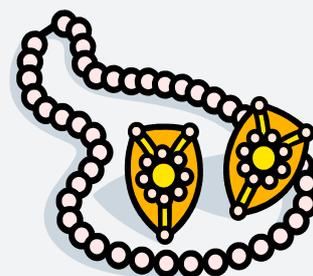


samedi
22 avril

Bijoux (Noria)

Tu as envie de découvrir la création et la réparation de bijoux ?
Tu as des bracelets qui traînent dans ton tiroir ou des bijoux que tu ne peux plus mettre parce qu'il leur manque des pièces ?
Alors, rejoins-moi à notre atelier bijoux 100% faits main !

Début: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 5 €



L'invité mystère

Mais qui est-ce?



Veux-tu découvrir une nouvelle culture ?
Un artiste ? Un personnage hors du commun ?

Alors, roulements de tambour, tonnerre
d'applaudissements... Qui se cache derrière
le rideau ???

Ce samedi, nous aurons un invité surprise !

Nous recevons une personnalité mystère qui
viendra nous faire découvrir son univers,
son métier, son monde !

Waw ! Quel suspense !

Allez, viens, la curiosité est à son comble !

samedi
22 avril

Justine
Sarah

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 10 €





**dimanche
23 avril**

Marie-Pierre
Colmant
(0476/ 56 56 27)
Graham Keen
Francine Pollaris

Animation musicale

Vous avez été nombreux à avoir apprécié la visite guidée au MIM en janvier.

Et surtout l'animation musicale proposée par Philippe Van Bellingen.

Cette fois-ci, il vient au Silex pour nous faire découvrir d'autres instruments.

Djembe, tambour, darbouka et bien d'autres... Venez-vous amuser au rythme des percussions!

Nous partagerons aussi un bon goûter...

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 16h30 au Silex
Prix: ? €



Lundi entre Amis



Le «Lundi entre Amis», c'est une activité entre les duos de parrainage du Ricochet et les membres plus âgés du Silex. Tout ça dans un esprit d'amitié!

**lundi
24 avril**

Pour ce mois d'avril, nous te proposons le vernissage des oeuvres de l'atelier «L'inclusion et la différence» qui a eu lieu tous les lundis des mois de mars et d'avril.

**Najat
Le Ricochet**

L'occasion de boire un petit verre et de questionner les oeuvres des artistes du Silex.

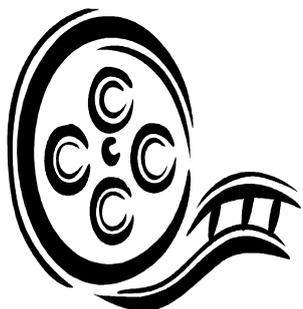
Alors partant.e pour cette découverte enrichissante?

Rendez-vous: 15h au Silex

Fin: 17h au Silex

Prix: Gratuit





**lundi
24 avril**

Martin Braun
(0477/37 29 18)

Béatrice
Stroobants
Viviane
De Blaere

Projection de film au Whall «Sugarland»

Sugarland, le pays du sucre !

Le sucre est partout !
Est-il vraiment bon pour la santé ?

Isabelle Molenberg, échevine de Woluwe Saint-Lambert et Carine Kolchory, échevine de Woluwe Saint-Pierre. Elles sont responsables dans le domaine de la santé et de l'égalité des chances dans leur commune.

Dans le cadre du projet « vivre sainement », elles nous invite à une projection autour d'un film « Sugarland ».

Sugarland veut dire en français le pays du sucre!

Dans ce film, nous allons découvrir où se cache le sucre... et quels sont les effets lorsque l'on consomme beaucoup de sucre.

Il faut déjà avoir mangé avant l'activité!

Rendez-vous: 19h15 au Silex

Fin: 22h au Silex

Prix: Gratuit



Cuisinons ensemble



Bienvenue à tous ceux qui aiment préparer de bons petit plats.

Nous apprendrons comment cuisiner des recettes saines et équilibrées.

Quels sont les aliments essentiels dans nos assiettes ?

Est-ce qu'on mange suffisamment de légumes?

C'est l'occasion de répondre à toutes ces questions et de partager des conseils.

Bon appétit!

mercredi
26 avril

Marion
Vander Meulen
(02/731 55 84)
Bernadette
Haenecour
Nicole Ruysen
Claudine
Weyembreg

Rendez-vous: 11h30 au Silex

Fin: 14h au Silex

Prix: 7 €





Soirée anniversaires

jeudi
27 avril

Amis d'avril, joyeux anniversaire !

Si vous êtes né(e) durant ce mois, vous êtes à l'honneur lors de ce souper.

Evidemment, c'est une soirée pour tous ceux qui souhaitent faire partie de la fête.

C'est aussi l'occasion de discuter, d'apprendre à mieux se connaître et surtout de s'écouter.

Être ensemble, c'est aussi l'entraide et donner un coup de main pour la cuisine.

Les soupers au Silex sont l'affaire de tous !

David Malfait
(0477/25 16 46)

Viviane
De Blaere

Rendez-vous: 19h au Silex

Fin: 22h au Silex

Prix: 7 €

Sport Minigolf



Et nous nous rendons au traditionnel minigolf du stade Fallon.

Nous partons à pied le temps de nous échauffer et c'est parti pour le parcours minigolf !

C'est surtout un moment d'amusement où chacun joue à son rythme.

Et nous terminerons par le petit verre pour partager nos exploits.

**vendredi
28 avril**

Marie-Pierre
Colmant
(0476/ 56 56 27)

Christian
Byaombe
Malumalu
Gratienne
De Plaen

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 16h30 au Silex
Prix: 8 €



**vendredi
28 avril**

Marianne
Ambrosi
(0497/14 17 35)
Benoît Boutin

Ciné-débat

Lors de cette soirée, nous allons voir des petits films (courts métrage) présentés par Philippe de la Vidéotheque Nomades.
Ensuite, nous prendrons le temps d'en discuter...

Une activité qui se déroule au Silex.

Un chouette moment d'échange et de partage.

Et on n'oubliera pas les pop corns !

**Attention, il faut avoir mangé avant l'activité
(Prévoir votre pique-nique si vous avez un atelier avant)**

Rendez-vous: 19h30 au Silex
Fin: 21h30 au Silex
Prix: 7 €



Équipe Jeunes

La Mythologie grecque



Tu as entre 18 et 30 ans ? Envie de passer un chouette moment avec l'équipe jeunes ? Cette activité est faite pour toi!

Nous continuons à en savoir un peu plus sur « la Mythologie grecque ».

Cette fois-ci, nous allons en discuter autour d'un repas.

Connaissez-vous une histoire des dieux grecs ?

Que savez-vous du mode de vie à l'époque ?

Un Chouette moment entre amis.

dimanche
30 avril

Adela Chit
(0489/26 37 95)
Alia Fournier

Rendez-vous: 11h au Silex
Fin: 13h30 au Silex
Prix: 7 €





du 1er au
5 mai

Auréli
Aurélia

Stage «1 jour, 1 artiste»

Et si on s'accordait une semaine pour regarder et apprendre 4 pratiques artistiques différentes ?

Écouter des interviews d'artistes, comprendre l'histoire de l'Art comme une histoire, comparer des œuvres anciennes à des nouvelles, et puis surtout s'INSPIRER !

Voilà le programme de ce stage de printemps, pour découvrir, redécouvrir et créer ensemble !

Si nous sommes fiers de nos productions, nous pourrons les partager autour d'un accrochage et créer un évènement pour tous les membres !

! Il ne reste que 5 places !

Rendez-vous: 10h au Silex
Fin: 16h30 au Silex
Prix: 100 €



MOBIB

OPÉRATION



Nettoyage de printemps 2023

Grande mobilisation citoyenne

15
samedi ~~16~~ avril 2023

*Participez à cette grande opération
pour une commune
toujours plus propre !*



Plus d'info sur www.woluwe1200.be

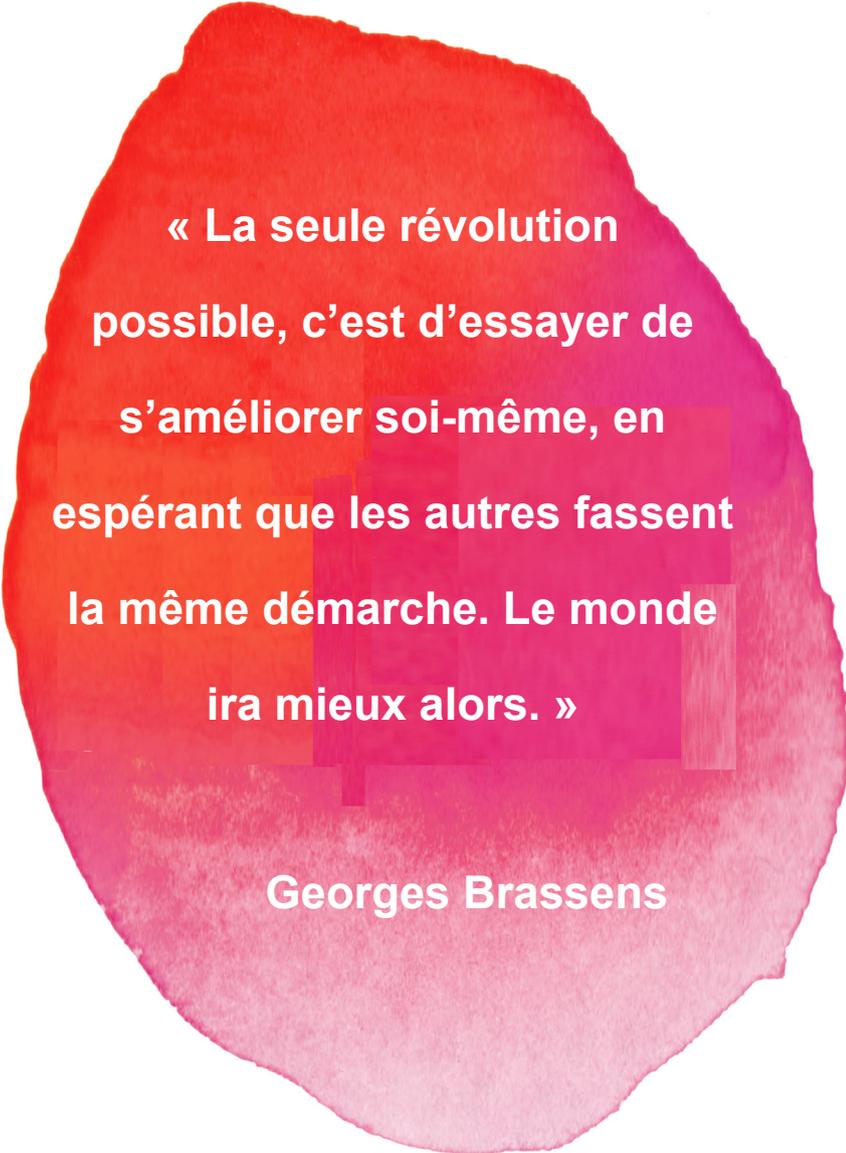
WOLUWE-SAINT-LAMBERT

www.woluwe1200.be



Calendrier des ateliers et des activités 2022-2023

Ateliers créatifs hebdomadaires				Activités des samedis 1X par mois			1X par mois		
Mardi	15h - 16h30	Fanzine	Mélanie et Justine	10h – 13h	Vive les fleurs !	Sarah			
	17h15 - 18h45	Musique	Francesco et Claudio	10h – 13h	Relaxation sonore	Noria et Francesco			
	17h15 - 18h45	Mosaïque	Aurélie et Aurélia	10h – 13h	Exploration culinaire	Claudio			
	17h15 - 18h45	Bricol'Art	Sarah	10h – 13h	Podcast	Aurélie et Aurélia			
	17h15 - 18h45	Chant	Noria	10h – 13h	L'art et la manière	Mélanie			
Mercredi	17h15 - 18h45	Terre	Sarah	10h – 13h	Cuisine Créative	Justine			
	17h15 - 18h45	Dessin	Aurélie	14h – 17h	Petites gravures	Aurélia			
	17h15 - 18h45	Théâtre	Thomas	14h – 17h	Futur Futé	Aurélie			
	17h15 - 18h45	Rythme en corps	Noria et Francesco	14h – 17h	L'art ça me dit !	Francesco			
	15h - 16h30	Bon appétit	Sarah et Noria	14h – 17h	Bijoux	Noria			
Jeudi	17h15 - 18h45	Tisser des liens	Justine et Aurélie	14h – 17h	Sport	Mélanie et Claudio			
	17h15 - 18h45	Photo	Aurélia et Mélanie	14h – 17h	L'invité mystère	Justine et Sarah			
	17h15 - 18h45	Percussion	Claudio						
	17h15 - 18h45	Sculpture	Francesco	14h – 16h	Bien-être	Aurélia			
	15h - 16h30	Carnet bien-être et créatif	Aurélia	En journée	Sortie Culturelle	Tournante			
Vendredi	17h15 - 18h45	Quartier Libre	Justine	10h – 18h	Excursion	Tournante			
	17h15 - 18h45	Expression Corporelle	Claudio	En soirée	Sortie Spectacle	Tournante			
	17h15 - 18h45	Mêle-Tout	Mélanie	19h – 22h	Soirée Dansante	Tournante			



« La seule révolution possible, c'est d'essayer de s'améliorer soi-même, en espérant que les autres fassent la même démarche. Le monde ira mieux alors. »

Georges Brassens