

MARS 2020



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



Journée Mondiale de la Trisomie 21

INSCRIPTIONS À PARTIR
DU LUNDI 2 MARS
À PARTIR DE 8H
AU 02/762 40 09



TABLE DES MATIÈRES

Éditorial.....	3
Anniversaires.....	4
Échos.....	5-12
Nouvelles en bref.....	13
Activités.....	14-49
Agenda	25-28
Calendrier des ateliers 2019-2020	51





Nous voilà bientôt au printemps...

Un mois qui marquera le retour des activités extérieures.

Nous allons donc profiter des belles balades printanières et de notre magnifique jardin.

C'est aussi le début des nombreux séjours organisés par le Silex.

Le séjour à Saint-Idesbald où nous irons à la mer pour une démarche citoyenne.

En effet, nous retrousserons nos manches pour récolter les déchets... Une initiative importante pour l'Éducation Permanente.

Nous vous souhaitons un printemps rempli de bons moments !

L'équipe du Silex



Ça bourgeonne au
Silex!



Anniversaires

MARS

2	MOURA RIBEIRO	LILIANA	02/219 51 30
2	YERNAUX	FRANÇOISE	02/308 89 04
3	LADRIERE	DAVID	02/219 49 95
4	YING	QIAOWEI	0484/64 25 39
5	VERPLANCKE	JOSIANE	02/731 09 06
5	PAULET	CHRISTIAN	
6	HINNEKENS	NICOLE	02/673 86 78
6	THIRAN	PATRICK	0473/49 00 61
7	SCHOONJANS	ARNAUD	02/772 03 31
9	GERARD	MARCEL	02/771 36 10
10	RUYTINX	CORINNE	02/354 63 27
12	HAMELRYCK	JEAN-CLAUDE	02/268 68 39
14	JOASSIN	SAMUEL	0473/71 23 82
15	BOUMEZGANE	ALI	02/217 14 44
15	DEVIS	JOSE	02/522 52 58
16	T'SERSTEVENS	ARNAUD	
16	GODEAU	CHRISTIAN	02/345 33 72
18	CRABBE	THOMAS	02/851 12 27
19	VAN DE KERCHOVE	CELINE	02/460 68 33
19	PENDEVILLE	MURIEL	0477/96 45 66
20	PUISSANT	ASTRID	02/358 45 55
22	GAONA	LAETITIA	02/660 48 73
26	NIEDZIELSKI	DARIUSZ	02/734 04 09
28	LIENARDY	ANNE	
28	DUMOULIN	VIRGINIE	0478/96 93 00
28	JACOBS	FABIENNE	02/673 35 37
28	NDAYIZIGA	ANNE	02/646 11 45
31	WILLOCQ	WILLIAM	02/373 52 81

50^{ans}
le
Silex





OPÉRATION SAPINS - BOUTIQUE DE NOËL

Notre réunion bilan a eu lieu le 3 février.

C'est avec beaucoup de plaisir que nous vous annonçons le bénéfice extraordinaire et record de 153.250 euros.

C'est un chiffre super !

Grand merci à tous ceux qui ont aidé et à tous ceux qui ont acheté.

Quelques chiffres intéressants :

4934 clients

4074 sapins vendus

14346 objets vendus à la boutique

3062 croisillons vendus (prix moyen : 6, 80)

Plus de 420 personnes ont participé activement à l'opération

Samedi 7 décembre : notre plus grosse journée :

622 sapins vendus et 459 croisillons vendus

Solidarité

A tous encore un grand merci !

Rendez-vous en décembre 2020

Sans les sapins et la boutique, le Silex n'existerait pas. Sans vous tous, l'opération ne serait pas possible !

Bernadette



UNE JOURNÉE À LA LOUVIÈRE

samedi 18 janvier

Nous sommes arrivés vers 11 heures et nous avons eu la chance de découvrir le marché de La Louvière. Il y avait beaucoup de produits italiens, des saucissons et des fromages. Tout le monde parlait italien ! « Va bene ! » Nous avons pris quelques informations à l'office du tourisme et nous sommes ensuite allés dîner au Quick.

Après le repas de midi, nous avons visité le centre de la gravure et de l'image imprimée pour voir l'exposition « Entre chien et loup » de Kiki Smith. Il y avait des dessins, de la peinture et des gravures sur le corps humain et sur les loups.

Excursion

Ensuite nous avons mangé une crêpe et bu un milkshake ou un chocolat chaud dans un bar à chats. Nous avons vu 3 chats : Simba, Garfield et Poussinet, ils étaient tous roux ! On pouvait les prendre en photo, les caresser et même jouer avec eux. C'était un bon moment !

Sur le chemin du retour, nous nous sommes arrêtés à l'ascenseur de Strépy-Thieux où nous avons pu voir une grande péniche se mettre en route. Enfin, nous sommes rentrés au Silex.

Merci à tous pour cette bonne journée !

Emmanuel, Stefan, Jérôme, Marina, Yann, Fanny, Mélanie et Emilie.





SOIRÉE SPECTACLE

mardi 21 janvier

Le spectacle du Centre Bruegel a été annulé en dernière minute. Nous avons dû trouver une solution pour passer quand même un bon moment entre nous ! Aurélia et Sara ont contacté le TRAC à Auderghem pour voir s'il restait quelques places pour nous à leur spectacle.

La pièce "Bienvenue chez Vous" était un spectacle d'improvisation. Tous les spectateurs ont pu écrire leurs suggestions sur des petits papiers. Un des comédiens a ensuite tiré au sort un thème. Les comédiens ont joué le thème proposé par les spectateurs.

Nous avons mangé un bout et bu un verre en regardant le spectacle. C'était drôle ! Nous nous sommes bien amusés et avons passé une bonne soirée.

Le groupe de la sortie spectacle.

Changement de programme!



DIX CONSEILS POUR MIEUX MANGER

jeudi 23 janvier

- 1) Pyramide alimentaire. Il faut manger de tout.
- 2) Manger des aliments de saison (notamment pour les fruits et les légumes).
- 3) Eviter trop de sel, éviter trop de sucre, (gare aux chips !!!!).
- 4) Boire beaucoup : 1,5 litre. De préférence de l'eau. Pas de sodas, pas trop de café, pas trop d'alcool.
- 5) Manger des fruits et des légumes.(2 fruits et 3 doses de légumes crus ou cuits).
- 6) Manger des protéines qui nous donnent de la force : poissons gras, pois chiches, lentilles, œufs, poulet, viandes rouges.
- 7) Employer moins de graisses (huile d'olive, tournesol,colza...). Trop de graisses nous font grossir et peuvent entraîner des problèmes de tension, de santé pour le cœur. Trop de poids est mauvais pour la santé et entraîne des difficultés.
- 8) Manger toutes les 3-4 heures.
- 9) Bien choisir une bonne collation : pas de biscuits, mais fruits, yaourts,...
- 10) Assiette idéale avec la moitié de légumes, un quart de féculents (riz, pâtes, pain.), un quart de protéines.

Bien-être
et santé

Merci à Béatrice et Martin pour leurs dessins bien colorés.

Jacqueline, Doris, Thierry, Bernadette





EXPO « PAUL DELVAUX, L'HOMME QUI AIMAIT LES TRAINS » samedi 1^{er} février

Cette expo a lieu à la gare de Schaerbeek qui est le Musée du train.

L'expo de Paul Delvaux s'intègre bien dans le musée du Train.

Paul Delvaux est un peintre belge. Il a peint beaucoup de gares et de trains qui lui rappelaient son enfance et ses voyages.

Sur les tableaux, on voit chaque fois une petite fille en rouge qui est de dos. C'est un mystère.

Les tableaux sont plutôt sombres, au début de la nuit.

Ce qui éclaire les tableaux, ce sont des lampadaires, des bougies, la lune. Souvent aussi on aperçoit des points rouges, les phares des trains.

On a parlé des classes 1, 2 et 3 dans les trains, suivant le confort et la décoration.

On a vu le train royal de Léopold II.

On a vu la plus vieille locomotive.

C'était une chouette visite avec une guide qui parlait lentement, clairement, avec des explications simples et amusantes.

Thibaut, Thierry, Bernadette

La culture,
j'y ai droit!



Journée à Komchétamère samedi 1^{er} février

Le matin, on a visité les locaux de la maison de Florence du collectif Komchétamère à Bruxelles, à Ixelles.

On a commencé par se déguiser comme on voulait.

On a préparé un repas avec des légumes du jardin, on a appris comment utiliser des déchets quand on cuisine.

On a aussi mangé des pâtes avec des légumes.

On a goûté des jus naturels, par exemple de kiwis.

L'après-midi, c'était un atelier libre, dessin, poupées en laine, cadres.

Création et
cuisine

C'était bien parce qu'on a pu s'exprimer.

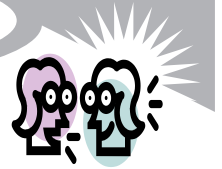
C'était bien parce qu'on pouvait créer comme on voulait.

C'était varié.

On avait apporté beaucoup de choses du Silex.

Jacqueline et Maya





DIX CONSEILS POUR MIEUX PRENDRE SOIN DE SON CORPS

Christine Delecoeuillerie nous a préparé une belle animation avec questions, jeu « vrai ou faux », tests de crèmes, exercices ...

Chacun a reçu un sac avec des échantillons pour pouvoir appliquer tous ces conseils.

Dix conseils parmi d'autres...

1. Je protège ma peau du soleil. La crème avant-soleil est différente de la crème après-soleil. Il faut rester à l'ombre aux heures chaudes.
2. Je me lave le corps, les dents, les oreilles. J'emploie un gant de toilette. Je préfère la douche pour bien me laver et avoir une peau moins sèche.
3. Je me lave longuement les dents avec un bon dentifrice matin et soir, si possible après le repas.
4. Je combats les odeurs de transpiration : se laver au savon, mettre un déodorant et même un anti-transpirant, changer de linge.
5. J'hydrate ma peau, j'emploie chaque jour une crème adaptée pour le visage, le corps, les mains.

Bien-être
et santé

Échos



DIX CONSEILS POUR MIEUX PRENDRE SOIN DE SON CORPS

6. Je me couvre quand il fait froid. La peau est très sensible au froid.
7. Je mange de façon saine et équilibrée.
8. Je bois 1,5 l d'eau par jour, j'évite l'alcool.
9. J'essaye de bien dormir, le sommeil est réparateur pour la peau.
10. Je fais de l'exercice régulièrement.

Bien-être
et santé

Un grand merci à Christine. C'était super...

Bernadette



Nouvelles

en bref



REPAIR CAFÉ

Réparer ensemble, c'est l'idée principale qui anime les Repair Cafés. On y vient avec un objet défectueux ou abîmé. Avec l'aide d'un expert bénévole, on le remet en état.

Le Repair Café, c'est également un lieu de rencontres et de découvertes où on peut prendre le temps de boire un verre ou de déguster une part de tarte dans une ambiance conviviale. N'hésitez pas à y aller avec un petit électro, un objet en bois ou un vêtement à réparer.

Cela se passe tous les troisièmes dimanches du mois de 14 à 18 heures aux ateliers de la Rue Voot. Le prochain Repair Café aura donc lieu le dimanche 15 mars.

UN DÉPART ET UNE ARRIVÉE!

Vous l'aurez sans doute entendu, Wajdi a décidé de s'envoler vers d'autres horizons professionnels. Nous avons alors accueilli Paul. Il animera, pour le moment, les ateliers Percussions et Chant. Sara aidera Françoise sur le projet Stop Motion!

PETIT MOT DE JEAN MYLONAS

Un grand merci à toute l'équipe du spaghetti du midi pour les bons moments passés ensemble. Ce serait chouette d'acheter de nouvelles casseroles et essuie pour la cuisine.

VACANCES DE PRINTEMPS (PÂQUES)

Les ateliers seront interrompus durant les vacances de Printemps (Pâques). Il n'y aura donc pas d'ateliers entre le 6 avril et le 17 avril 2020.



Activités



LuAPE Jeux Gourmands

mercredi
4 mars

Françoise
Abdeslam

Les animatrices te proposent un moment gourmand lors d'un goûter au Silex.

Nous partirons ensuite à la ludothèque du Parc Parmentier pour jouer à des jeux de société que nous choisirons ensemble.

Dans la bonne humeur, le rire et l'amitié, viens découvrir de nouveaux jeux de société et te régaler !

Citoyen Actif

Rendez-vous: 15h au Silex
Fin: 17h30 au Silex
Prix: 4 €
Inscriptions: par téléphone au Silex





Atelier d'écriture

jeudi
5 mars

Profitons d'un moment pour nous retrouver...

Écrire un article, un écho, une réaction à une activité, nous sommes tous capables de le faire.

C'est l'occasion aussi de parler des activités, de faire connaître nos ateliers, de partager nos avis et nos souvenirs.

On prend le temps de s'écouter et de parler des activités du Silex. Rejoignez-nous!

Christine Badart
(0477/30 27 70)

La Criée, c'est
notre affaire
à tous

Rendez-vous:	16h au Silex
Fin:	17h30 au Silex
Prix:	gratuit
Inscriptions:	par téléphone au Silex





Soirée d'échange La Stib

jeudi
5 mars

Anne Liénardy

(0498/90 20 66)

Nicole Suetens

Viviane De Blaere

Alexia Springuel

Vous prenez parfois le bus ? Ou le tram ? Ou encore le métro ? La mobilité à Bruxelles vous intéresse ? Vous aimeriez en savoir un peu plus sur le fonctionnement de la STIB ? Vous aimeriez savoir quels sont les futurs développements du réseau ? Si la réponse à l'une de ces questions est « oui », alors la soirée du 5 mars est faite pour vous.

J'aurai le plaisir de partager un moment avec vous, de vous présenter à cette occasion les différentes facettes du transport public à Bruxelles et de vous faire partager les quelques trente neuf années durant lesquelles j'ai eu le plaisir de travailler pour le plus grand employeur de Bruxelles.

Retrouvons-nous au Silex pour partager durant une soirée nos différentes expériences de mobilité au sein de la capitale de l'Europe. Pensez également à préparer vos questions, car, après la présentation, nous aurons l'occasion de débattre tous ensemble autour de ce sujet.

J'espère vous voir nombreux à cette occasion.

Citoyen actif
et solidaire

Rendez-vous:	19h au Silex
Fin:	22h au Silex
Prix:	5 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex



Activités



Soirée dansante Musique du Monde

vendredi
6 mars

Pour cette soirée dansante du mois de mars, nous te proposons de venir danser sur des rythmes endiablés et des sons venus d'ailleurs. Attention ça va déhancher !

Tous les
animateurs

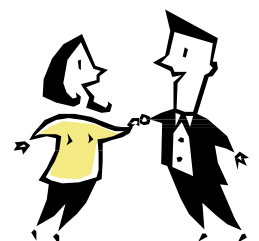
Au programme : musiques et tubes d'Afrique, du nord, du sud, de l'est et de l'ouest, musique d'Asie et de Bollywood, musique d'Orient, ... Peut-être que certains d'entre vous pourront s'essayer à la danse du ventre ?!

Et évidemment, au menu du souper il y aura un plat exotique : du boulgour avec des légumes en sauce accompagnés de falafels.

Alors on danse!

Alors si tu as des fourmis dans les jambes, rejoins-nous pour cette soirée dansante qui te fera voyager à coup sûr !

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



Activités



Une journée à Liège

samedi
7 mars

Mélanie
Sara

Pour cette journée d'excursion, nous partons à la découverte de Liège. Nous commencerons par visiter le célèbre musée de la Boverie qui présente l'exposition « *Hyperrealism Sculpture. Ceci n'est pas un corps* », plus vraie que nature ! Ce sera l'occasion de découvrir le courant d'art contemporain de sculpture hyperréaliste.

Si le temps nous le permet, nous pique-niquerons dans le parc et nous irons ensuite flâner dans le centre-ville. Nous découvrirons les multiples facettes architecturales et les jolis recoins de la ville sous forme de chasse aux trésors.

Avant de rentrer sur Bruxelles, nous irons prendre un café ou un chocolat chaud avec une gaufre... de Liège !? Oufi, ça va être chouette, alors rejoins-nous !

N'oublie pas ton pique-nique et ta carte de stationnement.

Excursion

Rendez-vous: 10h au Silex
Fin: 18h au Silex
Prix: 30 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



18





Activités



Ciné-Club

Nous partons du Silex,
direction Place de Brouckère...

Là nous mangerons une pitta, un durum ou autre
chose, avec des frites bien sûr !
Nous irons ensuite au cinéma UGC-De Brouckère
voir un bon film.

N'oubliez pas de vous renseigner sur les films à
l'affiche pour qu'on choisisse ensemble.

Nous passerons ainsi un bon moment de détente.
Ensuite, nous partagerons nos impressions sur le
film.

samedi
7 mars

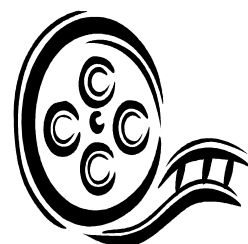
Françoise Malchair
(0476/98 55 42)

Véronique
Demuylder
Marie Vicente
Cyril Debroux

La culture,
j'y ai droit!

Rendez-vous:	11h au Silex
Fin:	17h au Silex
Prix:	15 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex

MOBIB



Activités



Equipe Jeunes Rencontre avec les scouts

dimanche
8 mars

Adela Chit
(0489/26 37 95)
Ferdinand
de Lhoneux
Laurence Devillers

Ce sera une belle après-midi de rire, de partage et pleine de surprises !

Le Silex est un lieu de rencontre où l'amitié se crée au fil du temps...

C'est pour cela que nous nous réjouissons de nouvelles rencontres.

Cette-fois ci, Ferdinand, chef patrouille des guépards de la troupe des Archers de Saint Sébastien des Lones, viendra avec d'autres jeunes au Silex.

Échange et
partage

Un moment convivial autour de jeux de société et d'un délicieux goûter.

N'hésite pas à apporter ton jeu favori...

Rendez-vous:	14h30 au Silex
Fin:	17h30 au Silex
Prix:	2 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex



Activités



Souper d'échange Natagora: le chant des oiseaux

jeudi
13 mars

À l'approche du printemps, la nature s'éveille...
Les paysages changent et les oiseaux font la fête !

C'est avec enthousiasme que nous accueillons
Jan Terlinck et son équipe. Ils nous feront
voyager autour des chants d'oiseaux.

Nous allons apprendre à distinguer les différents
sons, chants mélodieux... Serait-ce une alouette
ou un rossignol?

Nous allons tenter de les découvrir...

Claudine
Weyemberg
(0477/42 48 34)
Julie Hendrickx
Martin Braun
Béatrice
Stroobants
Véronique
Tennstedt
Graham keen

Bien-être et
environnement

Rendez-vous:	19h au Silex
Fin:	22h au Silex
Prix:	5 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex



Activités

samedi
14 mars

SPORT - Squash (Aurélia et Eléonore)

Le squash est un sport de raquette, qui se pratique par 2, dans une petite salle. La particularité de ce sport est que la balle peut rebondir sur tous les murs. Un moment pour bouger, se dépenser et découvrir entre amis. N'oublie pas ta tenue et tes chaussures de sport mais aussi ta raquette et tes balles de squash !

Début: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 10 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



samedi
14 mars

FAIS-LE TOI-MÊME! (Abdeslam)

Fabriquer un petit carnet, ce n'est pas si difficile ! Je te propose une méthode très accessible : à partir de feuilles au format A4, nous pourrions créer un carnet d'une vingtaine de pages avec la possibilité d'une reliure cartonnée de couleur. Tu pourras l'utiliser comme carnet de dessin, journal intime ou encore y coller des photos !

Début: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 5 €
Inscriptions: par téléphone au Silex





Activités



Ciné-Club

Nous partons du Silex,
direction Place de Brouckère...

Là, nous mangerons une pitta, un durum ou autre
chose avec des frites bien sûr !
Nous irons ensuite au cinéma UGC-De Brouckère
voir un bon film.

N'oubliez pas de vous renseigner sur les films à
l'affiche pour qu'on choisisse ensemble.

Nous passerons ainsi un bon moment de détente.
Ensuite, nous partagerons nos impressions sur le
film.

samedi
14 mars

Viviane De Blaere
(0485/06 46 18)

Anne et
Thérèse Liénardy
Ghislaine Gossez
Thierry Balint
Christine
Delecoeuillerie

La culture,
j'y ai droit!

Rendez-vous: 11h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 15 €
Inscriptions: par téléphone au Silex

MOBIB



les rencontres
Futur Futé

samedi
14 mars

Eléonore
Marie, des ateliers
de la rue Voot

Futur Futé Peinture sur céramique

Futur Futé, c'est un projet de rencontre et de partage, autour des valeurs du développement durable et de la biodiversité, avec comme partenaire les ateliers de la rue Voot.

Ce samedi, nous te proposons de découvrir ensemble les techniques d'émaillages, décors et peinture au pinceau. Tu pourras appliquer ces techniques sur des bols récupérés de l'atelier céramique afin de leur offrir une seconde vie.

Nous irons rejoindre nos amis de la Rue Voot dans leurs locaux pour profiter d'un chouette moment de rencontre.

C'est de l'art!

Rendez-vous: 13h30 au Silex
Fin: 16h30 au Silex
Prix: 15 €
Inscriptions: par téléphone au Silex

les rencontres
Futur Futé

MARS

Agenda



mercredi 4 mars

15h



LuAPE
Jeux Gourmands
p.14

jeudi 5 mars

16h



Atelier d'écriture
p.15

jeudi 5 mars

19h



Soirée d'échange
p.16

vendredi 6 mars

19h



Soirée dansante
p.17

samedi 7 mars

10h



Une journée
à Liège
p.18

samedi 7 mars

11h



Ciné-Club
p.19

dimanche 8 mars

14h30

Equipe Jeunes
Rencontre avec les scouts
p.20

jeudi 12 mars

19h

Souper d'échange
Natagora
p.21

samedi 14 mars

10h



SPORT
Squash
p.22

samedi 14 mars

10h



Fais-le
toi-même!
p.22

Agenda

MARS



samedi 14 mars

11h



Ciné-Club

p.23

samedi 14 mars

13h30



Futur Futé

p.24

samedi 14 mars

14h



Bien-être
Relaxation

p.29

samedi 14 mars

14h

Récupère ta canette !
Métal repoussé

p.29

dimanche 15 mars

12h



Équipe Jeunes
Rencontre avec
les scouts

p.30

mardi 17 mars

14h



Donnons vie à nos
photos

p.31

mercredi 18 mars

11h30



Cuisinons
ensemble

p.32

mercredi 18 mars

14h

Sortie Culturelle
Exposition "Superheroes
Never Die"

p.33

jeudi 19 mars

13h30

Voyage photographique
Visite du See You

p.34

jeudi 19 mars

19h

Soirée d'échange
Handicap International

p.35

MARS

Agenda



samedi 21 mars 14h15

Équipe jeunes
Spectacle "De sueur
et d'encre" p.36

dimanche 22 mars 8h30



Balade
gourmande p.37

lundi 23 mars 14h

Lundi entre Amis
Après-midi créative p.38

mercredi 25 mars 14h



Pâtisserie p.39

jeudi 26 mars 19h



Souper
Anniversaires p.40

jeudi 26 mars 19h30



Sortie
Spectacle p.41

vendredi 27 mars 13h30



Stop Motion p.42

samedi 28 mars 10h



L'art ça me dit p.43

samedi 28 mars 10h



Stop Motion p.43

samedi 28 mars 14h



Masques p.44

Agenda

MARS



samedi 28 mars

14h

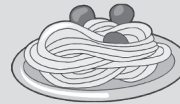


Pâtisserie
décorative

p.44

dimanche 30 mars

11h30



Spaghettis
du midi

p.45

mardi 31 mars

19h15

Exploration du monde
L'Australie, sur les pistes
du rêve p.46

mercredi 1^{er} avril

10h

Sortie Spectacle
Humans à Wolubilis p.47

jeudi 2 avril

19h



Soirée d'échange
Jeux de société p.48

vendredi 3 avril

19h



Soirée dansante
Karaoke p.49

5^{ans}
le
Silex

Activités

EP

samedi
14 mars

BIEN-ÊTRE / RELAXATION (Aurélia)

Chaque mois, je te propose un espace/temps consacré au bien-être. Tu pourras prendre conscience de ton corps par l'auto-massage, le yoga et le mouvement corporel ou encore des jeux sensoriels. L'atelier se terminera par une création et un temps d'échange pour te permettre, si tu le souhaites, d'exprimer ton vécu durant l'atelier.

Début: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 5 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



samedi
14 mars

RÉCUPÈRE TA CANETTE! Métal repoussé (Abdeslam)

Nous allons utiliser des feuilles de métal d'aluminium récupérées et découpées pour créer de beaux objets décoratifs. À l'aide de tiges de bois, nous tracerons des motifs ou dessins qui se verront en relief, c'est la technique dite du métal repoussé! Nous pourrons ensuite les mettre en couleur à l'aide de marqueurs.

Début: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 5 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



Activités



Equipe Jeunes Rencontre avec les scouts

dimanche
15 mars

Najat Ahraoui
Gauthier Andrien
Lola Thiébaud

Nous allons passer un chouette dimanche au Silex !

Au programme : rencontre, partage et jeux de société.

En décembre, Gauthier et d'autres pionniers de l'Unité scout de Enghien (BR001) ont participé activement à l'opération sapins. Cette fois-ci, ils reviennent au Silex pour partager de chouettes activités et surtout un moment convivial.

Des idées de jeux? Nous comptons sur toi pour apporter ton jeu favori !

Échange et
partage

Rendez-vous:	12h au Silex
Fin:	15h au Silex
Prix:	7 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex



Activités



Donnons vie à nos photos

mardi
17 mars

Nicole Blondiau
(0479/91 39 59)
Nicole Suetens

Vous souhaitez nous raconter l'histoire de votre vie ?

C'est l'activité idéale ! Pour cela, nous avons besoin de photos de famille, de paysages et de souvenirs.

Il y aura du matériel pour décorer vos photos, il vous suffit de laisser place à votre imagination.

Un moment de créativité où vos souvenirs vous feront sourire...

Rejoignez-nous pour mettre vos photos en valeur.

Vous êtes tous les bienvenus pour une séance découverte.

Scrapbooking

Rendez-vous:	14h au Silex
Fin:	16h au Silex
Prix:	3 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex



Activités



Cuisinons ensemble

mercredi
18 mars

Etienne Haencour
(0477/76 09 82)

Christine Coppens

Marion

Vander Meuleun

Viviane De Blaere

Nicole Ruysen

Nous voilà bientôt au printemps...

Notre équipe va probablement prévoir un repas printanier, un repas délicieux, un repas équilibré, un repas simple aussi pour que chacun puisse participer à la préparation et retenir la recette.

En effet, cela peut être un des buts de cette activité fort appréciée du mercredi midi : refaire chez soi ce qu'on a appris au Silex.

Idées de décoration, idées de présentation,... n'oubliez pas de venir avec vos idées aussi.

Bien-être et
environnement

Rendez-vous: 11h30 au Silex
Fin: 14h au Silex
Prix: 5 €
Inscriptions: par téléphone au Silex





Activités



Sortie Culturelle

Exposition «Superheroes Never Die»

mercredi
18 mars

Batman, Superman, Spiderman, Captain America... Nous connaissons tous ces super héros depuis notre petite enfance.

Eléonore
Aurélia

L'exposition « Superheroes Never Die. Comics and Jewish Memories » raconte comment naissent les super héros. Elle raconte aussi comment la bande dessinée américaine s'entremêle aux événements de l'Histoire.

Nous irons au musée Juif de Belgique, pour découvrir plus de 200 œuvres et nous serons accompagnés d'un guide.

Venez nombreux !

La culture,
j'y ai droit!

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 16 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



Activités



Soirée d'échange Handicap International

jeudi
19 mars

Ancien directeur de Handicap International (rebaptisé dernièrement Humanité et Inclusion) Belgique, Angelo Simonazzi nous parlera du travail de cette association internationale, de son expérience sur le terrain, des projets dans des pays du Sud, des rencontres auprès des personnes en situation de handicap et des problématiques du handicap dans les pays les plus pauvres de la planète.

Venez partager vos expériences si vous avez visité des pays du Sud et connu des situations de grande pauvreté et d'exclusion. Ou venez, tout simplement, écouter et partager les problématiques de la prise en charge du handicap dans différents pays.

Christine Coppens
(02/770 77 45)
Béatrix Haenecour
Angelo Simonazzi
Graham Keen
Etienne Haenecour
Marion Vander Meulen
Nicole Blondiau

Citoyen actif
et solidaire

Rendez-vous:	19h au Silex
Fin:	22h au Silex
Prix:	5 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex





Equipe jeunes Spectacle «De sueur et d'encre»

samedi
21 mars

Laeticia Drayes
(0470/26 10 85)
Alexia Springuel

En route pour un spectacle époustouflant au Wolubilis !

Nous allons découvrir des artistes exceptionnels, Barcode circus compagny. Une troupe qui nous vient de Montréal.

De sueur et d'encre nous raconte comment fonctionne notre mémoire... Une histoire à travers l'art du cirque ! Des acrobaties, des jongleries, des cerceaux aériens,...

La culture,
j'y ai droit!



Rendez-vous: 14h15 au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 18 €
Inscriptions: par téléphone au Silex

MOBIB



Activités



Balade gourmande

Aux confins de Woluwe-Saint-Lambert,
une farandole de styles...

dimanche
22 mars

Marie Vicente
(0494/73 70 30)

Nos amis du Lions Club Woluwe Constellations nous invite à participer à leur balade gourmande. Le départ de cette marche se fera au Silex. Le parcours fait 6km et est rythmé par des arrêts pour déguster des produits et préparations locales : Un petit déjeuner, un en-cas, un apéro, un repas et un dessert. Pour le repas, vous avez la possibilité de choisir entre des boulettes sauce tomate, du stoemp saucisse ou des pâtes végétariennes.

Les bénéfices de cette balade gourmande sont destinés à aider les œuvres soutenues par les Lions de Woluwe. Le Silex fait partie de ces œuvres.

Bienvenue à TOUS nos membres adeptes de la marche et de la bonne nourriture.

Bon appétit!

Rendez-vous:	8h30 au Silex
Fin:	16h30 au Silex
Prix:	28 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex



Activités



lundi
23 mars

Emilie
Mélanie (Ricochet)

C'est de l'art!

Lundi entre Amis Après-midi créative

Pour ce Lundi entre Amis du mois de mars, nous vous invitons à partager ensemble une après-midi créative.

Nous vous donnons rendez-vous au deuxième étage du Silex pour laisser place à votre créativité débordante autour de la découverte d'une voire de plusieurs techniques artistiques. Ce sera aussi l'occasion d'échanger et de se raconter les dernières activités partagées avec d'autres membres du Silex.

Nous prendrons ensuite un goûter, le temps pour chacun d'admirer les créations des autres personnes.

Autour d'une activité 100% artistique, viens partager un moment convivial entre amis !

Rendez-vous:	14h au Silex
Fin:	16h30 au Silex
Prix:	10 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex





Activités



Pâtisserie

A vos marques... prêts ? Pâtissez !

Au Silex, c'est vous les meilleurs pâtissiers.
Un atelier gourmand où l'on apprend à préparer de bons gâteaux.

Nous échangerons des astuces, des techniques et des gestes simples pour réaliser de délicieuses pâtisseries.

Après la préparation, un temps de dégustation bien mérité autour d'un bon thé...

mercredi
25 mars

Patricia Maumin
(02/687 23 30)

Yasmin
Waterschoot
Marie Vicente

Acteur
responsable

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 3 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



Activités



Souper anniversaire Février et Mars

jeudi
26 mars

Steven Pomeranc
(0477/27 48 56)
David Malfait
Mélanie (Ricochet)

Comme chaque mois, le dernier souper du mois est consacré aux anniversaires.

Pour tous ceux ou celles qui sont né(e)s un jour de printemps, vous êtes à l'honneur !
Evidemment vous êtes tous les bienvenus pour faire la fête ! Un chouette moment de partage entre amis du Silex.

Préparez-vous aussi à leur donner un coup de main pour la cuisine et la vaisselle. Les soupers au Silex sont l'affaire de tous !

Joyeux
anniversaire!



40

Rendez-vous:	19h au Silex
Fin:	22h au Silex
Prix:	5 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex





Activités



Sortie Spectacle

Les vies en soi: "Les Images flottantes"

jeudi
26 mars

Pour cette sortie spectacle, nous irons au Théâtre National où tu découvriras un artiste conteur.

Aurélia
Sara

Patrick Corillon nous racontera des histoires ! Il nous fera découvrir ses voyages et ses rencontres pleines de surprises, des anecdotes sur sa vie et son enfance. En même temps qu'il conte ses récits, il manipule des objets et projette des images.

Si toi aussi tu es curieux(euse), alors rejoins-nous ! Ça va être top ! Pense à manger avant de venir ou à prendre ton pique-nique avec toi si tu as atelier ce soir-là.

N'oublie pas ton Mobib !

La culture,
j'y ai droit!

Rendez-vous: 19h30 au Silex
Fin: 22h15 au Silex
Prix: 15 €
Inscriptions: par téléphone au Silex

MOBIB



Activités



Stop Motion

vendredi
27 mars

Françoise

Cette année, nous passons à la finalisation du projet avec les prises de son, le tournage et le montage du film.

Nous allons nous laisser transporter par notre imaginaire, tout en suivant pas à pas le scénario déjà écrit.

Nous verrons ensemble les différents aspects techniques pour pouvoir finaliser la réalisation d'un film.

Silence! Ça
tourne

Rendez-vous:	13h30 au Silex
Fin:	16h30 au Silex
Prix:	6 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex



Activités

samedi
28 mars

L'ART, ÇA ME DIT (Alysande et Mélanie)

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: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 5 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



EP

samedi
28 mars

STOP MOTION (Sara et Françoise)

Cette année, nous passons à la finalisation du projet avec les prises de son, le tournage et le montage du film. Nous allons nous laisser transporter par notre imaginaire, tout en suivant pas à pas le scénario déjà écrit. Nous verrons ensemble les différents aspects techniques pour pouvoir finaliser la réalisation d'un film.

Prends ton pique-nique avec toi!

Début: 10h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 6 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



Activités

samedi
28 mars

MASQUES (Mélanie)

Tu rêves d'être un oiseau? Un chat? D'avoir une très grosse tête colorée? C'est l'occasion, dans cet atelier, de créer ton masque et ton costume plumé, poilu ou cartonné ! Nous laisserons vagabonder notre imagination pour créer ensemble le personnage que tu souhaiteras incarner.

Début: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 5 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



samedi
28 mars

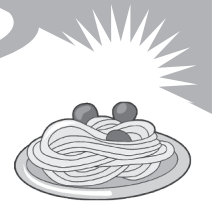
PÂTISSERIE DÉCORATIVE (Alysande)

Viens passer un moment gourmand et créatif entre amis. Nous allons décorer des gâteaux, des biscuits et autres plaisirs sucrés. Nous allons travailler la chantilly, modeler la pâte à sucre et saupoudrer nos gâteaux de petites décorations chocolatées ou sucrées ! Viens t'amuser et te régaler !

Début: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 8 €
Inscriptions: par téléphone au Silex



Activités



Spaghettis du midi

C'est reparti pour de nouvelles recettes, pleines de saveurs.

Nous vous invitons à venir partager de chouettes moments autour d'un bon spaghetti.

Amateurs de légumes, de viandes, de poissons, ... Il y en aura pour tous les goûts. Macaronis, raffaellis, tagliatelles, ... Il existe tant de variétés de pâtes, à nous d'en faire à notre sauce !

Des idées de recettes ?

C'est également l'occasion de les partager avec d'autres membres.

Une activité conviviale qui promet de belles rencontres.

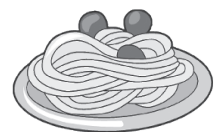
dimanche
29 mars

Alain Chainiaux
(0485/00 58 95)

Murielle
Van Bellingen
Corinne
Fraikin-Bouffioux
Agnès Noël

Des pastas!

Rendez-vous: 11h30 au Silex
Fin: 14h30 au Silex
Prix: 5 €
Inscriptions: par téléphone au Silex





Exploration du monde L'Australie, sur les pistes du rêve

mardi
31 mars

Martin Braun
(0477/37 29 18)

Béatrice

Stroobants

Viviane De Blaere

Cécile et Etienne

Haenecour

Nous partons à la découverte du pays des kangourous, l'Australie.

Dans ce film, le réalisateur Jean Charbonneau nous raconte l'histoire d'un pays riche de préhistoire et de rencontres aborigènes. Un voyage à travers la belle nature du Nord tropical, de Brisbane, à la Grande Barrière de Corail et sur les pistes rouges du Cap York...

Un voyage qui va nous amener à connaître une autre culture pleine de richesse.

La culture,
j'y ai droit!

Rendez-vous: 19h15 au Silex
Fin: 22h au Silex
Prix: 10 €
Inscriptions: par téléphone au Silex





Activités



Sortie Spectacle Humans à Wolubilis

mercredi
1^{er} avril

Lors de cette soirée, nous irons au Wolubilis pour voir le spectacle « Humans ».

La compagnie Circa vient d'Australie et existe depuis 15 ans. Ces artistes pratiquent un cirque intrépide et physique où ils explorent les limites du corps humain.

Dans ce spectacle de 1h10, nous verrons 10 acrobates-danseurs, au sol ou au trapèze. Ça promet d'être éblouissant : ils sautent, ils virevoltent, ils se jettent l'un sur l'autre et repoussent leurs limites !

Une soirée qui promet d'être riche en émotions, impressionnante et amusante.

Eléonore
Abdeslam

La culture,
j'y ai droit!

Rendez-vous: 19h30 au Silex
Fin: 22h30 au Silex
Prix: 25 €
Inscriptions: par téléphone au Silex

MOBIB



Activités



jeudi
2 avril

Paul Goeminne
(0476/33 32 14)

Julie Hendrickx
Janine

Coussement
Bernadette
de Mûelenaere

Christine
Delecoeuillerie
Viviane De Blaere

On joue!

Soirée d'échange Jeux de société

Nous allons passer une soirée de rire et de partage.

Amateurs de jeux de société ou pas, soyez les bienvenus !

Préparez-vous à découvrir des jeux d'ambiance ou de stratégie.

Dobble, Time's up, Puissance 4 et bien d'autres, à vous de jouer...

Soyez prêts à utiliser votre imagination et surtout votre bonne humeur.

Les règles du jeu sont simples, amusement !

N'hésitez pas à apporter vos jeux préférés pour nous les faire découvrir.

Rendez-vous:	19h au Silex
Fin:	22h au Silex
Prix:	5 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex



Activités



Soirée dansante Karaoké

vendredi
3 avril

Pour cette soirée dansante du mois d'avril, nous te proposons de réveiller la Céline Dion ou le Serge Lama qui sommeille en toi !

Tous les animateurs

Envie de prendre le micro pour montrer ton talent ou passer une super soirée entre amis qui chantent ? Bah, ça tombe bien ! Le Silex fait son Karaoké et n'attend que toi !

Nous allons chanter une grande variété de titres francophones et internationaux. Tout le monde trouvera chanson à son oreille ! Nous allons aussi manger un bout et profiter de la piste de danse jusqu'au bout de la nuit! ...

Vous pouvez déjà réfléchir à vos chansons préférées et en parler à vos animateurs !

À vos micros!

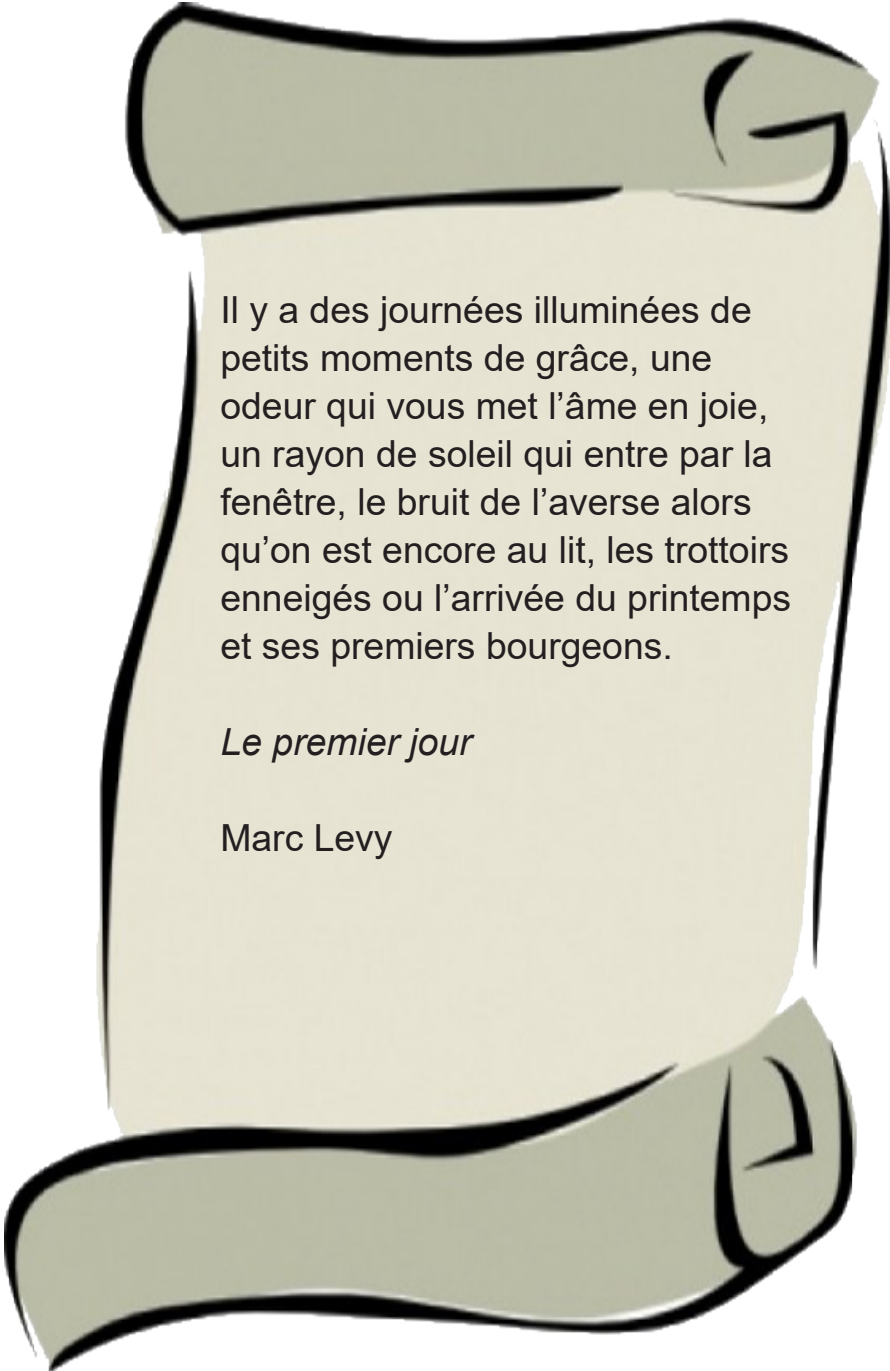
Rendez-vous:	19h au Silex
Fin:	22h au Silex
Prix:	7 €
Inscriptions:	par téléphone au Silex



50 ans
le
Silex

Calendrier des ateliers 2019-2020

	17h30 – 19h	Percussion	Paul	Vendredi 1X par mois	13h30 - 16h30	Stop Motion	Françoise
	17h30 – 19h	La parole est à vous...	Eléonore				
Mardi	17h30 – 19h	Dessine-moi une histoire	Françoise et Sara	Ateliers des samedis 1X par mois	10h – 13h	La vie en vert	Eléonore
	17h30 – 19h	Expression corporelle	Mélanie et Alysande				
	17h30 – 19h	Bande dessinée	Abdeslam				
	17h30 – 19h	Sculpture	Aurélia				
	17h30 – 19h	Collage	Alysande et Abdeslam				
	17h30 – 19h	Cuisine	Eléonore				
Mercredi	17h30 – 19h	Chant	Paul	Activités récurrentes	14h – 17h	Sport	Eléonore et Aurélia
	17h30 – 19h	Terre et modelage	Françoise				
	17h30 – 19h	Contes et marionnettes	Aurélia				
	17h30 – 19h	Théâtre	Eléonore et Mélanie				
Jeudi	17h30 – 19h	Vidéo	Aurélia et Abdeslam	1 samedi par mois	En après-midi	Sortie Culturelle	Tournante
	17h30 – 19h	Arts Corps	Alysande et Sara				
	17h30 – 19h	Fil'art	Françoise				
Vendredi	17h30 – 19h	Dessin-peinture	Mélanie et Sara	1X par mois	En soirée	Soirée dansante	Tournante
	17h30 – 19h						



Il y a des journées illuminées de
petits moments de grâce, une
odeur qui vous met l'âme en joie,
un rayon de soleil qui entre par la
fenêtre, le bruit de l'averse alors
qu'on est encore au lit, les trottoirs
enneigés ou l'arrivée du printemps
et ses premiers bourgeons.

Le premier jour

Marc Levy