

Le chant conscient



Mardi (09h30- 11h30)

07/04; 14/04; 21/04; 28/04



Mains dans les mains (creatif atelier)

Lundi (09h00 - 12h00)

13/04; 20/04; 27/04

Rencontrons-nous - (groupe d'hommes)



Mercredi (17h00 - 19h00)

01/04

Cinéclub - Le voyage de Chihiro

Mercredi (15h00 - 17h00)

22/04

Atelier Creo-schilderen



Jeudi (16h00 - 18h00)

23/04; 30/04

Inventer des chansons, c'est rigolo! - (FR, 8 à 12 ans)




Mercredi (14h00 - 16h00)

29/04

Calendrier des activités Avril 2026

Decouvrez
nos activités
sur WhatsApp!



 Rue des goujons 85
1070 Anderlecht

 02.880.95.60

Gym Douce mixed 

Lundi (14h30 - 15h00)

13/04; 20/04; 27/04

Courir ensemble

Lundi (17h00 - 18h00)

13/04; 20/04; 27/04

Marcher ensemble 

Mardi (10h30 - 11h15)

7/04; 14/04; 21/04; 28/04

Marcher ensemble

Jeudi (10h30 - 11h15)

09/04; 16/04; 23/04; 30/04



Yoga  

Lundi (18h30 - 20h00)

20/04; 27/04

Yoga  

Mardi (09h30 - 11h00)

21/04; 28/04

Gym Douce femmes 

Mercredi (10h00 - 11h00)

1/04; 08/04; 15/04; 22/04; 29/04

Petit déjeuner + Digipoint


Jeudi (09h00 - 11h30)

02/04

Cuisine santé 

Jeudi (09h00 - 12h00)

23/04

Cuisine du monde 

Jeudi (09h00 - 12h00)

09/04

Bienvenue au potager 

Jeudi (11h00 - 12h00)

02/04; 09/04; 16/04; 23/04; 30/04



Workshop: Faciliter l'accès à l'alimentation Saine 

Plus d'infos à l'accueil ou envoyer mail janne@goujonissimo.be

Mercredi (17h30 - 20h30)

22/04; 06/05; 20/05; 03/06

Mieux comprendre et gérer mon stress. 

Mardi (13h30 - 15h00)

07/04; 21/04

Groupe corporel: "Comment retrouver de la sécurité avec soi et avec les autres" 

Lundi (10h00 - 12h00)

13/04; 20/04; 27/04

Faire face ensemble aux inquiétudes du monde : guerres, crises climatiques, ...)

(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)

Lundi (14h00 - 16h00)

13/04

"Encuentro y apoyo" groupe d'entraide psychologique et exercices de pleine conscience. (ES; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)

Vendredi (12h00 - 13h30)

03/04; 24/04

Atelier prévention du stress : "exercices d'échauffement, d'hypnose, de voix et de chants" (FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)

Mardi (10h00 - 11h30)

07/04; 14/04

Groupe de mamans solos d'entraide psychologique et exercices de pleine conscience. (FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)

Vendredi (10h00 - 11h30)

10/04; 24/04

Groupe de soutien pour parents d'adolescents.

(inscription par sms au 0488 15 37 44)

Mercredi (09h30 - 11h00)

15/04

Groupe de paroles de seniors "Vieillir en liens"


(FR; inscription par sms au 0488 15 37 44)

Vendredi (10h00 - 11h30)

17/04



 Inscription à l'accueil ou 02.880.95.60

 Payant



Medikuregem
(Joseph Dujardinstraat 8, 1070 Anderlecht)