Groupe d'entraide de parents d'adolescents (FR)
Gratuit; Inscription par 02 880 95 60 / 0488 15 37 44
Woensdag (09u30 - 11u00)
18/11

Babymassage
Woensdag (09u30 - 11u00)
18/11

Le chant conscient (Fr)
Dinsdag (09u30- 11u30)
03/11; 10/11, 17/11; 24/11



Mains dans les mains (creatief atelier)
Maandag (09u00 - 12u00)
02/11; 09/11; 16/11; 23/11; 30/11

Rencontrons-nous - (mannengroep)
Woensdag (17u00 - 19u00)
04/11

Cinéclub
Woensdag (18u00 - 20u00)
25/11

Atelier Creo-schilderen
Donderdag (16u00 - 18u00)
05/11; 19/11

Sortie Culturelle: Wiels
(1.25 euro; Inscription par 0471 96 42 55 (Anaïs)
Mardi (13h00 - 15h00)
24/11

goujonissimo
Met de steun van: vivalis .brussels · wijkgezondheidscentrum Medikuregem vzw · Région de Bruxelles-Capitale Brussels Hoofdstedelijk Gewest · Union Européenne Europese Unie

goujonissimo

wijkgezondheidscentrum Medikuregem vzw

Activiteitenkalender November 2026

Ontdek onze activiteiten op WhatsApp!

Grondelstraat 85
1070 Anderlecht

02.880.95.60

goujonissimo
Met de steun van: vivalis .brussels · wijkgezondheidscentrum Medikuregem vzw · Région de Bruxelles-Capitale Brussels Hoofdstedelijk Gewest · Union Européenne Europese Unie

Gym Douce Gemengd
Maandag (14u30 - 15u00)
02/11; 09/11; 16/11; 23/11;30/11

Samen Lopen
Maandag (17u00 - 18u00)
02/11; 09/11; 16/11; 23/11;30/11

Samen wandelen
Dinsdag (10u30 - 11u15)
03/11; 10/11, 17/11; 24/11

Samen wandelen
Donderdag (10u30 - 11u15)
05/11; 12/11; 19/11; 26/11

Apprendre le vélo (Abattoir)
Inscription par 0470 22 54 05
Mardi (10h00 - 12h30)
03/11; 10/11; 24/11; 01/12; 08/12; 16/12

Yoga
Maandag (18u30 - 20u00)
02/11; 09/11; 16/11; 23/11;30/11
Dinsdag (09u30 - 11u00)
03/11; 10/11, 17/11; 24/11

Gym Douce Vrouwen
Woensdag (10u00 - 11u00)
04/11; 18/11; 25/11

Op weg naar ontspanning
Woensdag (10u30 - 12u00)
04/11; 18/11

Hip Hop (12j - 21j)
Donderdag (17u - 18u)
05/11; 12/11; 19/11; 26/11



Buurtontbijt
Donderdag (09u00- 11u30)
05/11

Gezond koken
Donderdag (09u00 - 12u00)
26/11

Wereld keuken
Donderdag (09u00 - 12u00)
12/11

Jongeren in de keuken (14+, FR)
Inschrijving en meer info via amafatima96@gmail.com
Woensdag (14u30 - 17u30)
18/11

Welkom in de moestuin
Dinsdag (11u00 - 12u00)
10/11; 17/11; 24/11



Inschrijving aan het onthaal of 02.880.95.60

Betalend

goujonissimo

Medikuregem
(Joseph Dujardinstraat 8, 1070 Anderlecht)

Groupe hypnose et chants (Apprendre des outils pour faire face au stress)
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)
Maandag **(10h00 - 11h30)**
02/11; 09/11; 16/11; 23/11; 30/11

Prendre soin de soi par la créativité.
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)
Donderdag (14h00 - 16h00)
19/11; 26/11

Comment retrouver de la sécurité en soi et avec les autres? Groupe LGBTQIA+.
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0478 32 14 17 ou somavague@mailo.com)
Maandag (10h00 - 12h00)
02/11; 09/11; 16/11; 23/11; 30/11

Comment trouver de l'aisance dans son corps? Groupe LGBTQIA+.
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0478 32 14 17 ou somavague@mailo.com)
Séance découverte => mardi 08/09 (10h00 - 12h00)
Dinsdag (10h00 - 12h00)
03/11; 10/11; 17/11; 24/11

Comment faire la paix avec soi?
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0478 32 14 17 ou somavague@mailo.com)
Séance découverte => mercredi 09/09 (10h00 - 12h00)
Woensdag (10h00 - 12h00)
04/11; 18/11; 25/11

Mieux comprendre et gérer mon stress (Movement, chant et relaxation)
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)
Maandag (13h30 - 15h00)
09/11; 16/11; 23/11; 30/11

Groupe de soutien et Mindfullness pour la gestion du stress et de l'anxieté. Pour les mamans solos.
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)
Vrijdag (10h00 - 11h30)
06/11; 20/11

Stabilisation & renforcement des ressources après un traumatisme
(FR; 15 euros pour l'ensemble des séances; inscription par mail raessophie@gmail.com)
Maandag (09h30 - 11h30)
06/11; 13/11; 20/11; 27/11; 04/12; 11/12

Faire face aux souffrances du monde
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)
Maandag (14h00 - 16h00)
02/11; 09/11; 16/11; 23/11; 30/11