Santé féminité (FR)
Gratuit; Inscription par 02 880 95 60 / 0488 15 37 44
Mercredi (09h30 - 11h00)
02/12

Babymassage
Mercredi (09h30 - 11h00)
03/12

Le chant conscient
Mardi (09h30- 11h30)
03/12; 10/12; 17/12



Mains dans les mains (creatief atelier)
Lundi (09h00 - 12h00)
07/12; 14/12; 21/12; 28/12

Rencontrons-nous - (groupe d'hommes)
Mercredi (17h00 - 19h00)
16/12

Cinéclub
Mardi (14h00 - 16h00)
22/12

Atelier Creo-schilderen
Jeudi (16h00 - 18h00)
03/12; 17/12

Sortie Culturelle
1x par mois
(1.25 euro; Inscription par 0471 96 42 55 (Anaïs))

goujonissimo
Avec le soutien de: vivalis .brussels wijkgezondheidscentrum Medikuregem vzw Région de Bruxelles-Capitale Brussels Hoofdstedelijk Gewest Union Européenne Europese Unie

goujonissimo

wijkgezondheidscentrum Medikuregem vzw

Calendrier des activités Décembre 2026

Découvrez nos activités sur WhatsApp!

Rue des goujons 85
1070 Anderlecht

02.880.95.60

goujonissimo
Avec le soutien de: vivalis .brussels wijkgezondheidscentrum Medikuregem vzw Région de Bruxelles-Capitale Brussels Hoofdstedelijk Gewest Union Européenne Europese Unie

Gym Douce mixed
Lundi (14h30 - 15h00)
07/12; 14/12; 21/12; 28/12

Courir ensemble
Lundi (17h00 - 18h00)
07/12; 14/12; 21/12; 28/12

Marcher ensemble
Mardi (10h30 - 11h15)
01/12; 08/12; 15/12; 22/12; 29/12

Marcher ensemble
Jeudi (10h30 - 11h15)
05/11; 12/11; 19/11; 26/11

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

Yoga
Lundi (18h30 - 20h00)
07/12; 14/12; 21/12; 28/12
Mardi (09h30 - 11h00)
01/12; 08/12; 15/12; 22/12; 29/12

Gym Douce femmes
Mercredi (10h00 - 11h00)
02/12; 09/12; 16/12; 23/12; 30/12

En route vers la relaxation
Mercredi (10h30 - 12h00)
02/12; 16/12

Hip Hop
Jeudi (17h00 - 18h00)
03/12; 10/12; 17/12

Petit déjeuner
Jeudi (09h00- 11h30)
03/12

Cuisine santé
Jeudi (09h00 - 12h00)
31/12

Cuisine du monde
Jeudi (09h00 - 12h00)
10/12

Des jeunes en cuisine (14+)
Inscription et plus d'infos par amafatima96@gmail.com
Mercredi (14h30 - 17h30)
09/12; 23/12

Bienvenue au potager
Mardi (11h00 - 12h00)
01/12; 08/12; 15/12; 22/12; 29/12

Inscription à l'accueil ou 02.880.95.60

Payant

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)
Lundi (10h00 - 11h30)
07/12; 14/12

Prendre soin de soi par la créativité.
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)
Jeudi (14h00 - 16h00)
03/12; 10/12

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)
Lundi (10h00 - 12h00)
04/12; 14/12

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)
Mardi (10h00 - 12h00)
01/12; 08/12; 15/12

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)
Mercredi (10h00 - 12h00)
02/12; 16/12

Mieux comprendre et gérer mon stress (Movement, chant et relaxation)
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)
Lundi (13h30 - 15h00)
07/12; 14/12

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)
Vendredi (10h00 - 11h30)
11/12

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

Faire face aux souffrances du monde
(FR; 2,5 €/séance; inscription par sms au 0488 15 37 44)
Lundi (14h00 - 16h00)
07/12; 14/12