

Mensuel | Mars 2025
Ne paraît pas en août



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

N° Agrément : P91 22 29
1150 Bruxelles 15 1/4204

LA CRIÉE

MARS 2025

LE SILEX • LOISIRS • CRÉATIVITÉ • ÉDUCATION PERMANENTE

LA REVUE PAR ET POUR
LES MEMBRES DU SILEX,
ENVOYÉE CHAQUE MOIS
DANS TA BOÎTE AUX LETTRES



**INSCRIPTIONS À 8 HEURES
LE LUNDI 3 MARS AU 02 762 40 09**

Ed. Resp. : J.-N. Vandebenderie
Rue Voot, 82 - 1200 Bruxelles



REPRISE DES ATELIERS

Les ateliers reprendront le mardi
11 mars jusqu'au vendredi 25 avril.

JOURNÉE DE FORMATION

Les équipes professionnelle et
volontaire seront en formation
le **jeudi 20 mars.**
Il n'y aura **pas d'ateliers** ce jour-là !

LE MOT D'OLIVIER HENRION

Bonjour les amis du Silex !

Je voulais vous dire que j'ai perdu
mon papa durant le mois décembre.

J'ai besoin d'être soutenu.

Merci beaucoup !

Olivier

BILAN DE L'OPÉRATION SAPINS ET BOUTIQUE DE NOËL 2024

C'est avec grand plaisir que je vous communique quelques chiffres à propos de
l'édition 2024 de notre Opération Sapins et Boutique de Noël.

Nous avons accueilli **4.440 clients.**

En **16 jours**, nous avons vendu les **3.600 sapins** commandés.

Nous avons vendu **12.030 objets** à la boutique.

Le bénéfice de l'opération s'élève à **143.005 euros.**

C'est un résultat formidable.

Nous en sommes très heureux !

14.300 euros ont été versés au Ricochet, c'est-à-dire 10% du bénéfice, suivant
la convention signée entre le Silex et le Ricochet.

Encore un tout grand merci à ceux et celles qui, d'une manière ou d'une autre,
ont rendu possible le succès de cette opération. Ce fut à nouveau une belle
aventure, chaleureuse, dynamique et solidaire.

Nous vous donnons rendez-vous le **samedi 29 novembre**
pour une nouvelle opération !

Bernadette, responsable de l'Opération



SOIRÉE ANNIVERSAIRES LE JEUDI 27 MARS

2	MOURA RIBEIRO	LILIANA
3	LADRIERE	DAVID
4	YING	QIAOWEI
5	VERPLANCKE	JOSIANE
5	PAULET	CHRISTIAN
9	SUETENS	NICOLE
6	THIRAN	PATRICK
7	SCHOONJANS	ARNAUD
10	RUYTINX	CORINNE
12	HAMELRYCK	JEAN-CLAUDE
14	VAN VEERDEGEM	LAURA
14	JOASSIN	SAMUEL
15	BOUMEZGANE	ALI
15	DEVIS	JOSE
16	T'SERSTEVENS	ARNAUD
18	CRABBE	THOMAS
19	VAN DE KERCHOVE	CELINE
19	PENDEVILLE	MURIEL
20	PUISSANT	ASTRID
22	GAONA	LAETITIA
26	NIEDZIELSKI	DARIUSZ
28	LIENARDY	ANNE
28	DUMOULIN	VIRGINIE
31	WILLOCQ	WILLIAM

PRÉPARATION DU FORUM DES MEMBRES

Jeudi 16 janvier

C'est quoi un Forum des membres au Silex ?

Le Forum des membres est un événement qui a lieu 2 fois par an au Silex.

Le Forum des membres a pour but de :

- S'informer sur la vie du Silex ;
- Accueillir les nouveaux membres ;
- Donner notre avis ;
- Proposer des activités ;
- Suggérer des améliorations.

Le Forum des membres est composé par tous les membres du Silex.

Le Forum des membres est présidé par le Président du Conseil d'administration.

Le Conseil d'administration propose le thème du Forum des membres.

Le Forum des membres, ce n'est pas une Assemblée Générale

Le Forum des membres, ce n'est pas un conseil d'administration...

Au Forum des membres, on ne fait pas d'élections... (mais parfois on vote).

PRÉPARATION DU FORUM DES MEMBRES

Jeudi 16 janvier

De quoi on parle pendant les Forums des membres ?

On parle des séjours, de la Criée, des ateliers, des 50 ans, des sorties et des loisirs, de l'éducation permanente ou de l'art brut...

Pourquoi le Forum des membres est important au Silex ?

Parce que c'est important pour nous de :

- vous écouter
- récolter votre avis
- avoir de nouvelles idées

Voici 5 questions pour toi :

- 1. Qu'est-ce que tu aimes pendant le Forum des membres ?**
- 2. Qu'est-ce que tu n'aimes pas pendant le Forum des membres ?**
- 3. Comment aimes-tu que ça se déroule ?**
- 4. Quel pourrait-être le thème du prochain Forum ?**
- 5. Et moi, comment j'ai envie de m'impliquer dans le prochain Forum ?**

PRÉPARATION DU FORUM DES MEMBRES

Jeudi 16 janvier

Lors de la préparation du forum, on a dit ce qu'on aimait durant les forums :

- Donner notre avis
- Donner des idées d'activités
- Se retrouver rien qu'entre membres (au contraire des Portes Ouvertes)
- Rencontrer des personnes qu'on ne voit pas souvent
- Accueillir les nouveaux membres
- Faire une activité avec les animateurs volontaires et les animateurs professionnels.
- Quand il y a une petite animation avant le repas
- Quand on discute en petits groupes
- Quand le forum est organisé le jeudi soir ou le samedi matin
- Quand on utilise des cartons de couleur (j'aime/j'aime pas) pour que les plus timides puissent aussi donner leur avis.

On a aussi dit ce qu'on n'aimait pas durant les forums :

- Quand il y a peu de volontaires
- Quand on ne s'écoute pas ou qu'on nous coupe la parole.
- Quand il y a des bavardages
- Quand les questions sont difficiles
- Quand on ne prend pas le temps de présenter les nouveaux membres
- Quand il n'y a d'écho dans la Criée après le forum.

Il faut motiver plus de membres à venir au forum pour récolter plus d'avis.

C'est essentiel parce que si on n'est pas là, cela ne marchera pas.

PRÉPARATION DU FORUM DES MEMBRES

Jeudi 16 janvier

On a commencé par un potage et des sandwichs.

Le sujet était la préparation d'un forum.

Les buts d'un forum :

- Tous les membres du Silex sont invités deux fois par an.
- On apprend à connaître les nouveaux membres.
- On a l'occasion de revoir des amis.
- On discute.
- On donne notre avis.
- On propose des idées et des activités.
- On parle des projets futurs.
- On parle et on s'écoute.
- On aime être en petit groupe.
- On aime parfois des présentations avec des jeux.
- On n'aime pas quand on ne comprend pas et que les mots sont difficiles.
- On a donné des idées de thèmes pour le prochain forum.
- On a voté.

« Loisir » et « Tous ensemble au Silex » seront les thèmes des 2 forums de l'année 2025.

Certains aimeraient participer à la préparation du forum.

Le forum est important au Silex car nous sommes tous acteurs de la vie du Silex.

Doris, Christiane, Bernadette, Christine, Maya

À LA DÉCOUVERTE DES BÉGUINAGES DE MALINES

Jeudi 28 novembre

Nous avons repris les visites des béguinages - cette fois les deux béguinages de Malines, cette magnifique ville située pas loin de Bruxelles.

Le petit béguinage a été fondé il y a presque 800 ans.

Le grand béguinage, d'abord à l'extérieur de la ville, s'est installé au 16^e siècle dans un grand quartier près du centre.

À l'époque, il y avait 1400 béguines.

L'église du béguinage a bénéficié de 10 ans de restauration - aujourd'hui une merveille avec ses couleurs pastel et ses beaux tableaux de l'époque de Rubens.

La dame à l'accueil nous a montré une photo de 1990 de deux des dernières béguines, prise par sa mère qui a soigné les deux dernières béguines.

Le matin, après une brève visite de la magnifique cathédrale Saint Rombaut, nous avons visité les Tapisseries De Wit.

À LA DÉCOUVERTE DES BÉGUINAGES DE MALINES

Jeudi 28 novembre

Les tapisseries de Malines étaient connues à travers le monde et la cour de France a fait venir des artisans de Malines pour créer l'atelier des « Gobelins ».

Ils ne font plus de nouvelles tapisseries chez De Wit mais il y encore beaucoup de demandes pour nettoyer et restaurer les tapisseries de musées (Le Louvre) et des collections privées.

Nous avons eu une démonstration de tissage et Kristien, notre guide, nous a montré l'atelier et les grandes tapisseries en exposition.

Au café Kuub (Cube) nous avons mangé nos tartines et pour certains d'entre nous dégusté la bière Carolus, brassée dans la brasserie Het Anker, qui se trouve à côté du béguinage. Elle a été fondée par les béguines au 14^{ème} siècle car l'eau de la ville était polluée.

Graham

OPÉRATION SAPINS ET BOUTIQUE DE NOËL

Quelques avis...

La boutique est très belle.

On aime bien les petits cadeaux, comme les tasses.

La musique donne de l'ambiance.

L'Opération est importante pour avoir de l'argent au Silex et au Ricochet.

Je suis contente de participer à l'Opération en faisant la vaisselle.

On a bien vendu tous les sapins et nous en sommes contents.

Il y a beaucoup de gens qui aident.

Merci à tous ceux qui travaillent et qui organisent.

Les nombreux clients apprennent à connaître le Silex.

Certains sapins tiennent plus longtemps que d'autres.

J'ai remarqué cela dans les rues en voyant les sapins sur les trottoirs.

Des journaux font notre publicité.

Il y a aussi des interviews à la radio.

L'apéro du 17 décembre nous a fait plaisir.

Doris, Jasmine, Maya, Christiane, Christine, Bernadette, Marina

LA GALETTE DES ROIS

Mercredi 8 janvier

Un après-midi instructif et gourmand !

Le 8 janvier, Claudine nous a appris à confectionner une délicieuse pâtisserie : la galette des rois !

Gratienne avait préparé pour nous une compote de pommes. Et, tous ensemble, nous avons appris à faire la frangipane. Miam ! Les amis ! Quel bonheur !

Savez-vous que cette fête a une origine païenne ?

Il y a deux mille ans, chez les Romains, on confectionnait une galette ronde et dorée (comme un soleil !) pour célébrer l'allongement des jours et le retour progressif du soleil.

On plaçait une fève à l'intérieur de la galette.

On demandait à un petit enfant de se mettre sous la table pour désigner chaque personne qui recevrait une part de la galette.

Celui (ou celle) qui trouvait la fève dans sa part était le roi (ou la reine !) de la fête et pouvait donner des ordres aux autres pendant tout le reste de la journée.

Beaucoup plus tard, les chrétiens ont repris cette fête pour célébrer les Rois Mages, venus apporter des cadeaux après la naissance de Jésus. Et encore plus tard, on mit, à la place de la fève (légume), une fève en porcelaine !

Savez-vous comment on nomme les collectionneurs de fèves en porcelaine ? On les appelle : les fabophiles !

Merci Claudine, pour ce chouette après-midi !

EXPO GALERIE MATTHYS

Lundi 17 janvier

Le titre de l'exposition, c'est « Rendez-nous les hirondelles ».

Cette fois-ci, on a vu des œuvres de 5 amis artistes français qui exposent ensemble.

Ce sont des artistes qui ont rencontré des difficultés dans la vie et qui expriment leurs difficultés et leurs émotions dans l'art.
Cela nous rappelle l'art brut.

Peintures, sculptures, découpages et collages en papier, une technique de peinture avec des plumes...

Il y avait beaucoup d'animaux, poissons, oiseaux, papillons, loups, éléphant...

Il y avait des personnages et des bateaux dans des globes.

Comme toujours, Bruno nous accueille gentiment, nous explique calmement et simplement les œuvres.

On va de bon cœur chez lui.

On est à l'aise, on ne doit pas se dépêcher, on peut poser des questions.
On voit chacun des choses différentes.
On dit ce qu'on aime et ce qu'on n'aime pas.

En allant boire notre café pour partager nos idées, nous avons eu une bonne surprise : un client nous a offert nos boissons.

Doris, Christiane, Bernadette

ACTIVITÉ « VIVRE L'INSTANT PRÉSENT »

Lundi 20 janvier

Le thème de l'atelier était l'amitié.

Malgré les nuages, on essaye d'avoir le soleil dans les coeurs.

On écoute des chansons (Françoise Hardy, Georges Brassens, Bourvil).

On ferme les yeux pour écouter.

On respire calmement et profondément.

On se met bien droit, les pieds par terre.

On fait une méditation, on réfléchit dans notre coeur et dans notre tête.

« Parce qu'une vie sans amis est une vie triste, il faut des lieux de rencontre. Le Silex en est un ».

L'amitié fait du bien dans nos vies. On est moins seuls. On peut s'aider.

L'activité « Vivre l'instant présent » nous détend.

On est plus relax. On se calme. On s'écoute.

C'est nécessaire pour se sentir bien et on a des liens entre nous.

Philippe et Francine font cela très bien.

Doris, Christiane, Maya, Christine, Jasmine, Marina

RETRAITE SOCIALE DES JEUNES DE SAINT-MICHEL

Mercredi 22 janvier

Chaque année, des élèves de Saint Michel viennent participer aux activités.
Un chouette moment de rencontre avec des jeunes !

Un petit retour sur leur participation...

Ce mercredi, nous avons participé à l'activité « Cuisinons ensemble ».

Ensemble, nous avons préparé une raclette.

Il y avait des patates, du fromage, du boudin et trois grandes salades.

On a tous participé à la recette.

On a mis la table ensemble.

Et on a dégusté!

C'était délicieux et on a bien rigolé.

On a rencontré plein de chouettes personnes.

Merci à tous pour ce moment partagé !

RENCONTRE AVEC DES JEUNES DE SAINT-MICHEL

Mercredi 22 janvier

Nous avons passé une bonne soirée de rencontre avec des élèves de 6^{ème} du Collège Saint-Michel.

Ils étaient 30 mais nous n'avons pas eu peur de parler du Silex.
C'est important de faire connaître le Silex.

On était 6 membres du Silex.
Chacun a dit ce qui était important pour lui au Silex.

Les jeunes écoutaient bien. Ils étaient contents d'être là.

On a parlé des loisirs, des activités, de l'égalité entre tous au Silex,
de l'esprit de famille au Silex.

Et en petits groupes, on a parlé du regard.

Chacun avait choisi une carte avec un dessin qui parlait du regard.
On a partagé beaucoup de choses personnelles.
C'est plus difficile de parler de soi.

C'est à refaire. On aime bien ces rencontres.

Doris et Jacqueline

SOIRÉE D'ÉCHANGE : AMNESTY INTERNATIONAL

23 janvier

Ruth est venue nous parler d'Amnesty International, où elle est volontaire depuis 30 ans.

Amnesty ('amnistie' en français) veut dire qu'on libère des prisonniers injustement arrêtés.

Amnesty International a été fondée en Angleterre il y a 60 ans.

Cette ONG défend les droits humains et la liberté d'expression.

Quand quelqu'un est emprisonné injustement pour des raisons politiques, Amnesty envoie des lettres au gouvernement en question, pour que la personne soit libérée.

Amnesty se bat aussi contre la torture et la peine de mort.

En Belgique il y a 25 employés (administration) et 200 volontaires comme Ruth.

À Londres, ils ont une équipe d'experts qui cherchent un maximum d'informations sur les personnes emprisonnées injustement dans le monde.

Chaque année en décembre ils vendent des bougies que nous pouvons mettre devant notre fenêtre pour montrer que nous soutenons leur travail.

SOIRÉE D'ÉCHANGE : AMNESTY INTERNATIONAL

23 janvier

Il y a un fil barbelé sur chaque bougie.

Il disparaît quand on brûle la bougie.

Ce fil barbelé représente le travail d'Amnesty pour faire libérer les personnes en prison.

La déclaration universelle des droits humains a été écrite en 1948.

Ruth a proposé une chouette activité pour montrer que nous pouvons nous aussi agir.

Nous avons écrit des cartes à des prisonniers :

- Nous avons écrit à une jeune femme qui s'appelle Manahel . Elle tenait un centre de fitness pour femmes en Arabie Saoudite. Elle a été emprisonnée parce qu'elle ne voulait pas porter les grands habits noirs obligatoires.
- Nous avons écrit à un jeune homme emprisonné injustement en Egypte à la place de son frère qu'on ne trouvait pas.

Nous avons écrit ces cartes pour leur souhaiter bon courage et leur dire que beaucoup de personnes ne les oublient pas dans le monde.

Merci à Ruth pour son témoignage passionnant et intéressant.

Graham et Martine

RETRAITE SOCIALE DES JEUNES DE SAINT-MICHEL

Vendredi 24 janvier

Salomé :

J'ai passé trois jours super chouettes au Silex. J'ai fait beaucoup de rencontres super cool et des ateliers vraiment sympas.

J'ai participé à l'atelier « Quartier libre » où j'ai dessiné ma planète idéale. J'ai aussi fait l'atelier « Théâtre ». On a bien rigolé en improvisant. J'ai fait l'atelier « Clown » où on a appris à jouer avec notre corps. C'était très marrant !

Une superbe semaine passée au Silex avec de chouettes rencontres et de beaux moments.

Basile :

J'ai participé à trois activités lors de ma retraite sociale au Silex.

« Rythme et percussions », c'était très chouette !
Merci à Sylviane de m'avoir mis le rythme dans la peau.

À l'atelier « Sculpture », j'ai fait une boule avec des bouchons en liège et à l'atelier « Clown » on a beaucoup rigolé.
Je me suis bien amusé et j'ai parlé avec de superbes personnes.

Tess :

J'ai adoré les 3 jours passés au Silex.
J'ai fait du collage, on a parlé ensemble et fait des beaux portraits.
J'ai fait de la cuisine, on a découvert le topinambour.
On en a fait des chips.

SPECTACLE CHORALE POUR LE RICOCHET

Dimanche 26 janvier

Grâce à Christine Badart, nous avons fait une merveilleuse découverte !

Christine fait partie de la chorale Chantanne, située à Waterloo.

Cette chorale vient de fêter ses 50 ans d'existence... comme le Silex !

Les choristes sont venus à Woluwe Saint-Pierre pour nous offrir un après-midi en chansons ! Quelles jolies voix ! Quel magnifique répertoire !

Souriants, sympathiques et talentueux, les choristes nous ont fait voyager en chansons à travers leur monde... magique !

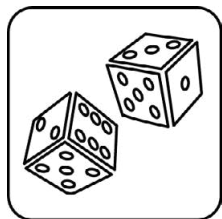
Nous étions émerveillés, et nous les avons chaleureusement applaudis.

Pendant tout l'après-midi, ils nous ont fait rêver, et nous avons oublié tous nos soucis !

Pendant la pause et après la prestation, nous avons pu aller au bar, tenu par des bénévoles et animateurs du Silex et du Ricochet.

Nous avons ainsi pu rencontrer les artistes pour les féliciter.

Un immense merci à tous, choristes, bénévoles et animateurs professionnels : grâce à leur gentillesse et à leur dévouement, nous avons passé un après-midi de rêve !



**JEUDI
6 MARS**

Christine
Coppens
0473/86 46 50

Bernadette
Haenecour

Nany Petit

Nicole Ruysen

Claudine
Weyemberg

Patrick
Van der Jeugd

Michel Busseniers



SOIRÉE D'ÉCHANGE

Jeux d'ambiance

Venez profiter d'une soirée jeux !

Nous formerons plusieurs équipes pour mettre de l'énergie positive !

Ensemble, nous chercherons un nom de groupe et c'est parti !

Il y aura des jeux d'ambiance et d'autres surprises...

Un chouette moment de rire et de partage.

Venez avec un petit chapeau, un bonnet ou un foulard pour rappeler le carnaval...

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

EXPOSITION DU STAGE

La forme du son



Venez découvrir les oeuvres réalisées durant la semaine de stage « La forme du son ».

Pendant ce stage nous avons découvert la cymatique.

La cymatique est une discipline entre l'art et la physique.

Durant cette semaine, nous avons fait :

- des expériences,
- des constructions,
- des œuvres,...

Venez découvrir cela autour d'un bon goûter et d'un petit verre de l'amitié !

VENDREDI
7 MARS

Aurélia

Sarah

Rendez-vous: 15h au Silex
Fin: 16h30 au Silex
Prix: Gratuit





SAMEDI
8 MARS

Jean-Noël
et Chantal
Vandebenderie
0486/ 61 64 89

Bernadette
et Philippe
de Mûelenaere

Catherine
Blacks

À LA DÉCOUVERTE DE L'exposition Paul Delvaux

Ce samedi, nous te proposons une nouvelle activité spéciale « artistes belges ».

Nous allons visiter la superbe exposition « les mondes de Delvaux » au musée de la Boverie à Liège.

Paul Delvaux est un des maîtres de la peinture surréaliste en Belgique.

Nous allons découvrir des œuvres rarement visibles habituellement.

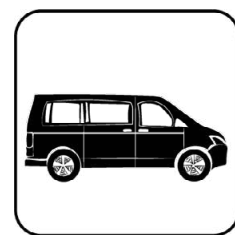
Une médiatrice nous expliquera tout à leur sujet.

Nous espérons profiter d'un petit rayon de soleil pour pouvoir pique-niquer dans le parc.

Rendez-vous: 9h au Silex
Fin: 15h30 au Silex
Prix: 35 €



À LA DÉCOUVERTE DE L'École Royale Militaire



À la demande de plusieurs membres, nous irons visiter l'École Royale Militaire (ERM) située près du Cinquanteaire.

Ce n'est possible qu'une fois par an, lors des Portes Ouvertes.

C'est à l'École Royale Militaire qu'étudient ceux et celles qui souhaitent s'engager et servir dans l'armée.

Les étudiants et étudiantes seront là pour répondre à nos questions.

Nous pourrions découvrir les différents départements, les hébergements et toutes les infrastructures sportives de l'ERM.

Nous pourrions probablement voir quelques chars et du matériel militaire.

Nous prendrons le minibus pour aller jusque là.

**DIMANCHE
9 MARS**

Fabienne
et Jean-Pierre
Lüthi
0496 85 08 26

Eliott Mc Cleery

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





LUNDI
10 MARS

Bernadette
et Philippe
de Mûelenaere
0496 55 69 76

Cécile Martiny

Marianne
Ambrosi

À LA DÉCOUVERTE DE L'exposition Edmond Thieffry

Edmond Thieffry est né en 1892. C'est un pilote d'avion belge du temps de la première guerre mondiale.

Il est considéré comme un pionnier de l'aviation.

Edmond Thieffry a réalisé la première liaison en avion entre Bruxelles et Kinshasa en 1925. C'était il y a 100 ans dans le contexte de la colonisation du Congo.

La famille de l'aviateur organise une exposition à ce sujet à Etterbeek.

Bernadette Thieffry, que plusieurs parmi nous connaissent, est une de ses petites-filles. C'est elle qui va nous guider pour la visite de l'exposition.

Elle va certainement nous raconter des souvenirs personnels.

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 16h30 au Silex
Prix: 30 €



MOBIB



À LA DÉCOUVERTE DES Béguinages de Louvain



Nous poursuivons notre tour des béguinages en Flandres. Cette fois, nous allons visiter la belle ville de Louvain.

Le grand béguinage de Louvain, construit en 1234 (facile à retenir !), était l'un des tout premiers béguinages belges.

À l'époque, il y avait une centaine de communautés en Flandres. 800 ans plus tard, seulement 25 béguinages existent encore.

L'université de Louvain (KUL) a acheté et restauré le grand béguinage de la ville pour le conserver. Il héberge aujourd'hui des professeurs et quelques étudiants chanceux.

Nous visiterons aussi un autre petit béguinage ainsi que d'autres beaux bâtiments dans le centre.

Nous mangerons notre pique-nique et irons boire un petit verre.

Prévoir un pique-nique.

**MARDI
11 MARS**

Graham Keen
0487 10 43 41

Philippe
de Mûelenaere

Christine
Coppens

Marie-Pierre
Colmant

Etienne
Haenecour

Rendez-vous: 9h30 au Silex
Fin: 17h30 au Silex
Prix: 20 €





ATELIER PÂTISSERIE

Les fruits rouges

MERCREDI
12 MARS

Claudine
Weyemberg
0477 42 48 34

Francine
Pollaris

Marie-Pierre
Colmant

Véronique
Wattiaux

Cette fois, les amis, Claudine nous propose de réaliser une recette anglaise aux fruits rouges : le Trifle !

Chouette surprise, non ?

Ce sera l'occasion de nous retrouver et de découvrir (ou redécouvrir ?) les fruits rouges et leurs bienfaits pour la santé !

Une belle découverte, un bon dessert et, bien sûr, notre petite papote habituelle, cela vous tente ?

Alors inscrivez-vous !

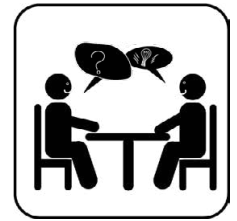
Nous vous attendons avec impatience !

Rendez-vous: 14h30 au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 3 €



SOIRÉE D'ÉCHANGE

Découvrons l'organisation Malem Auder



Depuis plusieurs mois, nous découvrons des organisations et des associations qui viennent en aide à des personnes en difficultés, en Belgique et dans le monde.

Cette fois-ci, nous accueillons Chantal et Éric Zeegers. Éric nous aide pendant l'Opération Sapins.

Ils sont membres d'une association qui aide un village au Sénégal (Malem) et qui a son siège à Auderghem (Auder).

L'association est née en 2008.

Elle soutient des projets d'éducation, de formation, de santé et de développement durable au Sénégal.

Chantal et Eric nous expliqueront à partir de photos leurs actions et leurs projets. C'est aussi l'occasion de découvrir un autre pays d'Afrique, le Sénégal.

JEUDI
13 MARS

Jean-Noël
et Chantal
Vandebenderie
0486/ 61 64 89

Bernadette
de Mûelenaere

Geneviève
Letient

Géraldine
De Coster

Nicole Suetens

Véronique
De Muylder

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





**VENDREDI
14 MARS**

Aurélia

Sarah

Alex

Betti

DJ Laurent

DJ Thierry

SOIRÉE DANSANTE

Pour la soirée de ce mois, l'ambiance sera festive et colorée !

Le thème : les paillettes et les couleurs !

Enfile ton plus beau costume en cette période de carnaval, nous ferons la fête, nous mangerons des crêpes !

Venez participer au concours du meilleur déguisement, il y aura un jury et de la musique !

Enfin Laurent et Thierry nous feront danser sur de la musique endiablée.

Prêt pour cette soirée de folie ?



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

RACONTE-NOUS UNE HISTOIRE



Écrire une histoire tout seul, c'est difficile ?
À plusieurs, c'est plus facile !

Dans les ateliers précédents nous avons écrit une histoire avec la technique du Kamishibai.

Le Kamishibai c'est une sorte de théâtre ambulant japonais, où les acteurs racontent des histoires en faisant défiler des dessins devant un public.

Cette fois nous dessinerons les personnages et l'atmosphère variée de l'histoire « Dans la forêt d'Agatou ».

Tu es prêt à dessiner l'histoire ?

N'attends plus et inscris-toi pour donner aussi ta touche à ce beau projet créatif de groupe.

SAMEDI
15 MARS

Stefano

Sarah

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



SAMEDI
15 MARS

Francesco

Betti

DÉCOUVERTE ARTISTIQUE

La Fondation A

Lors de l'activité Découverte Artistique du mois de mars, nous visiterons une exposition à la Fondation A.

L'exposition s'appelle : « À PARTIR D'ELLE – Des artistes et leurs mère ».

C'est une exposition qui présente des œuvres que les artistes ont réalisées en s'inspirant de leurs mamans.

Rejoins-nous pour te laisser transporter par les images et les histoires...

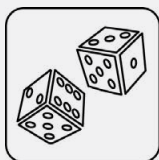
Cela te rappellera peut-être de beaux souvenirs !

Rendez-vous: 10h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 30 €



JEUDI 6 MARS

19H



SOIRÉE D'ÉCHANGE
Jeux d'ambiance

p.20

VENDREDI 7 MARS

15H



**EXPOSITION
DU STAGE**

p.21

SAMEDI 8 MARS

9H

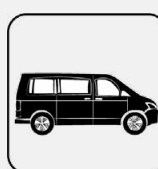


À LA DÉCOUVERTE DE
L'Expo Paul Delvaux

p.22

DIMANCHE 9 MARS

14H



**VISITE DE L'ÉCOLE
ROYALE MILITAIRE**

p.23

LUNDI 10 MARS

14H



À LA DÉCOUVERTE DE
L'Expo Edmond Thieffry

p.24

MARDI 11 MARS

9H30

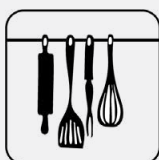


À LA DÉCOUVERTE DES
Béguinages de Louvain

p.25

MERCREDI 12 MARS

14H30

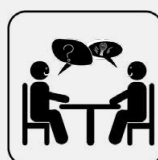


ATELIER PÂTISSERIE
Les fruits rouges

p.26

JEUDI 13 MARS

19H



SOIRÉE D'ÉCHANGE
Auder Malem

p.27

VENDREDI 14 MARS

19H



SOIRÉE DANSANTE

p.28

SAMEDI 15 MARS

10H



**RACONTE-NOUS
UNE HISTOIRE**

p.29

AGENDA

SAMEDI 15 MARS

10H



**DÉCOUVERTE
ARTISTIQUE**
Fondation A

p.30

SAMEDI 15 MARS

14H



VIDÉOCLIP

p.35

SAMEDI 15 MARS

14H



L'INVITÉ MYSTÈRE

p.36

DIMANCHE 16 MARS

9H30



À LA DÉCOUVERTE
du Musée Wellington

p.37

DIMANCHE 16 MARS

11H30



**SPAGHETTI
DU MIDI**

p.38

LUNDI 17 MARS

13H



LUNDI ENTRE AMIS
Cinéma

p.39

MARDI 18 MARS

9H30

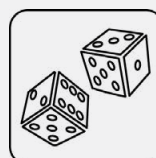


**BALADE À LA FORÊT
DE SOIGNES**

p.40

JEUDI 20 MARS

19H



SOIRÉE D'ÉCHANGE
Jeux de société

p.41

DU 21 MARS AU 23 MARS

11H



WEEK-END À DINANT

p.42

VENDREDI 21 MARS

14H



**EXPO À LA
GALERIE MATTHYS**

p.43

SAMEDI 22 MARS

11H



CINÉ-CLUB

p.44

SAMEDI 22 MARS

13H



FUTUR FUTÉ

p.45

DIMANCHE 23 MARS

14H30



**APRÈS-MIDI
CONTE**

p.46

LUNDI 24 MARS

14H30



**VIVRE L'INSTANT
PRÉSENT**

p.47

LUNDI 24 MARS

16H



**ATELIER D'ÉCRITURE
POUR LA CRIÉE**

p.48

MARDI 25 MARS

19H15



**EXPLORATION
DU MONDE**
Guyane-Suriname

p.49

MARDI 25 MARS

20H

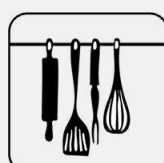


ROMÉO ET JULIETTE
à Wolubilis

p.50

MERCREDI 26 MARS

11H



**CUISINONS
ENSEMBLE**

p.51

JEUDI 27 MARS

11H30



PAPOT'ÂGES

p.52

JEUDI 27 MARS

14H



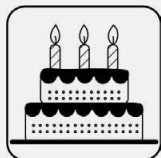
BIEN-ÊTRE

p.53

AGENDA

JEUDI 27 MARS

19H



**SOIRÉE
ANNIVERSAIRES**

p.54

DU 28 MARS AU 30 MARS

13H30



**WEEK-END
À FLORENVILLE**

p.55

SAMEDI 29 MARS

10H



DANSE
Rock n' roll

p.56

SAMEDI 29 MARS

10H

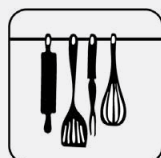


L'ART ÇA ME DIT !

p.57

SAMEDI 29 MARS

10H



**CUISINONS
DE SAISON !**

p.58

SAMEDI 29 MARS

14H



SPORT
Danse
contemporaine

p.59

SAMEDI 29 MARS

14H



MULTI-COULEURS

p.60

DIMANCHE 30 MARS

14H



ÉQUIPE JEUNE
Questions pour un
champion

p.61

DU 4 AVRIL AU 6 AVRIL

11H



**WEEK-END
À LILLE**

p.62

VIDÉOCLIP



Sais-tu que ce qui se voit à l'écran n'est pas toujours ce qui se passe réellement ?

Les images sont prises par une caméra dans un certain angle et ensuite elles sont sélectionnées et assemblées pour produire une vidéo.

Nous te proposons ici d'apprendre l'art du clip vidéo et de créer un vidéoclip de ta chanson préférée.

Alors, inscris-toi et apporte ton titre de musique.

Nous observerons différents « styles » de vidéoclips. Après, nous choisirons une chanson pour créer des images, dont vous serez les acteurs ou les réalisateurs.

Il y a de la place pour tout le monde : ceux qui pensent, écrivent, chantent, jouent et filment.

SAMEDI
15 MARS

Stefano

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 5 €





SAMEDI
15 MARS

Sarah

L'INVITÉ MYSTÈRE

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 !

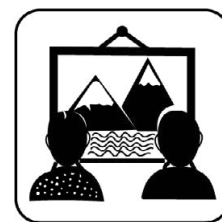
Waw ! Quel suspense !

Allez, viens, la curiosité est à son comble !

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 15 €



A LA DÉCOUVERTE DU Musée Wellington



En route pour Waterloo !

Nous partons à la découverte du musée Wellington.

Nous allons plonger dans l'histoire de la bataille de Waterloo.

Une découverte unique d'objets qui ont marqués l'histoire...

L'occasion aussi de profiter de l'exposition « Cheval, une histoire humaine ».

Après le musée du train et d'Autoworld, un beau voyage dans l'évolution des transports.

**DIMANCHE
16 MARS**

Christian
Marchand
0495/ 58 98 44

Elliott Mc Cleery

Rendez-vous: 9h30 au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 12 €



M O B I B



DIMANCHE
16 MARS

Alain Chainiaux
0485/00 58 95

Murielle
Van Bellingen

Gratienne
De Plaen

Christine
Bellière

SPAGHETTI DU MIDI

C'est une activité qui rassemble énormément de monde au Silex.

Un dimanche entre amis autour d'un bon spaghetti !

Venez profiter d'un bon moment de partage, de convivialité et de découverte.

Nous allons apprendre des recettes simples à faire chez soi.

Et oui, les spaghettis...
Il y en a pour toutes les sauces...

Venez passez un bon moment dans la bonne humeur.

Rendez-vous: 11h30 au Silex
Fin: 14h30 au Silex
Prix: 7 €

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 !

Nous partirons du Silex en camionnette ou en transport en commun en fonction du cinéma et nous choisirons ensemble le film, pour cela n'hésite pas à te renseigner sur les films à l'affiche avant de venir.

Bien sûr celui-ci sera accompagné des traditionnels pop-corn !

Prends avec toi ta carte de stationnement, ton Mobib et ta disability card.

LUNDI
17 MARS

Emilie

Meryem
(Ricochet)

Rendez-vous: 13h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 14 €





MARDI
18 MARS

Christian
Schummer
0475/ 73 16 25

Marie-Pierre
Colmant

Claudine
Weyemberg

Patrick
Van der jeugd

BALADE À LA FORÊT DE SOIGNES

En cette fin d'hiver, je vous propose d'aller admirer la forêt pour une balade de 5 kilomètres.

Il faut prévoir :

- **De bonnes chaussures**
- **Des vêtements chauds**
- **Vos boissons**
- **Votre pique-nique**

Et qui sait, nous aurons peut-être du soleil...

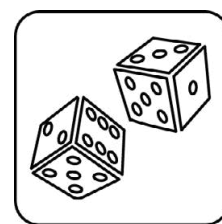
J'espère vous y voir nombreux !

Rendez-vous: 9h30 au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: Gratuit



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 prêt 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: 7 €

JEUDI
20 MARS

Paul Goeminne
0476 33 32 14

Marie-Pierre
Colmant

Janine
Coussement

Gratienne
de Plaen



DINANT — BELGIQUE

Week-end

**DU VENDREDI 21 MARS (11H)
AU DIMANCHE 23 MARS 2025 (17H)**

Située au cœur de la Vallée de la Meuse, Dinant est une perle belge qu'il faut découvrir.

Avec ses rues pavées, son impressionnante collégiale et son château médiéval, cette ville possède un charme unique.

Imagine-toi marcher au bord de l'eau et manger une « couque de Dinant » tout en admirant les majestueuses falaises qui surplombent la ville.

Nous pourrions peut-être :

- nous balader dans la ville
- visiter la citadelle
- partir en croisière sur la Meuse (s'il fait beau !)

Si tu aimes l'histoire, la nature ou la détente, viens passer un week-end à Dinant.

Il reste uniquement 2 places.

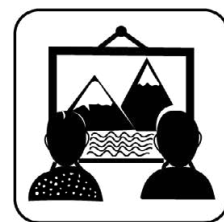


300 €

**ANIMATEURS
PROFESSIONNELS**

Stefano et Jasmine

EXPO À LA GALERIE MATTHYS



Notre ami Bruno Matthys nous attend à nouveau pour découvrir une nouvelle expo.

Nous aimons sa petite galerie à Woluwe-Saint-Pierre, avenue Jules De Trooz.

Nous découvrons chaque fois avec plaisir de nouveaux artistes.

Nous aimons les explications simples et intéressantes de Bruno.

Grâce à lui, nous comprenons mieux ce qu'est l'art.

**VENDREDI
21 MARS**

Bernadette
de Mûelenaere
0496 55 69 76

Nicole Ruysen

Marianne
Ambrosi

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





**SAMEDI
22 MARS**

Viviane
De Blaere
0485 06 46 18

Chantal
Vandebenderie

Marie-Line
Lemmens

CINÉ-CLUB

Retrouvons-nous pour une après-midi cinéma !

Nous irons déguster une bonne pitta et bien sûr des frites ! Ensuite, place au cinéma !

Ensemble, nous choisissons un film en fonction de l'affiche...

Comédie, fantastique, dramatique ou romantique.

Un film qui nous fera réfléchir sur des sujets d'actualité.

Venez avec vos idées de films à l'affiche...

Nous choisirons ensemble.

Rendez-vous: 11h au Silex
Fin: 16h30 au Silex
Prix: 20 €



FUTUR FUTÉ

Arts et terrain de jeux



Tu aimes jouer et tu aimes l'art ? Parfait !

C'est parti pour cette exposition sur le thème du jeu !

Nous aurons un chouette médiatrice culturelle durant cet évènement.

Nous aurons le droit de toucher les œuvres de cette exposition. Ça change de d'habitude. L'art ne s'apprécie pas toujours qu'avec les yeux, avec les mains c'est chouette aussi !

Nous ferons aussi une activité tous ensemble en fin de visite. En lien avec le jeu bien-sûr...

Qu'attends-tu pour t'inscrire ?

SAMEDI
22 MARS

Matthias

Alex

Rendez-vous: 13h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 15 €





APRÈS-MIDI CONTE

DIMANCHE
23 MARS

Francine
Pollaris
0480 61 67 60

Marie-Pierre
Colmant

Aimes-tu les animaux ? Alors, cet après-midi est pour toi !

Je te propose la lecture d'une histoire touchante, celle d'un monsieur très triste parce que sa femme l'a quitté. Un jour, un chat s'introduit dans sa maison, et...s'y installe !

Et ce chat n'est pas comme les autres : il parle !

Tu t'amuseras, tu t'étonneras, tu te poseras aussi beaucoup de questions à propos de notre façon de vivre, de nos contacts parfois compliqués avec notre entourage...

Et bien sûr, il y aura un petit goûter « papote » après la lecture !

Tenté(e)? Alors, n'hésite pas, inscris-toi vite !

Rendez-vous: 14h30 au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 5 €



VIVRE L'INSTANT PRÉSENT



Chaque mois nous partageons des méditations guidées, des poèmes et des chansons. Vivons ici et maintenant en pleine conscience.

Nous avons vécu ensemble quatre séances consacrées au rythme des saisons. Chaque saison contient sa dose d'énergie. En hiver la nature s'endort pour mieux se réveiller au printemps. En janvier, les journées s'allongent. Notre énergie revient peu à peu.

Après les saisons méditons sur l'Amitié. L'amitié nourrit notre vie et développe nos relations. Le vivre ensemble est dans l'ADN du Silex. L'amitié nous donne de la force et de l'énergie. Les plus anciens se rappelleront qu'une des deux sections du Silex s'appelait le Silex Amitié.

Deux silex qui mettent ensemble leur force créent une étincelle : « allumer le feu » nous chante Johnny. L'amitié est essentielle pour notre bien-être et notre bonheur.

LUNDI
24 MARS

Philippe
de Mûelenaere
0475 57 92 28

Francine
Pollaris

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

**LUNDI
24 MARS**

Bernadette
de Mûelenaere
0496 55 69 76

ATELIER D'ÉCRITURE POUR LA CRIÉE

Rassemblons nos idées et nos souvenirs.
Qu'avons-nous vécu au Silex ces dernières semaines ?

Qu'avons-nous envie d'écrire dans la Criée ?
Nous commençons par nous écouter.

Ensuite nous essayons d'écrire dans un langage facile à comprendre.

Pour cela, nous prenons le temps de nous relire :

- voir si les phrases ne sont pas trop longues.
- pour voir si les mots ne sont pas trop difficiles
- pour voir si nous n'entrons pas dans trop de détails.

Rendez-vous: 16h au Silex
Fin: 17h30 au Silex
Prix: Gratuit



EXPLORATION DU MONDE

Guyane-Suriname



En route vers le centre culturel de Woluwe-Saint-Pierre (Whall) pour découvrir un nouveau voyage.

Christian Durand, grand explorateur, passe le témoin à son fils Vassili. Ensemble, ils reviennent sur les traces d'aventures vécues il y a plus de 40 ans, au Suriname et en Guyane française.

Un pays où l'on retrouve plusieurs communautés, comme les créoles, les Amérindiens,...

Une richesse culturelle que l'on retrouve aussi dans les plats !

Venez découvrir ce beau voyage...

Attention, il faut avoir manger avant l'activité !

MARDI
25 MARS

Martin Braun
0477 37 29 18

Béatrice
Stoobants

Viviane
De Blaere

Catherine
Blacks

Rendez-vous: 19h15 au Silex
Fin: 22h30 au Silex
Prix: 11 €





MARDI
25 MARS

Philippe et
Bernadette
de Mûelenaere
0475 57 92 28

ROMÉO ET JULIETTE à Wolubilis

Depuis de très nombreuses années, le Rotary de Bruxelles aide Le Silex et Le Ricochet.

Il organise une soirée au profit des associations qu'il soutient.

Nous vous proposons un magnifique spectacle de danse qui met en scène les fameux amoureux de Vérone en Italie.

Quatorze danseurs nous feront vivre leur histoire au rythme de la musique.

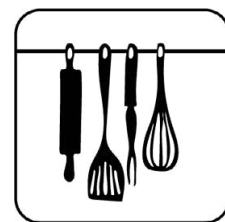
Nous nous retrouverons après le spectacle pour prendre ensemble une boisson comprise dans le prix.

Nous n'avons que quelques places !

Rendez-vous: 20h au Silex
Fin: 22h30 au Silex
Prix: 35 €



CUISINONS ENSEMBLE



Nous cherchons à ce que le repas soit une fête.

De la couleur, de la saveur surprenante, des fruits de saison, des fleurs, des herbes aromatiques et beaucoup de légumes !

Une jolie décoration de table, un délicieux dessert.
Une activité où l'on prépare ensemble un repas...
Dans la bonne humeur !

Avec des idées originales, des recettes faciles à faire chez soi.

MERCREDI
26 MARS

Marion
Vander Meulen
02 731 55 84

Nicole Ruysen

Christine
Coppens

Rendez-vous: 11h au Silex
Fin: 14h au Silex
Prix: 7 €





JEUDI
27 MARS

Fabienne Lüthi
0496 85 08 26

PAPOT'ÂGES

Musique et rythmes

Plusieurs membres m'ont demandé de refaire un atelier sur le thème de la musique.

Quelles sont les musiques que je préfère ?

Pourquoi ?

Connaissons nous des compositeurs de musique ?

Nous parlerons aussi des rythmes.

Tous ensemble, nous produirons certains rythmes, en tapant dans les mains, en marchant, en frappant sur la table, sur des djembés, ...

Venez-vous amuser avec nous.

Prendre son pique-nique.

Il y aura des boissons sur place.

Rendez-vous: 11h30 au Silex
Fin: 14h au Silex
Prix: 3 €



BIEN-ÊTRE

Mouvement et respiration



Tu as envie de t'exprimer, de bouger, de musique ?

Viens nous retrouver pour un moment de joie passé ensemble.

Dans un espace où le mouvement prend vie,
où la musique nourrit le corps, l'esprit et le cœur.
Une autre manière de célébrer la vie.

Lors de cette activité je t'invite à venir pour :

- t'exprimer, te décharger ;
- te canaliser ;
respirer et t'apaiser ;
- passer un moment de bien-être tous ;
ensemble en musique.

JEUDI
27 MARS

Aurélia

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 16h au Silex
Prix: Gratuit





JEUDI
27 MARS

David Malfait
0477 25 16 46

Vincent
Deferière

Viviane
De Blaere

SOIRÉE ANNIVERSAIRES

Karaoké

Comme chaque fin du mois, nous fêtons les anniversaires...

Retrouvons-nous autour d'une activité à succès, le Karaoké !

Venez profiter d'une belle soirée de rire et de partage.

Seul (e) ou en groupe, tu pourras chanter ton tube préféré.

L'occasion aussi de se retrouver, discuter ou rencontrer de nouveaux membres.



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

FLORENVILLE — BELGIQUE

Week-end

DU VENDREDI 28 MARS (13H30)
AU DIMANCHE 30 MARS 2025 (20H)

Connais-tu le Carnaval des Fleurs de Florenville ?

Un endroit où la culture wallonne est bien présente.
Nous pourrons la découvrir lors d'une grande fête !

Il y aura des fanfares, des défilés, des concerts...
Et des bonnes frites !

Nous pourrons en profiter pour danser et nous mêler à la foule,
alors **tu dois être à l'aise dans les endroits où il y a du monde...**

Dimanche, nous irons voir le fameux défilé de chars fleuris.

Alors, partant ? Rejoins-nous si tu aimes danser et faire la fête !

Pour participer à ce week-end, il faut une bonne condition physique car nous allons être beaucoup debout.

Il ne reste qu'une place !

300 €

**ANIMATEURS
PROFESSIONNELS**

Sarah et Matthias





SAMEDI
29 MARS

Aurélia

Matthias

DANSE

Rock 'n' Roll

Viens te découvrir et rencontrer l'autre à travers la danse. Chaque mois nous te proposons de découvrir un univers musical et dansant différent.

Au programme de cette activité du mois de mars : le Rock'n'Roll, yeah !

C'est en couple que nous danserons ce samedi sur du Elvis Presley, Little Richard, Bill Haley ! Mais aussi sur des musiques plus récentes comme C2C.

Ça va bouger et ça va tourner ! Alors n'oublie pas ta gourde et ton déodorant. Et oui, on va beaucoup passer sous les aisselles de notre partenaire de danse alors...

À samedi pour plein de tournicotis !

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



L'ART ÇA ME DIT !



Tu aimes découvrir de nouvelles techniques artistiques ?

Tu adores exploiter ta créativité ?

Tu aimes les couleurs, la matière, la peinture, la couture, le textile... ?

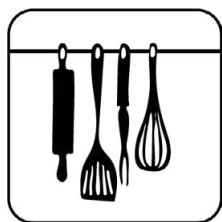
Cet atelier va te faire voyager dans le monde merveilleux de l'Art avec un grand « A ».

Tu pourras créer en t'amusant dans la bonne humeur et le sourire !

**SAMEDI
29 MARS**

Jasmine

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



**SAMEDI
29 MARS**

Alex

CUISINONS DE SAISON !

Apprenons à cuisiner avec des produits de saison et de chez nous !

Comment se nourrir avant ou après le sport ?

Comment trouver un en-cas intéressant ?

Nous allons découvrir les bienfaits de notre alimentation.

Et pourquoi pas préparer un délicieux smoothie, bon pour la santé, avec des fruits de chez nous ?

Rendez-vous: 10h au Silex
Fin: 13h au Silex
Prix: 7 €



SPORT

Danse contemporaine



Betti est animatrice au Silex mais aussi professeure de danse académique et d'expression corporelle.

C'est elle qui animera cette activité sportive. Son atelier de danse contemporaine est accessible en position debout et en position assise.

Rejoins-nous sur le dancefloor !

SAMEDI
29 MARS

Jasmine

Alex

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



SAMEDI
29 MARS

Aurélia

MULTI-COULEURS

Chaque mois, viens découvrir une couleur liée à un artiste, un lieu, une musique, une personnalité ou encore un concept (une idée).

Tu réaliseras une création de tes mains, seul ou avec le groupe.

Chaque activité sera baignée d'une couleur surprise, alors si tu es curieux ou curieuse et que tu aimes le dessin, la peinture, le collage, la musique, les paysages, les arts, les cultures du monde, ...

Je t'invite à venir essayer l'activité Multi-Couleurs !

Rendez-vous: 14h au Silex
Fin: 17h au Silex
Prix: 5 €

ÉQUIPE JEUNE

Questions pour un champion



Tu as entre 18 et 30 ans ?

Envie de passer un chouette moment avec l'équipe des jeunes ? Cette activité est faite pour toi !

Au programme : Questions pour un champion !

Un jeu de culture générale autour du sport, de l'art, de la musique,...

Que tu sois doué ou pas, rejoins-nous !

L'important est de passer un chouette moment ensemble.

DIMANCHE
30 MARS

Alia Fournier
0465/ 71 27 19

Adrien Thomas

Martin
de Behault

Charleen
El-Khoury

Eliott Mc Cleery

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

LILLE — FRANCE

Week-end

**DU VENDREDI 4 AVRIL (11H)
AU DIMANCHE 6 AVRIL (17H)**

Ce week-end, nous vous proposons de découvrir deux villes du Nord de la France : Lille et Roubaix.

Lille est une grande ville avec beaucoup de choses à voir. Nous allons nous promener dans le centre de Lille, regarder les bâtiments anciens et visiter de beaux endroits comme la Grand-Place. Si nous avons le temps, nous irons découvrir des musées intéressants.

Nous logerons à Roubaix, la ville voisine.

Nous visiterons le musée de la Piscine.

Ce musée est très spécial, car il était autrefois une piscine.

Aujourd'hui, on peut y voir des œuvres d'art, des sculptures et des expositions.

Alors si tu aimes les visites culturelles et que tu es un bon marcheur, ce week-end est fait pour toi !

Il ne reste qu'une place !



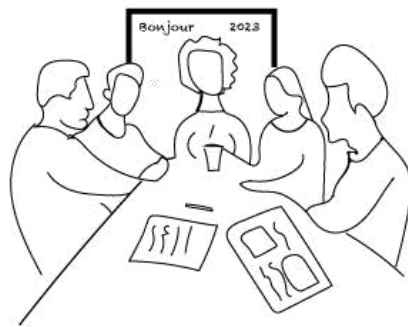
300 €

**ANIMATEURS
PROFESSIONNELS**

Aurélia et Francesco

**CITOYEN
ACTIF**

**RENDEZ-VOUS
AU FORUM DES MEMBRES
LE SAMEDI 26 AVRIL 2025
DE 14H À 17H**



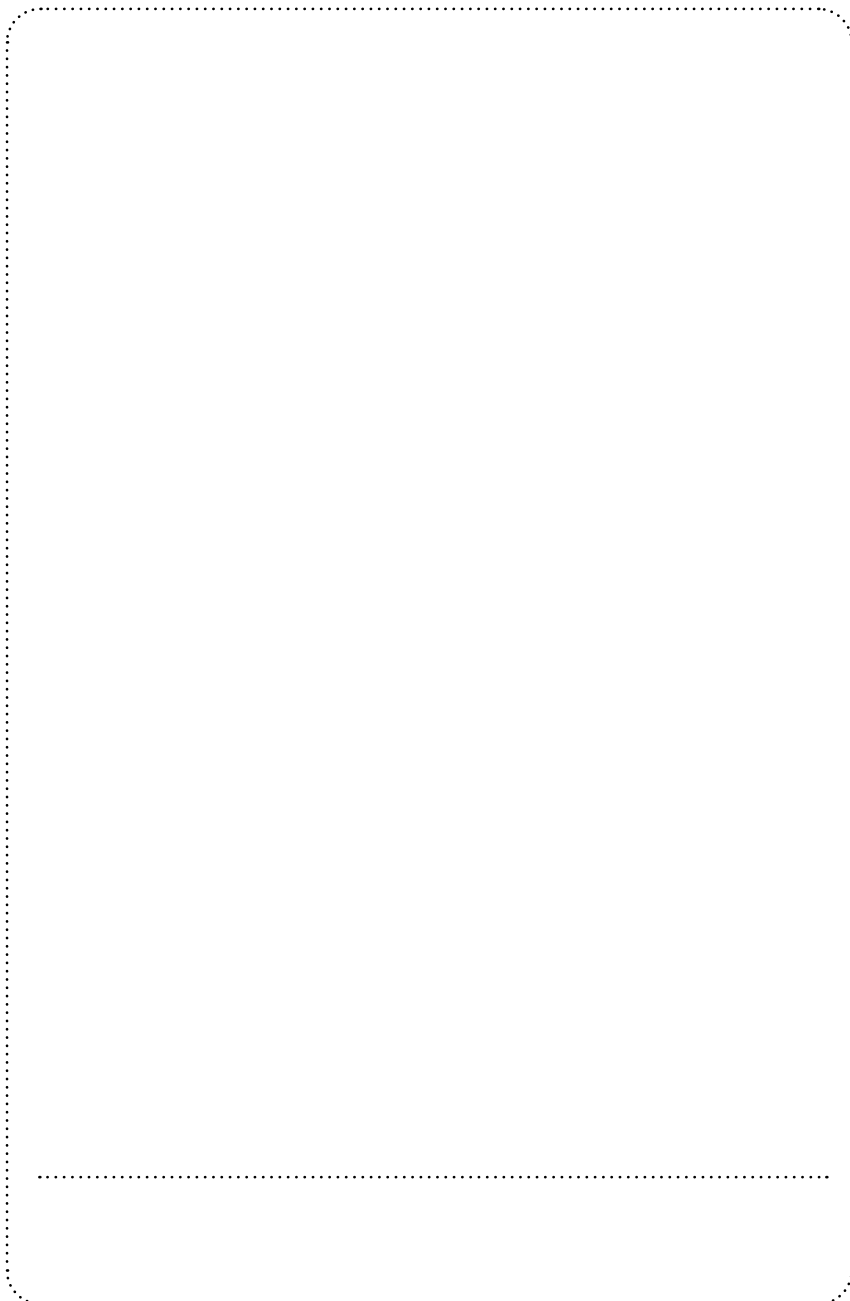
EP

Entendu au Silex

« Moi j'aime regarder
la Star Academy »

Thomas

Dessine ton meilleur souvenir de février



Exp. Le Silex asbl
82, Rue Voot - 1200 Bruxelles
N° d'entreprise : BE 0413 784 677

INFORMATIONS INSCRIPTIONS SECRÉTARIAT

du lundi au vendredi
de 9h00 à 16h00

Tel : 02 762 40 09
info@lesilex.be
www.lesilex.be

ING BE65 3600 3430 8296



le
Silex

82 rue Voot à 1200 Bruxelles



Tram : 8 - Voot



Métro 1 : Tomberg - Roodebeek



Bus : 28 - Déportés