

www.1030.be

DÉCEMBRE  
DECEMBER

Rue Josaphatstraat 253  
02/240 43 50

[maisondesfemmes@1030.be](mailto:maisondesfemmes@1030.be)

Mail

[huisvande vrouw@1030.be](mailto:huisvande vrouw@1030.be)

[www.facebook.com/MaisonFemmesHuisVrouw/](https://www.facebook.com/MaisonFemmesHuisVrouw/)

**Maison des Femmes fermée**

**25/12**

**Huis van de Vrouw gesloten**

| <b>Lundi-Maandag</b>                                                                         | <b>date / datum</b> | <b>heure / uur</b>             | <b>prix / prijs</b>      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------|--------------------------|
| Permanence emploi / <i>Permanentie tewerkstelling</i>                                        | 18/12               | 09.00 - 12.00                  | € 0                      |
| Atelier dentelle / <i>Workshop kantwerk</i>                                                  | 4, 11 & 18/12       | 09.30 - 12.00                  | € 0                      |
| Les mamans numériques! : Initiation informatique/ <i>De digitale mama's!:</i> Computerlessen | 4, 11 & 18/12       | 09.45 - 12.15<br>13.00 - 15.30 | € 0                      |
| Jardinage urbain écologique: herboristerie <i>Ecologisch stadstuinieren : kruidkunde</i>     | 11/12               | 13.00 - 16.00                  | € 0                      |
| Yoga du rire / Lachyoga                                                                      | 4 & 18/12           | 14.00 - 16.00                  | € 5<br>€ 45/10           |
| Salsa : Danse latino / <i>Latinodans</i>                                                     | 4, 11 & 18/12       | 18.00 - 19.00                  | € 0                      |
| Pilates                                                                                      | 4, 11 & 18/12       | 20.00 - 21.00                  | € 160/3 mois-<br>maanden |
| <b>Mardi-Dinsdag</b>                                                                         | <b>date / datum</b> | <b>heure / uur</b>             | <b>prix / prijs</b>      |
| Marathon des Lettres d'Amnesty <i>schrijfmarathon</i>                                        | 5/12                | 10.00 - 12.00<br>14.00 - 18.00 | € 0                      |
| Place aux Cheffes: atelier cuisine / <i>Maak plaats voor de Chefs: kookatelier</i>           | 5, 12 & 19/12       | 09.30 - 12.30                  | € 0                      |
| Les mamans numériques! : Questions/réponses/ <i>De digitale mama's!:</i> Vragen stellen      | 5, 12 & 19/12       | 09.45 - 11.45                  | € 0                      |
| Écrivaine publique/ <i>Publieke schrijfster</i>                                              | 5, 12, 19 & 26/12   | 10.00 - 12.00                  | € 0                      |
| Zumba                                                                                        | 5, 12 & 19/12       | 14.00 - 15.00                  | € 0                      |
| Tricothé / <i>Brei je mee?</i>                                                               | 5, 12, 19 & 26/12   | 17.00 - 19.00                  | € 0                      |
| Bloom dance                                                                                  | 5, 12 & 19/12       | 18.30 - 20.30                  | € 17<br>€ 150/10         |
| <b>Mercredi-Woensdag</b>                                                                     | <b>date / datum</b> | <b>heure / uur</b>             | <b>prix / prijs</b>      |
| Coaching de vie / <i>Levenscoaching</i>                                                      | 13/12               | 09.00 - 12.00                  | € 0                      |
| Atelier bien-être / <i>Welzijnssessie</i>                                                    | 6, 13 & 20/12       | 10.00 - 11.15                  | € 8                      |
| Espace-jeux / <i>Speelruimte</i>                                                             | 6, 13 & 20/12       | 14.00 - 16.30                  | € 0                      |
| Échecs/ <i>Schaakspel</i>                                                                    | 6, 13 & 20/12       | 17.00 - 19.00                  | € 0                      |
| Boxe thaï (liste d'attente)/ <i>Thaiboksen (voor de reservelijst)</i>                        | 6, 13 & 20/12       | 18.00 - 19.30                  | € 0                      |

| Jeudi-Donderdag                                                                                                              | date / datum      | heure / uur                                                                                        | prix / prijs                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Handicontact                                                                                                                 | 28/12             | 09.00 - 12.00                                                                                      | € 0                                                          |
| Cinédames CinémaMed: Sous les figues /<br>Onder de vijgen                                                                    | 7/12              | 14.00 - 16.30                                                                                      | € 0                                                          |
| Bricoladies: Électricité / Electriciteit                                                                                     | 7/12              | 09.30 - 12.30                                                                                      | € 0                                                          |
| Permanence juridique / Juridische<br>permanentie                                                                             | 7/12              | 10.00 - 12.30                                                                                      | € 0                                                          |
| Permanence autisme / Permanentie autisme                                                                                     | 21/12             | 10.00 - 12.00                                                                                      | € 0                                                          |
| Bricoladies: Fabriquer un luminaire / Lamp<br>maken                                                                          | 14/12             | 13.00 - 16.00<br>APAJ - Chssée de<br>Haechtschestwg 146                                            | € 0                                                          |
| Ateliers d'échanges sur la vieillesse /<br>Uitwisselingen over ouderdom voor " 60 +"                                         | 7 & 21/12         | 14.00 - 16.00                                                                                      | € 0                                                          |
| Sophrologie / Sofrologie                                                                                                     | 7 & 14/12         | 20.00 - 21.30                                                                                      | € 15,50<br>€ 100/10<br>Tarif fidélité pour<br>réinscriptions |
| Vendredi-Vrijdag                                                                                                             | date / datum      | heure / uur                                                                                        | prix / prijs                                                 |
| Pilates                                                                                                                      | 1, 8, 15 & 22/12  | 09.00 - 10.00                                                                                      | €160/3 mois-<br>maanden                                      |
| Place aux Cheffes: atelier cuisine / Maak<br>plaats voor de Chefs: kookatelier                                               | 1, 8, 15 & 22/12  | 09.30 - 12.30                                                                                      | € 0                                                          |
| Burn-out: atelier interactif / Interactieve<br>workshop                                                                      | 8/12              | 10.00 - 12.00                                                                                      | € 12                                                         |
| Arpentages: De la marge au centre, de bell<br>hooks / Gedeelde lectuur                                                       | 8 & 15/12         | 13.00 - 15.30                                                                                      | € 0                                                          |
| Écriture et théâtre / Schrijven en toneel spelen                                                                             | 1, 8, 15 & 22/12  | 13.30 - 15.30                                                                                      | € 0                                                          |
| Qi Gong                                                                                                                      | 1, 8, 15 & 22/12  | 17.00 - 18.00<br>Salle Chloé Craftiaux zaal<br>Ave Suffrage Universel 22<br>Algemeen stemrechtlaan | € 0                                                          |
| Lu-Ve / Ma-Vrij                                                                                                              | date / datum      | heure / uur                                                                                        | prix / prijs                                                 |
| Bricoladies semaine découverte Entretien<br>domestique / Ontdekkingsweek Huis<br>onderhouden                                 | 4, 5, 6, 7 & 8/12 | 09.00 - 16.00<br>FAC - Rue de la Poste /<br>Postraat 262                                           | € 0                                                          |
| EXPO MIRABAL: Résiliences / Veerkracht                                                                                       | > 12/01/2024      | 9.00 - 16.00<br>Rue Josaphatstraat 253<br>Avenue Louis Bertrandlaan                                | € 0                                                          |
| Week-End                                                                                                                     | date / datum      | heure / uur                                                                                        | prix / prijs                                                 |
| EMPOWERMENT: mouvement, voix, écriture,<br>dessin / bewegen, spraak en zang, schrijven en<br>tekenen                         | 17/12             | 08.30 - 19.00                                                                                      | Prix libre<br>Vrije prijs                                    |
| Méditer en prenant soin de soi : soins de la<br>peau et maquillage / Mediteren en zorg voor je<br>dragen: schminck en lotion | 2/12              | 09.00 - 13.00                                                                                      | € 10                                                         |