

Animations mixâge

Retissage des liens sociaux dans le cadre PCS

2025-2026

Commune de **Beyne-Heusay**
Beyne-Heusay | Bellaire | Queue-du-Bois | Moulins-sous-Féron
www.beyne-heusay.be



RDV RUN

Une rencontre entre coureurs, ayant un minimum d'expérience, est programmée pour réaliser des séances de course à pied de 7 à 10 km dans les environs de Beyne-Heusay (3 groupes de niveaux différents).

Chaque mercredi, RDV devant le hall omnisports.
Dès le 17 septembre à 18h00.

Sport d'entretien

Je trotte pour ma santé

Séance de course à pied en salle pour garder la forme.

Gym douce

Séance de gymnastique douce pour préserver son bien-être et son tonus, tout en respectant ses articulations.

Pause café papote

Après l'effort, le réconfort. Un lieu convivial pour venir bavarder et passer un agréable moment autour d'un café ou d'un thé.

Chaque lundi au hall omnisports.

Dès le 22 septembre : Je trotte pour ma santé de 9h30 à 10h15, gym douce de 10h30 à 11h15 et café papote de 11h30 à 12h15.

Espace-temps parents/enfants

Un temps privilégié pour les petits de 0 à 3 ans accompagnés d'un/des parent(s) et encadré par des professionnelles de la petite enfance. Un espace de jeux adapté aux tout-petits ainsi qu'un parcours psychomoteur sont mis en place afin de proposer un lieu de rencontres accueillant et ressourçant pour les parents et enfants.

Un samedi par mois au hall omnisports.
Dès le 4 octobre de 10h00 à 11h00.

Accompagnement

SERVICE PAPILLON

Ce service, soutenu par l'AIGS, a pour objectif de favoriser le pouvoir d'agir des personnes en situation d'isolement et d'exclusion sociale par le biais d'un coaching individuel. Une coach aide les personnes en besoin à trouver leurs propres solutions et motivations face à leurs difficultés tout en respectant leur être et en considérant quelles possèdent des ressources pour y arriver. Ce service est totalement gratuit.

Renseignements :

Laurie Ligot, coach psychosocial | 0493.40.33.09 | l.ligot@aigs.be.



LES ÉDUCATEURS DE RUE

Tout au long de l'année, les éducateurs proposent diverses activités ainsi qu'un accompagnement dans différentes démarches auprès d'un public hétérogène.

Renseignements :

Alfonso GONZALEZ, 0496.07.02.74
David DEDOYARD, 0473.89.03.28
Francesco TURI, 0498.94.60.00

Pour soi m'aime

Atelier micro-macramé

Un atelier pour apprendre la technique du micro-macramé et, grâce aux fils fins et aux nœuds, donner vie à ses propres créations (bijoux, etc.).

Deux lundis par mois à la bibliothèque de Beyne Centre. Dès le 22 septembre de 13h30 à 16h30.

Atelier crochet

Un atelier pour apprendre la technique du crochet afin de réaliser des pièces uniques (accessoires, etc.).

Un lundi par mois à la bibliothèque de Beyne Centre.
Dès le 6 octobre de 13h30 à 16h30.

Du crayon à la couleur

Un atelier pour découvrir, créer, apprendre ou progresser dans l'art du dessin et de la peinture.

Deux mercredis par mois à la bibliothèque de Beyne Centre.
Dès le 24 septembre de 13h30 à 16h30.

Ecris-moi une histoire

Le plaisir d'écrire en groupe et de développer son imagination, son style et sa créativité. Ces ateliers d'écriture interactive sont proposés pour toute personne désireuse d'entremêler les mots sur papier.

Deux mardis par mois à la bibliothèque de Beyne Centre.
Dès le 23 septembre de 19h00 à 20h30.

Agenda d'octobre à décembre 2025

Cortège Halloween à Queue-du-Bois : 18 octobre



Balade Halloween à Beyne-Heusay : 1^{er} novembre

Saint-Nicolas dans les rues : 30 novembre



Donnerie : 5 décembre

Marché de Noël : 20 décembre

Informations et Inscriptions

Activités gratuites (matériel à vos frais).

Inscription à partir du 1^{er} septembre via le formulaire en ligne :
<https://extranet.beyne-heusay.be/inscriptions/pcs>
ou par téléphone : 04.355.89.27



Retrouvez les dates des ateliers dans le calendrier en annexe.

Julie BEAUJEAN - Animatrice du PCS

04.355.89.27 | julie.beaujean@beyne-heusay.be

Sandrine LECLERCQ - Chef de service

04.355.89.29 | sandrine.leclercq@beyne-heusay.be



CALENDRIER PCS - MIXÂGE - SEPTEMBRE - OCTOBRE - NOVEMBRE - DÉCEMBRE 2025



SPORT D'ENTRETIEN



Tous les lundis - sauf durant les congés scolaires.

- ✓ **Je trotte pour ma santé** - 9h30-10h15 - Hall omnisport de Beyne-Heusay
- ✓ **Gym douce** - 10h30-11h15 - Hall omnisport de Beyne-Heusay
- ✓ **Pause café papote après le sport** - 11h30-12h15 - bibliothèque du centre

RDV RUN



Tous les mercredis à 18h au Parc communal - sauf durant les congés scolaires.

ATELIER « POUR SOI M'AIME »



Tous les lundis de 13h30 à 16h30 à la bibliothèque du Centre - sauf durant les congés scolaires.

- Atelier pour réaliser/partager des activités créatives libres ou encadrées autour du fil.

Une animatrice passionnée de micro-macramé est présente :

- ✓ 22 et 29 septembre
- ✓ 13 octobre
- ✓ 3 et 17 novembre
- ✓ 1 et 15 décembre

Une animatrice passionnée par le crochet est présente :

- ✓ 6 octobre
- ✓ 10 et 24 novembre
- ✓ 8 décembre

ATELIER « DU CRAYON À LA COULEUR »

Deux mercredis/mois de 13h30 à 16h30 à la bibliothèque du Centre.

- Une animatrice perfectionnée à la pratique de la peinture est présente :
 - ✓ 24 septembre
 - ✓ 1 et 15 octobre
 - ✓ 5 et 19 novembre
 - ✓ 3 et 17 décembre



ATELIER « ECRIS-MOI UNE HISTOIRE »

Deux mardis/mois de 19h à 20h30 à la bibliothèque du Centre :



- ✓ 23 septembre
- ✓ 7 et 14 octobre
- ✓ 18 et 25 novembre
- ✓ 2 et 16 décembre

ATELIER « ESPACE-TEMPS PARENTS/ENFANTS »

Un samedi/mois de 10h à 11h à la salle Amicale-Concorde ou au hall omnisports:



- ✓ 4 octobre (salle Concorde)
- ✓ 8 novembre (hall omnisports)
- ✓ 13 décembre (hall omnisports)