



AGENDA SANTÉ JUILLET 2018

Le Réseau Santé Diabète-Bruxelles propose des activités et encourage la participation des habitants des Marolles, et de Bruxelles, aux actions de prévention autour du diabète : alimentation équilibrée, activité physique régulière/appropriée et médecine préventive, car elles sont bonnes pour tous !

Veillez contacter les organisateurs dont les coordonnées sont mentionnées pour vous inscrire à toute activité.

Pour tout autre renseignement :
Murielle : 0475 44 67 92
contact@reseaudiabete.be
www.reseausantediabete.be

Le RSD-B est soutenu par Commission Communautaire Française de la Région de Bruxelles-Capitale

Avec le soutien de l'Echevin des Sports de la Ville de Bruxelles



JUILLET 2018

MERCREDI 04/07

Promenade verte au Parc Coloma
> 13h

JEUDI 05/07

Sortie annuelle ! Marche nordique
> 9h30 à 15h00

Inscription obligatoire !

Info, inscription et RDV au Centre de Santé du Miroir (Tél. 02 511 34 74) ou auprès de Sébastien, promoteur des activités physique du réseau (Tél. 0483 04 22 15)
Gratuit

Atelier cuisine-colis

> 14h00-17h00

Nativitas Rue Haute 65 – 1000 Bruxelles
Tél. 02 512 02 35

VENDREDI 06/07

Cours de yoga mixte
> 17h30-18h30

Entr'Aide des Marolles
Rue des Tanneurs 169 – 1000 Bruxelles
Tél. 02 510 01 80)
PAF : 1 €

MERCREDI 11/07

Promenade verte à Linkebeek
> 13h

JEUDI 12/07

Marche nordique
> 9h30 à 12h

Inscription obligatoire !

Info, inscription et RDV au Centre de Santé du Miroir (Tél. 02 511 34 74) ou auprès de Sébastien, promoteur des activités physique du réseau (Tél. 0483 04 22 15)
PAF : 1€

VENDREDI 13/07

Cours de yoga mixte
> 17h30-18h30

Entr'Aide des Marolles
Rue des Tanneurs 169 – 1000 Bruxelles
Tél. 02 510 01 80)
PAF : 1 €

MERCREDI 18/07

Promenade verte à l'Ancien Chemin de Fer
> 13h

JEUDI 19/07

Marche nordique
> 9h30 à 12h

Inscription obligatoire !

Info, inscription et RDV au Centre de Santé du Miroir (Tél. 02 511 34 74) ou auprès de Sébastien, promoteur des activités physique du réseau (Tél. 0483 04 22 15)
PAF : 1€

MERCREDI 25/07

Promenade verte à l'Arboretum de Tervuren
> 13h

JEUDI 26/07

Marche nordique
> 9h30 à 12h

Inscription obligatoire !

Info, inscription et RDV au Centre de Santé du Miroir (Tél. 02 511 34 74) ou auprès de Sébastien, promoteur des activités physique du réseau (Tél. 0483 04 22 15)
PAF : 1€

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Les promenades vertes

Organisées par le groupe Santé & Environnement

Enfants accompagnés admis !

Centre de Santé du Miroir

Tél. 02 511 34 74)

Maison Médicale des Marolles

Tél. 02 511 31 54

Habitat et rénovation

Tél. 0474 70 90 11 ou 02 514 52 04

Découvrez les espaces verts de Bruxelles.

Mais munissez-vous de bonnes chaussures, d'une bouteille d'eau, d'un fruit frais (afin de faire tous ensemble la salade de fruit) et de votre titre de transport (transports en commun).
Gratuit

Tous les mercredis

Départ 13h et retour 17h (selon)

RDV chez Habitat et Rénovation :

rue des Tanneurs 89 – 1000 Bruxelles

Infos & programme

Tél. 0474 70 90 11 ou 02 514 52 04





AGENDA SANTÉ AOÛT 2018

Le Réseau Santé Diabète-Bruxelles propose des activités et encourage la participation des habitants des Marolles, et de Bruxelles, aux actions de prévention autour du diabète : alimentation équilibrée, activité physique régulière/appropriée et médecine préventive, car elles sont bonnes pour tous !

Veillez contacter les organisateurs dont les coordonnées sont mentionnées pour vous inscrire à toute activité.

Pour tout autre renseignement :
Murielle : 0475 44 67 92
contact@reseaudiabete.be
www.reseausantediabete.be

Le RSD-B est soutenu par Commission Communautaire Française de la Région de Bruxelles-Capitale

Avec le soutien de l'Echevin des Sports de la Ville de Bruxelles



AOÛT 2018

MERCREDI 01/08

Promenade verte au Rouge Cloître
> 13h

JEUDI 02/08

Marche nordique

> 9h30 à 12h

Inscription obligatoire !

Info, inscription et RDV au Centre de Santé du Miroir (Tél. 02 511 34 74) ou auprès de Sébastien, promoteur des activités physique du réseau (Tél. 0483 04 22 15)
PAF : 1€

MERCREDI 08/08

Promenade verte aux Sources

de Molenbeek

> 13h

JEUDI 09/08

Marche nordique

> 9h30 à 12h

Inscription obligatoire !

Info, inscription et RDV au Centre de Santé du Miroir (Tél. 02 511 34 74) ou auprès de Sébastien, promoteur des activités physique du réseau (Tél. 0483 04 22 15)
PAF : 1€

JEUDI 16/08

Marche nordique

> 9h30 à 12h

Inscription obligatoire !

Info, inscription et RDV au Centre de Santé du Miroir (Tél. 02 511 34 74) ou auprès de Sébastien, promoteur des activités physique du réseau (Tél. 0483 04 22 15)
PAF : 1€

MERCREDI 22/08

Promenade verte au Bois du Laarbeek

> 13h

JEUDI 23/08

Marche nordique

> 9h30 à 12h

Inscription obligatoire !

Info, inscription et RDV au Centre de Santé du Miroir (Tél. 02 511 34 74) ou auprès de Sébastien, promoteur des activités physique du réseau (Tél. 0483 04 22 15)
PAF : 1€

MERCREDI 29/08

Promenade verte, Marche Nordique

au Parc Duden

> 13h

JEUDI 30/08

Marche nordique

> 9h30 à 12h

Inscription obligatoire !

Info, inscription et RDV au Centre de Santé du Miroir (Tél. 02 511 34 74) ou auprès de Sébastien, promoteur des activités physique du réseau (Tél. 0483 04 22 15)
PAF : 1€

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Les promenades vertes

Organisées par le groupe Santé & Environnement

Enfants accompagnés admis !

Centre de Santé du Miroir

Tél. 02 511 34 74)

Maison Médicale des Marolles

Tél. 02 511 31 54

Habitat et rénovation

Tél. 0474 70 90 11 ou 02 514 52 04

Découvrez les espaces verts de Bruxelles.

Mais munissez-vous de bonnes

chaussures, d'une bouteille d'eau,

d'un fruit frais (afin de faire tous ensemble

la salade de fruit) et de votre titre de

transport (transports en commun).

Gratuit

Tous les mercredis

Départ 13h et retour 17h (selon

RDV chez Habitat et Rénovation :

rue des Tanneurs 89 – 1000 Bruxelles

Infos & programme

Tél. 0474 70 90 11 ou 02 514 52 04

