

AGENDA SANTE 2026

MATIN

APRÈS-MIDI

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Café diabète Lundis 14/9, 12/10, 16/11, 14/12 09h30-11h30 (Comité de la Samaritaine)	Gym Hypopressive (F) 11h30-13h 1€ (Entraide des Marolles)		Marche Nordique (M) 9h30-12h00. (Centre de Santé du Miroir) RDV à 09h15 + titre de transport STIB 	Atelier Vivre son corps (F) 10h00-12h30 1€ (Entraide des Marolles)
Cours de vélo module II (M) Lundis 7/9, 14/9, 21/9, 28/9, 5/10, 12/10 10h00-12h00 (Provelo)	Cours de natation (M) 12h15-13h30 Les mardis 15/9, 22/9, 29/9, 06/10, 13/10, 20/10, 03/11, 10/11, 17/11, 24/11 3€ - Piscine du Centre (Réseau Santé Diabète)		Exercices maîtrise du vélo+ promenade max.10 km (M) Les premiers jeudis du mois 13h30-15h30 (Entraide des Marolles) Inscription au 0484 11 96 39 Ouvert aux personnes sans vélo (prévenir lors de l'inscription)	Potager de quartier (M) Vendredis 10/7, 17/7, 24/7 10h30-11h30. Au potager Terra Nova, rue Terre Neuve Sur inscriptions par mail à xuan@nativitas.be
Cours de Yoga (M) Lundis 13/7, 20/7, 24/8, 31/8 11h30-12h30 (Nativitas I)	Ping-pong & fléchettes / pétanque en été (H) 14h30 Pas d'inscription (Entraide des Marolles) 	Espace de jeux enfants-parents (M) 14h00-16h30 (Maison de quartier Querelle) RDV au 1 ^{er} étage 	Atelier Faire Poésie (M) Jeudi 16/7 14h00-17h00 (Nativitas I)	Sport nature (M) 14h00-15h00 (Maison de Santé des libertés) RDV devant Pas d'inscription 
Circuit training (M) 17h (Centre de Santé du Miroir) Dans la salle de gym 	Gym en musique (F) 18h15-20h00 1€ (Entraide des Marolles) 		Atelier de cuisine (M) Thème haricots Jeudi 9/7 14h30-16h30 (Nativitas I) 	Yoga (M) 17h45 1€ (Entraide des Marolles) 
	Ladies only (F) 20h15-21h30 reprise mi-septembre 5€ - Piscine du Centre (Réseau Santé Diabète) 		Marche Nordique (M) 17h00-18h00 Pas d'inscription (Maison Santé des Libertés)	
			Gym en musique (F) 18h15-20h00 1€ (Entraide des Marolles)	

Centre de Santé du Miroir
67 Rue du Miroir
1000 Bruxelles
Tél. 02 511 34 74

Comité de la Samaritaine
41 Rue de la Samaritaine
1000 Bruxelles
Tél. 02 513 06 26

Entraide des Marolles
Rue des Tanneurs 169
1000 Bruxelles
Tél. 0487 20 94 10
Activités suspendues en été

Maison de quartier Querelle
32 Rue du Lavoir
1000 Bruxelles
Tél. 0496 94 98 88

Maison de Santé des Libertés
Rue de l'Association 28
1000 Bruxelles
Tél. 02 218 35 53

Nativitas I
La Bicoque
118 Rue Haute-1000 Bruxelles
Sur inscriptions par mail à xuan@nativitas.be

Nativitas II
La Flute
65 Rue Haute-1000 Bruxelles
Sur inscriptions par mail à xuan@nativitas.be

Provelo
19 Rue de Dublin
1050 Bruxelles
Tél. 0475 44 67 92
Sur inscription

Réseau Santé Diabète
30 Rue des Capucins
1000 Bruxelles
Tél. 0483 04 22 15

F = Femme / H = Homme / M = Mixte



Activités sportives



Activités culturelles & de bien-être



Activités alimentaires

