



SEMAINES DU BIEN-VIVRE

03.09.23 > 17.09.23

PROGRAMME



SALON DES SPORTS ET
DU BIEN-VIVRE
DIMANCHE 03.09.23
12H30 à 17H30
AU HALL OMNISPORTS DE GREZ-DOICEAU

Bien-être – Activités sportives
Conférences – Ateliers créatifs
Dégustations – Initiations

 BienVivreAGrezDoiceau




Le Brabant wallon



SEMAINES DU BIEN VIVRE À GREZ-DOICEAU

DE NOMBREUSES ACTIVITÉS PROPOSÉES DURANT CES SEMAINES

C'est parti pour la 10^e édition des Semaines du Bien-Vivre ! Elles se dérouleront du **3 au 17 septembre 2023**. Le Programme Communal de Développement Rural (PCDR), partenariat entre des citoyens bénévoles et la Commune, est à l'origine de cette manifestation dont l'objectif est de faire connaître les multiples activités de notre commune, qu'elles soient économiques ou associatives. Chacun de ces participants propose aux habitants et aux visiteurs de découvrir son activité, dans le plaisir et la convivialité, en toute simplicité ! Les informations reprises dans le programme pour chaque activité sont valables uniquement durant les Semaines du Bien-Vivre (3 au 17 septembre 2023). Si vous désirez connaître les horaires et tarifs habituels, n'hésitez pas à prendre directement contact avec les personnes proposant une activité.

LE SALON DES SPORTS ET DU BIEN-VIVRE

Depuis plusieurs années, le salon du Bien-Vivre a lieu en même temps que le salon des Sports. Cette année, il aura lieu le **dimanche 3 septembre de 12h30 à 17h30** au Hall omnisports (chaussée de Wavre 99 à Grez-Doiceau). Vous y retrouverez de nombreux ambassadeurs, prêts à vous faire découvrir leur activité.

Retrouvez le programme
complet sur le site :
www.pcdr.grez-doiceau.be

PROGRAMME

ART – CULTURE - TOURISME

1 PETIT-DÉJEUNER DU TERROIR ET CONSEILS BALADES

Dimanche 17 septembre de 8h30 à 11h
Bed and Breakfast « Au Pigeon voyageur »,
Béatrice Terlinden
☎ 010/88.04.53
✉ beatrice@aupigeonvoyageur.be
🌐 www.aupigeonvoyageur.be
📍 Rue de Bossut 45 à Nethen
Gratuit - Inscription par mail ou téléphone

2 PORTES OUVERTES DE L'ACADÉMIE DE MUSIQUE

Durant les semaines les lundis, mardis, jeudis, vendredis entre 16h et 19h, mercredis entre 14h et 19h et samedis entre 9h et 12h
Académie de Musique et des Arts de la Parole,
Marie Claire Borceux
☎ 010/84.00.83 ✉ academie@grez-doiceau.be
🌐 www.academie.grez-doiceau.be
📍 Chaussée de la Libération 30 à Grez centre
Gratuit - Inscription non requise

3 DANSES HISTORIQUES ET D'ANIMATIONS

Lundi 11 septembre de 20h à 22h
Ars Vivendi, Marie-Joëlle Anciaux
☎ 0471/09.98.43
✉ ars.vivendi.nethen@gmail.com
🌐 www.dapo.be/un-village-au-coeur-du-monde
📍 Espace culturel, place de Trémentines 1 à Nethen
Gratuit - Inscription non requise

4 ASSISTER À UNE RÉPÉTITION DE THÉÂTRE

Mardis 5 et 12 septembre de 20h à 22h
Les Irréductibles, Benoit Walckiers
☎ 0477/72.92.83
✉ reservation.lesirreductibles@gmail.com
📍 Espace culturel, place de Trémentines 1 à Nethen
Gratuit - Inscription par téléphone

5 LES SENTIERS ENCHANTÉS : JEUX D'ÉCRITURE EN PLEIN AIR

Mercredi 13 septembre de 15h à 17h
Scriptalinea, Isabelle De Vriendt
☎ 0476/05.35.79 ✉ info@scriptalinea.org
🌐 www.scriptalinea.org
📍 L'adresse sera communiquée lors de l'inscription
Gratuit - Inscription par mail ou téléphone

JEUNESSE

6 ATELIER CLOWN DÉCOUVERTE

Mercredis 6 et 13 septembre de 13h30 à 14h45 et de 15h à 16h15 et vendredis 8 et 15 septembre de 16h à 17h15 et de 17h30 à 18h45
Asbl Et qui Libre, Jonathan De Regge
☎ 010/86.28.42 ✉ info@ecoledeclown.be
🌐 www.ecoledeclown.be
📍 Place Gustave Bagniet 1B à Grez centre
Gratuit - Inscription en scannant le QR code



8 SPECTACLE « UNE JOURNÉE D'ÉCOLE SOUS LE MARRONNIER »

Mercredi 13 septembre à 18h30
Académie de Musique, Marie Claire Borceux
☎ 010/84.00.83 ✉ academie@grez-doiceau.be
📍 Académie de Musique, chaussée de la Libération 30 à Grez centre
Gratuit - Inscription par mail

9 ATELIER DE DESSIN/PEINTURE POUR ENFANTS ENTRE 5 ET 12 ANS

Mercredi 6 septembre de 15h à 16h30
L'Atelier de Sarah, Sarah Fierens
☎ 0486/66.51.15 ✉ sarahfierens2000@yahoo.fr
🌐 www.latelierdesarah.blogspot.com
📍 Maison de quartier de la butte de Biez, rue du Beau-Site 32 à Biez
10 € au lieu de 15 € - Inscription par mail

7 HISTOIRES CONTÉES

Samedi 16 septembre de 10h30 à 11h15
Bibliothèque communale, Yves Semal
☎ 010/88.12.06 ✉ bibliotheque@grez-doiceau.be
🌐 www.grez-doiceau.be/loisirs/culture/bibliotheque-et-ludotheque
📍 Espace culturel, place de Trémentines 1 à Nethen
Gratuit - Inscription par mail ou téléphone

10 THÉÂTRE DE MARIONNETTES

Samedis 9 et 16 septembre et dimanches

10 et 17 septembre à 15h

Le Petit Théâtre de Verdure, Marc Fraylich

☎ 0475/70.26.44 ✉ lptv.nethen@gmail.com

🌐 www.thewishesfactory.com

📍 Rue de Hamme-Mille 135 à Nethen

12 € au lieu de 14 € - Inscription par mail

11 SPECTACLE POUR ENFANTS « ROUTES ENCHANTÉES, ZONES NON SURVEILLÉES »

50 min, à partir de 7 ans

Dimanche 17 septembre à 15h

Les Oiseaux de Junayid, Valérie Bienfaisant

☎ 0471/36.73.91

✉ routesenchantees@gmail.com

🌐 www.lesoiseauxdejunayid.com

📍 Espace culturel, place de Trémentines 1 à Nethen

5 € (enfant) et 8 € (adulte) - Inscription par mail

12 ATELIER « LES BIENFAITS DU FENG SHUI POUR VOS BÉBÉS/ENFANTS »

Jeudi 14 septembre de 19h à 21h30

Envi'bration, Sandrine Geenens

☎ 0474/98.36.57 ✉ sandrineinterior@gmail.com

🌐 www.envibration.be

📍 Naturagrez, chaussée de la Libération 51 à Grez centre

20 € au lieu de 40 € - Inscription par mail ou téléphone

13 YOGA FAMILLE

Dimanche 10 septembre de 10h30 à 12h

Move & Sens, Catherine Cordonnier

☎ 0473/24.51.39 ✉ ccordonnier@icloud.com

📍 Salle de gym de l'école communale, rue du Pont-au-Lin 22 à Grez centre

10 € de réduction sur le prix habituel (15 € pour 2 – 25 € pour 3 – 35 € pour 4) - Inscription par mail

CONVIVIALITÉ - SOLIDARITÉ

14 SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Vendredi 8 septembre à 20h

Les Amis de la Butte, Claudette Vanbever

☎ 0498/77.79.00 ✉ pdendoncker@gmail.com

🌐 www.amisdelaButte.be

📍 Maison de quartier de la butte de Biez, rue du Beau Site 32 à Biez

Gratuit - Inscription non requise

15 LA BALADE DU CHAMP DE LA QUEUE ET CHASSE AUX TRÉSORS

(balade ludique et interactive pour petits et grands)

Dimanche 17 septembre, départ de la balade entre 10h et 15h

Les voisins du Centry asbl, Marie Steven

☎ 0496/22.25.11

✉ lesvoisinsducentry@gmail.com

📍 Départ rue du Centry 16 à Grez centre

Prix : 3 € pour participer à la chasse aux trésors - Inscription par mail

16 APÉRO FESTIF

Dimanche 10 septembre de 11h à 16h

Au Grez de mes envies, Genevieve Goossens

☎ 0476/21.18.17 ✉ gene.goossens@gmail.com

🌐 www.augrezdemesenvies.be

📍 Chaussée de Jodoigne 11 à Grez centre

Gratuit - Inscription non requise

17 À LA DÉCOUVERTE D'UNE TABLE DE CONVERSATION FRANÇAIS/ANGLAIS POUR DÉBUTANT ET AVANCÉ

Samedi 9 septembre de 14h à 15h

Chatterbox, Dominique Harvey-Wynants

☎ 0473/11.39.86

✉ dominiquehc.harvey@gmail.com

📍 Rue Joseph Toussaint 11 à Nethen

Gratuite - Inscription par mail ou téléphone/sms

18 PRÉSENTATION PAR L'AUTEUR DU LIVRE « L'ECOUTE AU POUVOIR »

Mercredi 13 septembre de 17h à 19h

Jean-Louis Lamboray

☎ 0475/86.33.37 ✉ lamborayj@gmail.com

📍 Le Coulemont, rue des Moulins 10 à Archennes

Gratuit - Inscription par mail

19 ACTION PROMOTIONNELLE À LA MALLE À GREZ

Durant les semaines, durant les heures d'ouverture

La Malle à Grez, Françoise Londos

☎ 0478/48.22.16 ✉ malleagrez@gmail.com

📍 Avenue des Vallées 20 à Gastuche

Pourcentage sur les dons clients - Inscription non requise

20 FESTIVAL PEC'ROCK

Samedi 9 septembre de 15h à 2h

Le comité des fêtes de Pérot, Amandine De Greef

☎ 0472/50.26.72

✉ comitedesfetesdepecrot@outlook.be

📍 Terrain de football de Pérot, rue Cyrille Bauwens

Gratuit - Inscription non requise

AGRICULTURE – CIRCUITS COURTS – ENVIRONNEMENT

21 BALADE DANS LE POTAGER ET DÉGUSTATION

Samedi 16 septembre de 10h à 18h

Le potager grézien, Aurore Deklerck

☎ 0470/92.79.16 ✉ aurere.deklerck@gmail.com

📍 Lepotagergrezien

📍 Chaussée de Wavre 207 à Grez

Gratuit - Inscription non requise

22 CINÉ-DÉBAT «ANIMAL» DE CYRIL DION ET DISCUSSION AUTOUR DE LA RELATION AVEC LE MONDE ANIMAL

Jeudi 14 septembre à 19h30

Service communal Énergie - Plan Climat, Alice Vanbraekel

☎ 010/84.83.17 ✉ climat@grez-doiceau.be

📍 Salle communale, avenue Felix Lacourt 174 à Hèze

Gratuit - Inscription via le site www.grez-doiceau.be

23 CONSTRUCTION D'UN AMÉNAGEMENT POUR ABEILLES SOLITAIRES ET SENSIBILISATION POUR UN JARDIN « POLLINISATEUR »

Mercredi 6 septembre à 14h30

Service communal environnement, Sarah Meulemans

☎ 010/84.83.55

✉ environnement@grez-doiceau.be

📍 Salle communale, rue Cyrille Bauwens à Pécrot

Gratuit - Inscription via le site www.grez-doiceau.be

24 MARCHÉ NATURE BALISÉE (2H)

Dimanche 3 septembre à 15h

Parcours fléché disponible

durant les deux semaines du Bien-Vivre

Tous à pied, Maxime Lemoine

☎ 0475/54.91.38

✉ maxime.lemoine@tousapied.be

🌐 www.tousapied.be

📍 Départ, chaussée de Wavre 99 à Grez

Gratuit - Inscription non requise

25 CHAMPIGNONS : IMPORTANCE, UTILISATIONS, CULTURES

Samedi 9 septembre à 13h

Nature et progrès (Brabant Est), Jean-Marie Borsus

☎ 0479/95.02.32 – 0473/92.67.56

✉ jeanmarieborsus@yahoo.fr

🌐 www.natpro.be

📍 Salle communale, avenue Felix Lacourt 174 à Hèze

20 € au lieu de 30 € - Inscription par mail ou téléphone

CUISINE - GASTRONOMIE - ALIMENTATION

26 PORTES OUVERTES, VENTE ET DÉGUSTATION DE BONBONS

**Durant les semaines, les lundis, mardis,
jeudis et vendredis de 9h à 15h**

Brussels Candy, Michael Defer

☎ 0470/94.43.20 ✉ sales@brusselscandy.com

🌐 www.brusselscandy.com

📍 Rue des Vallées 2 à Gastuche

Gratuit - Inscription non requise

27 VISITE DU VIGNOBLE

Dimanche 10 septembre de 11h à 16h

Domaine des Lowas, Bruno Jadoul

☎ 0475/56.73.15

✉ domainedeslowas@gmail.com

📍 jadoulbruno

📍 Au croisement entre la chaussée de Jodoigne
et la rue Bruyère Marion à Cocrou

Gratuit - Inscription non requise

28 UNE TABLETTE DE CHOCOLAT OFFERTE À L'ACHAT DE 30€

**Durant les semaines, du mardi au samedi de
10h30 à 18h30**

Leonidas, Elena Peeters

☎ 010/86.08.43

📍 Chaussée de Wavre 195/2 à Grez

Gratuit - Inscription non requise

29 OFFRE « APÉRITIF SURPRISE »

**Durant les semaines durant les heures
d'ouverture**

Chez Mich restaurant, Michel Roggeman

☎ 010/22.22.73 ✉ chez-mich@hotmail.com

🌐 www.chezmich.be

📍 Chaussée de Wavre 504 bte 28 à Gastuche

Réservation par téléphone ou via le site internet

30 UNE BOULE « SURPRISE » GRATUITE À L'ACHAT D'UN CORNET/POT

**Durant les semaines, pendant les heures
d'ouverture**

Les glaces de Madame Clown, Daphné Robin

☎ 0495/23.12.48 ✉ daphnerobin07@gmail.com

🌐 www.lesglacesdemadameclown.com

📍 Rue Henri Lecapitaine 25 à Grez centre

Offre promotionnelle – Inscription non requise



Espace culturel

- 3
- 4
- 7
- 11





1 à 5 ART - CULTURE - TOURISME

6 à 13 JEUNESSE

14 à 20 SOLIDARITÉ - CONVIVIALITÉ

21 à 25 AGRICULTURE - CIRCUITS COURTS - ENVIRONNEMENT

26 à 30 CUISINE - GASTRONOMIE - ALIMENTATION

30 à 38 SPORT

39 à 64 SANTÉ - BIEN-ÊTRE

5 43 48 54 57 60 ADRESSE COMMUNIQUÉE ULTÉRIEUREMENT

SPORTS

31 INITIATION AU GOLF

Samedi 9 septembre de 16h30 à 18h

Royal Bercuit Golf Club, Frédéric Dirickx

☎ 0470/24.24.73 ✉ reception@rbgc.be

🌐 www.royalbercuitgolfclub.be

📍 Les Gottes 1 au Bercuit

Gratuit - Inscription par mail ou via le site internet

32 PORTES OUVERTES À TOUTES LES ACTIVITÉS ÉNÉO SPORT

Durant les semaines

Nicole Mallefait

☎ 0477/68.14.97

✉ presidenteneowg@gmail.com

🌐 www.eneowg.be/wgd/sport/sport

📍 Hall omnisports, chaussée de Wavre 99 à Grez

Gratuit - Inscription par téléphone à

l'animatrice/animateur renseigné.e dans la rubrique correspondant au sport choisi

33 COURS DE DANSE DE SALON ET DANSE EN LIGNE (SOLO)

Dimanche 3 septembre (suivant horaire)

Hamme Fa-Mille Dance Club ASBL, Georges

Cattelain

☎ 010/88.18.44 ✉ info@hfmdc.be

📍 Hall omnisports, chaussée de Wavre 99 à Grez

Gratuit - Inscription non requise

34 PORTES OUVERTES CAVAL'ÂME (ÉQUITATION)

Dimanche 10 septembre entre 10h et 18h

Caval'âme ASBL, Mélissa Couvreur

☎ 0476/71.21.00 ✉ cavalam@gmail.com

🌐 www.cavalam.be

📍 Rue de Bayarmont 52 à Morsaint

Gratuit - Inscription non requise

35 SELF-DÉFENSE À PARTIR DE 16 ANS

Les mardis 5 et 12 septembre de 19h à 21h

Académie des Arts Martiaux Internes, Jean-Louis Fraim

☎ 0477/39.39.71 ✉ secretariat@ami-1390.be

🌐 www.ami-1390.be

📍 Body Fun, rue Thomas Decock 47 à Gottechain

Payante : 10% de remise pour toute inscription

durant le salon - Inscription par téléphone

36 ZUMBA ET FITNESS : PREMIER COURS D'ESSAI GRATUIT

Durant les semaines, horaire des cours sur notre site internet

ASBL ZumbAna, Anaïs Allaer

☎ 0474/09.12.12 ✉ asblzumbana@gmail.com

🌐 www.zumbana.be

📍 Hall omnisports, chaussée de Wavre 99 à Grez

Gratuit - Inscription requise par mail

37 YOGATHERAPY / PILATES / STRETCHING

Durant les semaines, mercredis de 10h à 17h, jeudis à 18h30 et vendredis à 9h

Body Fun, Marc Botte

☎ 010/22.22.32 ou 0470/78.01.34

✉ info@body-fun.be

🌐 www.body-fun.be

📍 Body fun, rue Thomas Decock 47 à Gottechain

Gratuit - Inscription par sms

38 ABDOS-FESSIERS-PÉRINÉE

Lundis 4 et 11 septembre de 19h30 à 20h30

Let's get fit, Cécile Dechentines

☎ 0472/36.22.60

✉ cdechentines@hotmail.com

📍 Salle de gym de l'école communale, rue du

Pont-au-Lin 22 à Grez centre

Gratuit - Inscription par téléphone



SANTÉ - BIEN-ÊTRE

39 BAIN DE FORÊT

Dimanche 3 septembre de 9h30 à 12h30

Sous mes pieds le ciel, Emilie Vandenberg

☎ 0498/63.55.38

✉ sousmespiedsleciel@gmail.com

🌐 www.sousmespiedsleciel.be

📍 Forêt de Meerdael, chemin de la Trace à Nethen

15 € au lieu de 30 € - Inscription par mail ou téléphone

40 ATELIER VOIX DE FEMMES

Dimanche 10 septembre à 10h

Emma Germain

☎ 0492/02.12.70 ✉ grenemm@yahoo.fr

🌐 www.emmagermain.jimdofree.com

📍 Rendez-vous au parking de la gare d'Archennes

10 € au lieu de 20 € - Inscription par téléphone

41 BALADE À LA DÉCOUVERTE DES PLANTES COMESTIBLES ET MÉDICINALES

Dimanche 17 septembre à 14h

L'Antre 2 Herbes, Julie Bernard

☎ 0477/83.85.13 ✉ contact@lantro2herbes.be

🌐 www.lantro2herbes.be

📍 Départ à l'Antre 2 Herbes, avenue Comte Jean Dumonceau 8 à Grez centre

10 € au lieu de 25 € - Inscription par mail

42 ATELIER DE BIEN-ÊTRE EN FAMILLE

Dimanche 10 septembre et mercredi 13 septembre de 14h à 16h

Alexiane Chesné

☎ 0478/71.15.07 ✉ alexiane.chesne@gmail.com

🌐 www.voyagesinterieurs.org

📍 La Cure, rue des Monts 1 à Archennes

5 € au lieu de 7 € - Inscription par mail ou sms

43 EXPLORER L'UNIVERS DE L'HYPERSENSIBILITÉ : COMPRENDRE, SOUTENIR ET S'ÉPANOUIR

Vendredi 15 septembre à 19h30

ASBL Au cœur des relations, Marijana Pepelko

☎ 0485/36.67.60 ✉ info@marijanapepelko.com

🌐 www.marijanapepelko.com

📍 L'adresse sera communiquée lors de l'inscription

10 € au lieu de 20 € - Inscription par mail

44 GÉREZ MIEUX VOS ÉMOTIONS ET VOTRE VIE AVEC LES FLEURS DE BACH

Durant les semaines sur rendez-vous

Catherine Delbrouck

☎ 0475/93.89.36

✉ catherine.delbrouck@gmail.com

🌐 www.catherinedelbrouck.be

📍 Allée du Bois de Bercuit 37 à Grez

40 € au lieu de 50 € - Inscription par téléphone

45 CONTRÔLE GRATUIT DE VOTRE VISION

Durant les semaines, du mardi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 18h et le samedi de 10h à 17h

Grez Optic, Sébastien Lengelé

☎ 010/24.57.68 ✉ info@grezoptic.be

🌐 www.grezoptic.be/bien-vivre-2023

📍 Chaussée de Jodoigne 29/1 à Grez centre

Gratuit - Inscription via le site internet

46 PORTES OUVERTES ET DÉGUSTATION

Samedi 16 septembre de 10h30 à 16h30

Institut ile de beauté, Christelle Vanbegin

☎ 0478/53.97.97 ✉ iledebeaute@hotmail.be

🌐 www.institutiledebeaute.be

📍 Rue du Lambais 48/2 à Grez centre

Gratuit - Inscription non requise

47 INITIATION AUX HUILES ESSENTIELLES

Vendredi 15 septembre 20h à 22h

Isabelle Baetens

☎ 0495/45.28.83

✉ isabelle_baetens@hotmail.com

🌐 linktr.ee/aroma_avec_isa

📍 Avenue des Sapins 6 à Biez

Gratuit - Inscription par mail ou téléphone au 0473/61.97.07

48 INITIATION AU YOGA ET RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Durant les semaines, les lundis à 18h, les mardis à 18h, les mercredis à 19h et 20h15

Move and Mind, Karine Antoine

☎ 0476/66.84.95 ✉ karine.antoine@gmail.com

🌐 www.moveandmind.be

📍 L'adresse sera communiquée

lors de l'inscription

10 € au lieu de 14 € pour l'initiation de yoga et 40 € pour la réflexologie plantaire - Inscription par mail ou téléphone

49 RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE, CAUSALE ET REIKI

Durant les semaines sur rendez-vous

Laurence de Ghellinck

☎ 0473/45.19.53

✉ laurencevandewerve@gmail.com

🌐 www.ldg-reflexologie.com

📍 Chemin de la Trace 24 à Nethen

40 € au lieu de 60 €

Inscription par mail ou téléphone

50 SÉANCE D'INTÉGRATION D'UN RÉFLEXE ARCHAÏQUE

Durant les semaines sur rendez-vous

Marie-Christine Vanbegin

☎ 0473/61.97.07

✉ marie.christine.vanbegin@gmail.com

📍 Rue du Lambais 48/2 à Grez centre

25 € au lieu de 70 € - Inscription par mail

51 YOGA POUR TOUS : KUNDALINI OU YIN YOGA

Les lundi 4 septembre et mardi 12 septembre à 13h30, les jeudis 7 et 14 septembre à 10h ou 19h et le samedi 9 septembre à 10h

Mildred Geenis

☎ 0494/63.22.22

📍 Rue de la Serpentine 18 à Grez centre

6 € au lieu de 12 € - Inscription par téléphone

52 LA RANDO DU VENDREDI MATIN, CELLE QUI NOUS MET EN LIEN !

Vendredis 8 et 15 septembre de 9h15 à 12h

Mind in Trek, Ludivine Leemans

☎ 0492/55.35.64 ✉ contact@mindintrek.com

🌐 www.mindintrek.com

📍 8/09/2023 - Parking rue Doyen à Hèze

15/09/2023 - Gare de Gastuche, Place

J.Hallaux à Gastuche

7 € au lieu de 15 € - Inscription sur le site internet

53 ATELIER D'HERBORISTERIE : LES PLANTES DE NOS CAMPAGNES

Mardi 5 septembre à 19h

Naturagrez, Emmanuelle Van Heemsbergen

☎ 010/24.22.01 ✉ info@naturagrez.be

🌐 www.naturagrez.be

📍 Chaussée de la Libération 51 à Grez centre

25 € au lieu de 40 €

Inscription par mail, téléphone ou au magasin

54 CONFÉRENCE : COMMENT ACCOMPAGNER UN ÊTRE CHER QUI VIENT DE MOURIR ? (ET POURQUOI CELA EST-IL IMPORTANT?)

Dimanche 10 septembre à 10h30 et le vendredi 15 septembre à 10h30

Positive coach, Marie-Véronique Delhalle

☎ 0486/82.78.56

✉ contact@marie-veronique-delhalle.com

🌐 www.marie-veronique-delhalle.com

📍 L'adresse sera communiquée
lors de l'inscription

Prix : 5 € - Inscription par mail

55 SOIN ÉNERGÉTIQUE, MASSAGE BIEN-ÊTRE, RÉFLEXOLOGIE

Durant les semaines, du lundi au jeudi de 18h à 21h, les vendredis après-midis et les samedis de 10h à 18h

Roxynergie, Roxane Philippette

☎ 0470/10.81.61

✉ roxane.philippette@hotmail.com

📘 Roxynergie

📍 Rue des Moulins 78 à Archennes

20 € les 20 minutes ou 50 € le soin d'une heure -
Inscription par téléphone

56 SOIN OFFERT POUR TOUT ACHAT D'UN PACK COLORATION, MÈCHES, PERMANENTE, OMBRAGE

Durant les semaines sur rendez-vous

Anne Latour

☎ 0473/33.53.95 ✉ salon.a.latour@gmail.com

🌐 www.salonlatour.be

📍 Chaussée de Wavre 408 à Gastuche

Action promotionnelle

Inscription sur le site internet

57 DÉCOUVERTE DE LA SYLVOTHÉRAPIE

Samedis 9 et 16 septembre à 9h30 et à 12h30

Terre d'Ose, Caroline Hofmans

☎ 010/41.02.41

✉ carolinehofmansv@hotmail.com

📘 Terre d'Ose

📍 L'adresse sera communiquée
lors de l'inscription

30 € au lieu de 35 € - Inscription par mail

58 MASSAGE CRÂNIEN ET RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

**Dimanches 3 et 17 septembre de 11h à 16h et
le mercredi 6 septembre de 14h à 18h**

Une bulle à soi, Sylvie Mauroy

☎ 0499/55.68.68 ✉ sylvie.mauroy@gmail.com

🌐 www.unebulleaso.com

📍 Rue de Hamme-Mille 131 à Nethen

40 € au lieu de 50 €

Inscription par mail ou téléphone

59 DÉCOUVERTE DE SOLUTIONS NATURELLES POUR LA SANTÉ-CELLULAIRE

Durant les semaines après 17h ou les week-ends

Xelliss, Géraldine Goetghebuer

☎ 0486/17.47.07

✉ gegoetghebuer@hotmail.com

📍 Rue du Stampia 77B à Grez centre

Gratuit – Inscription par téléphone

60 YOGA PRÉNATAL SÉANCE DÉCOUVERTE

Samedi 16 septembre de 10h à 11h30

Youdooo, Claire Van Zeebroeck

☎ 0491/62.51.04 ✉ claire@youdooo.be

🌐 www.youdooo.be

📍 L'adresse sera communiquée
lors de l'inscription

Gratuit - Inscription par mail

61 DÉCOUVERTE DE L'HYPNOSE

Durant les semaines sur rendez-vous

Alex Feguy

☎ 0479/47.19.29 ✉ alex.feguy@gmail.com

📍 Chaussée de Wavre 181/1-1 à Grez

20 € au lieu de 80 € - Inscription par mail ou
téléphone

62 SOIN BOTOX AVEC BRUSHING À -50%

Durant les semaines sur rendez-vous

Mao by angie, Angéline Starojevic

☎ 0498/78.61.00 ✉ argi-star@hotmail.com

📍 Chaussée de Wavre 221 à Grez

19 € au lieu de 38 € - Inscription par téléphone

63 PODOLOGIE ET RÉFLEXOLOGIE

Les mardis 6 et 12 septembre,

les vendredis 8 et 15 septembre de 8h à 18h

Pododivin, Didier Vin

📍 Rue de Hamme-Mille 196 à Nethen

☎ 0486/85.69.59 ✉ pododivin@gmail.com

🌐 www.pododivin.be

20% sur le prix d'une séance - Inscription par
téléphone

64 SÉANCE SHIATSU THÉRAPEUTIQUE

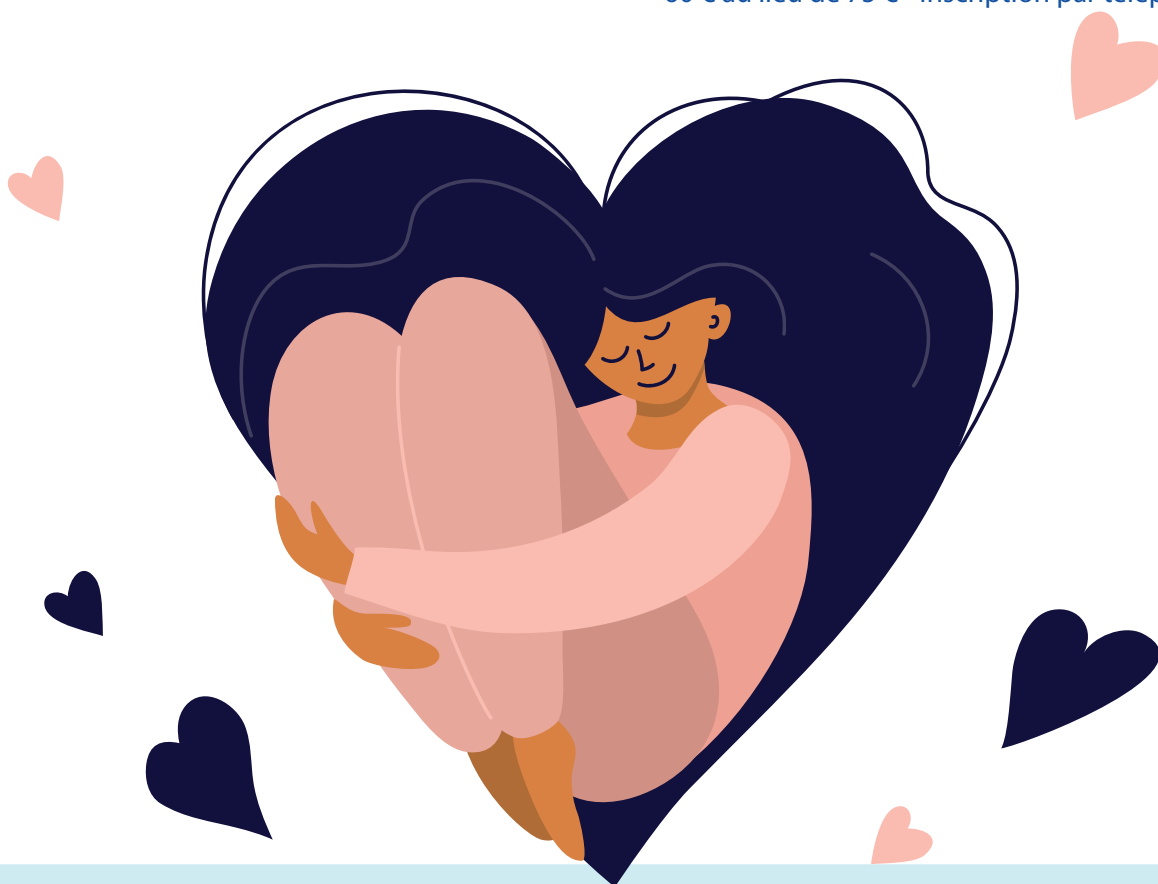
Durant les semaines sur rendez-vous

Christine Noez

☎ 0477/72.62.47

📍 Rue de la Hocaille 6 à Archennes

60 € au lieu de 75 € - Inscription par téléphone





Madame Spoons Cake

Design
Gâteaux sur mesure
Emma Russel
0492/82.29.23
chezspoons@gmail.com
chezspoonsgâteaux

Marie-Christine Vanbegijn

Réflexes archaïques
0473/61.97.07
marie.christine.vanbegijn@gmail.com

Mind in Trek

Marche en pleine conscience
Ludvine Leemans
0492/55.35.64
contact@mindintrek.com
www.mindintrek.com

Move and Mind

Yoga et réflexologie plantaire
Karine Antoine
0476/66.84.95
karine.antoine@gmail.com
www.moveandmind.be

Move & Sens

Yoga enfants, ados et famille
Catherine Cordonnier
0473/24.51.39
ccordonnier@icloud.com

Nathalie Mahaux

Psychologue spécialisée en
périnatalité et en parentalité
0496/47.87.29
nathmahaux@hotmail.com
www.nathalimahaux.be

Naturagrez

Herboristerie
Emmanuelle Van
Heemsbergen
010/24.22.01
info@naturagrez.be
www.naturagrez.be

Nature et progrès (Brabant Est)

Sensibilisation aux
problématiques
environnementales et
sociales
Jean-Marie Borsus
0479/95.02.32
brabantes@natpro.be
www.natpro.be

Office du tourisme

de Grez-Doiceau
Présentation des activités
touristiques et balades à faire
sur Grez Doiceau
0471/98.31.19
tourisme@grez-doiceau.be
tourisme.grez-doiceau.be

Oxam magasin du monde - Commune du commerce équitable

www.oxammagasinmond.be

Repair Café de Grez-Doiceau

Informations sur les Repair
Cafés, la réparation, le
recyclage
Danielle Rouffart-Stroobants
0473/41.09.09
repaircafegrezdoiceau@gmail.com
www.repairtogether.be

Scriptalinea - en français

«Collectifs d'écrits»
Isabelle De Vriendt
0476/05.35.79
info@scriptalinea.org
www.scriptalinea.org

Plan Climat de la Commune de Grez-Doiceau

Rénovation énergétique des
habitations
010/84.83.17
climat@grez-doiceau.be

Service environnement de la Commune de Grez-Doiceau

010/84.83.55
environnement@grez-doiceau.be

Terre d'Ose

Découverte de la
syvotherapie énergétique
Caroline Hofmans
010/41.02.41
carolinehofmans@hotmail.com
Terre d'Ose

The Shifters Belgium

Enjeux climatiques
Philippe Dejardin
0472/83.13.86
philippe.dejardin@theshifters.org

Unité Pastorale Grez-Nethen

Exposition photo
Gaelle Tiberghien
0468/08.69.40
gaelle.augrezup@gmail.com
www.augrezup.be

Val K Créations

Créations originales en tissu
Valérie Kempinaire
0477/45.94.83
v.kempinaire@gmail.com
valkcreations2017

Xelliss

Compléments alimentaires
Géraldine Goetghebuer
0486/17.47.07
gegoetghebuer@hotmail.com

Youdoo

Yoga pré et post natal
Claire Van Zeebroeck
0491/62.51.04
claire@youdoo.be
www.youdoo.be

LE SALON DU BIEN-VIVRE

Alexiane Chesné
Un moment à partager en famille pour partir en voyages intérieurs
0478/71.15.07
alexiane.chesne@gmail.com
www.voyagesinterieurs.org

ARC - ASBL Association récréative et culturelle à Archenes
0498/52.83.88
info@arcasbl.be
www.arcasbl.be

ASBL Au cœur des relations
Accompagnement parental, thérapeute familial
Marijana Pepelko
0485/36.67.60
info@marjanapepelko.com
www.marjanapepelko.com

Asbi Et qui Libre
Ecole de clown
010/86.28.42
info@ecoledeclown.be
www.ecoledeclown.be

Au Gré du Ruisseau
Thérapie équine
0472/61.15.00
zoe.burgeon@yahoo.fr
Bibliothèque de Grez-Doiceau
010/88.12.06
bibliotheque@grez-doiceau.be
www.grez-doiceau.be/loisirs/culture/bibliotheque-et-ludotheque

Bijoux Cecilia
Bijoux en argent, laiton et nacre
Cécile Mertens
cecilemertens64@gmail.com
artdececille

Catherine Delbrouck
Développement personnel
0475/93.89.36
catherine.delbrouck@gmail.com
www.catherinedelbrouck.be

Christine Noez
Shiatsu thérapeutique
0477/72.62.47
christinenoez@gmail.com
www.christinenoez.be
Collectif citoyen Grez-Doiceau Commune Hospitalière
Sensibilisation à la cause migratoire
0478/44.69.10
grezdoiceaucommunehosptaliere@gmail.com

Alex Fegyú
L'hypnose d'aide et d'accompagnement dite thérapeutique
0479/47.19.29
alex.fegyú@gmail.com

Domaine des Lowas
Visite du vignoble
Bruno Jadoul
0475/56.73.15
domainedeslowas@gmail.com
jadoulbruno

Emma Germain
Votre voix comme une médecine pour vous même et pour la terre
0492/02.12.70
grenemm@yahoo.fr
www.emmagermain.jimdofree.com

Gwenaëlle Larue
Accompagnement psychologique
0477/73.70.98
gwen.larue@gmail.com
www.gwenaellelarue.be

Kiwans Club de Grez-Doiceau
Servir les enfants du monde
Michel Jobé
0495/89.07.02
www.kiwans-grez.be

L'Atelier de Sarah
Atelier de dessin/peinture/multitechiques pour enfants de 5 à 12 ans
Sarah Fierens
0486/66.51.15
sarahfieren2000@yahoo.fr
www.latelierdesarah.blogspot.com

Les Iréductibles
Troupe de théâtre
Benoît Walckiers
0477/72.92.83
reservation.lesirreductibles@gmail.com

Les Oiseaux de Junayid
Arts du conte de la rue et de la scène
Valérie Bienfaisant
0471/36.73.91
lesoiseauxdejunayid@lesoiseauxdejunayid.com

Emma Germain
Votre voix comme une médecine pour vous même et pour la terre
0492/02.12.70
grenemm@yahoo.fr
www.emmagermain.jimdofree.com



Sports pour les seniors
 Enéo sports Wavre-Grez
 Multisports pour les +50 avec plus de 27 activités sportives et de loisirs
 Nicole Mallefait
 0477/68.14.97
 eneosportwg@gmail.com

Tennis
 Tennis Club de Grez-Doiceau ASBL
 Terrains extérieurs, cours et stages pour enfants
 François Joassart
 0485/14.21.29
 info@grez-tennis.be

Tennis de table
 Club de Tennis de Table de Hamme-Mille 6
 Vallées ASBL
 Apprentissage, entraînement et compétition pour enfants et adultes
 Sacha Paulis
 0473/94.87.86
 sachapaulis@ccthamme-mille.be

Tir à l'arbalète
 Le Grand Serment Royal des Arbalétriers de Saint-Georges de Grez-Doiceau
 Tir à l'arbalète, tir au pistolet et à la carabine à air comprimé
 Philippe Landrieu
 0473/56.48.55
 info@arbalétrier.be

Touch rugby
 Les Renards Gréziens - AGF ASBL
 Sport de gagne terrain dérivé du rugby, mixte, intergénérationnel
 Marie-Laure Festre
 0484/80.65.50
 festremarielaure@gmail.com

Volleyball loisirs pour adultes
 Volleyball Club Wevok
 Stéphane Vanoverstraeten
 0477/68.87.13
 stephane.vanoverstraeten@gmail.com

Zumba
 Zumbana ASBL
 Zumba, renforcement, stretching, dance fit, small group training et turbo kick power
 Anaïs Allaer
 0474/09.12.12
 asblzumbana@gmail.com

Fitness
 Mise en forme
 Cours collectifs
 Karine Antoine
 0476/66.84.95
 karine.antoine@gmail.com

Football en salle
 Fact Futsal Academy – Target Sport ASBL
 Académie de football en salle de 4 à 18 ans
 Clara Pires
 0488/62.01.37
 academyfutsal@gmail.com

Golf
 Royal Golf Club du Bercuit
 Frederic Dirickx
 0470/24.24.73
 reception@rbgc.be

Judo
 Judo Club Grez-Doiceau ASBL
 Cours pour enfants à partir de 3 ans et adultes, de l'initiation à la compétition
 Dominique Janssens
 0474/85.35.95
 judo.grez-doiceau@skynet.be

Karaté
 Karaté club Shitokai
 Cours pour enfants à partir de 4 ans, adultes, débutants ou confirmés
 Ariane Pindeville
 0476/43.92.88
 arpinde@hotmail.com

Krav Maga
 Krav Maga Adrenaline Club
 Cours de self-défense pour tout public
 Laurent Antoine & Pascale Herbos
 0476/51.27.12
 info@kravmaga-adrenaline.be

Marche
 Amicale des Marcheurs Indépendants de Grez-Doiceau (A.M.I.)
 André Debroux
 0476/50.70.74
 andre.debroux@hotmail.com

Multisports enfants
 The Sport Touch ASBL
 Badminton, basket, escalade, danse, mini-tennis, psychomotricité & stages
 Vincent Gelin
 0473/56.13.68
 gelinv@skynet.be

Rendez-vous le **dimanche 3 septembre de 12h30 à 17h30**.
Venez visiter le Salon des Sports et du Bien-Vivre afin de vous faire découvrir, sous forme de rencontres, de démonstrations, d'initiations, ... les différentes activités dont regorge la commune.

CÔTÉ SPORTS

Vous êtes à la recherche d'une activité sportive ? Venez rencontrer les responsables des clubs et des associations sportives de Grez-Doiceau et tester l'une ou l'autre activité parmi les 27 activités présentées. Autant d'idées pour vous donner envie de rechausser vos baskets dès la rentrée.

Aïkido

Aïkido Grez-Doiceau

Cours pour enfants et adultes

☎ 0474/99.79.42

✉ denis.rouffart@aikidogrez.be

Art martial

Wa Jiu Kai

Mélange d'arts martiaux (Wakishintai Bugei

Ryu) et d'accompagnement / life coaching

accessible à partir de 7 ans

☎ 0479/87.17.16

✉ aidin@4myvips.be

Art Martial

Académie des Arts Martiaux Internes

Yiseishindo

Jean-Louis Fraim

☎ 0477/39.39.71

✉ secretariat@ami-1390.be

Badminton

ActivBad Grez-Doiceau ASBL

Club de badminton à Grez-Doiceau pour ados

et adultes

Thomas Gelin

☎ 0478/82.88.03

✉ activlife.asbl@gmail.com

Boxe anglaise

Boxing club grèzien

Tom Rubens

☎ 0477/24.99.74

✉ rubenstom@live.com

Centre de Remise en Forme & Préventions

Body-Fun

Marc Botte

☎ 0496/22.46.56

✉ info@body-fun.be

Cyclisme (route et VTT)

JTP Vélo Blancs Gilets ASBL

Ecole de cyclisme pour enfants et adultes

☎ 0475/51.62.07

✉ laurent.saublens@gmail.com

Danse et gymnastique rythmique

Mise en scène

Ecole de danse pour enfants et ados à partir

de 5 ans

Bernadoux Chloé

☎ 0479/54 45 31

✉ miseenscene.grdanse@gmail.com

Danse Latino

Latin School Danse & Fitness

Jose Lozano

☎ 0478/71.03.84

✉ info@danselatino.be

Danses sportives et de loisirs

Hamme-Famille Dance Club ASBL

Christian Gorissen

☎ 010/88.18.44

✉ info@hfmcd.be

Escrime

Au Grez des Armes ASBL

Escrime toutes catégories, toutes armes

(fleur, épée et sabre)

Stéphane de Wolf

☎ 0478/24.54.34

✉ familledeewolf@skynet.be

Fitness & renforcement

Let's get fit

Cours d'abdo-fessiers-périnée, renforcement

et tonification musculaire

Cécile Dechentines

☎ 0472/36.22.60

✉ cdechentines@hotmail.com

SALON DES SPORTS ET DU BIEN-VIVRE GREZ-DOICEAU

Le dimanche
3 septembre
de 12h30 à 17h30

Hall Omnisports
(Chaussée de Wavre 99)



WWW.GREZ-DOICEAU.BE



Éditeur responsable : Paul Vandeleene - Place Ernest Dubois 1, 1390 Grez-Doiceau
Ne pas jeter sur la voie publique

