



ATELIERS, ACTIVITÉS & STAGES

SAISON 2025 - 2026

Sommaire

LES MERCREDIS CRÉATIFS	4
ACCUEIL	6
ARTS PLASTIQUES	7
ÉCRITURE & MUSIQUE	12
PAPIER & RELIURE	14
TISSAGE & MACRAMÉ	16
RÉNOVATION & UPCYCLING	17
DANSE	18
RENDEZ-VOUS BIEN-ÊTRE	19
ATELIERS CULINAIRES	24
LES REMUE-MÉNINGS	26
RENCONTRES JEUX DE SOCIÉTÉ	27
STAGES	28
CONFÉRENCES	29
ESPACE PUBLIC NUMÉRIQUE	31
LOCATION DE SALLES	33
INFORMATIONS PRATIQUES	34

Edito

Cultiver l'élan, élargir les possibles

La saison 2024-2025 s'est refermée sur une note lumineuse : des ateliers foisonnants, des conférences passionnantes, des stages vivants et une fréquentation en nette hausse. En tout, plus de 800 participant·e·s ont franchi les portes de l'Esperluette cette année, signe que notre tiers-lieu continue de résonner avec les envies et les besoins du territoire.

Mais au-delà des chiffres, ce que nous retenons, c'est la qualité des liens tissés, la richesse des échanges, les regards qui s'éclairent autour d'un atelier, d'une discussion, d'une création collective. Ce que nous cultivons ici, c'est une certaine idée de la culture : ouverte, vivante, à hauteur d'humain.

Forts de cet élan, nous sommes heureux·ses de vous présenter une saison 2025-2026 encore plus riche, plus variée, nourrie de vos retours, de vos idées et de nouvelles collaborations. Ateliers artistiques et créatifs, temps de réflexion partagés, initiatives autour du bien-être, projets participatifs...

L'Esperluette élargit sa proposition pour continuer à faire germer curiosité, imagination et convivialité. Et si vous avez envie d'aller plus loin, de participer à la réflexion autour de notre programmation culturelle, sachez qu'un **Comité culture citoyen** est en train de prendre forme : un espace ouvert à toutes celles et ceux qui souhaitent imaginer avec nous la culture d'aujourd'hui et de demain.

Merci à vous toutes et tous, usager·e·s, bénévoles, intervenant·e·s et partenaires, pour faire vivre chaque jour l'esprit de l'Esperluette.

En avant pour une nouvelle saison à créer ensemble !

Marylène Nicolay
Coordinatrice de l'Esperluette



LES MERCREDIS CRÉATIFS

ATELIERS (enfants / ados)

Un programme riche et varié pour éveiller la créativité !

D'octobre à mai (hors congés scolaires), chaque mercredi nous vous proposons un atelier pour les enfants et un atelier pour les ados, animés par des artistes passionné-es.

Inscription possible

- **à la carte** (voir tarif dans chaque description)
- **au cycle complet**, au tarif avantageux de 300€ pour les 27 ateliers (économie de 150€ pour les ateliers enfants et de 175€ pour les ateliers ados).

Tous les **mercredis** de 14h à 16h30



	ENFANTS 7 - 12 ans	ADOS Niveau secondaire
1 OCT	MUSIQUE	ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS
8 OCT	PEINTURE - TECHNIQUES MIXTES	ÉCRITURE DE CHANSONS
15 OCT	DESSIN - BD	DESSIN - BD
22 & 29 OCT	CONGÉS SCOLAIRES	
5 NOV	VANNERIE	VANNERIE
12 NOV	PEINTURE - TECHNIQUES MIXTES	MUSIQUE
19 NOV	DESSIN - BD	DESSIN - BD
26 NOV	ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS	ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS
3 DEC	MUSIQUE	ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS
10 DEC	PEINTURE - TECHNIQUES MIXTES	ÉCRITURE DE CHANSONS
17 DEC	DESSIN - BD	DESSIN - BD

ENFANTS		ADOS	
7 - 12 ans		Niveau secondaire	
24 & 31 DEC	CONGÉS SCOLAIRES		
7 JANV	PEINTURE - TECHNIQUES MIXTES	RELIURE JAPONAISE	
14 JANV	DESSIN - BD	DESSIN - BD	
21 JANV	ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS	MUSIQUE	
28 JANV	SCRAPBOOKING	SCRAPBOOKING	
4 FEV	PEINTURE - TECHNIQUES MIXTES	ÉCRITURE DE CHANSONS	
11 FEV	DESSIN - BD	DESSIN - BD	
18 & 25 FEV	CONGÉS SCOLAIRES		
4 MAR	MUSIQUE	ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS	
11 MAR	PEINTURE - TECHNIQUES MIXTES	ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS	
18 MAR	DESSIN - BD	DESSIN - BD	
25 MAR	ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS	MUSIQUE	
1 AVR	VANNERIE	VANNERIE	
8 AVR	DESSIN - BD	DESSIN - BD	
15 AVR	PEINTURE - TECHNIQUES MIXTES	ÉCRITURE DE CHANSONS	
22 AVR	DANSE COUNTRY	DANSE COUNTRY	
29 & 6 MAI	CONGÉS SCOLAIRES		
13 MAI	PEINTURE - TECHNIQUES MIXTES	MUSIQUE	
20 MAI	DESSIN - BD	DESSIN - BD	
27 MAI	MUSIQUE	ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS	

BESOIN D'UN ACCUEIL AVANT LES MERCREDIS CRÉATIFS ?



En collaboration avec le service ATL de Léglise, il est possible d'inscrire votre enfant à l'accueil centralisé du mercredi midi.

Ce service comprend :

- la prise en charge dès la sortie de l'école,
- le ramassage en bus jusqu'à la garderie,
- l'assurance.

Une accompagnatrice de l'Esperluette viendra chercher les enfants à 13h45 à la garderie pour les amener à l'atelier.

Les familles intéressées sont invitées à prendre directement contact avec l'ATL pour organiser l'inscription de leur(s) enfant(s) selon les modalités habituelles.



Accueil Temps Libre
LEGLISE

ARTS PLASTIQUES

AQUARELLE (ados / adultes)

Vous avez toujours eu envie de découvrir l'aquarelle ou d'élargir vos connaissances ? Vous expérimenterez différentes techniques faciles, jouerez avec les pinceaux, les couleurs et l'eau.

Artiste-animatrice : Manon Bouvry - Frais d'inscription : 175€ / 8 ateliers
Matériel fourni, pas de pré-requis.

Le **samedi** de 9h à 12h

11	8	13	10	14	14	11	9
OCT	NOV	DEC	JAN	FEV	MAR	AVR	MAI



PEINTURE / TECHNIQUES MIXTES (7 à 12 ans)

Cet atelier propose aux artistes en herbe de découvrir l'univers des arts plastiques en travaillant leur imaginaire et leur créativité. Ils partiront à la découverte de différentes techniques et différents matériaux : acrylique, pastel, collage...

Artiste-animatrice : Aurore Dahin - Frais d'inscription : 150€ / 8 ateliers
Matériel fourni, pas de pré-requis.

Le **mercredi** de 14h à 16h30

8	12	10	7	4	11	15	13
OCT	NOV	DEC	JAN	FEV	MAR	AVR	MAI



ARTS PLASTIQUES

PEINTURE / TECHNIQUES MIXTES (ados / adultes)

Vous avez toujours eu envie de découvrir la peinture ou d'élargir vos connaissances ? Créez des œuvres uniques en combinant différentes techniques et différents matériaux (encres, pastels, acrylique, collage...). Laissez libre cours à vos envies !

Artiste-animatrice : Aurore Dahin - Frais d'inscription : 150€ / 8 ateliers
Matériel fourni, pas de pré-requis.

Le **jeudi** de 18h30 à 21h

16	27	18	22	12	26	23	28
OCT	NOV	DEC	JAN	FEV	MAR	AVR	MAI



ATELIER DESSIN-BD (7 à 12 ans / ados en secondaire)

L'univers de la BD te passionne ? Viens découvrir les règles de la narration en bande dessinée. Croquis, dessin d'objet, étude documentaire, dialogue, mise en page... n'auront plus de secret pour toi !

Artiste-animatrice : Zélie Guiot (Zou Zé) - Frais d'inscription : 80€ / 8 ateliers
Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le **mercredi** de 14h à 16h30

15	19	17	14	11	18	8	20
OCT	NOV	DEC	JAN	FEV	MAR	AVR	MAI



ARTS PLASTIQUES

PEINTURE SUR PORCELAINE ET FAÏENCE

Initiez-vous ou perfectionnez-vous à l'art délicat de la décoration sur porcelaine et faïence. Au fil des séances, vous explorerez différentes techniques, des plus accessibles aux plus élaborées, pour créer des objets uniques, élégants et personnalisés. L'artiste se charge de la cuisson de vos pièces, que vous pourrez récupérer une fois prêtes.

Artiste-animatrice : Anne Dahin - Frais d'inscription : 150€ / 8 ateliers
Matériel fourni, pas de pré-requis.

Le **samedi** de 9h à 12h

11	8	13	10	14	14	11	9
OCT	NOV	DEC	JAN	FEV	MAR	AVR	MAI



ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS (7 à 12 ans)

Curieux-se, touche-à-tout, ou simplement en quête d'expériences variées ? Ces ateliers sont faits pour toi ! Collage, peinture, récup', customisation, modelage, bricolage... Chaque séance est une nouvelle aventure créative, avec des techniques et matériaux différents pour stimuler ton imagination et développer ta fibre artistique.

Artiste-animatrice : A découvrir - Frais d'inscription : 15€ l'atelier
Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le **mercredi** de 14h à 16h30

26	21	25
NOV	JAN	MAR



ARTS PLASTIQUES

ATELIERS CRÉATIFS POLYVALENTS (ados en secondaire)

Envie d'expérimenter, de bidouiller, de détourner les codes ? Ces ateliers t'ouvrent un espace de liberté pour t'exprimer à ta manière ! DIY, récup', objets détournés, art urbain, collages engagés... Chaque séance propose un univers différent, pour libérer ta créativité, explorer des techniques variées et créer des projets qui te ressemblent.

Artiste-animatrice : A découvrir - Frais d'inscription : 15€ l'atelier
Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le mercredi de 14h à 16h30

1	26	3	4	11	27
OCT	NOV	DEC	MAR	MAR	MAI



VANNERIE (7 à 12 ans / ados en secondaire)

Envie de tisser du lien avec la nature ? Viens découvrir l'art ancestral de la vannerie, en t'amusant avec des fibres naturelles à plier, tresser, enrouler pour créer des objets uniques et faits main. Chaque atelier a son thème : panier, suspension, petite sculpture... laisse parler tes mains et ton imagination !

Artiste-animateur : Danaëlle Hanus (Naturez moi) - Frais d'inscription : 30€ l'atelier
Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le mercredi de 14h à 16h30

5	1
NOV	AVR



ARTS PLASTIQUES

VANNERIE (enfants / ados / adultes)

Envie de (re)nouer avec la nature par un geste simple et créatif ? Plongez dans l'univers de la vannerie, un art ancestral fait de gestes doux et de patience. Apprenez à plier, tresser, enrouler des fibres végétales pour donner vie à des objets uniques et faits main. Chaque séance explore un thème différent : panier, suspension, petite sculpture... Laissez vos mains guider votre imagination !

Artiste-animateur : Danaëlle Hanus (Naturez moi) - Matériel fourni / Pas de pré-requis

ADULTES / ADOS :

Le **jeudi** de 18h à 21h

Frais d'inscription : 40€ l'atelier

13

NOV

12

MAR

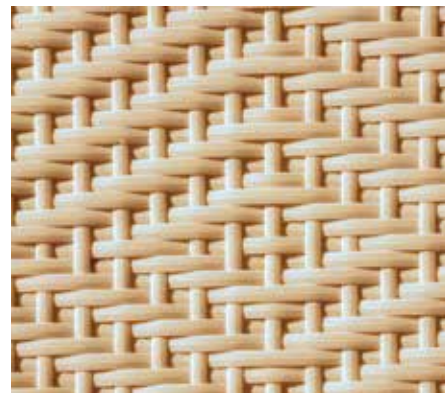
DUO PARENT-ENFANT :

Le **samedi** de 9h à 12h

Frais d'inscription : 50€ le duo

23

MAI



ÉCRITURE & MUSIQUE

ATELIER D'ÉCRITURE (ados / adultes)

Envie d'écrire mais tu ne sais pas par où commencer ? Rejoins l'atelier animé par l'autrice Malika El Maïzi ! À travers des textes inspirants, des outils variés et des temps d'échange, explore ton imaginaire et prends confiance en ton écriture. Que tu sois débutant-e ou déjà passionné-e, viens jouer avec les mots et donner vie à tes idées.

Artiste-animatrice : Malika El Maizi - Frais d'inscription : 100€ / session de 10 ateliers
Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le **vendredi** de 13h à 15h15

17	7	14	21	28	5	12	19	9	16
OCT	NOV	NOV	NOV	NOV	DEC	DEC	DEC	JAN	JAN

ÉCRITURE DE CHANSONS (ados en secondaire)

Envie d'écrire des textes qui claquent ? Slam, rap, pop... Trouve ton style, joue avec les mots et les sons, et crée les chansons qui te ressemblent ! Un atelier d'écriture pour explorer les rythmes, les émotions, et t'exprimer en musique.

Artiste-animateur : Jean-Philip Buyt (Kid's Zik) - Frais d'inscription : 80€ / 4 ateliers
Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le **mercredi** de 14h à 16h30

8	10	4	15
OCT	DEC	FEV	AVR



MUSIQUE (7 à 12 ans)

Envie de découvrir l'univers magique des sons ? Viens explorer plus de 40 instruments de musique venus du monde entier : tu pourras les toucher, les essayer, les écouter... et inventer ton propre univers sonore ! Un atelier ludique pour développer ton oreille, ta curiosité musicale, et t'amuser en créant avec les sons !

Artiste-animateur : Jean-Philip Buyl (Kid's Zik) - Frais d'inscription : 80€ / 4 ateliers
Instruments mis à disposition - aucune connaissance préalable n'est nécessaire !

Le **mercredi** de 14h à 16h30

1	3	4	27
OCT	DEC	MAR	MAI



MUSIQUE (ados en secondaire)

Crée ta vibe ! Flûte, synthé, guitare électrique, percussions, machines, objets sonores... Plus de 40 instruments à explorer pour composer, improviser et expérimenter librement. Un atelier fun, expressif et ultra créatif pour révéler ta personnalité musicale !

Artiste-animateur : Jean-Philip Buyl (Kid's Zik)
Frais d'inscription : 80€ / 4 ateliers
Instruments mis à disposition
Aucune connaissance préalable n'est nécessaire !

5	21	25	13
NOV	JAN	MAR	MAI

Le **mercredi** de 14h à 16h30



PAPIER & RELIURE

SCRAPBOOKING (7 à 12 ans / ados en secondaire)

Tu adores découper, assembler, créer avec tes mains ? Apporte tes plus belles photos (ou pas !) et imagine un univers visuel qui te ressemble. Papier, textures, couleurs, collages... laisse libre cours à ta créativité pour mettre en scène tes souvenirs ou ton imagination !

Artiste-animatrice : Fabienne Raison - Frais d'inscription : 20€
Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le **mercredi** de 14h à 16h30

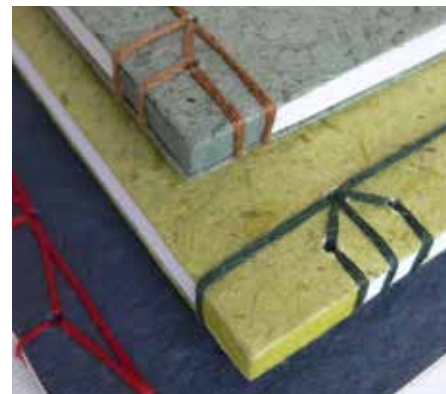
28
JANV



RELIURE JAPONAISE (ados en secondaire)

Tu aimes créer avec tes mains et fabriquer des objets uniques ? Viens découvrir la reliure japonaise : une technique simple et élégante venue d'Asie, qui te permettra de réaliser toi-même plusieurs carnets cousus à la main, avec des formats et des styles variés. Choisis tes papiers, joue avec les matières, les couleurs, les textures... et repars avec des carnets 100% personnalisés pour écrire, dessiner ou offrir!

Artiste-animatrice : Anne Cuvelier - Frais d'inscription : 50€
Matériel fourni / Pas de pré-requis
Le **mercredi** de 14h à 16h30



7
JAN

PAPIER & RELIURE

RELIURE (ados / adultes)

Explorez l'univers de la reliure artisanale en réalisant des créations uniques et sur mesure. Jeux de textures, de couleurs et de matières : tout est pensé pour donner envie d'y glisser vos écrits, dessins ou souvenirs. Au fil des séances, vous découvrirez plusieurs techniques de reliure, des plus simples aux plus sophistiquées. On découpe, on coud, on colle, on assemble... des gestes simples mais minutieux, accessibles à toutes et tous. Un grand choix de papiers artisanaux sera mis à votre disposition.

Artiste-animatrice : Anne Cuvelier - Frais d'inscription : 200€ la session de 5 ateliers
Matériel fourni / Pas de pré-requis

SESSION 1 - Le **mardi** de 18h30 à 21h30

14	4	18	2	16
OCT	NOV	NOV	DEC	DEC

SESSION 2 - Le **jeudi** de 18h30 à 21h30

29	12	5	19	2
JAN	FEV	MAR	MAR	AVR



TISSAGE & MACRAMÉ

MACRAMÉ (ados / adultes)

Initiez-vous au plaisir de créer de vos mains avec quelques mètres de corde en coton et de beaux nœuds. Grâce à des techniques simples et accessibles, réalisez des objets décoratifs et utiles, tout en laissant parler votre créativité. Un atelier pour se détendre, s'exprimer, et repartir avec ses propres créations uniques.

Artiste-animatrice : Isabelle Chantrenne - Frais d'inscription : 40€ l'atelier

Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le jeudi de 18h à 21h

20
NOV

Plume décorative

15
JAN

Porte-gourde

16
AVR

Suspension murale
(étagère)



TISSAGE (ados / adultes)

Venez jouer avec les fils, tissus et matériaux longilignes : tissage avec ou sans métier à tisser, entrelacs type crochet, nœuds, broderie... Partez à la découverte des différentes techniques, des plus simples aux plus complexes.

Artiste-animatrice : Marine Vanhaesendonck - Frais d'inscription : 75€ les 2 jours

Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le samedi 4 et le dimanche 5 octobre 2025 de 9h à 16h.

4
OCT

5
OCT



RÉNOVATION DE MEUBLES (adultes)

Découvrez les bases du relooking de meubles, des patines et techniques décoratives : identifier le support et le préparer, appliquer les bons produits et utiliser les bons outils, réaliser une finition soignée et personnalisée. Un meuble de taille raisonnable sera fourni et vous repartirez avec le fruit de votre travail. L'atelier est ouvert à tous, les débutants comme les personnes déjà expérimentées.

Animateur : Henri Glotz - Frais d'inscription : 100€

Matériel fourni / Pas de pré-requis

30
MAI

Le samedi 30 mai, de 9h à 16h



UPCYCLING (adultes)

L'upcycling, c'est la tendance récup ! Rien ne se perd, tout se transforme ! Vous redonnez une seconde vie à de vieux objets : vêtement, luminaire, tableau, pot en verre... Vous pouvez aussi récupérer des objets et les transformer tout en leur donnant une nouvelle fonction ! De cette manière, on évite le gaspillage, on économise, on réutilise et on remet un objet qui était destiné à être jeté dans la chaîne de consommation.

Animateur : Henri Glotz - Frais d'inscription : 50€ / atelier

Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le samedi de 9h à 12h / Pas d'obligation de s'inscrire aux deux jours

29
NOV

Thème «Noël»

7
MAR

Thème «Horloge»



DANSE

DANSE COUNTRY (7 à 12 ans / ados en secondaire)

Envie de bouger au rythme du far west ?

Apprends les pas emblématiques de la line dance, ressens l'énergie collective et laisse-toi entraîner par la musique country dans une ambiance chaleureuse et conviviale !

Artiste-animatrice : Hook'n Step Country - Frais d'inscription : 15€

Matériel fourni / Pas de pré-requis

Le mercredi de 14h à 16h30

22
AVR



RENDEZ-VOUS BIEN-ÊTRE

(ados à partir de 16 ans / adultes)

Nous vivons dans une société qui avance à 1000 à l'heure, parfois en s'oubliant en chemin. Nous vous proposons 8 rendez-vous pour (ré)apprendre à prendre le temps, pour prendre soin de vous et vous faire du bien. Parfaits pour la détente, la gestion du stress et des émotions et pour se recentrer.

Inscription possible

- **à la carte** (voir tarif dans chaque description)
- **au cycle complet**, au tarif avantageux de 120€ pour les 8 ateliers (soit une économie de 70€).

SONOTHÉRAPIE : APAISER LE CORPS ET L'ESPRIT EN RÉSONANCE

Vous allez expérimenter dans cet atelier grâce aux sons et vibrations des différents instruments (carillons - bols tibétain - cristal) les bienfaits dans votre corps et esprit. Idéal pour un moment doux avec «soi m'aime».



18
OCT

Animatrice : Christiane Toussaint - Frais d'inscription : 20€
Le **samedi** de 9h à 12h

PLEINE CONSCIENCE : HABITER L'INSTANT PRÉSENT

Venez (ré)apprendre à «être dans le moment présent». Ne rien attendre, se laissez surprendre par l'expérience... pour en observer par la suite les bienfaits sur soi.



15
NOV

Animatrice : Christiane Toussaint - Frais d'inscription : 20€
Le **samedi** de 9h à 12h

RENDEZ-VOUS BIEN-ÊTRE

YOGA DU RIRE : CULTIVER LA JOIE DE VIVRE

Venez découvrir le yoga du rire, une pratique accessible à tous qui mêle rires volontaires et relaxation. Cette méthode, développée en Inde dans les années 1990 par le Dr Madan Kataria, permet de semer des pépites de plaisir et récolter joie et détente dans son quotidien !

Animatrice : Michelle Gatelier - Frais d'inscription : 20€

Le samedi de 9h à 12h

13

DEC



À LA RECHERCHE DE MON IKIGAI

Un atelier pour se (re)découvrir et donner du sens à ce qui nous anime. À travers des temps d'introspection guidée, de réflexion personnelle et d'échanges, vous explorerez les quatre dimensions de l'IKIGAI : ce que vous aimez, ce pour quoi vous êtes doué·e, ce dont le monde a besoin et ce pour quoi vous pouvez être rémunéré·e. Un moment privilégié pour vous reconnecter à vous-même et éclairer votre chemin de vie.

Animatrice : Caroline Delhez - Frais d'inscription : 40€

Le samedi de 9h à 12h

17

JAN



Animatrice : Laetitia Meeurs - Frais d'inscription : 20 €

COLORIMÉTRIE : RÉVÉLEZ VOS COULEURS NATURELLES !

Animatrice : Marylise Van Den Bossche - Frais d'inscription : 30€



RENDEZ-VOUS BIEN-ÊTRE

JE ME (RE)CONNECTE À MON CORPS : ÉCOUTER, RESSENTIR, EXPRIMER

Un atelier pour renouer avec son corps, souvent oublié dans le tourbillon du quotidien. Après un temps d'accueil en douceur et une méditation guidée (balayage corporel), vous serez invité-e à explorer le lien entre corps et émotions à travers des temps d'échange et de création. Vous réaliserez un carnet de route corporel, un support personnel et sensible pour exprimer ce que votre corps murmure ou révèle, à votre rythme, en toute bienveillance. Un moment pour se réapproprier son corps comme espace de présence, de mémoire... et d'expression de soi.



18
AVR

Animatrice : Laetitia Meeurs - Frais d'inscription : 20 €
Le **samedi** de 9h à 12h

OSER : TRANSFORMER SES PEURS EN ÉLAN DE VIE

Qu'est-ce qui vous retient d'oser ? D'avancer, de dire, de créer, de briller ?

Cet atelier vous invite à explorer en douceur vos croyances limitantes, ces pensées qui freinent l'expression de votre plein potentiel. À travers des temps d'ancrage, de partage et d'introspection, vous apprendrez à mieux comprendre l'origine de ces freins, pour les accueillir... et les dépasser. La séance se clôturera par une création en argile, une matière vivante et transformatrice, pour donner forme à votre courage et incarner ce pas vers vous-même. Un moment puissant pour se révéler à soi, avec authenticité et bienveillance.



23
MAI

Animatrice : Laetitia Meeurs - Frais d'inscription : 20 €
Le **samedi** de 9h à 12h

RENDEZ-VOUS BIEN-ÊTRE

(enfants de 4 à 12 ans)

LES RENDEZ-VOUS BIEN-ÊTRE ENFANTS

Stress, colères, peurs, nuits agitées... Les émotions peuvent être difficiles à comprendre et à exprimer.

Ces rendez-vous bien-être offrent à vos enfants un temps pour se poser, se reconnecter à eux-mêmes, et découvrir des outils simples pour se sentir mieux au quotidien.

À travers des exercices de relaxation, de respiration, des jeux calmes ou des histoires, les enfants apprennent à reconnaître ce qu'ils ressentent, à en parler, et à retrouver le calme à l'intérieur.

Un moment pour grandir en douceur, en confiance, et mieux vivre ses émotions.

À chaque âge, des techniques et des outils adaptés pour grandir en sérénité. Les plus jeunes seront accompagnés d'un parent.



Animatrice : Joëlle Bosquet (Le chemins des rêves) - Frais d'inscription : 100€ / 6 ateliers

Le **samedi**

de 14h à 15h : Enfants de 4 à 5 ans (avec un parent)

de 15h à 16h : Enfants de 6 à 8 ans

de 16h à 17h : Enfants de 9 à 12 ans

15	29	13	10	24	1
NOV	NOV	DEC	JAN	JAN	FEV

ATELIERS CULINAIRES

(ados / adultes)

Lors de l'inscription, une petite liste de matériel à prévoir vous sera transmise (bocaux, contenants simples...), afin que vous puissiez emporter chez vous vos préparations en toute sécurité !

DU PIS AU POT : FABRIQUEZ VOS PRODUITS LAITIERS MAISON !

Plongez dans une matinée riche en découvertes avec l'ASBL Cornes & Sabots. L'atelier commence à la ferme par une démonstration de traite manuelle, dans le respect du rythme des animaux. Les participants qui le souhaitent pourront s'essayer à la traite à la main — un moment rare et authentique, pour renouer avec le geste et le vivant.

La matinée se poursuit à l'Esperluette avec un atelier pratique et accessible à tous : fabrication de fromage frais, de beurre et de yaourts, à partir du lait tout juste récolté. Ici, pas besoin de matériel compliqué : vous apprendrez des recettes simples, reproductibles à la maison, avec des ingrédients du quotidien. Vous mettrez concrètement la main à la pâte et repartirez avec des savoir-faire utiles, concrets, et le plaisir d'avoir tout fait vous-même.

Animatrice : ASBL Cornes et Sabots (Habaru) - Frais d'inscription : 40 €

Le samedi de 9h à 12h



11

OCT

CONSERVES SANS STÉRILISATEUR : DES GESTES SIMPLES POUR UNE AUTONOMIE GOURMANDE

Un atelier pour renouer avec des savoir-faire accessibles, durables et savoureux ! Avec l'ASBL Cornes & Sabots, vous commencerez la matinée à la ferme par la cueillette de légumes de saison, et la découverte du projet agricole qui les fait pousser. Un vrai moment de lien à la terre, aux rythmes du vivant, et au plaisir de récolter soi-même ce que l'on va transformer.

La suite de l'atelier se déroulera à l'Esperluette : vous préparerez deux types de conserves faciles à reproduire chez vous, sans stérilisateur ni matériel spécialisé. Au programme : une recette aigre-douce en macération (à cuire quelques jours plus tard) et une recette en lacto-fermentation, idéale pour préserver les légumes tout en enrichissant leur goût et leurs bienfaits.

Chaque participant repartira avec ses préparations, les instructions pour finaliser les recettes à la maison, et surtout des techniques simples à intégrer dans son quotidien pour plus d'autonomie alimentaire.

Animatrice : ASBL Cornes et Sabots (Habaru) - Frais d'inscription : 40 €

Le samedi 13 juin 2026 de 9h à 12h



13
JUN

LES REMUE-MÉNINGS

(ados à partir de 16 ans / adultes)

Prenez part à un espace d'échange et de réflexion collective sur les grands enjeux de notre époque. Guidés par une animatrice, vous serez invités à confronter vos idées, à croiser les regards et à approfondir votre compréhension du monde.

Cet atelier propose d'explorer des notions fondamentales telles que les droits humains, la liberté, l'émancipation, la démocratie, l'autonomie, la citoyenneté, la solidarité ou encore le vivre ensemble.

L'objectif : développer son esprit critique dans un cadre bienveillant et ouvert à la diversité des opinions.

Chaque séance portera sur un thème spécifique, défini ensemble lors de la première rencontre.

Animatrice : Els du Centre d'Action Laïque du Luxembourg

Frais d'inscription : 24€ / 8 ateliers ou 4€/l'atelier

Le **mercredi** de 18h à 20h

15	19	17	7	4	4	15	20
OCT	NOV	DEC	JAN	FEV	MAR	AVR	MAI



RENCONTRES JEUX DE SOCIÉTÉ

En collaboration avec la bibliothèque - ludothèque communale, nous vous proposons des rencontres jeux de société, encadrées par Elodie Lamotte.

POUR TOUS (enfants, ados, adultes)

Le **dimanche** de 9h30 à 11h30



Vous aurez l'occasion de découvrir les nombreux jeux de la ludothèque. Vous pouvez également apporter vos propres jeux pour les faire connaître aux autres participants.

Ces rencontres sont gratuites.

Cependant, pour la bonne organisation de l'activité, l'inscription est nécessaire !



STAGES

CONGÉS D'AUTOMNE

DU 20 AU 24 OCT

CONGÉS DE CARNAVAL

DU 16 AU 20 FEV

CONGÉS DE PRINTEMPS

DU 27 AU 30 AVR

ENFANTS (7 à 12 ans)

De 9h à 16h (Garderie gratuite de 8h à 17h30)

MONSTRES ET CRÉATURES MAGIQUES
- 125€

MASQUES ET MÉTAMORPHOSES
- 125€

**FORÊTS IMAGINAIRES ET ANIMAUX
FÉERIQUES** - 100€

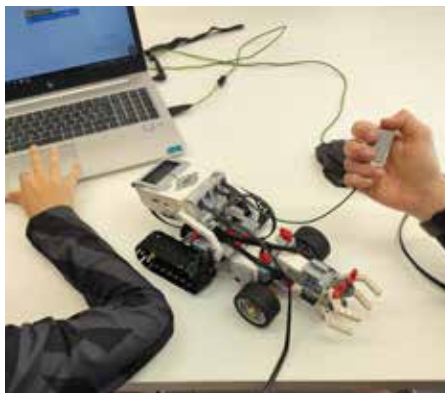
ADOS (en secondaire)

De 9h à 16h

VOYAGE VERS LE FUTUR
- 125€

ENTRE RÉALITÉ ET FICTION
- 125€

HÉROS ET LÉGENDES
- 100€



NUTRITION & PRÉVENTION DES MALADIES DE CIVILISATION

Aujourd'hui, les maladies dites « de civilisation » – surpoids, diabète, maladies cardiovasculaires, cancers, burn-out, troubles inflammatoires chroniques... – touchent une part croissante de la population. Pourtant, ces pathologies sont souvent évitables, ou au moins retardables, grâce à des choix simples et éclairés dans notre mode de vie, et notamment dans notre assiette.

Lors de cette conférence, Pierre Van Vlodorp, consultant, auteur, formateur en nutrithérapie, partagera son expertise en nutrithérapie pour vous aider à :

- Comprendre comment l'alimentation influence la santé physique et mentale
- Identifier les habitudes qui favorisent ou freinent l'apparition de ces maladies
- Mettre en place, sans frustration, des changements alimentaires concrets, durables et adaptés à votre quotidien
- Distinguer les mythes nutritionnels des conseils fondés scientifiquement

Accessible à tou·tes, cette rencontre s'adresse autant aux personnes souhaitant prévenir que comprendre, aux curieux·ses qu'aux professionnel·les de la santé ou de l'alimentation. Pas besoin d'être expert·e pour repartir avec des idées claires, des pistes d'action et l'envie de prendre soin de soi autrement.

Animée par Pierre Van Vlodorp - Frais d'inscription : prix libre à partir de 5€

Le **mardi** de 19h à 21h

9

DEC



TRACTION ANIMALE & BIEN-ÊTRE DES ANIMAUX DE TRAVAIL

Et si les chevaux, les bœufs ou les ânes retrouvaient une place dans l'agriculture d'aujourd'hui ? Durant cette matinée, partez à la découverte de la traction animale, une pratique à la fois ancestrale et résolument tournée vers l'avenir. Nous aborderons les fondements de cette approche : son histoire, ses usages actuels, ses atouts pour une agriculture plus durable, mais aussi le bien-être des animaux de travail – de leur alimentation à la gestion de l'effort, en passant par les soins quotidiens. La conférence sera suivie d'une immersion à la ferme, avec des démonstrations concrètes d'outils et de techniques de traction animale (cheval, bœuf, âne).

Programme :

- 9h30 à 11h30 : conférence à l'Esperluette
- 11h30 à 11h45 : déplacement vers la ferme (assuré par la Commune de Légglise)
- 11h45 à 12h45 : démonstrations sur le terrain
- 12h45 à 13h : Retour à l'Esperluette (assuré par la Commune de Légglise)

Animée par l'ASBL Cornes et sabots et l'ASBL Meneurs - Frais d'inscription : prix libre à partir de 5€



28
MAR

Le samedi de 9h30 à 13h.

D'AUTRES CONFÉRENCES viendront enrichir la programmation au fil de l'année.

SUIVEZ NOTRE PAGE FACEBOOK pour rester informé·e·s !

ESPACE PUBLIC NUMÉRIQUE

L'Espace Public Numérique (EPN) de Léglise est un lieu ouvert à tous, conçu pour vous accompagner à explorer le monde numérique, que vous soyez novice ou déjà à l'aise avec les technologies.



Pourquoi venir à l'EPN ?

1. **Accessibilité pour tous** : peu importe votre âge ou votre niveau de compétence, L'EPN est là pour vous accompagner.
2. **Accompagnement personnalisé** : que ce soit pour des démarches administratives en ligne, l'utilisation de logiciels, ou des conseils sur les appareils numériques, vous recevrez un soutien sur mesure.
3. **Ambiance conviviale** : l'EPN est un lieu de rencontre et de partage où vous pouvez apprendre dans une ambiance chaleureuse et amicale.

Comment nous rejoindre ?

L'EPN est situé dans la Maison Rurale juste à côté de la bibliothèque et est ouvert sur RDV les lundis, mardis et jeudis. Il est également en accès libre lors des heures d'ouverture de la bibliothèque. Pour plus d'informations ou pour prendre rendez-vous, vous pouvez nous contacter au 0492 15 98 93 ou epnleglise@gmail.com.

Prenez rendez-vous :

- Par téléphone, au 0492 15 98 93
- En scannant le QR-code ci-contre :



LES LUNDIS CONNECTÉS

Une fois par mois, l'EPN vous propose un atelier collectif où vous abordez un thème spécifique pour mieux appréhender l'univers numérique. Les thèmes sont communiqués en cours d'année selon les besoins émis par les citoyens et l'évolution du numérique.

Frais d'inscription : 5€ l'atelier - Pas de pré-requis.



LOCATION DE SALLES

Nos salles peuvent être louées aux associations pour des réunions, des spectacles, des créations artistiques, des conférences, etc... sous certaines conditions et après acceptation par le Collège communal.

Nos salles sont équipées de matériel de projection et d'un tableau blanc.

N'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements.



INFORMATIONS PRATIQUES

L'inscription aux stages et ateliers n'est effective que sur base du paiement.

Trois canaux s'offrent à vous, **pour la réservation** :

- En ligne, en scannant le QR-code ci-contre :
- Par téléphone, au 0492 19 51 52
- Par email, à l'adresse : esperluette.leglise@gmail.com



Vous recevrez ensuite un email précisant les informations pratiques du stage ou de l'atelier et les modalités de paiement. Différents moyens de paiement sont mis à disposition : virement bancaire (souhaité) ou espèces en vous présentant directement au bureau de l'Esperluette. Pour les ateliers à l'année, vous avez la possibilité d'opter pour un paiement en deux fois (à l'inscription et en janvier).



S'inscrire, c'est s'engager pour la durée totale de l'activité.

Aucun remboursement ne sera accordé en cas d'abandon ou d'ateliers manqués en cours d'année.

Dans le cas où le nombre de participants n'est pas suffisant pour une activité, celle-ci devra être annulée. Vous en serez averti et remboursé intégralement.

Afin de tenir compte de la difficulté éventuelle de combler les places annulées du fait du participant, des frais d'annulation seront appliqués :

- Annulation à plus de 14 jours : 10 euros
- Annulation entre 14 et 8 jours avant la date de début : retenue de 50% du prix de l'atelier
- Annulation à moins de 8 jours du début de l'atelier : pas de remboursement

Vous pouvez suivre nos actualités sur notre page Facebook en scannant le QR-code ci-contre :





Avec le soutien de
la



Wallonie



Commune de
Léglise