

# Les ateliers d'Yvoir

*Répertoire de toutes les  
activités proposées par le  
CPAS et le PCS d'Yvoir*

**Juillet à décembre 2023**





## (Introduction)

---

Des ateliers solidaires où tolérance et « non-jugement » d'autrui restent la priorité du CPAS.

Aucun citoyen ne peut faire l'objet d'une exclusion et à chacun d'entre nous de le respecter, quelles que soient son origine et ses convictions philosophiques et religieuses.

Bienvenue aux ateliers du CPAS !

Œuvrons tous ensemble au développement de la cohésion sociale au sein de notre commune.

*Christophe Delieux*

*Directeur général du CPAS d'Yvoir*

## Les ateliers sociaux...

---

Lors des ateliers sociaux, vous trouverez un endroit où vous ferez la connaissance d'autres personnes, où vous pourrez vous exprimer librement, montrer vos compétences, en apprendre de nouvelles et mobiliser vos ressources personnelles au profit du groupe.

*Hélène Alfano,  
Service d'insertion sociale*

*Laura-Lyne Perot,  
Plan de Cohésion Sociale*



## Comment fonctionne les ateliers ?

Les dates sont fixées sous réserve de modification. Si tel est le cas, vous serez prévenu par téléphone/sms du changement

Pour une meilleure organisation, tous les ateliers se font sur inscription préalable.

Lors du sms de rappel, merci d'y répondre en confirmant, ou non, votre participation. Les participations se font par ordre de réponse.

Si vous désirez ne plus recevoir le sms de rappel, merci d'en faire part au service d'insertion sociale ou au PCS.




## Artistiques




Cet atelier propose à chaque participant un moment d'introspection via la créativité. Proche de « l'art thérapie » sans toutefois l'être, il allie diverses techniques artistiques pour explorer vos ressentis et vos émotions tels que le dessin, les arts plastiques, ...

Cet atelier est accessible à tout le monde et ne nécessite aucun prérequis.

 L'atelier est ouvert à toute personne habitant la commune d'Yvoir

 Salle du Conseil au sein du CPAS

 De 13h15 à 15h15





 Le jeudi, tous les 15 jours :  
6 juillet  
3 août – 17 août – 31 août  
14 septembre – 28 septembre  
12 octobre – 26 octobre  
9 novembre – 23 novembre  
7 décembre – 21 décembre



## Balades

Une après-midi pour se connecter aux éléments naturels, découvrir des beautés insoupçonnées à deux pas de chez soi, apprendre ou réapprendre à tisser des liens harmonieux avec la nature, les saisons, le réel.

Les balades permettent de prendre un bol d'air, bouger et profiter du réconfort et de la présence à soi que la nature peut nous offrir.

-  L'atelier est ouvert à toute personne habitant la commune d'Yvoir
-  Le départ se fait à partir de la cour du CPAS
-  De 13h15 à 15h30
-  Tous les lundis après-midi du 1<sup>er</sup> mars au 31 octobre

Important ! Prévoir une tenue adaptée à la marche et une  
boisson

## Couture



Vivez un moment de détente à travers l'atelier couture. Durant celui-ci, vous apprendrez les gestes et techniques ensemble, au contact des autres ou en suivant les conseils de l'animatrice.


Ainsi, vous aurez l'occasion de réparer des vêtements, coudre des boutons ou bien même créer des pièces uniques !

Cet atelier est accessible à tout le monde et ne nécessite aucun prérequis.

 L'atelier est ouvert à toute personne habitant la commune d'Yvoir

 Salle de la cafétéria du Maka

 De 9h30 à 15h30

 Tous les premiers lundis du mois :  
4 septembre  
2 octobre  
13 novembre

**Important ! Prévoir son dîner**




## Cuisine

Les ateliers cuisine sont pensés pour toutes les personnes qui souhaitent apprendre à cuisiner de façon équilibrée et plus saine avec un maximum de saveurs.

A la fin de chaque atelier, c'est l'occasion de créer de nouveaux liens sociaux en partageant un moment convivial autour d'un repas.

Les recettes sont adaptées pour les personnes ayant des intolérances/allergies.

 L'atelier est ouvert à toute personne habitant la commune d'Yvoir

 Salle de la cafétéria du Maka

 De 9h à 13h

 Un mardi par mois :

19 septembre

17 octobre

28 novembre

12 décembre

**Important ! Prévoir vos contenants**



## Ecriture





L'écriture permet de se saisir de la langue d'une manière ludique. Apprendre à jouer avec les mots, c'est aussi prendre à nouveau plaisir d'écrire à partir d'une page presque blanche.

L'atelier d'écriture permet à toute personne de reprendre confiance en soi, de se réappropriier les mots, les paroles et ainsi de pouvoir exprimer en toute liberté les choses que l'on a en soi.

 L'atelier est ouvert à toute personne habitant la commune d'Yvoir

 Salle de l'ancien EPN à Yvoir

 De 13h30 à 15h30

 Le vendredi, tous les 15 jours :

14 juillet – 28 juillet

11 août – 25 août

8 septembre – 22 septembre

6 octobre – 20 octobre

3 novembre – 17 novembre

1 décembre – 15 décembre



## Energie

Vous avez envie d'apprendre à réduire votre facture d'énergie en vous amusant ? Expériences et mises en pratique seront de la partie ! L'atelier énergie vous fera découvrir une nouvelle façon d'aborder votre logement à travers différentes thématiques telles que le choix d'un fournisseur, lecture de la facture d'énergie, l'isolation, l'humidité, ...

Chaque atelier est construit avec les participants selon leurs envies, demandes et besoins dans la bonne humeur et la bienveillance !



L'atelier est ouvert à toute personne habitant la commune d'Yvoir



Salle de l'ancien EPN à Yvoir



De 13h30 à 16h



Un mardi par mois

5 décembre (séance d'informations)

19 décembre

# Informatique



La fracture numérique est de plus en plus présente dans notre quotidien et l'atelier informatique est une des réponses apportées pour réduire celle-ci et permettre à toute personne d'appréhender et de s'appropriier les nouvelles technologies.

Il peut s'agir de démystifier les outils tels que le téléphone et l'ordinateur et d'apprendre à se familiariser avec ceux-ci : mise en route, manipulation, ...

Ensuite, les thèmes abordés peuvent être très variés : gestion de données, paramétrage du téléphone, retouche photos, traitement de texte, sécuriser ses données, ... L'objectif final est de permettre à chacun d'utiliser le téléphone et l'ordinateur de manière autonome et en toute sécurité.



L'atelier est ouvert à toute personne habitant la commune d'Yvoir



Salle de l'ancien EPN à Yvoir



De 9h à 12h



Mardi : Séance collective selon des thèmes différents  
Jeudi : séance individuelle de questions/réponses

## « Mets tes sous dans le cochon »

Cet atelier aborde les questions d'économie du quotidien des ménages : l'énergie, le budget, la consommation, la santé, l'environnement, ...

Se déroulant dans une ambiance chaleureuse, accueillante et dans le respect de chacun, les ateliers traitent d'une thématique différente qui ouvre le débat à votre réflexion mais ils vous permettent également de disposer d'un maximum d'informations afin que vous puissiez adapter votre consommation.

Chaque atelier est construit avec les participants selon leurs envies, demandes et besoins.

 L'atelier est ouvert à toute personne habitant la commune d'Yvoir et d'Anhée

 Salle de la cafétéria du Maka

 De 9h à 12h

 Un lundi par mois :

18 septembre

16 octobre

6 novembre

11 décembre



Juillet 2023		Août 2023		Septembre 2023		Octobre 2023		Novembre 2023		Décembre 2023	
S 1		M 1		V 1	D 1	M 1 La Toussaint	V 1				
D 2		M 2		S 2	L 2	40	L 2	J 2	S 2		
L 3	27	J 3		D 3	M 3		M 3	V 3	D 3		
M 4		V 4		L 4	M 4	36	M 4	S 4	L 4	49	
M 5		S 5		M 5	J 5		J 5	D 5	M 5		
J 6		D 6		M 6	V 6		V 6	L 6	M 6	45	
V 7		L 7	32	J 7	S 7		S 7	M 7	J 7		
S 8		M 8		V 8	D 8		D 8	M 8	V 8		
D 9		M 9		S 9	L 9	41	L 9	J 9	S 9		
L 10	28	J 10		D 10	M 10		M 10	V 10	D 10		
M 11		V 11		L 11	M 11	37	M 11	S 11 Armistice	L 11	50	
M 12		S 12		M 12	J 12		J 12	D 12	M 12		
J 13		D 13		M 13	V 13		V 13	L 13	M 13	46	
V 14		L 14	33	J 14	S 14		S 14	M 14	J 14		
S 15		M 15 Assomption		V 15	D 15		D 15	M 15	V 15		
D 16		M 16		S 16	L 16	42	L 16	J 16	S 16		
L 17	29	J 17		D 17	M 17		M 17	V 17	D 17		
M 18		V 18		L 18	M 18	38	M 18	S 18	L 18	51	
M 19		S 19		M 19	J 19		J 19	D 19	M 19		
J 20		D 20		M 20	V 20		V 20	L 20	M 20	47	
V 21 Fête nationale		L 21	34	J 21	S 21		S 21	M 21	J 21		
S 22		M 22		V 22	D 22		D 22	M 22	V 22		
D 23		M 23		S 23	L 23	43	L 23	J 23	S 23		
L 24	30	J 24		D 24	M 24		M 24	V 24	D 24		
M 25		V 25		L 25	M 25	39	M 25	S 25	L 25 Noël	52	
M 26		S 26		M 26	J 26		J 26	D 26	M 26		
J 27		D 27		M 27	V 27		V 27	L 27	M 27	48	
V 28		L 28	35	J 28	S 28		S 28	M 28	J 28		
S 29		M 29		V 29	D 29		D 29	M 29	V 29		
D 30		M 30		S 30	L 30	44	L 30	J 30	S 30		
L 31	31	J 31			M 31		M 31			NumeroDeSemaine.be	







## Mobilité

Vous souhaitez vous rendre à l'un de nos ateliers mais vous n'avez aucun moyen de transport ?

Voici quelques solutions qui peuvent vous être utiles ! 💡

### Taxi social :

Il peut être réservé pour vous rendre aux ateliers sociaux.

Dans ce cadre-là, le trajet est gratuit.

Vu les fortes demandes, réserver votre place à l'avance au 082/21.49.30 !

### Les assistantes sociales de l'insertion sociale et du PCS :

Si le taxi social n'est pas disponible, vous pouvez prendre contact avec Madame ALFANO ou Madame PEROT qui cherchera une solution avec vous.

Attention, pour une meilleure organisation, merci de prendre contact avec celles-ci quelques jours avant l'atelier qui vous intéresse.



## Navette Solidaire :

La Navette peut se déplacer pour venir vous chercher.

Elle ne se déplacera que lorsque le CPAS recevra plusieurs demandes. En effet, c'est un véhicule destiné à véhiculer plusieurs personnes à la fois.

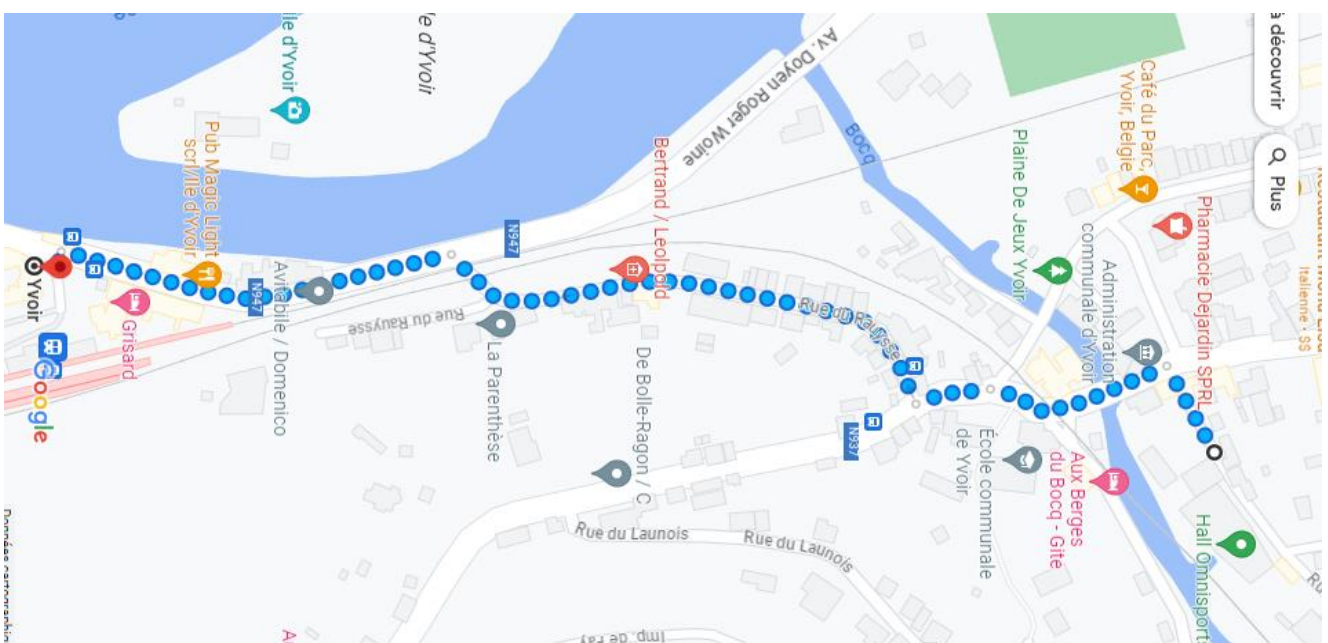
N'hésitez pas à prendre contact avec Madame ALFANO ou Madame PEROT pour plus d'informations.

## Les transports en commun :

### *Le train :*

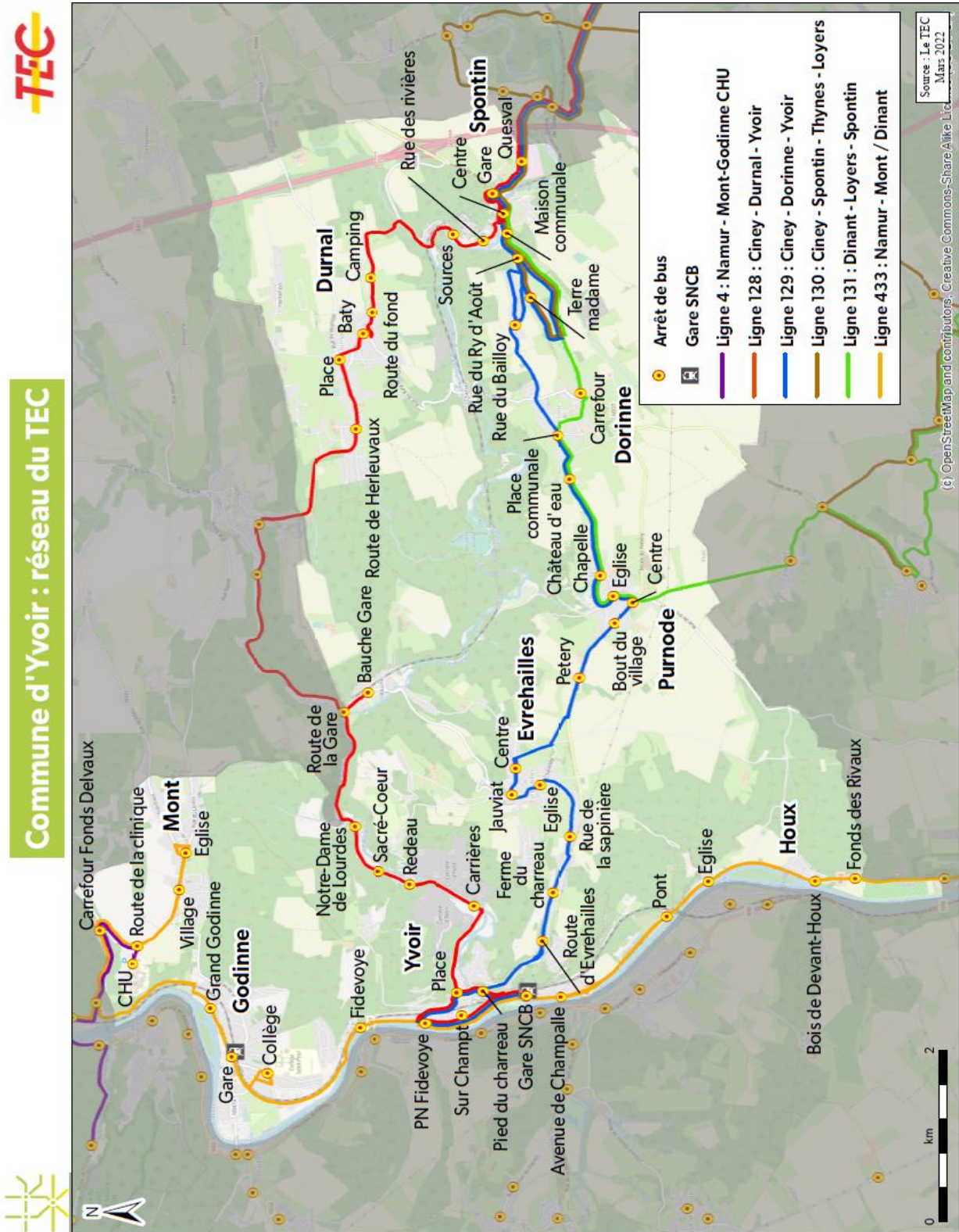
Vous pouvez vous rendre à Yvoir au départ de Godinne via le train. Sa durée de trajet est de 5min et démarre de la gare de Godinne toutes les heures 10 et 50.

Une fois arrivé à Yvoir, vous devez marcher 10min jusqu'aux différents locaux des ateliers se trouvant tous dans la cour du Maka



*Le bus :*

Si vous souhaitez connaître l'horaire d'une ligne en particulier, n'hésitez pas à consulter le site de la TEC ou prendre contact avec le service de la TEC ou avec Madame ALFANO et Madame PEROT.







## Contact

### Insertion sociale

Madame ALFANO Hélène

082/21.49.33 ou 0478/90.12.54

helene.alfano@cpas.yvoir.be

### Plan de Cohésion Sociale

Madame PEROT Laura-Lyne

082/21.49.35 ou 0474/77.92.44

pcs@cpas.yvoir.be



Le CPAS est ouvert du lundi au vendredi de 8h   16h.

Pour plus d'informations n'hésitez   contacter l'accueil au  
082/21.49.30