



ADRESSE Rue du Delta 61/1 à 1190 Forest  
CONTACT 0472 35 74 09 – info@delta-forest.be  
Programme mis à jour en permanence sur [www.delta-forest.be](http://www.delta-forest.be)

## Le programme d'activités de décembre 2022

### HORAIRE D'OUVERTURE

Lundi, mardi et vendredi > 10h-16h

Mercredi > 8h-14h

Jeudi > 12h-18h

Samedi, deux fois par mois > 14h-17h ou 18h-21h

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10-13h Atelier cuisine  14h30-15h30 Gym douce	10-13h Atelier créatif  14-15h Écoute & Partage de chansons	8-10h30 Grand petit déjeuner	16-18h Assemblée participative	10-12h Atelier tricot-papote avec Isabelle et Nanie	
10-13h Atelier cuisine  17h30-19h30 Groupe de parole autour de la dépression [inscription : marhfourfatima@hotmail.be ou 0484 64 30 37]	10-13h Atelier créatif  14-15h Écoute & Partage de chansons	8-10h30 Grand petit déjeuner	13-15h Atelier décoratif de bougeoirs de Noël		
10-13h Atelier cuisine  14h30-15h30 Gym douce	10-13h Atelier créatif  14-15h Écoute & Partage de chansons	8-10h30 Grand petit déjeuner		10-12h Atelier tricot- papote avec Isabelle et Nanie	18-21h Ciné-club & pizza

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<p>10-13h Atelier biscuits</p> <p>13-16h Décoration et mise en sachet des biscuits</p> <p>14h30-15h30 Gym douce</p> <p>17h30-19h30 Groupe de parole autour de la dépression [inscription : marhfourfatima@hotmail.be ou 0484 64 30 37]</p>	<p>10-13h Atelier création de guirlandes et de boules de Noël!</p> <p>14-15h Écoute &amp; Partage de chansons</p>	<p>8-10h30 Grand petit déjeuner</p> <p>11h Décoration du sapin!</p>	<p>15h- 22h Noël au Delta, repas en musique! (détails à venir)</p>		