



# **PROGRAMME CULTUREL CPAS DE FOREST**

**septembre 2016 - décembre 2016**



*« Chacun a ses propres instants de bonheur : il s'agit simplement d'en multiplier la conscience et les occasions. »*

**Albert Memmi**

Bonjour,

Ce programme vous présente les sorties et projets participatifs organisés ou soutenus par le CPAS. Ces activités s'adressent, sauf exception, **au public suivi par le CPAS de Forest.**

Elles se passent en groupe dans une ambiance des plus conviviales, sont **gratuites** mais **nécessitent obligatoirement une réservation.**

Participer vous permettra à la fois d'apprendre de nombreuses choses mais aussi de vous divertir et faire de belles rencontres !

Et si vous ne trouvez toujours pas votre bonheur, plongez-vous dans le répertoire Article 27 disponible à l'accueil du CPAS, rue Vanpé 50.

L'agenda, quant à lui, est, dorénavant, à consulter en ligne :

<http://www.article27.be/agenda/bruxelles.php>

Il vous informe plus amplement des expositions, pièces de théâtre, concerts, musées, etc. à Bruxelles pour lesquels vous ne paierez pas plus d' 1,25 € si vous êtes muni du ticket de réduction Article 27 (disponible également à l'accueil).

Alors n'hésitez pas à, rejoindre notre groupe, vous inscrire aux activités et surtout ne tardez pas à réserver, car les places sont limitées !

Au plaisir de vous rencontrer bientôt...

**Attention :**

Nous vous invitons à nous signaler tous changements au niveau de vos coordonnées ou sur le fait que vous ne seriez plus aidés par le CPAS.

De même, pour limiter les coûts inutiles, si vous vous inscrivez à une activité et que, sans prévenir dans un délai raisonnable, vous ne venez pas, vous ne pourrez pas participer à la sortie suivante. Merci pour votre compréhension

Info / réservation

Jacqueline Dutilleux, Coordinatrice Culturelle

Service Socio-Culturel - Cpas de Forest

Rue Van Pé, 50 - 1190 Forest

02/563.26.20 - 0478/78.22.14 (message)

jacqueline.dutilleux@publilink.be

[www.cpasforest.irisnet.be](http://www.cpasforest.irisnet.be)

**Permanence le mardi matin**

# **SORTIES CULTURELLES**

# Septembre

Mardi 20 septembre à 13h30

Pièce de théâtre : « 8h03, ce matin-là » - Théâtre des Riches-Clares - Écrit et mis en scène par Michaël Bier



Rendez-vous à l'entrée  
du Théâtre à 13h30

24, rue des Riches  
Clares 1000 Bruxelles

Bus 48-95 arrêt Grand  
Place  
Gratuit

Tram 3-4 arrêt Bourse  
GRATUIT

*Simon, 36 ans. Une obsession... ne rien oublier et laisser une trace. Ce n'est qu'à travers le regard des autres qu'il parvient à se sentir vivant. Pour être certain qu'on se souviendra de lui, Simon enregistre tout. Par écrit ou par l'image. Il capte, retranscrit, classe, relit et révisonne quotidiennement tout ce qui lui arrive.*

*De l'essentiel jusqu'à l'insignifiant. Mais, peut-on être, en même temps, acteur et spectateur de notre existence ?*

*Librement inspiré d'une nouvelle de science-fiction de l'écrivain américain Richard Matheson, « 8h03, ce matin-là... » vous fera vivre l'angoisse, que nous connaissons tous, celle de passer à côté de sa vie.*

Rencontre-débat avec le metteur en scène après la pièce

Réservation pour le 16 septembre au plus tard

15 personnes maximum

**Vendredi 23 septembre de 10h30 à 13h**

**Visite du Jardin Essentiel, Parc Duden à Forest**



**Programme:**

- visite guidée autour des plantes médicinales
- préparation de tisanes à base de plantes médicinales

***Jardin essentiel...***

*Derrière cette appellation, un concept simple : mettre à la disposition de la population un espace propice à la culture de plantes médicinales.*

*Les habitants peuvent venir y cultiver le terrain collectivement, en bénéficiant des conseils de jardiniers expérimentés. En plus de son objectif de culture de plantes médicinales, ce projet se veut à caractère social. En effet, il permet à des habitants de tous horizons de se rencontrer et d'échanger autour d'une activité commune et conviviale.*

*Nous irons ensemble à la découverte de ce jardin communautaire médicinal et de proximité, lancé au printemps 2016 au parc Duden.*

*Le projet était temporaire et arrive bientôt à son terme : la convention d'occupation du terrain se terminera en effet le 11 septembre 2016. Si rien n'est mis en place pour le pérenniser, la totalité des plantes médicinales sera détruite et le terrain retrouvera sa forme initiale, à savoir une pelouse verte.*

*Plusieurs personnes motivées ont marqué leur volonté de poursuivre le projet.*

*Avec notre visite nous souhaitons soutenir la démarche de pérennisation du Jardin essentiel et la participation citoyenne autour de ce projet dans l'espace publique.*

**Réservation pour le 20 septembre au plus tard**

**15 personnes maximum**

Rendez-vous à  
l'entrée du Jardin  
Essentiel (escaliers)  
(Arrêt bus 48 LAINE)  
à 10h30  
GRATUIT  
Prendre son pic-nic

**Vendredi 23 septembre à 20h10**

**Pièce de théâtre : « On the Road...A » au Brass CCF**

Avec : Roda Fawaz | Mise en scène: Eric De Staercke, assisté de Cécile Delberghe



*« On était des dingues, des rois de la tchache, les rois de la sape, les rois de la fête... »*

*Au sens littéral, Roda est un homme du monde. D'origine libanaise, il est né au Maroc, il a grandi en Guinée, il a la nationalité belge et se revendique d'une gueule d'italien pour faciliter ses sorties en boîte.*

*Avec On the Road... A, il joue l'histoire de sa vie avec humour et autodérision, incarnant à lui seul une vingtaine de personnages : ses potes Mohamed et Dorothée, un père fantasmé, un prof de religion islamique - une vraie terreur -, ses familles d'ici et d'ailleurs,... Roda ne ressemble à personne et pourtant, chacun d'entre nous se reconnaîtra un peu en lui. Ce qui est heureux car, disait Amin Maalouf, « Si notre regard enferme les autres dans leurs plus étroites appartenances ; notre regard aussi peut les en libérer ».*

*La soirée sera suivie d'un concert gratuit de Uman (facultatif)*

*Figure incontournable de la scène rap/dance hall belge depuis plus de 20 ans (Bass Culture, De Puta Madre, Lickweed...), Uman poursuit aujourd'hui une carrière solo, plus orientée vers la chanson, sans pour autant renier ses origines.*

**Réservation pour le 20 septembre au plus tard**

**10 personnes maximum**

Rendez-vous au Brass à  
20h10

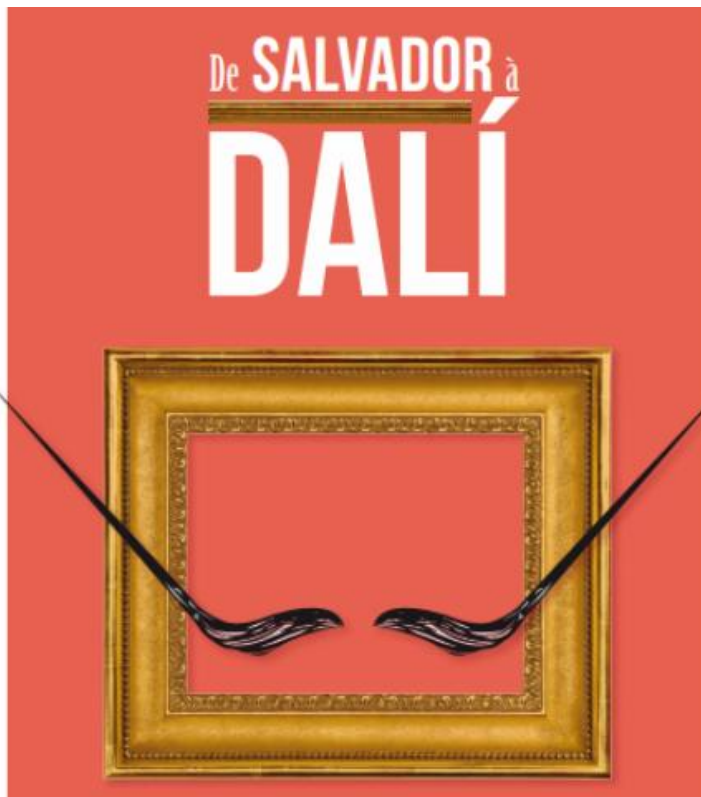
BRASS – Centre Culturel  
de Forest  
Avenue Van Volxem, 364  
1190 FOREST  
Tram 82 et 97, arrêt  
WIELS  
Bus 49 et 50, arrêt WIELS  
Station Villo: WIELS

GRATUIT

# Octobre

**Vendredi 14 octobre à 9h**

Visite guidée : Exposition Dali – Gare de Liège Guillemin



*Rendez-vous dans le hall  
de la Gare du Midi  
devant l'escalator de la  
voie n°11*

*Gratuit  
Prendre son pic-nic*

**De Salvador à Dalí**

*Après Shangai, Londres, Singapour, Paris, Tokyo ...*

*Dalí s'expose à Liège du 27 février au 06 novembre 2016 !*

*Un parcours fascinant.*

*Une évocation colorée au travers d'un parcours de plus de 2.000m<sup>2</sup> scénarisé autour du génie flamboyant de cet artiste éternel et universel. Une promenade menant de surprises en étonnements et de découvertes en ravissements qui ne laissera personne insensible.*

**Réservation pour le 11octobre au plus tard**

*15 personnes maximum*

## Vendredi 21 octobre à 9h30

### Parcours en bateau : « vers l'écluse de Zemst »



- RV et fin Quai Béco,
- Avenue du Port 1, 1000
- Bruxelles
- Tram 51 Arrêt Saintelette
- Métro 2-6 Yser
- Gratuit
- Prendre son pic-nic

*Après avoir traversé les infrastructures portuaires de la capitale, notre bateau quitte la Région bruxelloise. C'est dès lors une balade presque champêtre qui vous mène, au fil des eaux, vers l'immense écluse de Zemst.*

*Un canal toujours plus vert, plus tranquille, proche sans doute de son apparence de jadis et qui attire toujours les pêcheurs et les promeneurs.*

*Quelques étapes du parcours :*

*Le domaine et le Moulin des Trois Fontaines se faisaient face de part et d'autre des rives du canal. Ce monumental témoin de l'industrie alimentaire est aujourd'hui rasé et ce qui fut un lieu de résidence huppé est devenu un espace vert accessible au public.*

*Vilvorde est une composante essentielle de l'axe économique Bruxelles-Halle-Vilvorde. La "restructuration" de l'usine Renault laisse bien sûr une cicatrice profonde, mais la ville garde une activité industrielle très importante.*

*L'écluse de Zemst, avec ses 200 mètres de long, est un impressionnant ouvrage d'art. Ouverte en 1975, elle facilite considérablement l'accès au Port de Bruxelles. Le bateau fait demi-tour au pied de l'écluse, sans la franchir.*

*Durée du parcours 3h15*

**Réservation pour le 17 octobre au plus tard**

*15 personnes maximum*



# Novembre

Vendredi 4 novembre à 20h

Pièce de théâtre : « Les parents viennent de mars, les enfants du Macdo »- Centre Culturel d'Auderghem



Une pièce de Rodolphe Le Corre  
Avec Marie Recourt, Jovany, Michaël Dufour  
Adaptation Jacques Rive

*C'est l'histoire d'une famille monoparentale que l'on suit pendant 20 ans, du club Dorothée à M.Pokora... Au gré des différents sketches, les enfants grandissent avec leurs problèmes et on feuillette avec humour et tendresse l'album de cette saga familiale qui nous fait traverser les âges sans prendre de ride, véritable lifting contre la morosité quotidienne.*

Réservation pour le 25 octobre au plus tard

*15 personnes maximum*

RV à l'entrée du Centre Culturel d'Auderghem, Boulevard du Souverain 183 1160 Auderghem  
Métro  
Arrêt Demey ou Hermann-Debroux (ligne 5)  
Trams  
Ligne 94, arrêt Auderghem Shopping  
Bus  
Lignes 34, 42 Arrêt Souverain ou Chaussée de Wavre

*Gratuit*

# Décembre

Mardi 13 décembre à 14h

Visite « Future Farm Experience »



*Venez découvrir l'élevage d'insectes et la serre Aquaponiris, les installations avant-gardistes situées en plein cœur de Bruxelles. Sain, nutritif, écologique et surtout délicieux, le grillon, avec la douceur de son goût noisette et son look de crevette, a tout pour plaire! Une dégustation de grillons vous attend !*

*Lieu de rendez-vous :  
Rue Fernand Bernier, 15 à  
1060 Saint-Gilles*

*Bus et tram  
Av du Roi, Bethléem,  
Guillaume Tell*

*Lignes Stib: 49, 50, 32, 81,  
82*

*Gratuit*

**Programme :**

*1) Introduction aux enjeux de l'alimentation. Principes scientifiques, économiques et humains liés au secteur alimentaire présentés de manière originale et interactive. Situation actuelle et potentialités de l'agriculture urbaine.*

*2) Visite de la serre d'Aquaponie. Découverte de ce système symbiotique permettant de produire poissons et légumes en plein cœur de la ville.*

*3) Visite de la salle d'élevage de grillon. Observation des animaux, techniques d'élevage, potentialités liées à l'élevage d'insectes.*

*4) Dégustation de grillons. Sous forme reconnaissable ou non, sucrée ou salée, nos préparations vous permettent de goûter la palette de saveur du grillon.*

*5) Remise du dossier Future Farm Experience*

**Réservation pour le 25 octobre au plus tard**

*10 personnes maximum*

# **PROJETS** **PARTICIPATIFS**

# Initiation à la conduite dans la circulation (pour adultes)



**Cette formation a notamment pour but de :**

- Vous permettre de circuler à vélo en ville en toute sécurité
- vous aider à gérer le stress dans la circulation et à acquérir une bonne maîtrise du vélo.
- Vous apprendre à avoir un comportement responsable et sûr sur la route, pour vous-même et pour les autres.
- Vous sensibiliser aux bienfaits du vélo (santé, plaisir de rouler, ...)
- Offrir un outil d'insertion et d'autonomie pour permettre de développer par la suite d'autres projets
- ...

## **4 modules les mardis :**

27 septembre de 12h30 à 15h30 : au Cpas de Forest, rue Vanpé 50

4 octobre de 13h30 à 15h30 : RV à définir

11 octobre de 13h30 à 15h30 : RV à définir

18 octobre de 13h30 à 15h30 : RV à définir

## **Prérequis :**

Savoir rouler à vélo !

Si besoin, vélo mis à disposition le temps de la formation

Attention ! Les 4 modules forment un tout ! Pas d'inscription possible à la carte

## **Infos et inscriptions :**

Maison Médicale des Primeurs : 02/340.33.50

Commune de Forest- Service Mobilité : 02/348.17.05

CPAS de Forest – Service socio-culturel : 02/563.26.20

A T E L I E R T H E Â T R E  
Partenariat avec l'asbl La Nef des Songes



Ces ateliers théâtre sont organisés pour vous ! Ils ne nécessitent aucune expérience théâtrale préalable.

Les objectifs sont variés et permettent, notamment, d'apprendre à mieux se connaître, à s'exprimer et à exprimer ses émotions, à prendre soin de soi en s'amusant, ...

Si ces ateliers vous intéressent, n'hésitez plus, c'est gratuit.

Tous les jeudis matin de 9h 30 à 12h (hors congés scolaires)

**Lieu et dates** : à confirmer

**Infos et inscriptions** :

CPAS de Forest – Service socio-culturel : 02/563.26.20

# LA PLACE EST A VOUS !

## ATELIER MOSAÏQUE - MOBILIER URBAIN

Partenariat avec « Une Maison en Plus »



Revitalisation de la place Saint-Denis par l'aménagement de mobiliers urbains créatifs et d'une série de mosaïques ludiques ; dans le cadre du contrat de quartier Abbaye.

Il s'agit de redonner vie à la Place St Denis en créant du lien entre l'Abbaye de Forest, la place et son kiosque.

Conjuguer les différentes mixités culturelles, sociales, genres, âges pour favoriser une ambiance agréable sur la place où chacun se sentira bien, en sécurité. L'aspect participatif incitera chacun à une prise de conscience de son environnement et encouragera le respect du nouvel aménagement.

Ce projet de création doit être vu comme de l'art public. Détourner les objets ordinaires du quotidien pour en faire jaillir l'originalité et la créativité des habitants. Partir de ce qui existe pour l'interpréter et changer sa fonction initiale.

Par ce projet coloré, briser l'anonymat de l'espace public et « humaniser » la place en investissant les lieux. Métamorphoser l'espace public redonne aux habitants l'occasion d'être acteurs du changement, d'être co-créateurs d'une œuvre, d'être les architectes de leur quartier.

L'objectif de l'art urbain est d'être fait par tous et pour tous. Il est gratuit, accessible et se nourrit de l'environnement qui l'entoure. En créant un lien avec le paysage, on crée un lien entre les habitants.

### **Comment participer à ce projet ?**

Les ateliers de création sont organisés les lundis matin à l'Abbaye de Forest de 10h à 13h (au rez-de-chaussée, à l'espace Geleytsbeek), de octobre à juin.

### **Infos et inscriptions pour le cpas :**

CPAS de Forest – Service socio-culturel : 02/563.26.20