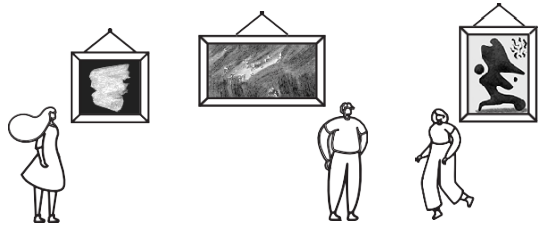
PROGRAMME ACTIVITÉS

MAISON DE QUARTIER LEOPOLD



Activités hebdomadaires				
Quand ?	**Heure**	**Activité**	**Lieu**	**€ ?**
Chaque lundi et mercredi	10h-11h	Je cours pour ma forme - Abdelkader	Stade Roi Baudouin	Gratuit
Mardi (3 derniers)	10h-12h	Navette shoping	MDQ Léopold	2€
Chaque vendredi	10h-12h	Pétanque/Mölkky	MDQ Léopold	Gratuit

Novembre 2026				
QUAND ?	**QUOI ?**	**HEURE ?**	**OÙ ?**	**€**
Mardi 3 novembre	Projection de film « Au sein des autres » Sensibilisation autour du cancer de sein	9h30-12h	Cinéma Palace	Gratuit
Mercredi 4 novembre	*Atelier dessin avec Rhimou* « Partager le plaisir de dessiner »	14h-16h	MDQ Léopold	1€
Jeudi 5 novembre	Soupe de M-Claire	12h-13h	MDQ Léopold	3€
	Atelier écriture avec Michèle Van Petteghem « A travers des exercices ludiques et variés qui permettent de s'exprimer par le plaisir de coucher sa pensée par l'écriture ».	14h-16h		Gratuit

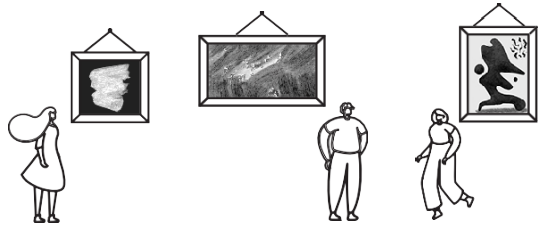
- Square Prince Léopold, 1020 Bruxelles
- 02/430.66.59
- 0490/47.67.53
- info@lmdq..brussels

MAISON DE QUARTIER LEOPOLD
TOUTES LES ACTIVITÉS SONT SUR INSCRIPTIONS
Accueil du public :
Lundi-Mardi-Jeudi de 9h à 12h et de 13h à 16h30
Vendredi de 9h à 12h et de 13h à 15h30

lesmaisonsdequartier.brussels
Les Maisons de Quartier - De Buurthuizen - BXL
lesmaisonsdequartier - BXL

PROGRAMME ACTIVITÉS

MAISON DE QUARTIER LEOPOLD



Vendredi 6 novembre	***Bain de forêt avec Carine*** « Est une pratique de bien-être qui consiste à s'immerger lentement et consciemment dans la nature en éveillant ses cinq sens ».	10h-12h	Chalet de Laerbeek (parking)	1€
	WeAREurope *est un projet européen de théâtre participatif réunissant des femmes migrantes et citoyennes européennes autour des thèmes de l'identité, de la diversité et de la citoyenneté.*	15h-16h	PAVI'ON Parc du Cinquantenaire	Gratuit
Lundi 9 novembre	Massage Bien être avec Nathalie	14h-16h	MDQ Léopold	2€
Mardi 10 novembre	**Petit-déjeuner** Moment de partage et de rencontre autour d'un petit déjeuner copieux.	9h-12h	MDQ Léopold	5€
	Qi Gong d'Elena « Est une gymnastique traditionnelle chinoise et une science de la respiration qui associe des mouvements lents, des exercices respiratoires et de la concentration mentale ».	14h-15h	MDQ Léopold	1€
Jeudi 12 novembre	Soupe de M-Claire	12h-13h	MDQ	3€
	Pièce de théâtre « Tout là-bas la lumière »	14h-16h	Théâtre Les Riches Claires	1.25€
Vendredi 13 novembre	***Chorale d'un soir*** *« L'Ensemble Estampie, ensemble vocal et instrumental dédié à la musique classique contemporaine, vous invite à découvrir le chant choral le temps d'une soirée ».*	18h-21h	PAVI'ON Parc du Cinquantenaire	*Libre (min 2€)*

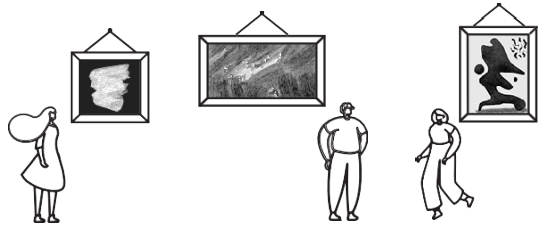
- Square Prince Léopold, 1020 Bruxelles
- 02/430.66.59
- 0490/47.67.53
- info@lmdq..brussels

MAISON DE QUARTIER LEOPOLD
TOUTES LES ACTIVITÉS SONT SUR INSCRIPTIONS
Accueil du public :
Lundi-Mardi-Jeudi de 9h à 12h et de 13h à 16h30
Vendredi de 9h à 12h et de 13h à 15h30

lesmaisonsdequartier.brussels
Les Maisons de Quartier - De Buurthuizen - BXL
lesmaisonsdequartier - BXL

PROGRAMME ACTIVITÉS

MAISON DE QUARTIER LEOPOLD



Mardi 17 novembre	*Qi Gong d'Elena* « Est une gymnastique traditionnelle chinoise et une science de la respiration qui associe des mouvements lents, des exercices respiratoires et de la concentration mentale ».	10h-11h30	MDQ Léopold	1€
	Débat autour de l'Identité en collaboration avec Articule « L'identité peut concerner un individu, un petit groupe ou une collectivité sociale, et englobe des notions telles que la race, l'origine ethnique , la religion et le corps ».	13h30-16h	MDQ Léopold	Gratuit
Jeudi 19 novembre	*Café Littéraire :* *Littérature au prisme de l'IA.*	14h-16h	MDQ Léopold	Gratuit
Samedi 21 novembre	**Les rencontres Akofa :** Danse, percussions, rythmes et partage — *Akofa avec Kouami*	16h-21h	PAVI'ON Parc du Cinquantenaire	*Libre* *(min 2€)*
Mardi 24 novembre	*Qi Gong d'Elena* « Est une gymnastique traditionnelle chinoise et une science de la respiration qui associe des mouvements lents, des exercices respiratoires et de la concentration mentale ».	10h-11h30	MDQ Léopold	1€
	Analyse Photos : *« S'améliorer sous l'aspect technique et l'intention de prises de vues ».*	13h30-16h	MDQ Léopold	3€
Mercredi 25 novembre	*Atelier dessin avec Rhimou* « Partager le plaisir de dessiner »	14h-16h	MDQ Léopold	1€

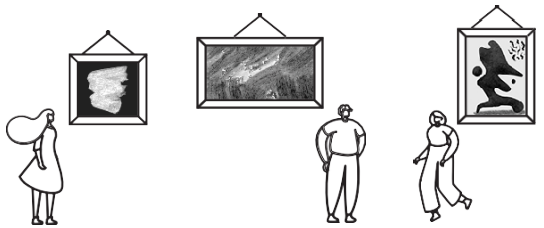
- Square Prince Léopold, 1020 Bruxelles
- 02/430.66.59
- 0490/47.67.53
- info@lmdq..brussels

MAISON DE QUARTIER LEOPOLD
TOUTES LES ACTIVITÉS SONT SUR INSCRIPTIONS
Accueil du public :
Lundi-Mardi-Jeudi de 9h à 12h et de 13h à 16h30
Vendredi de 9h à 12h et de 13h à 15h30

lesmaisonsdequartier.brussels
Les Maisons de Quartier - De Buurthuizen - BXL
lesmaisonsdequartier - BXL

PROGRAMME ACTIVITÉS

MAISON DE QUARTIER LEOPOLD



Jeudi 26 novembre	Repas de chasse Inscription et paiements aux MDQ(Bruyn, Rossignol, Mellery…).	8h30	MDQ(Bruyen,Mellery, Modèle,Rossignol)	55€
	Soupe de M-Claire	12h-13h	MDQ Léopold	3€
Lundi 30 novembre	Massage Bien être avec Nathalie	14h-16h	MDQ Léopold	2€
	Mon étoile du Nord *— Evolance avec Maud et Mina* Un atelier pour se connecter à soi et à l'autre.	17h-20h30	PAVI'ON Parc du Cinquantenaire	Libre (min 5€)

Votre Maison de Quartier est fermée le lundi 2 novembre ainsi que le mercredi 11 novembre.

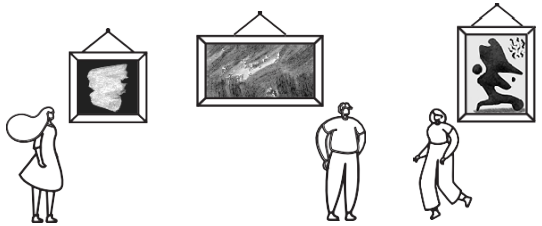
- Square Prince Léopold, 1020 Bruxelles
- 02/430.66.59
- 0490/47.67.53
- info@lmdq..brussels

MAISON DE QUARTIER LEOPOLD
TOUTES LES ACTIVITÉS SONT SUR INSCRIPTIONS
Accueil du public :
Lundi-Mardi-Jeudi de 9h à 12h et de 13h à 16h30
Vendredi de 9h à 12h et de 13h à 15h30

lesmaisonsdequartier.brussels
Les Maisons de Quartier - De Buurthuizen - BXL
lesmaisonsdequartier - BXL

ACTIVITEITENPROGRAMMA

BUURTHUIS LEOPOLD



Wekelijkse activiteiten				
Wanneer?	**Uur**	**Activiteit**	**Plaats**	**€ ?**
Elke maandag en woensdag	**10u-11u**	**Ik loop voor mijn conditie - Abdelkader**	**Koning Boudewijnstadion**	**Gratis**
Dinsdag (laatste 3 dinsdagen van de maand)	**10u-12u**	**Pendeldienst winkelen**	**BH Léopold**	**2€**
Elke vrijdag	**10u-12u**	**Pétanque/Mölkky**	**BH Léopold**	**Gratis**

November 2026				
WANNEER ?	**WAT ?**	**UUR ?**	**WAAR ?**	**€**
Dinsdag 3 november	Filmvertoning "Au sein des autres" - sensibilisering rond borstkanker	9u30-12u00	Cinema Palace	Gratis
Woensdag 4 november	Tekenatelier met Rhimou	14u-16u	Buurthuis Leopold	1€
Donderdag 5 november	Soep van M-Claire	12u-13u	Buurthuis Leopold	3€
	Schrijfatelier met Michèle Van Petteghem	14u-16u	Buurthuis Leopold	Gratis
Vrijdag 6 november	Bosbad met Carine	10u-12u	Chalet van Laarbeek (parking)	1€

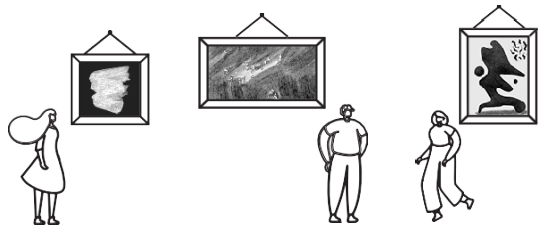
- PrinceLéopoldsquare, 1020 Brussel
- 02/430.66.59
- 0490/47.67.53
- info@lmdq..brussels

BUURTHUIS LEOPOLD
ALLE ACTIVITEITEN OP INSCHRIJVING
Onthaal :
Maandag-Dinsdag-Donderdag de 9h à 12h en van 13u tot 16u30
Vrijdag van 9u tot 12u en van 13u tot 15u30

debuurthuizen.brussels
Les Maisons de Quartier - De Buurthuizen - BXL
lesmaisonsdequartier - BXL

ACTIVITEITENPROGRAMMA

BUURTHUIS LEOPOLD



	WeAREurope	15u-16u	PAVI'ON - Jubelpark	Gratis
Maandag 9 november	Ontspanningsmassage met Nathalie	14u-16u	Buurthuis Leopold	2€
Dinsdag 10 november	Ontbijt	9u-12u	Buurthuis Leopold	5€
	Qi Gong van Elena	14u-15u	Buurthuis Leopold	1€
Donderdag 12 november	Soep van M-Claire	12u-13u	Buurthuis Leopold	3€
	Toneelstuk "Tout là-bas la lumière"	14u-16u	Théâtre Les Riches Claires	1,25€
Vrijdag 13 november	Koor voor één avond	18u-21u	PAVI'ON - Jubelpark	Vrije bijdrage (min. 2€)
Dinsdag 17 november	Qi Gong van Elena	10u-11u30	Buurthuis Leopold	1€
	Debat over identiteit	13u30-16u	Buurthuis Leopold	Gratis
Donderdag 19 november	Literair Café: Literatuur en AI	14u-16u	Buurthuis Leopold	Gratis
Zaterdag 21 november	Akofa-ontmoetingen	16u-21u	PAVI'ON - Jubelpark	Vrije bijdrage (min.

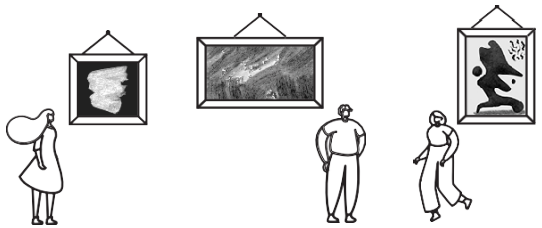
- PrinceLéopoldsquare, 1020 Brussel
- 02/430.66.59
- 0490/47.67.53
- info@lmdq..brussels

BUURTHUIS LEOPOLD
ALLE ACTIVITEITEN OP INSCHRIJVING
Onthaal :
Maandag-Dinsdag-Donderdag de 9h à 12h en van 13u tot 16u30
Vrijdag van 9u tot 12u en van 13u tot 15u30

debuurthuizen.brussels
Les Maisons de Quartier - De Buurthuizen - BXL
lesmaisonsdequartier - BXL

ACTIVITEITENPROGRAMMA

BUURTHUIS LEOPOLD



				2€)
Dinsdag 24 november	Qi Gong van Elena	10u-11u30	Buurthuis Leopold	1€
	Fotoanalyse	13u30-16u	Buurthuis Leopold	3€
Woensdag 25 november	Tekenatelier met Rhimou	14u-16u	Buurthuis Leopold	1€
Donderdag 26 november	Wildmaaltijd	8u30	BH (Bruyn, Mellery, Model, Nachtegaal)	55€
	Soep van M-Claire	12u-13u	Buurthuis Leopold	3€
Maandag 30 november	Ontspanningsmassage met Nathalie	14u-16u	Buurthuis Leopold	2€
	Mijn Poolster - Evolance met Maud en Mina	17u-20u30	PAVI'ON - Jubelpark	Vrije bijdrage (min. 5€)

Uw Buurthuis is gesloten op maandag 2 november en op woensdag 11 november.

- PrinceLéopoldsquare, 1020 Brussel
- 02/430.66.59
- 0490/47.67.53
- info@lmdq..brussels

BUURTHUIS LEOPOLD
ALLE ACTIVITEITEN OP INSCHRIJVING
Onthaal :
Maandag-Dinsdag-Donderdag de 9h à 12h en van 13u tot 16u30
Vrijdag van 9u tot 12u en van 13u tot 15u30

debuurthuizen.brussels
Les Maisons de Quartier - De Buurthuizen - BXL
lesmaisonsdequartier - BXL