

NOVEMBRE

DÉCEMBRE

Tous en forme

DATE : Les jeudis 7, 14, 28/11

Lieu : À la maison médicale

Apéro d'automne

DATE : Mardi 12 novembre de 17h à 19h30 avec l'apéro !

Lieu : Dehors ou à l'intérieur ce sera fonction de la météo ! A préciser quelques jours avant !

Apéro de la Ste-Catherine

DATE : **Jeudi 21 novembre de 16h30 à 18h30**

Lieu : À la maison médicale

Les fêtes solidaires

DATE : À partir du 18 novembre : on récolte vos vêtements chauds et on les redistribue du 2 décembre au 6 janvier

Lieu : À la maison médicale

Tous en forme

DATE : Les 5 et 12/12 à 17h

Lieu : À la maison médicale

Les fêtes solidaires

DATE : Mercredi 18 décembre : expo de La Marelle puis balade aux flambeaux

Lieu : À la maison médicale

Les fêtes solidaires

DATE : Vendredi 20 décembre : goûter de clôture dès 15h jusque 18h30

Lieu : À la maison médicale

Les activités

PERMANENTES

Groupe marche

DATE : Chaque mardi matin. RDV à 10h. Départ à 10h15 et retour vers midi

Lieu : RDV dans la salle d'attente

Les Tripapotes

DATE : Chaque vendredi après-midi dès 13h jusque 16h

Lieu : À la maison médicale

JANVIER

Mange ta soupe et dis merci !

DATE : Jeudi 16 janvier à 9h pour l'atelier cuisine jusque midi. Jusque 14h, distribution soupe

Lieu : Atelier cuisine, au centre A. Baillon, rue de l'observatoire, 20. Distribution soupe, en salle d'attente

Réseau solidaire

DATE : Vendredi 17 janvier de 12h à 13h30.

Lieu : À la maison médicale

comment s'inscrire aux activités ?

Téléphoner ou passer à l'accueil de la maison médicale. Merci de prévenir en cas d'empêchement.

LES RENDEZ-VOUS COLLECTIFS DE LA MAISON MÉDICALE

Novembre - Décembre - Janvier



Maison médicale du Laveu - Rue du Laveu, 74
4000 Liège - 04/253 69 53

Les séances en groupe des

KINÉS

Tous en forme

Pratiquer des exercices d'assouplissement ou d'étirement à reproduire à la maison, se détendre, relâcher tout le corps pour gérer le stress de la journée, Marie nous aide à traverser l'hiver en mouvement et en douceur avec sa bonne humeur !

Groupe marche

Au programme des envies du groupe : rejoindre une balade de l'asbl Coup d'envoi et organiser une promenade avec des patients-marcheurs d'autres maisons médicales pour découvrir d'autres horizons. Alors, vous emboîtez le pas ?!

LES CAMPAGNES DE

PRÉVENTION

Projet Rencontre Echanges autour de l'alcool

Des patients qui ont fait du chemin rencontrent d'autres qui se sentent dans l'impasse. Vous cherchez une oreille attentive, un soutien, prenez contact ! La maison médicale vous mettra en lien.

Les entretiens sont gratuits, confidentiels et fixés à votre convenance.

Campagne grippe

Il est encore temps de retirer votre ordonnance pour vous couvrir durant l'hiver ! Les patients de plus de 65 ans et les personnes atteintes d'une maladie chronique (diabète, maladie respiratoire, cardiaque...) sont particulièrement concernés !

Les ateliers

CUISINE

Mange ta soupe et dis merci !

Nourrissante et pas chère la soupe se partage ! Les mercis aussi ! Voici la formule : on cuisine ensemble le matin, on mange/distribue un bol de soupe en salle d'attente et on offre un « merci » sous forme d'un poème, d'un dessin, d'un petit mot à qui veut bien le recevoir.

Les activités collectives

SOCIALES

Apéro d'automne

Se réapproprier l'espace publique, y apporter une touche verte, poétique pour qu'il reste accueillant pour tous ! Vous nous avez soufflé l'idée lors de l'apéro de rentrée, on vous propose de découvrir 3 initiatives citoyennes locales et de la capitale qui vont dans ce sens.

Apéro de la Ste-Catherine

A l'écoute de ces expériences de terrain qui veulent transformer la société, on s'enracine ?! Qu'aurions-nous envie de réaliser ensemble concrètement ? Sous quelle forme ? On en parle autour d'un breuvage sans alcool !

Les événements

D'UNE FOIS

Réseau solidaire

Les patients solidaires de la maison médicale rendent des petits services à d'autres patients. Ils feront le point autour d'un repas fromage. Bienvenue à tous !

Les Tripapotes

Un nouveau nom et de nouvelles idées pour le groupe tricot du vendredi après-midi ! La salle d'attente sera bientôt customisée et les écharpes et bonnets seront distribués.

A vos fonds de tiroir ! On recherche de la laine !

Les fêtes solidaires

Impossible de passer à côté ! C'est LE rendez-vous convivial de votre maison médicale. Au programme : expo animée de la ludothèque la Marelle suivie d'une balade aux flambeaux surprenante et colorée, donnerie de vêtements chauds en bon état (récolte et distribution) et goûter de clôture : apportez vos petits salés et sucrés, on s'occupe des boissons, des jeux de société et une présentation du travail de l'atelier improvisation de la maison médicale ! Vivement !