

LA SEMAINE...

DE WEEK...

EN BREF :

SAMENGEVAT :

MARDI  
11/10  
DINSDAG

Initiation au tatouage henné / Initiatie Hennatatoeage

18:00 - 20:00 Villa Pirsoul (Rue J. Mertensstraat 15)

JEUDI  
13/10  
DONDERDAG

Initiation au Gospel / Initiatie Gospel

18:00 - 20:00 Villa Pirsoul (Rue J. Mertensstraat 15)

VENDREDI  
14/10  
VRIJDAG

« Dans ma bulle » / « Op mijn wolke »

18:00 - 20:00 Alcyons (Rue des Alcyonsstraat 23)

SAMEDI  
15/10  
ZATERDAG

Projection « Human » / Projectie « Human »

18:00 - 21:00 B.Sports (Avenue de la Basilique 14 Basilieklaan)

DIMANCHE  
16/10  
ZONDAG

Spectacle « H'ombres » / Voorstelling « H'ombres »

14:00 - 16:00 CCJ (Rue Charles Leemansstraat 8)



JE SUIS BERCHEMOIS  
Construisons le vivre ensemble  
IK BEN BERCHEMNAAR  
Samen bouwen aan samenleven

SEDL  
EWLD

QUELQUES SOUVENIRS...

DE L'ÉDITION 2015 !



ENKELE HERINNERINGEN...

VAN DE 2015-EDITIE!

VOUS AVEZ AIMÉ NOTRE PROGRAMME

DE L'ANNÉE PASSÉE ?

VOUS ALLEZ ADORER CELUI DE CETTE ANNÉE !

Pour la deuxième année consécutive, l'édition 2016 de la Semaine Européenne de la Démocratie Locale (SEDL) aura pour thème : « *Vivre ensemble dans des sociétés multiculturelles : (se) respecter, dialoguer, interagir.* »

Dans ce cadre, la Maison de la Participation et de la Citoyenneté avec le soutien du Collège des Bourgmestre et Échevins vous a préparé un programme varié pour mieux appréhender les différentes cultures qui se côtoient à Berchem-Sainte-Agathe !

Pour rappel, la "Semaine Européenne de la Démocratie Locale" est une manifestation européenne et annuelle, basée sur des actions menées vers la population.

Elle vise à renforcer les connaissances des citoyens sur leurs collectivités locales et à promouvoir leur participation responsable, cette participation étant essentielle à une démocratie locale dynamique.

VIEL ONS PROGRAMMA VAN 2015 BIJ U IN DE SMAAK?

DAN KAN U NIET ANDERS DAN IN DE WOLKEN ZIJN MET HET  
PROGRAMMA VAN DIT JAAR!

Voor het tweede jaar op rij staat de Europese Week van de Lokale Democratie (EWLD) in 2016 in het teken van: « *Samenleven in multiculturele maatschappijen: elkaar respecteren, met elkaar spreken en omgaan.* »

Speciaal daarvoor stelde het Huis van Participatie & Burgerschap met de steun van het College van Burgemeester en Schepenen een heel gevarieerd programma samen om de verschillende culturen die in Sint-Agatha-Berchem samenleven beter te begrijpen!

We herinneren er graag aan dat de "Europese Week van de Lokale Democratie" een jaarlijks terugkerend Europees evenement is dat zijn acties richt op de bevolking.

De EWLD wil de kennis van de burgers over de lokale overheden en hun verantwoorde participatie daaraan bevorderen, omdat die essentieel is voor een dynamische lokale democratie.



Inscription obligatoire, au plus tard le 03/10/2016  
auprès de Delphine Gilain, coordinatrice de la Maison  
de la Participation et de la Citoyenneté :

02/463 03 30 - dgilain@1082berchem.irisnet.be  
Chaussée de Gand 1228 - 1082 Berchem-Sainte-Agathe  
Permanences : les lundi et mardi de 10h à 13h  
et le jeudi de 14h à 19h

Inschrijven verplicht voor 03/10/2016 bij Delphine Gilain,  
coördinator van het Huis van Participatie & Burgerschap:

02/463 03 30 - dgilain@1082berchem.irisnet.be  
Gentsesteenweg 1228 - 1082 Sint-Agatha-Berchem  
Permanentie: maandag en dinsdag van 10u tot 13u  
en donderdag van 14u tot 19u

E.R.V.U. : S. Tellier, Av. Roi Albert, 33 Koning Albertlaan  
Berchem-Sainte-Agathe 1082 Sint-Agatha-Berchem

Avec le soutien de • Met steun van



INFO





MARDI  
11/10  
DINSDAG

### Initiation au tatouage henné Initiatie Hennatatoeage

18:00 - 20:00 Villa Pirsoul (Rue J. Mertensstraat 15)

**Venez vous plonger dans une ambiance orientale et découvrez le tatouage traditionnel au henné.** Notre animatrice débutera par une explication sur les origines et les traditions du henné cette plante utilisée depuis plus de 5000 ans lors de rituels de passages comme le mariage, dans les pays de l'Afrique du Nord, du Moyen-Orient et de l'Inde.

Ces symboles dessinés sur la peau sont toujours associés au bonheur et à la fête. Ensuite, elle présentera des exemples ainsi que quelques motifs simples utilisés en henné. Vous serez enfin conviés à entrer dans le processus créateur en explorant d'abord le dessin oriental sur papier et pour finir, notre animatrice vous fera à chacun un dessin sur la peau.

**Droom weg in een oosterse sfeer en maak kennis met de wereld van de hennatattoo.** Onze animatrice start de sessie met een uiteenzetting over de herkomst en de traditie van de henna; een plant die al meer dan 5000 jaar wordt gebruikt bij overgangsruten, zoals een huwelijk, in Noord-Afrika, het Midden-Oosten en India.

De op de huid aangebrachte symbolen duiden steeds op geluk en feesten. Vervolgens toont ze een aantal voorbeelden en enkele eenvoudige uitvoeringen in henna. Tot slot wordt u uitgenodigd om deel te nemen aan het scheppingsproces door in eerste instantie een oriëntaalse tekening uit te voeren op papier. Om af te sluiten brengt onze animatrice op de huid van alle deelnemers een hennatekening aan.



JEUDI  
13/10  
DONDERDAG

### Initiation au Gospel Initiatie Gospel

18:00 - 20:00 Villa Pirsoul (Rue J. Mertensstraat 15)

**Vous serez accueillis par une démonstration de la chorale «L'esprit de l'Alliance».** Chacun sera invité à se présenter, à se mettre à l'aise et à échauffer sa voix. Nous entamerons ensuite l'apprentissage de quelques techniques de base pour pouvoir chanter tous ensemble un classique de la musique gospel : Oh Happy Day !

**U wordt getrakteerd op een demo van het koor «L'esprit de l'Alliance».** Iedereen wordt gevraagd zich voor te stellen, zich te ontspannen en vervolgens de stem op te warmen. Vervolgens leren we een aantal eenvoudige technieken om samen een klassieker uit het gospelrepertoire te kunnen brengen: Oh Happy Day!



**Attention, le nombre de places pour nos ateliers sont limitées !  
Pensez à vous inscrire avant le 03/10/2016.**  
infos & renseignements à l'arrière de ce programme.

**Let op: het aantal plaatsen in de workshops is beperkt!  
Vergeet niet u aan te melden voor 03/10/2016.**  
Meer weten? Info aan de versozijde van dit programma.



VENDREDI  
14/10  
VRIJDAG

### «Dans ma bulle» «Op mijn wolkje»

18:00 - 20:00 Alcyons (Rue des Alcyonsstraat 23)

**«Avant de pouvoir se lier d'amitié avec quelqu'un d'autre, il faut être ami avec soi-même.» Eleanor Roosevelt**

Aujourd'hui, nous vivons à 200 à l'heure. Le stress et les pressions sont omniprésents dans notre vie et nous pensons qu'il est primordial d'être capable de revenir à l'essentiel, de se recentrer sur soi-même. En partant de ce principe, nous vous proposons l'atelier « Dans ma bulle ». Cet atelier propose, tout en douceur, de découvrir et d'explorer toutes sortes de « clés » pour ne pas laisser les « nuisances » quotidiennes prendre le dessus et nous permettre de « dépressuriser » quand cela est nécessaire.

Concrètement, cet atelier vous permettra de repartir avec des conseils et des astuces bien-être à remettre en place dans votre quotidien : l'activation de la respiration abdominale, exercices de relaxation, méditation, visualisation, activations des 5 sens, exercices de sophrologie !

**«Vriendschap met onszelf is van het hoogste belang, want zonder dat kan men geen vrienden zijn met wie dan ook ter wereld.» Eleanor Roosevelt**

Vandaag leven we tegen sneltreinvaart. Stress en druk zijn in het moderne leven alomtegenwoordig en we zijn ervan overtuigd dat het van essentieel belang is om terug te keren naar de essentie, zich bewust te worden van het eigen ik. Uitgaande van dit principe laten we u kennismaken met onze workshop «Op mijn wolkje». Tijdens de workshop worden u allerhande zachte «sleutels» aangereikt om te vermijden dat de dagelijkse «sleur» de overhand neemt en worden u manieren aangereikt om stoom af te laten wanneer dat nodig mocht blijken.

Kortom, u verlaat de workshop met tips & tricks rond welzijn die u vlot in de dagelijkse praktijk kunt toepassen: activering van de buikademhaling, relaxatieoefeningen, meditatie, visualisering, activering van de 5 zintuigen, sophrologie-oefeningen!



SAMEDI  
15/10  
ZATERDAG

### Projection «Human» Projectie «Human»

18:00 - 21:00 B.Sports (Avenue de la Basilique 14 Basilieklaan)

**Il existe des sujets universels mais chaque histoire est unique. C'est le postulat de départ de HUMAN, le dernier film du photographe et réalisateur français Yann Arthus-Bertrand.**

Composée d'images aériennes inédites et de témoignages face-caméra, cette fresque singulière dresse un portrait de l'humanité d'aujourd'hui qui résonne en chacun de nous. Filmées dans 60 pays pendant plus de 2 ans, les 2020 personnes interviewées nous regardent droit dans les yeux et nous livrent des témoignages authentiques et profonds dans 63 langues différentes. Quels que soient le pays, les cultures, l'âge, les religions, les journalistes ont soumis aux participants les mêmes questions essentielles autour de la condition humaine : Vous sentez-vous libre ? Quel est le sens de la vie ? Quelle est l'épreuve la plus difficile que vous avez dû affronter et qu'en avez-vous appris ? Quel est votre message pour les habitants de la planète ?

**La projection sera suivie d'un échange participatif sur les thèmes des migrations dans le monde et en Belgique, en collaboration avec le Centre Bruxellois d'Action Interculturelle (CBAI).**

**Universele thema's bestaan, maar elk verhaal is uniek. Dat is het uitgangspunt van HUMAN, de laatste film van de Franse fotograaf-regisseur Yann Arthus-Bertrand.**

De film is opgebouwd uit unieke luchtfoto's en getuigenissen voor de camera. Het werd een bijzonder fresco waarbij een portret wordt geschetst van de mensheid vandaag; een portret dat in elk van ons nazindert. Er werd 2 jaar lang gefilmd in 60 landen. Daarbij werden 2020 mensen geïnterviewd die ons recht in de ogen kijken en authentieke, diepzinnige getuigenissen brengen in 63 verschillende talen. Los van staat, cultuur, leeftijd of religieuze overtuiging legden journalisten de verschillende deelnemers dezelfde vragen rond het mens-zijn voor: Voelt u zich vrij? Wat is de zin van het leven? Wat is het moeilijkste waaraan u het hoofd moest bieden en wat hebt u daaruit geleerd? Wat is uw boodschap aan de andere bewoners van deze planeet?

**De projectie wordt gevolgd door een participatieve uitwisseling over de thema's van migraties in de wereld en in België, in samenwerking met het Brussels Centrum voor Interculturele Actie (CBAI).**



DIMANCHE  
16/10  
ZONDAG

### Spectacle «H'ombres» Voorstelling «H'ombres»

14:00 - 16:00 CCJ (Rue Charles Leemansstraat 8)

Tout comme le théâtre de marionnettes, le théâtre d'ombres a des origines très anciennes. La tradition fait de la Chine son lieu de naissance mais elle est également fortement utilisée en Inde et au Proche-Orient. Le spectacle d'ombres est rapidement devenu une forme particulièrement séduisante de spectacle populaire car il utilise le langage universel et est ouvert à un public de tous âges.

**La compagnie berchemoise Théâtre du Mirage nous propose un spectacle de 35 minutes et nous embarque dans l'univers poétique de son personnage Héctor qui vit, explore, tâte, expérimente et s'étonne du monde qui l'entoure sous l'impulsion et l'humour des deux marionnettistes.**

Net als het poppentheater kan ook het schaduwtheater bogen op een eeuwenoude geschiedenis. De traditie wil dat de oorsprong van dit theater in China ligt, maar het wordt ook heel vaak gespeeld in India en in het Nabije-Oosten. Het schaduwtheater werd al snel een bijzonder populaire vorm van spektakel brengen. Het maakt immers gebruik van een universele taal en is voor alle leeftijden erg toegankelijk.

**Het Berchemse theatergezelschap «Théâtre du Mirage» brengt ons een 35 minuten durend spektakel en dompelt ons onder in de poëtische wereld van het hoofdpersonage Héctor. Héctor staat met twee voeten in de wereld rondom hem, leert hem ontdekken, proeft ervan, experimenteert ermee en verwondert er zich over met talent en humor, aangestuurd door de twee marionettenspelers.**

GRATUIT  
GRATIS

**La participation à ces ateliers est gratuite  
mais réservée aux Berchemois.**

**Deelnemen aan de workshops is gratis,  
maar voorbehouden aan Berchemnaren.**

