



CAP Famille A.S.B.L.
CAP Famille V.Z.W.



Semaine de la Petite Enfance 2026 – Programme complet

Suite à l'édition réussie de l'année passée, Cap Famille ASBL organise en collaboration avec la commune de Woluwe-Saint-Pierre et le W:Halll, une nouvelle édition de la semaine de la Petite Enfance! Celle-ci aura lieu à la rentrée prochaine, du dimanche **27 septembre** au dimanche **04 octobre 2026**.

Découvrez ci-dessous le programme complet.

Centre musical – Arc-en-sons

Le Centre Musical Arc-en-Sons propose deux ateliers de musique parent/bébé, max 10 binômes parent/bébé par séance.

Horaire : 27.09.2026 - 09h15 à 9h55 et 10h30 à 11h10

Adresse : Rue Louis Thys, 12 - 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Personne de contact : Laurence Peltier

Réservation - Renseignement : uniquement par mail centremusical.arcensons@gmail.com

Atelier – Charge Mentale et Epuisement parental

La naissance d'un enfant s'accompagne souvent d'une augmentation importante de la charge mentale et organisationnelle. Cet atelier permet de : comprendre les mécanismes de la charge mentale identifier les facteurs d'épuisement parental apprendre à reconnaître ses limites découvrir des stratégies concrètes d'organisation et de régulation.

Par Evelyne Piron – Infirmière pédiatrique & accompagnante périnatale

Horaire : 27.09.2026 – 11h00

Adresse : Cap Famille ASBL - Avenue Ch. Thielemans, 95 – 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Personne de contact: Evelyne Piron

Réservation - Renseignement: 0479/29.14.60 – evelyne.piron@gmail.com

Atelier – Les Familles monoparentales

Gérer seul(e), porter beaucoup... et parfois s'oublier. Et si vous pouviez relâcher un peu la pression ? Un atelier pour alléger ce qui pèse et mobiliser vos ressources. Pour un quotidien plus fluide, plus serein et plus soutenant.

Par Active Mom

Horaire : 28.09.2026 – 18h00

Adresse : Whalll - Salle Capart – Avenue Ch. Thielemans, 93 – 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Personne de contact: Leslie Griess et Stéphanie Leroy

Réservation - Renseignement: 0498/85.49.35 - team@active-mom.com

Initiation Découverte de l'eau

Au cœur de la pataugeoire de la piscine, c'est une initiation et découverte de l'eau qui sera proposée aux enfants âgés de 1 à 3 ans. La leçon s'organise avec **un seul parent par enfant** dans la piscine !

Par SportCity

Horaire : 29.09.2026 – 15h00 et 16h00

01.10.2026 – 15h00 et 16h00

Adresse : Av. Salomé, 2 – 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Personne de contact: Daniel Lagase

Réservation - Renseignement: 0477/26.62.73 ou daniel.lagase@sportcity-woluwe.be

Conférence – Discipline Positive

La discipline positive est une approche éducative fondée dans les années 70 par Jane Nelsen et basée sur les travaux du psychiatre Alfred Adler.

Cette démarche - ni permissive ni punitive - associe fermeté ET bienveillance en s'appuyant sur l'encouragement pour accompagner les enfants dans leurs apprentissages. Elle vise à leur enseigner des compétences de vie essentielles telles que : respect mutuel, recherche de solutions, responsabilité, confiance en soi, coopération...pour les préparer au mieux pour le monde qui les attend, dans lequel leurs capacités d'adaptation, d'initiative et de communication seront la clé. Le tout au travers d'outils concrets pour les adultes qui les entourent.

Par Charlotte Van Ingelgem

Horaire : 29.09.2026 – 20h00 à 21h30

Adresse : Whall - Salle Capart – Avenue Ch. Thielemans, 93 – 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Personne de contact : Charlotte Van Ingelgem

Réservation – Renseignement : charlotte@chvi.be

Atelier Snoezelen Adulte/Enfant

Venez partager un moment de complicité et de douceur avec votre enfant/ filleul/ petit - enfant/... dans notre tout nouvel espace de relaxation et d'éveil sensoriel (espace Snoezelen).

Découverte libre de 30 minutes, créneau à réserver parmi les plages horaires prévues.

Maximum 2 familles en même temps.

Par la Crèche de Joli-Bois

Horaire : 29.09.2026 – 15h00 à 18h00

Adresse : Av. du Haras, 100 – 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Personne de contact : Julie Totonelli

Réservation – Renseignement : 02/435.59.50 - jtononelli@woluwe1150.be

Atelier Découverte « Signer avec bébé » – Parents et proches

Communiquer avec votre enfant avant qu'il ne sache parler, c'est possible grâce à la langue des signes pour bébé !

L'enfant sait naturellement faire « au revoir » et « bravo ». Nous vous proposons d'élargir le champ de ses interactions.

L'atelier est à destination des adultes. Vous y apprendrez les principaux signes utiles dans la vie quotidienne. Les

avantages sont multiples : une complicité renforcée avec votre bébé, moins de pleurs et de frustrations tant pour vous que pour votre enfant, ...

Par la Crèche de Joli-Bois

Horaire : 29.09.2026 – 18h30 à 20h00

Adresse : Av. du Haras, 100 – 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Personne de contact : Julie Totonelli

Réservation – Renseignement : 02/435.59.50 - jtononelli@woluwe1150.be

Atelier – La diversité alimentaire chez le tout petit (4 – 6 mois)

Quand la commencer ? Comment dois-je m'équiper ? Comment s'y prendre ? Par quels aliments commencer ? Atelier interactif qui vous donnera tous les trucs et astuces pour démarrer la diversité alimentaire de votre bébé sereinement.

Par Morgane Lambaux – Diététicienne

Horaire : 30.09.2026 – 18h30 à 20h00

Adresse : CCCO - Av. du Chant d'Oiseau 40 – 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Réservation – Renseignement : morganelambaux@hotmail.com

Atelier – Le petit déjeuner chez le petit (2,5 ans)

Comment composer un petit déjeuner sain et rassasiant pour les petits

Par Morgane Lambaux – Diététicienne

Horaire : 03.10.2026 – 10h30 à 12h00

Adresse : Av. Charles Thielemans, 95 – 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Réservation – Renseignement : morganelambaux@hotmail.com

Initiation à la lecture – Chouettes albums à découvrir en famille

La bibliothèque du Chant d'oiseau, vous propose des lectures de chouettes albums à découvrir absolument en famille.

Par Bibliothèque communale

Horaire : 03.10.2026 – 15h00 à 16h00

Personne de contact : Gwladys Soret

Adresse : Avenue du Chant d'Oiseau 40 - 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Réservation – Renseignement : 02/773.06.71 - bib.cho.jeunesse@woluwe1150.be

Portes-ouvertes de l'ASBL Les P'tits Pas

Les « P'tits Pas » est un lieu de rencontres et de jeux, pour les tout-petits (0-4 ans) accompagnés d'un adulte, sur le modèle des Maisons Vertes créées par Françoise Dolto.

Bienvenue à tous, à vous les enfants et vos familles, pour un moment d'accueil et de jeux partagés !

Horaire : 28.09.2026 au 02.10.2026 - 09h00 à 12h00

03.10.2026 – 14h30 à 17h30

Adresse : Venelles aux Jeux, 23 - 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Renseignement: 0484/59.68.88

Sans réservation

Kids&Us – Babies Experience – Baby Chef

Vous vous êtes déjà demandé en quoi consistaient les cours de Kids&Us ? Participez à une BABIES EXPERIENCE avec votre enfant afin de rencontrer nos personnages, découvrir notre méthode et vous immerger dans notre univers 100% en anglais. Venez visiter notre centre et profiter d'une expérience unique. Séance découverte pour les enfants entre 9 mois et 2 ans (nés en 2023, 2024, 2025).

Notre activité BABY CHEF est un atelier de cuisine ludique et convivial destiné aux enfants de 1 à 3 ans. C'est l'occasion pour votre bébé de faire ses premières expériences en lien avec la cuisine, tout en profitant d'une immersion en anglais ! Les enfants se familiariseront avec de nouveaux mots et expressions en anglais tout en participant à la préparation d'une recette simple, saine et délicieuse !

Horaire : 30.09.2026 – 15h00 à 15h45 (Babies Experience)

03.10.2026 – 15h30 à 16h30 (Baby Chef)

Personne de contact : Florence Theys

Adresse : Val des Seigneurs, 13 - 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Réservation – Renseignement : stockel@kidsandus.be – 0471/08.42.61

Whaley Baby Spa & Wellness - Atelier massage pour bébé

Je vous propose un atelier massage bébé de la naissance à 9 mois. Je montre le massage sur une poupée et vous massez votre bébé en même temps. Vous apprenez donc un massage que vous pouvez reproduire à la maison.

Par Whaley Baby Spa & Wellness

Horaire : 28.09.2026 - 10h30

01.10.2026 - 10h30

Personne de contact : Emilie

Adresse : Place Princesse Joséphine Charlotte, 7 - 1950 Kraainem

Renseignement: 0478 67 16 84

Inscription obligatoire : whaleybabyspa@gmail.com ou 0471/92.86.52

ONE – Atelier de collage et création : Représenter l'après naissance et le sentiment d'isolement

Cet atelier propose aux participant.es de s'emparer de mots et d'images pour représenter, de façon libre et intuitive, ce que leur évoque l'après-naissance. A travers la pratique du collage, chacun.e explore ses ressentis, ses réalités, ses attentes... mais aussi les représentations sociales qui entourent cette période souvent idéalisée, voir invisibilité

Horaire : 02.10.2026 – 09h30 à 12h00

Personne de contact : Jessica Mead

Adresse : Drève des Shetlands 15 - 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Réservation – Renseignement : jessica.mead@one.be ou 0499/99.80.70

Famisol – Atelier Jeu Parent-Bébé & Fratrie

Famisol vous propose un atelier ludique pour soutenir le lien parent-bébé (0-2 ans), ouvert à tous les tout-petits, y compris ceux aux besoins spécifiques ou dont le développement questionne. Un espace de prévention où les frères et sœurs sont les bienvenus pour partager un moment de jeu inclusif en famille.

Horaire : 02.10.2026 – 09h30 à 11h30

Personne de contact : Florence Antoniazzi et Maud Dugardin

Adresse : CCCO (Salle Rossignol) - Av. du Chant d'Oiseau 40 – 1150 Woluwe-Saint-Pierre

Renseignement: 02/771.91.14

Sans réservation

La Chouette du Cinéma

Ce spectacle visuel et musical mêle trois instruments à clavier, du dessin sur sable et du théâtre d'ombres projetées à l'écran. Inspiré d'un conte ancien, il raconte l'histoire d'une boule magique capable d'exaucer un unique vœu. Les habitants du village, guidés par des désirs matérialistes, l'utilisent à tort, plongeant leur monde autrefois heureux dans la suffocation. Seul un jeune berger parviendra à rétablir l'harmonie.

Le spectacle s'adresse aux enfants de 3 à 10 ans, ainsi qu'aux familles, un petit goûter vous sera offert avant ou après la séance

A l'initiative de Cap Famille ASBL en partenariat avec le W:hal||.

Horaire : Dimanche 27.09.2026

10h : ciné-couque « Loups tendres et loufoques »

→ Petit déj de 9h à 10h

14h : ciné-goûter « La fontaine fait son cinéma »

→ Goûter de 15h à 16h

16h : ciné-goûter « Grosse colère et fantaisie »

→ Goûter de 15h à 16h

Adresse : Salle Fabry – 2^{ème} étage W:hal|| Av. Charles Thielemans, 93 - 1150 Woluwe-Saint-Pierre

PAF exceptionnel : 5€/personne

Réservation obligatoire: billetterie@whalll.be ou www.whalll.be ou au 02 435 59 99