



L'Écureuil

Edition Juillet 2025



Sommaire

Un tour du monde dans nos assietes !

En dedans la forêt

Le Bois Roussel à Mont-sur-Marchienne
Collège

Café-Transition au potager

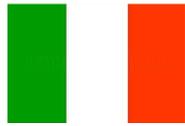
Spécial Olympics Belgium 2025

Saint-Roch 2025

Enjoy Party au Jalon

Dates à retenir

Un Tour du Monde dans nos Assiettes !



Notre atelier cuisine a récemment pris une nouvelle direction pleine de saveurs : nous partons désormais pour un tour du monde culinaire ! À travers ce projet, nous explorons les traditions gastronomiques de différents pays. Après la Belgique, nous avons mis le cap sur la Grèce, l'Italie, puis l'Espagne.

Les bénéficiaires sont conquis : ils découvrent de nouveaux ingrédients, apprennent des recettes originales et partagent un vrai moment de convivialité. C'est une belle occasion d'échanger, de s'évader... et de se régaler ! Pour vous faire voyager à votre tour, nous avons choisi de partager trois recettes qui ont rencontré un franc succès : Le risotto poulet-champignons, la moussaka grecque, le gaspacho andalou.

Risotto poulet-champignons (4 pers.)

Ingrédients

- 300 g de riz à risotto
- 2 filets de poulet
- 250 g de champignons
- 1 oignon, 1 gousse d'ail (facultatif)
- 1 L de bouillon de volaille
- 10 cl de vin blanc (facultatif)
- 40 g de parmesan râpé
- 2 c. à s. d'huile d'olive, 20 g de beurre
- Sel, poivre, persil

Préparation

1. Couper le poulet et les champignons. Hacher l'oignon.
2. Faire revenir l'oignon, puis ajouter le poulet, puis les champignons.
3. Ajouter le riz, mélanger 1-2 min, verser le vin blanc et laisser évaporer.
4. Ajouter le bouillon chaud petit à petit en remuant, jusqu'à cuisson du riz (env. 18-20 min).
5. En fin de cuisson, incorporer beurre et parmesan.
6. Rectifier l'assaisonnement, ajouter un peu de persil et servir chaud.

Le Gaspacho andalou (pour 4 à 6 verres)

Ingrédients

- 1 kg de tomates bien mûres
- 1/2 concombre
- 1/2 poivron rouge
- 1/2 oignon
- 1 gousse d'ail
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de vinaigre (Xérès ou balsamique)
- Sel, poivre

Préparation

1. Laver et couper les légumes en morceaux.
2. Les mixer avec l'ail, l'oignon, l'huile, le vinaigre, du sel et du poivre.
3. Ajuster la texture avec un peu d'eau si nécessaire.
4. Mettre au frais au moins 1 heure avant de servir.
5. Servir bien froid, éventuellement décoré de petits dés de légumes ou de croûtons.

Moussaka grecque (6 pers.)

Ingrédients

- 3 aubergines
- 500 g de viande hachée (agneau ou bœuf)
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 400 g de pulpe de tomate
- Huile d'olive
- Herbes de Provence
- Cannelle
- Sel, poivre
- 50 g de beurre
- 50 g de farine
- 50 cl de lait
- 50 g de fromage râpé

Enjoy Party au Jalon

Les éducateurs et les bénéficiaires du Bois Roussel ont participé à une journée organisée par les institutions Le Jalon et l'Astrée. Nous étions invités à prendre part à la journée nommée Enjoy Party. Cette rencontre a rassemblé 12 institutions, réunissant plus de 150 personnes dans une ambiance conviviale.

Dès le matin, une atmosphère agréable et détendue s'est installée dans les lieux. Les participants ont été répartis en groupes mixtes, favorisant les échanges entre les différentes structures.

La matinée s'est déroulée autour d'activités variées, accessibles selon les envies de chacun. Certains ont profité d'un moment de détente avec des massages, tandis que d'autres ont participé à un atelier de zumba. Il y avait également un jeu de curling adapté, des groupes de discussion ou encore une activité créative pour réaliser sa propre carte d'identité. Le repas de midi, composé de pizzas, a été partagé autour de grandes tables.

Préparation

1. Couper les aubergines en tranches, les faire dorer à la poêle.
2. Faire revenir oignon et ail, ajouter la viande, puis la tomate, les épices. Laisser mijoter 15 min.
3. Préparer une béchamel : beurre + farine + lait + fromage.
4. Dans un plat, alterner aubergines, viande, béchamel. Terminer par du fromage.
5. Cuire au four à 180°C pendant 30-40 min et servir chaud.

Bon appétit... ou plutôt :
buon appetito,
καλό φαγητό,
buen provecho !

Ce moment simple a permis de poursuivre les échanges, dans une ambiance détendue. L'après-midi s'est clôturée par une boum qui a rassemblé les participants sur la piste de danse. La musique et les sourires ont permis de finir la journée dans la bonne humeur.

Cette sortie a offert une belle occasion de vivre une journée différente du quotidien faite de rencontres, d'échanges et de moments agréables partagés entre institutions.



Au-dedans la forêt

Le 25 mars 2025, un groupe de bénéficiaires a assisté à un spectacle immersif au Palais des Beaux-Arts de Charleroi. Une expérience sonore originale, différente d'un spectacle qui invitait à écouter et ressentir autrement.

Le spectacle abordait plusieurs thèmes : la fragilité, l'absence, la présence, la résilience, la différence, la violence, ou encore la forêt. Des sujets sensibles, traités de manière artistique, dans une ambiance particulière.

Cette sortie a été bien accueillie par le groupe, qui a pu vivre un moment calme et réfléchi, suivi de quelques échanges sur les ressentis. Certains ont exprimé un lien personnel avec ce qu'ils avaient entendu, comme une bénéficiaire qui a confié : « J'ai pensé à mon amie. Elle me manque, ça me fait du mal de ne plus la voir », ou un autre qui a simplement dit : « J'ai de la chance d'avoir une famille qui m'entoure », en écho aux thèmes de l'absence et de la présence.



Café-transition au potager



Le 21 mai 2025, nous avons organisé un après-midi Café Transition dans le potager du Bois-Roussel.

Pour l'occasion, le groupe de bénévoles de l'animation Café Transition s'est retrouvé pour une sortie conviviale ayant pour objectif de repiquer les plants de courgettes et les fleurs semées par Annie de « Dansons les Capucines », à destination du potager du Bois-Roussel.

Les bénévoles sont toujours heureux de venir passer du temps auprès de nos bénéficiaires et c'est un plaisir partagé, car nos bénéficiaires apprécient tout autant la présence des bénévoles.



Le Bois Roussel à Mont-sur-Marchienne Collège



Le matin du 21 mai, les sourires étaient au rendez-vous sur les terrains de Mont-sur-Marchienne, où s'est tenue une belle initiation au football organisée pour les bénéficiaires du Bois Roussel. Cette belle activité a été rendue possible grâce à la collaboration chaleureuse entre l'institution et le club de Mont-sur-Marchienne Collège.

Encadrés avec bienveillance par deux formateurs passionnés du club, Marco et Bernard, les participants ont pu découvrir les joies du ballon rond à travers une série d'exercices dynamiques, de jeux ludiques et, pour conclure, un match amical plein d'enthousiasme. Au-delà de l'aspect sportif, cette matinée avait pour ambition de renforcer les liens entre le monde du handicap et celui du football, en mettant en avant les valeurs de partage, d'inclusion et de respect.

Après l'effort, le réconfort : le club a offert à chaque participant une boisson rafraîchissante et une gaufre. Pour couronner le tout, chaque bénéficiaire est reparti avec une médaille et un diplôme, symbole de leur engagement et de leur participation active.

Un grand merci au club de Mont-sur-Marchienne Collège, à Marco et Bernard, ainsi qu'à tous les encadrants pour cette belle initiative qui restera gravée dans les mémoires.



Des médailles, des sourires et des souvenirs inoubliables aux Special Olympics Belgium

Du 28 au 31 mai, notre institution a eu le grand honneur de participer aux Special Olympics Belgium 2025, qui se déroulaient cette année dans la belle ville de Courtrai. Une nouvelle mémorable, remplie d'émotion, de dépassement de soi et de belles victoires humaines et sportives !

Nous avons eu le plaisir d'y emmener trois de nos bénéficiaires sportifs, engagés avec détermination dans trois disciplines : le 400 mètres marche-course, le lancer du softball et le saut en longueur sans élan. Et le moins que l'on puisse dire, c'est qu'ils ont brillé ! Chacun d'eux a remporté de superbes médailles, finissant au moins une fois à la première place de sa compétition. Une fierté immense pour toute l'équipe éducative !



Mais ce qui nous a le plus touchés, c'est de voir nos sportifs aller au bout d'eux-mêmes, se dépasser à chaque épreuve, avec une motivation sans faille et ce, depuis les premiers entraînements. Leur courage, leur persévérance et leur joie communicative ont été un exemple pour nous tous.

Au-delà des performances, c'est l'ambiance générale de l'événement qui restera gravée dans nos mémoires. La cérémonie d'ouverture a donné le ton dès le premier jour : spectaculaire, festive et pleine d'émotion. Quelle ambiance incroyable !



Nos athlètes ont également pu profiter du Healthy Athletes Program, un dispositif gratuit de bilans de santé proposé par l'organisation, prouvant encore une fois le sérieux et l'implication des Special Olympics Belgium, qui mettent tout en œuvre pour le bien-être, l'inclusion et la valorisation des personnes en situation de handicap.



Un grand merci aux parents qui ont fait le déplacement pour venir encourager nos champions. Leur présence et leur soutien ont compté énormément pour nos athlètes. Nous revenons de ces quatre jours fiers, émus et remplis de gratitude, avec de beaux souvenirs et une motivation renouvelée pour les futures aventures sportives !



Une belle réussite pour la Marche Saint-Roch à Thuin

Le dimanche 1er juin, la ville de Thuin a vibré au rythme de la traditionnelle Marche Saint-Roch, un événement incontournable mêlant folklore, convivialité et solidarité. À cette occasion, notre institution a tenu deux stands de restauration : l'un au Chant des Oiseaux, l'autre sur la Place des Waibes.

Au menu : pain saucisse, boissons fraîches et bonne humeur ! Tout au long de la journée, les visiteurs ont été nombreux à s'arrêter pour se restaurer et se désaltérer dans une ambiance festive. Ces moments simples mais précieux nous ont permis de réaliser de beaux bénéfices, qui seront entièrement utilisés pour financer les activités futures de notre établissement au profit des bénéficiaires.

Cette réussite n'aurait pas été possible sans la mobilisation précieuse de nos bénévoles et des parents, venus prêter main forte. Leur implication et leur énergie ont largement contribué à faire de cette journée un franc succès.

Un immense merci à toutes celles et ceux qui ont contribué de près ou de loin à cette belle action solidaire. Grâce à vous, la fête fut belle... et utile !



Informations complémentaires

Dates à retenir

FERMETURE DU BOIS ROUSSEL

Du 21 juillet au 08 août (retour le 11 août 2025)

Journée Parents le mardi 26 août 2025

JOURNEE PORTES OUVERTES (Montigny-Landelies Bienvenue)

Samedi 13 septembre 2025
(Repas sur réservation)



Rue de Marchienne, 32
6110 Montigny-le-Tilleul
071/51.13.71

➔ www.leboisroussel.be

direction@leboisroussel.be



Le Bois Roussel ASBL
SAJA Le Bois Roussel



SI VOUS SOUHAITEZ SOUTENIR NOTRE ACTION

Vos dons peuvent aider le Bois Roussel à mener à bien ses différents projets. Les dons peuvent être versés sur le compte.

[BE81 7326 3503 6924](https://www.banqueparibas.be/fr/le-bois-roussel)

Pour les legs, contactez notre présidente GHERARDINI Nathalie pour plus d'informations.

Par [téléphone](tel:0476685591) : 0476/68.55.91

Par [email](mailto:nathalie.gherardini@gmail.com) : nathalie.gherardini@gmail.com



Directrice : Marie-Christine GARCIA

Directrice adjointe : Johanna NEFVE

Rédacteurs : Les bénéficiaires du groupe informatique

Rédacteur responsable : Steven SOLFRINI