

**Lieu : Maison Re-source**

Boulevard du Triomphe 204 à Auderghem (arriver 10 minutes avant le début des activités)

Dates	Ateliers thématiques (18h à 20h)	Intervenantes
🟡 Mardi 9 septembre	Atelier n°1 « Prise de contact et engagement » : Rencontre des participantes et présentation de l'ensemble du module. Définition du cadre (confidentialité, bienveillance, charte).	Daphné Grulois Brigitte Hermans
🟡 Mardi 23 septembre	Atelier n°2 « Hormonothérapie : mon partenaire pour guérir. Comment gérer les effets indésirables ? ».	Dr Ingrid Theunissen Daphné Grulois Brigitte Hermans
🟡 Mardi 7 octobre	Atelier n°3 « Manger, santé et plaisir. Comment résoudre l'équation ? ».	Dr Ingrid Theunissen Daphné Grulois
🟡 Mardi 14 octobre	Atelier n°4 « Mon système cognitif, mieux le comprendre afin de l'appivoiser ».	Daphné Grulois Brigitte Hermans
🟡 Mardi 4 novembre	Atelier n°5 « Mes émotions, un atout dans ma vie. Les identifier et apprendre à en faire bon usage ».	Daphné Grulois Brigitte Hermans
🟡 Mardi 18 novembre	Atelier n°6 « Ma vie affective et sexuelle dans tout ça ? ».	Daphné Grulois Brigitte Hermans
🟡 Mardi 2 décembre	Atelier n°7 « Et demain ... ? ». Atelier centré sur les projets des patientes.	Daphné Grulois Brigitte Hermans
Dates	Renforcement cardio musculaire (18h à 19h15)	Intervenante
🟢 Jeudi 11 septembre	Séance n°1	Justine Lageirse
🟢 Jeudi 18 septembre	Séance n°2	Justine Lageirse
🟢 Jeudi 25 septembre	Séance n°3	Justine Lageirse
🟢 Jeudi 2 octobre	Séance n°4	Justine Lageirse
🟢 Jeudi 16 octobre	Séance n°5	Justine Lageirse
🟢 Jeudi 13 novembre	Séance n°6	Justine Lageirse
🟢 Jeudi 27 novembre	Séance n°7	Justine Lageirse
🟢 Jeudi 11 décembre	Séance n°8	Justine Lageirse
Dates	Consultation individuelle de médecine intégrative (sur rendez-vous)	Intervenante
🔴 Mercredi 5 novembre ou vendredi 7 novembre		Dr Ingrid Theunissen