



Permanence d'accueil

Lundi 10h30h à 15h
Mardi 10h30 à 15h
Mercredi 10h30 à 12h30
Jeudi 10h30 à 15h
Vendredi 10h30 à 12h30

Participation aux ateliers

5€ par atelier ou par soin via la carte prépayée de 50€ à acheter à la permanence d'accueil

Inscription info@re-source-delta.be

● 204, Bld du Triomphe - 1160 Auderghem (Site Chirec Delta) ● info@re-source-delta.be ● 0479 034 592

Cercles de paroles Cycles thématiques

DE JUIN À SEPTEMBRE 2026

Sur inscription à la permanence d'accueil ou par email (info@re-source-delta.be)

Nos **Cycles thématiques** visent à approfondir une thématique donnée où l'acquisition de connaissances, les discussions guidées et les activités pratiques sont au cœur de l'expérience.

Nos **Cercles de paroles** offrent un espace sécurisé et bienveillant pour partager son ressenti, échanger des informations et explorer ensemble les différentes facettes des défis liés à la maladie.

Une participation à l'ensemble des séances indiquées est requise.

Thème	Dates	Heure	Lieu	Intervenant.e
Feldenkrais, prise de conscience par le mouvement : A la rencontre de nos articulations, se reconnecter à son intériorité <i>Cycle thématique de 3 séances</i>	Mercredi 3 juin Jeudi 4 juin Vendredi 5 juin	10h à 12h30 10h à 12h 10h à 12h30	Re-source Erable	Léa Tourneur, praticienne Feldenkrais
Prendre soin de soi avec les outils du yoga thérapeutique : Entrer dans l'harmonie de l'Été <i>Cycle thématique de 3 séances</i>	Vendredi 12 juin Samedi 13 juin Dimanche 14 juin	10h30 à 12h30 13h30 à 15h15 10h30 à 12h30	Re-source Erable	Catherine de Halleux, professeure de yoga
Le Yoga et Ayurveda : A la découverte de sa constitution corporelle et mentale - Comment agir sur soi par le Yoga et l'Ayurveda <i>Cycle thématique de 3 séances</i>	Mercredi 8 juillet Jeudi 9 juillet Vendredi 10 juillet	10h30 à 12h30	Re-source Erable	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Le Yin Yoga et la pratique de Munz : Comment aborder les notions de détachement et d'acceptation à travers une pratique corporelle douce <i>Cycle thématique de 3 séances</i>	Mercredi 29 juillet Jeudi 30 juillet Vendredi 31 juillet	10h30 à 12h30	Re-source Erable	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga



Le Yoga de l'Ame :**Agir sur son corps et sa
respiration pour retrouver la
paix intérieure - De l'importance
du couple Psoas-Diaphragme***Cycle thématique de 3 séances*Mercredi 19 aout
Jeudi 20 aout
Vendredi 21 aout

10h30 à 12h30

Re-source
ÉrableNathalie Saint-Rémy,
professeure de yoga

Mieux vivre l'hormonothérapie*Cycle thématique de 8 séances***Inscription sur candidature
uniquement : [www.re-source-
delta.be/cycle-hormono-2026-2](http://www.re-source-delta.be/cycle-hormono-2026-2)**Mardi
8 & 22 septembre
6 & 13 octobre
3 & 17 novembre
1 & 15 décembre

18h à 20h

Re-source
ÉrableBrigitte Hermans, onco-coach
Daphné Grulois, onco-psychologue