



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

PROGRAMME DES ÉVÈNEMENTS SOCIAUX, ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES, ATELIERS PONCTUELS, SOINS INDIVIDUELS, CONSULTATIONS JUN 2025 (FERMETURE LUNDI 9 JUIN)

Evènements sociaux

Voyage sonore 'Innersonics' avec Frédéric Becker : flûtes, bols, percussions, synthétiseurs et voix | En partenariat avec IDO | Evènement caritatif en soutien des ateliers aquatiques Idoflow | Jeudi 19 juin de 19h à 21h à la Maison Re-source, 204 Bld du Triomphe à Auderghem
Information & Billetterie (25€ la place) : my.weezevent.com/idoinner

Journée bien-être 'Enjoy Summer' | En partenariat avec Toujours Belle
Vendredi 20 juin de 10h à 16h à la Maison Re-source et chez Toujours Belle
Informations : www.re-source-delta.be/20juin

Activités hebdomadaires

| | | | | |
|---------------------|----------------------------|------------------------------|---------------|---|
| Hatha Yoga 1 | Re-source Erable | Les lundis sauf le 9 juin | 10h à 11h | Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga |
| Hatha Yoga 2 | Re-source Erable | Les lundis sauf le 9 juin | 11h30 à 12h30 | Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga |
| Hatha Yoga 3 | Re-source Erable | Les lundis sauf le 9 juin | 14h à 15h | Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga |
| Qi Gong | Re-source Erable | Les mardis | 16h30 à 17h30 | Christophe Boot, professeur de Qi Gong |
| Pilates 1 | Re-source Banian-Erable | Les jeudis | 13h30 à 14h30 | Charlotte Simon, professeure de Pilates |
| Pilates 2 | Re-source Banian-Erable | Les jeudis | 14h45 à 15h45 | Charlotte Simon, professeure de Pilates |
| Zumba | Re-source Banian-Erable | Les samedis | 10h30 à 11h30 | Tatiana Olortegui, professeure de Zumba |

Ateliers ponctuels

| | | | | |
|--|---|-------------------------------|-------------|--|
| Marche nordique | Château de Groenendaal, Duboislaan 1b à 1560 Hoeilaart | Dimanche 1 ^{er} juin | 10h15 à 12h | Janik Nicodème, kinésithérapeute |
| Broderie | Re-source Living | Jeudi 5 juin | 13h30 à 16h | Marguerite Benelli, professeure de broderie |
| Atténuer la trouille avant les examens médicaux | Re-source Erable | Jeudi 5 juin | 16h à 17h | Diane Jooris, experte en thérapies intégratives |
| Séance d'information pour le cycle Reprise de la Vie Active | Re-source Banian | Jeudi 5 juin | 18h à 20h | Sur inscription via www.re-source-delta.be/cycle-reprise-vie-active/ |
| Restorative Yoga | Re-source Banian-Erable | Mercredi 11 & 25 juin | 14h45 à 17h | Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga |
| Danse expressive | Re-source Banian-Erable | Jeudi 12 juin | 10h à 11h30 | Amandine Servranckx, danseuse |

| | | | | |
|---|--|----------------------------------|---------------|--|
| Ecriture | Re-source Living | Jeudi 12 juin | 11h45 à 13h15 | Amandine Servranckx, animatrice d'ateliers d'écriture |
| Séance d'information pour le cycle Hormonothérapie | Re-source Banian | Jeudi 12 juin | 18h à 20h | Sur inscription via www.re-source-delta.be/cycle-hormono-2025-2/ |
| Marche nordique | Voie Verte - Musée du Tram, Av. de Tervueren 364, 1150 Woluwe-Saint-Pierre | Dimanche 15 juin | 10h15 à 12h | Janik Nicodème, kinésithérapeute |
| Maquillage | Re-source Banian | Mardi 17 juin | 13h30 à 15h30 | Gosia Bakun, maquilleuse & onco-esthéticienne |
| Feldenkrais : prise de conscience par le mouvement | Re-source Banian | Mercredi 11 juin & jeudi 19 juin | 10h30 à 11h30 | Léa Tourneur, professeure de Feldenkrais |
| Idoflow : relaxation aquatique | Bassin 'Au bord de l'Eau', 620 Chée d'Alseberg, Uccle | Mercredi 18 juin | 10h à 11h30 | Louisiane Desbrosses, praticienne aquatique |
| Auto-massages et réflexologie | Re-source Banian | Samedi 28 juin | 14h30 à 16h30 | Aurélié Coumans, réflexologue |

Soins individuels ● Maximum un soin individuel par mois

| | | | | |
|--|----------------------|------------------------|---|--|
| Consultation sexologique et conjugale | Re-source Banian | Vendredi 20 juin | 4 consultations 10h à 10h45 10h45 à 11h30 11h30 à 12h15 | Virginie Piront, psychothérapeute, sexologue et thérapeute de couple |
| Massage ayurvédique 60 minutes | Re-source Bambou | Mercredi 4 & 18 juin | 3 séances par date 13h à 14h 14h30 à 15h30 16h à 17h | Maria Lagana, masseuse |
| Massage bien-être 60 minutes | Re-source Eucalyptus | Lundi 16, 23 & 30 juin | 3 séances par date 14h à 15h 15h15 à 16h15 16h30 à 17h30 | Sophie Alexandre, masseuse |
| Massage bien-être 60 minutes | Re-source Bambou | Mercredi 25 juin | 3 séances par date 13h à 14h 14h15 à 15h15 15h30 à 16h30 | Sophie Alexandre, masseuse |
| Massage bien-être 60 minutes | Re-source Eucalyptus | Vendredi 13 & 27 juin | 3 séances par date 12h30 à 13h30 13h45 à 14h45 15h à 16h | Sophie Alexandre, masseuse |
| Massage du visage Kobido et détente des pieds 45 minutes | Re-source Eucalyptus | Jeudi 26 juin | 4 séances 10h30 à 11h15 11h30 à 12h15 13h00 à 13h45 14h00 à 14h45 | Oriane Berryer, masseuse |
| Réflexologie 45 minutes | Re-source Bambou | Mercredi 11 juin | 3 séances 14h à 14h45 15h15 à 16h 16h30 à 17h15 | Irène Mertens, réflexologue |
| Shiatsu Zen 60 minutes | Re-source Bambou | Lundi 2 & 16 juin | 4 séances par date 10h45 à 11h45 11h45 à 12h45 12h45 à 13h45 13h45 à 14h45 | Sandra Ryusan, thérapeute Shiatsu |
| Soin & détente visage 45 minutes | Re-source Eucalyptus | Mercredi 4 & 11 juin | 4 séances par date 13h à 13h45 14h à 14h45 15h à 15h45 16h à 16h45 | Angèle Gobbens, esthéticienne |