



### 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

## HORAIRE DES PERMANENCES EN ÉTÉ : LUNDI, MARDI, MERCREDI & JEUDI DE 10H30 À 12H30 FERMETURE DU 12 AU 16 AOUT



### PROGRAMME DU MOIS D'AOUT 2024

#### Ateliers collectifs

<b>Pilates</b>	Re-source Espace Banian-Erable	Jeudi 1 <sup>er</sup> et 8 aout	13h30 à 14h30	Charlotte Simon, professeure de Pilates
<b>Restorative Yoga</b>	Re-source Espace Banian-Erable	Vendredi 2 aout	15h à 17h	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
<b>Marche nordique</b>	Château de Groenendaal, Duboislaan 1b, 1560 Hoeilaart	Samedi 3 aout	10h30 à 12h15	Janik Nicodème, kinés thérapeute
<b>Makko-Ho : 6 étirements de bases pour équilibrer l'énergie des méridiens</b>	Re-source, Banian	Mardi 6 aout	10h30 à 12h	Els Meulemans, professeure de do-in yoga
<b>Introduction au Shiatsu et exercices pratiques</b>	Re-source, Banian	Lundi 19 aout	13h à 14h	Sandra Fernandez, thérapeute Shiatsu
<b>Pleine Conscience</b>	Re-source Espace Erable	Mardi 20 aout	16h30 à 17h30	Isabel Barrios instructrice de pleine conscience
<b>Maquillage</b>	190 av. Winston Churchill, Uccle	Jeudi 22 aout	13h à 17h	Juan Pacifico, maquilleur professionnel
<b>Makko-Ho : 6 étirements de bases pour équilibrer l'énergie des méridiens</b>	Re-source, Banian	Mardi 27 aout	10h30 à 12h	Els Meulemans, professeure de do-in yoga
<b>Broderie</b>	Re-source Living	Jeudi 29 aout	14h à 16h30	Marguerite Benelli, professeure de broderie
<b>Marche nordique</b>	Parc de Tervuren, 126 Smisstraat, 3080 Tervuren	Samedi 31 aout	10h30 à 12h15	Janik Nicodème, kinés thérapeute

#### Soins individuels Les soins individuels ne sont accordés qu'une seule fois par personne et par type de soin. Maximum un soin individuel par mois.

<b>Massage bien-être</b> 60 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Lundi 5 & 19 aout	<b>3 séances par date</b> 10h à 11h00 11h15 à 12h15 12h45 à 13h45	Sophie Alexandre, masseuse
<b>Massage du visage Kobido et détente des pieds</b> 45 minutes	Re-source Espace Bambou	Mercredi 21 aout	<b>4 séances par date</b> 10h30 à 12h15 11h30 à 12h15 13h30 à 14h15 14h30 à 15h15	Oriane Berryer, masseuse



<b>Massage ayurvédique</b> 60 minutes	Re-source Espace Bambou	Mercredi 28 aout	<b>3 séances par date</b> 13h à 14h 14h30 à 15h30 16h à 17h	Maria Lagana, masseuse
<b>Soin visage</b> 45 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Jedi 1 <sup>er</sup> , 8, 22 & 29 aout	<b>3 séances par date</b> 10h30 à 11h15 11h30 à 12h15 12h30 à 13h15	Angèle Gobbens, esthéticienne
<b>Massage bien-être</b> 60 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Vendredi 2 & 9 aout	<b>3 séances par date</b> 10h à 11h00 11h15 à 12h15 12h45 à 13h45	Sophie Alexandre, masseuse

## Evènements sociaux à venir

### Soirée Brasserie au profit de l'ASBL Re-source

Lundi 7 octobre 2024 à 19h au Café-Restaurant La Forêt à Overijse

Informations et inscriptions : 02 657 06 36

### Comédie Musicale 'La Belle et la Bête' au profit de l'ASBL Re-source

Mercredi 6 novembre 2024 à 20h au Théâtre Royal du Parc

Ouverture de la billetterie fin aout

### Marche 'Relai pour la Vie' en partenariat avec la Fondation contre le Cancer

Du samedi 9 au dimanche 10 novembre 2024

Informations à suivre

