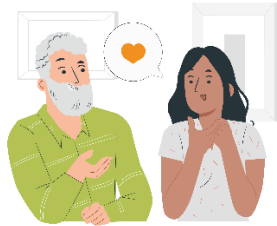


Permanence d'accueil

204 Boulevard du Triomphe à Auderghem (Site Chirec Delta) - 0479 034 592 - info@re-source-delta.be

Lundi	/	13h30 à 15h30	
Mardi	10h30 à 12h30	/	
Mercredi	10h30 à 12h30	/	
Jedi	10h30 à 12h30	13h30 à 15h30	
Vendredi	10h30 à 12h30	/	

Activités hebdomadaires




Yoga	 Espace Erable Delta (*)	Les lundis sauf le 10 avril	10h à 11h00	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Yoga	Espace Erable Delta (*)	Les lundis sauf le 10 avril	11h15 à 12h15	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Line Dance	Espace Banian-Erable Delta (*)	Les mercredis	17h à 18h30	Patrick Denotte, danseur
Danse Expressive	Espace Banian-Erable Delta (*)	Les jeudis sauf le 27 avril	10h à 12h	Amandine Servranckx, danseuse
Qi Gong	Espace Banian Delta (*)	Les jeudis	17h30 à 18h30	Christophe Boot, professeur de Qi Gong

Ateliers ponctuels

Maquillage pour toutes	Uccle (lieu à communiquer)	Mardi 4 avril	13h à 17h	Juan Pacifico, maquilleur professionnel
Idoflow, relaxation aquatique	Bassin 'Au bord de l'Eau' (**)	Mercredi 5 avril	10h à 12h	Annick Debaize & Louisiane Desbrosses, praticiens aquatiques
Yoga thérapeutique	Espace Banian-Erable Delta (*)	Mercredi 5 avril	10h à 11h30	Annick Millette, professeure de yoga
Réflexologie (séances individuelles de 45 minutes)	Espace Eucalyptus Delta (*)	Samedi 8 avril	11h30 à 12h15 12h30 à 13h15 13h30 à 14h15 14h30 à 15h15	Auréli Coumans, réflexologue
Marche nordique	Parc Tournay Solvay Boitsfort	Mercredi 12 avril	10h30 à 12h	Joëlle Liénart, kinésithérapeute
Soin visage (séances individuelles de 45 minutes)	Espace Eucalyptus Delta (*)	Jedi 13 avril	09h30 à 10h15 10h30 à 11h15 11h30 à 12h15 12h30 à 13h15	Angèle Gobbens, esthéticienne
Réflexologie (séances individuelles de 45 minutes)	Espace Eucalyptus Delta (*)	Jedi 13 avril	14h à 14h45 15h à 15h45 16h à 16h45 17h à 17h45	Auréli Coumans, réflexologue
Pleine conscience	Espace Erable Delta (*)	Jedi 13 avril	16h30 à 17h30	Isabel Barrios, instructrice de Mindfulness
Massage bien-être (séances individuelles de 60 minutes)	Espace Eucalyptus Delta (*)	Vendredi 14 avril	10h30-11h30 11h45-12h45 13h-14h	Sophie Alexandre, masseur
Balade en milieu semi-urbain 	Wezembeek-Oppem	Jedi 20 avril	10h à 13h	Marcello Accorci, guide nature
Colorimétrie (séances individuelles de 90 minutes)	Espace Eucalyptus Delta (*)	Vendredi 21 avril	10h à 11h30 12h à 13h30 14h à 15h30 16h à 17h30	Catherine Jacobs, consultante en couleur, style & image

Idoflow, relaxation aquatique	Bassin 'Au bord de l'Eau' (**)	Lundi 24 avril	11h30 à 13h30	Louisiane Desbrosses & Giacomo Profili, praticiens aquatiques
Shiatsu Zen (séances individuelles de 75 minutes)	Espace Bambou Delta (*)	Lundi 24 avril	13h à 14h15 14h15 à 15h30 15h30 à 16h45	Sandra Ryusan, thérapeute Shiatsu
Restorative yoga	Espace Banian-Erable Delta (*)	Mardi 25 avril	16h à 18h	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Cuisine	Visioconférence (Zoom)	Mardi 25 avril	18h à 19h15	Ludovic Nicodème, chef
Maquillage pour toutes	Uccle (lieu à communiquer)	Mercredi 26 avril	13h à 17h	Juan Pacifico, maquilleur professionnel
Cohérence cardiaque : séance découverte	Espace Erable Delta (*)	Mercredi 26 avril	10h à 12h	Melinda Wezenaar, formatrice-coach en cohérence cardiaque
Ecriture créative	Living Delta (*)	Jeudi 27 avril	10h30 à 12h30	Amandine Servranckx, animatrice d'atelier d'écriture
Workshop nutrition : atelier-dégustation autour des huiles	Living Delta (*)	Jeudi 27 avril	12h30 à 14h30	Lut Van Lierde, nutritionniste
Massage bien-être (séances individuelles de 60 minutes)	Espace Eucalyptus Delta (*)	Vendredi 28 avril	10h30-11h30 11h45-12h45 13h-14h	Sophie Alexandre, masseuse

Cycles & Stages

Danse & Feldenkrais 	Espace Banian-Erable Delta (*)	Vendredi 14 avril & Samedi 15 avril	16h à 18h 10h à 12h	Meytal Blanaru, danseuse et formatrice de la méthode Feldenkrais
Musicothérapie 	Espace Banian-Erable Delta (*)	Lundi 17 & 24 avril 8, 15 et 22 mai	13h30 à 15h30	Julie Verkist, art-thérapeute
Cohérence cardiaque	Espace Erable Delta (*)	Mercredi 17 & 31 mai 14 juin	10h à 12h	Melinda Wezenaar formatrice-coach en cohérence cardiaque
Comprendre le stress et l'appropriation avec des outils simples	Espace Banian Delta (*) 	Mardi 16, 23 et 30 mai	18h à 19h45	Sybille de Ribaucourt, psychologue et instructrice de Mindfulness
Sophrologie : les 5 techniques clés	Espace Banian Delta (*)	Mardi 16, 23 & 30 mai 6 & 13 juin	10h à 11h30	Laure Ruhlmann, psychologue et sophrologue
Stage d'écriture et lecture partagée	Espace Banian-Erable Delta (*)	Stage : du mardi 9 mai au vendredi 12 mai Lecture et partage : vendredi 12 mai	10h30 à 13h 19h	Amandine Servranckx, animatrice d'atelier d'écriture
Mieux vivre la reprise de la vie active quand on est confronté au cancer	Espace Banian Delta (*)	De septembre à décembre 2023 Participation sur candidature Annonce vers le 11 avril 2023		Brigitte Hermans, onco-coach Daphné Grulois, onco-psychologue

Inscription : info@re-source-delta.be

Participation de 5€ par atelier avec carte prépayée de 50€ à payer sur le compte IBAN : BE55 7320 5549 3044 avec en communication 'Nom, prénom, carte activité'.

(*) Re-source, 204 bvd du Triomphe à 1160 Auderghem (sur l'esplanade du site Chirec Delta, en face de l'hôpital)

(**) Bassin 'Au bord de l'Eau', Chée d'Alsemberg 620 à 1180 Uccle

(***) Centre Pérou, Avenue du Pérou 23 à 1000 Bruxelles-Boitsfort

