

Permanence d'accueil, avec ou sans rendez-vous :
Lundi de 13h30 à 15h30 - Mardi, mercredi, jeudi & vendredi de 10h30 à 12h30

Hôpital DELTA, Bvd du Triomphe 201 à 1160 Auderghem - Téléphone : 0479 034 592

Activités hebdomadaires

Yoga	Centre Pérou (*) Petite salle	Les lundis	10h à 11h00	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Yoga	Centre Pérou (*) Petite salle	Les lundis	11h15 à 12h15	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Line Dance	Centre Pérou (*) Petite salle	Les mercredis sauf les 1 et 22 mars	17h à 18h30	Patrick Denotte, danseur
Danse Expressive	Centre Pérou (*) Grande salle	Les jeudis sauf les 2 & 30 mars	10h à 12h	Amandine Servranckx, danseuse
Qi Gong	Centre Pérou (*) Petite salle	Les jeudis sauf le 2 mars	17h30 à 18h30	Christophe Boot, professeur de Qi Gong

Ateliers ponctuels

Maquillage pour toutes	Uccle (lieu à communiquer)	Mardi 7 mars	13h à 17h	Juan Pacifico, maquilleur professionnel
Idoflow, relaxation aquatique	Bassin 'Au bord de l'Eau' (**)	Mercredi 15 mars	10h à 11h30	Louisiane Desbrosses & Isabelle Valcke Nau, praticiens aquatiques
Pleine conscience	Centre Pérou (*) Petite salle	Jeudi 16 mars	16h30 à 17h30	Isabel Barrios, instructrice de Mindfulness
Marche nordique	Parc de Tervuren	Dimanche 19 mars	10h30 à 12h	Joëlle Liénart, kinésithérapeute
Cuisine : Tantanmen (Ramen de nouilles)	Visioconférence (Zoom)	Lundi 20 mars	18h à 19h15	Ludovic Nicodème, chef
Hypnose, séance découverte	Centre Pérou (*) Petite salle	Mardi 21 mars	13h à 14h30	Fabienne Leclerc, coach & hypnothérapeute
Restorative yoga	Centre Pérou (*) Grande salle	Mardi 21 mars	18h à 20h	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Pleine conscience	Centre Pérou (*) Petite salle	Vendredi 24 mars	10h30 à 11h30	Olivier De Lathouwer instructrice de Mindfulness
Shiatsu Zen (séances individuelles de 75 minutes)	Linkebeek (lieu à communiquer)	Lundi 27 mars	13h à 14h15 14h15 à 15h30 15h30 à 16h45	Sandra Ryusan, thérapeute Shiatsu
Réflexologie (séances individuelles de 45 minutes)	Pop-Up Re-source (***)	Lundi 27 mars	14h à 14h45 15h à 15h45 16h à 16h45 17h à 17h45	Aurélie Coumans, réflexologue
Soin visage (séances individuelles de 45 minutes)	Pop-Up Re-source (***)	Mercredi 29 mars	09h30 à 10h15 10h30 à 11h15 11h30 à 12h15 12h30 à 13h15 13h30 à 14h15	Angèle Gobbens, esthéticienne
Ecriture créative	Pop-Up Re-source (***)	Jeudi 30 mars	10h30 à 12h30	Amandine Servranckx, animatrice d'atelier d'écriture



Cycles à venir

Sophrologie : apprivoiser son stress	Centre Pérou (*) Petite salle	Mercredi 8, 15, 22 & 29 mars 5, 12, 19 & 26 avril	10h à 11h30	Laure Ruhlmann, psychologue et sophrologue
Hypnose	Centre Pérou (*) Petite salle Maison Re-source (****)	Mardi 28 mars 4, 11, 18 & 25 avril	13h à 14h30	Fabienne Leclerc, coach & hypnothérapeute
Cohérence cardiaque	Maison Re-source (****)	Séance découverte : Mercredi 26 avril Cycle : Mercredi 17 & 31 mai 14 juin	10h à 12h	Melinda Wezenaar formatrice-coach en cohérence cardiaque
Danse & Feldenkrais	Maison Re-source (****)	Vendredi 14/04 Samedi 15/04	16h à 18h 10h à 12h	Meytal Blanaru, danseuse et formatrice de la méthode Feldenkrais

(*) Centre Pérou, Avenue du Pérou 23 à 1000 Bruxelles-Boitsfort
 (**) Bassin 'Au bord de l'Eau', Chée d'Alseberg 620 à 1180 Uccle
 (***) Pop-Up Re-source, Hôpital Delta, 201 bvd du Triomphe à 1160 Auderghem
 (****) Maison Re-source, 204 bvd du Triomphe à 1160 Auderghem

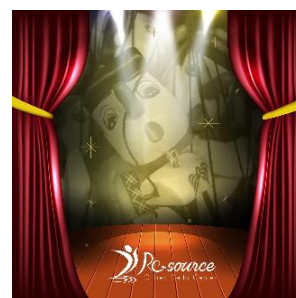
Inscription : info@re-source-delta.be

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'.

Evènements sociaux

**SOIRÉE AU PROFIT DE L'ASBL RE-SOURCE
 AVANT-PREMIÈRE 'PINOCCHIO'
 8 MARS 2023 À 20H
 LE CÉLÈBRE CONTE REVISITÉ PAR LE THÉÂTRE ROYAL DU PARC**

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS :
www.re-source-delta.be/fr/pinocchio



Avec le soutien de nos partenaires

