

Permanence d'accueil :

Lundi 10h30h à 15h ● Mardi 10h30 à 15h ● Mercredi 10h30 à 12h30 ● Jeudi 10h30 à 15h ● Vendredi 10h30 à 12h30
 204 Boulevard du Triomphe à Auderghem (Site Chirec Delta) ● 0479 034 592 ● info@re-source-delta.be

Fermeture du 1er au 3 novembre
Inscription aux ateliers : info@re-source-delta.be

Participation de 5€ par atelier ou par soin via la carte prépayée de 50€ à acheter à la permanence d'accueil (virement bancaire sur place, paiement en espèces ou sur preuve de paiement sur le compte BE55 7320 5549 3044)


Evènements sociaux

Concert des Young Belgian Strings sous la Direction de Dirk Van de Moortel | Mardi 14 novembre à 19h30
 Chapelle Musicale Reine Elisabeth à Waterloo | Billetterie : <https://my.weezevent.com/ybs2023>




Echanges avec Olivier De Lathouwer autour du livre '108 petites papotes méditatives' | Jeudi 23 novembre à 19h30
 Maison Re-source à Delta | Billetterie : <https://my.weezevent.com/papotes> (évènement gratuit)


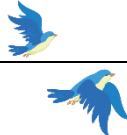

Activités hebdomadaires

Hatha Yoga 1	Re-source Espace Erable	Les lundis	10h à 11h	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Hatha Yoga 2	Re-source Espace Erable	Les lundis	11h15 à 12h15	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Hatha Yoga 3	Re-source Espace Erable	Les lundis	13h30 à 14h30	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Qi Gong	Re-source Espace Erable	Les mardis	 17h30 à 18h30	Christophe Boot, professeur de Qi Gong
Restorative Yoga	Re-source Espace Banian-Erable	Les mercredis sauf le 1 ^{er} novembre	15h à 17h	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Mouvement essentiel	Re-source Espace Banian-Erable	Les jeudis sauf le 2 novembre	10h30 à 12h30	Amandine Servranckx, danseuse


Ateliers ponctuels

Marche / Marche nordique	ADEPS Auderghem Boitsfort ADEPS Auderghem	Mercredi 8 novembre Jeudi 16 novembre Mercredi 22 novembre	10h15 à 12h 10h15 à 12h 10h15 à 12h	Joëlle Liénart, kinésithérapeute
Maquillage	190 av. Winston Churchill à Uccle	Mardi 14 novembre Mardi 21 novembre	13h à 17h 13h à 17h	Juan Pacifico, maquilleur professionnel
Balade nature	Grande Espinette Rhode-St-Genèse	Mardi 28 novembre	10h à 12h	Marcello Accorci, Guide nature
Idoflow, relaxation aquatique	Bassin 'Au bord de l'Eau', 620 Chée d'Alseberg à Uccle	Mercredi 29 novembre	10h à 11h30	Annick Debaize, praticienne aquatique
Balade méditative	Boitsfort 	Jeudi 30 novembre	10h15 à 12h	Joëlle Liénart, kinésithérapeute
Ecriture	Re-source Living	Jeudi 30 novembre	14h à 16h	Amandine Servranckx, animatrice d'ateliers d'écriture

Soins individuels ● Les soins individuels ne sont accordés qu'une seule fois par personne et par type de soin (indifféremment de la période). Maximum un soin individuel par mois.

Massage ayurvédique 60 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Mercredi 8 novembre	13h30 à 14h30 14h45 à 15h45 16h à 17h	Maria Lagana, masseuse	
Soin visage 45 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Jeudi 9 novembre	10h à 10h45 11h à 11h45 12h à 12h45	Angèle Gobbens, esthéticienne	
Soin visage 45 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Jeudi 16 novembre	10h à 10h45 11h à 11h45 12h à 12h45	Angèle Gobbens, esthéticienne	
Réflexologie 45 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Jeudi 16 novembre	14h à 14h45 15h à 15h45 16h à 16h45 17h à 17h45	Aurélié Coumans, réflexologue	
Massage bien-être 60 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Vendredi 17 novembre	10h30 à 11h30 11h45 à 12h45 13h à 14h	Sophie Alexandre, masseuse	
Fasciathérapie 60 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Mardi 21 novembre	10h30 à 11h30 11h30 à 12h30 13h à 14h	Julie De Groote, fasciathérapeute	
Massage ayurvédique 60 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Mercredi 22 novembre	13h30 à 14h30 14h45 à 15h45 16h à 17h	Maria Lagana, masseuse	
Soin visage 45 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Jeudi 23 novembre	10h à 10h45 11h à 11h45 12h à 12h45	Angèle Gobbens, esthéticienne	
Massage du visage Kobido et détente des pieds 45 minutes	Re-source Espace Bambou	Jeudi 23 novembre	10h30 à 12h15 11h30 à 12h15 13h30 à 14h15 14h30 à 15h15	Oriane Berryer, masseuse	
Massage bien-être 60 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Vendredi 24 novembre	10h30 à 11h30 11h45 à 12h45 13h à 14h	Sophie Alexandre, masseuse	
Shiatsu Zen 75 minutes	Re-source Espace Bambou	Lundi 27 novembre	11h à 12h15 12h15 à 13h30 13h30 à 14h45	Sandra Ryusan, thérapeute Shiatsu	
Soin visage 45 minutes	Re-source Espace Eucalyptus	Jeudi 30 novembre	10h à 10h45 11h à 11h45 12h à 12h45	Angèle Gobbens, esthéticienne	

Cycles à partir de septembre ● Les cycles sont composés de groupes fermés et impliquent une participation à toutes les séances. Selon le cycle, une séance découverte peut être requise.

Dance & Feldenkrais Cycle de 3 x 2 séances	Re-source Espace Banian-Erable	Sam. 2 & dim. 3 déc. Dimanche 7 janvier Vendredi 12 janvier	10h à 12h 11h à 13h 17h à 19h 16h à 18h	Meytal Blanaru, chorégraphe & danseuse	
Tango	EN COURS	Joan De Rijck & Didier Poliart, danseurs de Tango			
Cohérence cardiaque	EN COURS	Melinda Wezenaar, formatrice-coach en cohérence cardiaque			
Comprendre le stress et l'appropriation avec des outils simples	EN COURS	Sybille de Ribaucourt, psychologue et instructrice de Mindfulness			
Sophrologie et sommeil	EN COURS	Laure Ruhlmann, psychologue et sophrologue			
Mieux vivre la reprise de la vie active	EN COURS	Brigitte Hermans, onco-coach; Daphné Grulois, onco-psychologue; Catherine Wathélet, médecin spécialiste en médecine du travail			
Mieux vivre l'hormonothérapie	EN COURS	Brigitte Hermans, onco-coach; Daphné Grulois, onco-psychologue; Françoise Nicaise, kinésithérapeute; Dr Ingrid Theunissen, médecines complémentaires			