



www.re-source-delta.be

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

Événements Activités Ateliers

FÉVRIER 2026

Maison fermée du lundi 16 au dimanche 22 février

Sur inscription à la permanence d'accueil ou par email (info@re-source-delta.be)

Activités hebdomadaires	Dates	Heure	Lieu	Intervenant.e
Hatha Yoga 1	Les lundis sauf le 16 février	10h à 11h	Re-source Erable	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Hatha Yoga 2	Les lundis sauf le 16 février	11h30 à 12h30	Re-source Erable	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Hatha Yoga 3	Les lundis sauf le 16 février	14h à 15h	Re-source Erable	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Qi Gong	Les mardis sauf les 17 & 24 février	16h30 à 17h30	Re-source Erable	Christophe Boot, professeur de Qi Gong
Pilates 1	Les jeudis sauf le 19 février	13h30 à 14h30	Re-source Banian-Erable	Charlotte Simon, professeure de Pilates
Pilates 2	Les jeudis sauf le 19 février	14h45 à 15h45	Re-source Banian-Erable	Charlotte Simon, professeure de Pilates
Zumba	Les samedis sauf le 21 février	10h15 à 11h15	Re-source Banian-Erable	Tatiana Olortegui, professeure de Zumba

Ateliers ponctuels	Dates	Heure	Lieu	Intervenant.e
Sophrologie : séance découverte ou piquê de rappel	Lundi 2 février	10h15 à 12h	Re-source Erable	Laure Ruhlmann, sophrologue
Danse expressive	Mardi 3 février	10h à 11h30	Re-source Banian-Erable	Amandine Servranckx, danseuse
Écriture	Mardi 3 février	11h45 à 13h15	Re-source Living	Amandine Servranckx, animatrice d'ateliers d'écriture



Restorative Yoga	Mercredi 4 février	14h45 à 17h	Re-source Banian-Erable	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Cuisine-Repas : Stop au grignotage	Vendredi 6 février	11h30 à 14h30	Re-source Living	Colienne de Roovere, nutrithérapeute
Idoflow, Relaxation aquatique	Mardi 10 février	10h à 11h30	Bassin 'Au bord de l'Eau', 620 Chée d'Alseberg, Uccle	Louisiane Desbrosses, praticienne aquatique
Couture : Coussins Coeur	Mardi 10 février	14h à 16h	Re-source Living	Stéphanie Cayphas & Joëlle Liénart, couturières
Maquillage	Mercredi 11 février	10h30 à 12h30	Re-source Banian	Gosia Bakun, maquilleuse & onco-esthéticienne
Restorative Yoga	Mercredi 11 février	14h45 à 17h	Re-source Banian-Erable	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Broderie	Jeudi 12 février	14h à 16h30	Re-source Living	Marguerite Benelli, professeure de broderie
Cuisine-Repas : Stop au grignotage	Vendredi 13 février	11h30 à 14h30	Re-source Living	Colienne de Roovere, nutrithérapeute
Restorative Yoga	Mercredi 25 février	14h45 à 17h	Re-source Banian-Erable	Nathalie Saint-Rémy, professeure de yoga
Soulager les tensions et la douleur grâce aux approches non médicamenteuses	Mardi 24 février	10h30 à 12h	Re-source Banian-Erable	Diane Jooris, experte en thérapies intégratives