

**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](mailto:info@re-source-delta.be)

● 204, Bld du Triomphe - 1160 Auderghem (Site Chirec Delta) ● [info@re-source-delta.be](mailto:info@re-source-delta.be) ● 0479 034 592

**Evénements  
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](mailto: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 piqûre 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
Ecriture	Mardi 3 février	11h45 à 13h15	Re-source Living	Amandine Servranckx, animatrice d'ateliers d'écriture



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