



www.re-source-delta.be

Permanence d'accueil

Lundi 10h30 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

Ateliers en groupes

NOVEMBRE 2026

Maison Re-source fermée le mercredi 11 novembre

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

Robin des Bois Une avant-première au profit de l'ASBL Re-source



 **Mercredi 4 novembre 2026 à 20h au Théâtre Royal du Parc**

 La légende de Robin des Bois se réinvente pour interroger notre époque. Face aux inégalités, des personnages découvrent qu'en s'unissant, ils peuvent faire bouger les lignes. Une conviction traverse le spectacle : le collectif est une force. C'est aussi l'une des valeurs fondamentales de la Maison Re-Source.

 Inscriptions via la billetterie (Places entre 25€ et 100€) : my.weezevent.com/robin-bois

Ateliers hebdomadaires	Dates	Heure	Lieu	Intervenant.e
Pilates 1	Les jeudis	12h15 à 13h15	Re-source Banian-Erable	Ana Laura Corte, professeure de Pilates
Pilates 2	Les jeudis	13h30 à 14h30	Re-source Banian-Erable	Ana Laura Corte, professeure de Pilates
Pilates 3	Les jeudis	14h45 à 15h45	Re-source Banian-Erable	Ana Laura Corte, professeure de Pilates
Hatha Yoga 1	Les vendredis	10h à 11h	Re-source Erable	Nathalie Saint-Rémy professeure de yoga
Hatha Yoga 2	Les vendredis	11h30 à 12h30	Re-source Erable	Nathalie Saint-Rémy professeure de yoga
Zumba	Les samedis	10h15 à 11h15	Re-source Banian-Erable	Tatiana Olortegui, professeure de Zumba
Ateliers ponctuels	Dates	Heure	Lieu	Intervenant.e
Danse expressive	Mardi 3 novembre	10h à 11h30	Re-source Banian-Erable	Amandine Servranckx, danseuse
Ecriture	Mardi 3 novembre	11h45 à 13h	Re-source Living	Amandine Servranckx, animatrice d'ateliers d'écriture



Confection coussins cœur	Mardi 3 novembre	14h à 16h	Re-source Living	Joëlle Liénart & Stéphanie Cayphas, couturières
Restorative yoga	Vendredi 6 novembre	14h45 à 17h	Re-source Banian-Erable	Nathalie Saint-Rémy professeure de yoga
Restorative yoga	Vendredi 13 novembre	14h45 à 17h	Re-source Banian-Erable	Nathalie Saint-Rémy professeure de yoga
Sophrologie : Apprivoiser le sommeil	Lundi 16 novembre	10h15 à 12h	Re-source Banian	Laure Ruhlmann, sophrologue
Idoflow : Relaxation aquatique	Mercredi 18 novembre	10h à 11h30	Bassin 'Au bord de l'Eau', 620 Chée d'Alseberg, 1180 Uccle	Louisiane Desbrosses, praticienne aquatique
Auto-hypnose : Je construis mon endroit ressource, j'ancre la détente	Jeudi 19 novembre	10h30 à 12h	Re-source Banian	Audrey Leyssens, accompagnement et hypnose
Cuisine-Repas Les superaliments : entre mode et vraie richesse nutritionnelle Coleslaw de chou rouge, kale & grenade, salade de betteraves, patates douces & pois chiches, pudding de chia	Vendredi 20 novembre	11h30 à 14h30	Re-source Living	Colienne de Roovere, nutrithérapeute <i>Avec le soutien de Daiichi-Sankyo</i>
Pleine conscience : Apprendre à se libérer de la tyrannie de nos pensées	Vendredi 20 novembre	13h30 à 14h30	Re-source Erable	Isabel Barrios, instructrice de pleine conscience
Marche nordique	Dimanche 22 novembre	10h30 à 12h30	Parking de l'Espinette Centrale à 1640 Rhode-St-Genèse	Janik Nicodème, kinésithérapeute
Broderie	Mardi 24 novembre	14h à 16h30	Re-source Living	Marguerite Benelli, professeure de broderie
Maquillage	Mercredi 25 novembre	10h30 à 12h30	Re-source Banian	Gosia Bakun, maquilleuse & onco-esthéticienne
Cuisine-Repas Les superaliments : entre mode et vraie richesse nutritionnelle Coleslaw de chou rouge, kale & grenade, salade de betteraves, patates douces & pois chiches, pudding de chia	Vendredi 27 novembre	11h30 à 14h30	Re-source Living	Colienne de Roovere, nutrithérapeute <i>Avec le soutien de Daiichi-Sankyo</i>
Mieux comprendre le rôle des différents médecins et le cadre légal quand on est confronté.e au cancer	Lundi 30 novembre	14h à 16h30	Re-source, Erable	Dr Catherine Wathelet, spécialiste en médecine du travail & Brigitte Hermans, onco-coach