INTÉGRATION DES FONCTIONS PSYCHOLOGIQUES DE 1ÈRE LIGNE :

LISTE DES SÉANCES DE GROUPES DES PSYCHOLOGUES CONVENTIONNÉS

AUTOMNE 2024

Mise-à-jour 26/09/24

CARTE AUTOMNE 2024

LISTE DES SÉANCES DE GROUPES DES PSYCHOLOGUES CONVENTIONNÉS – Enfants / Ados – De 0 à 23 ans

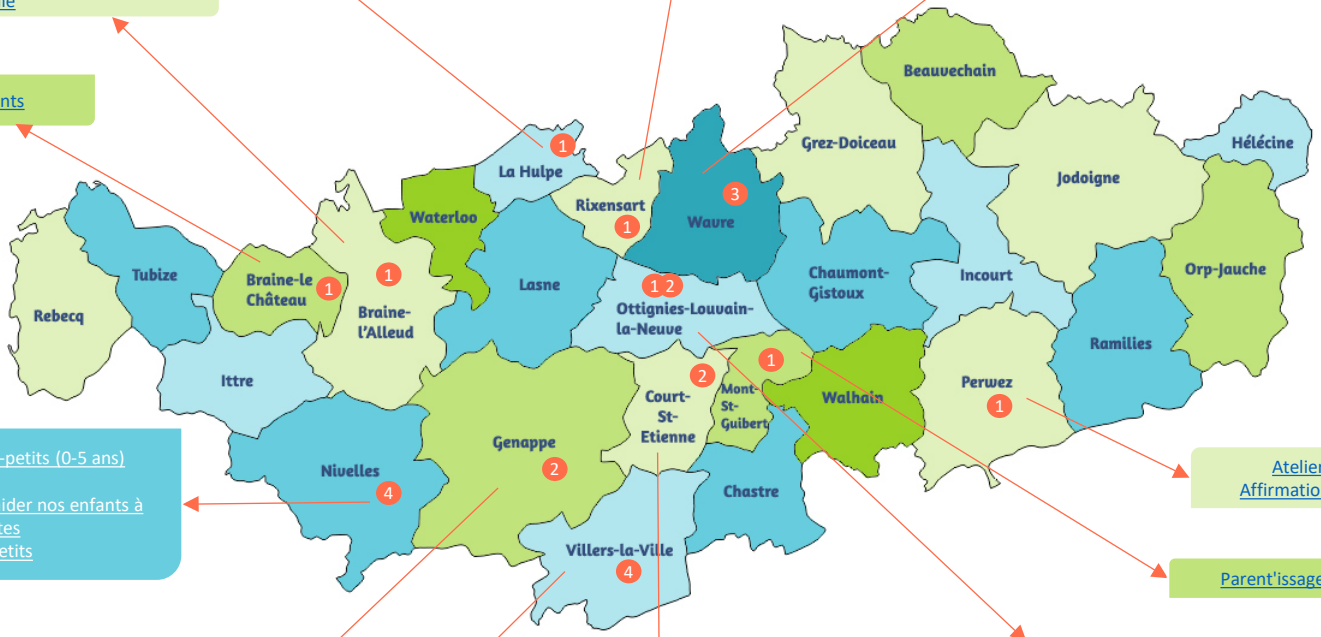
Comment faire de ton TDAH un super-pouvoir ? - Outils pour grandir avec (et apprécier) ton TDAH

Interventions et soutien auprès des jeunes de la MJ

1. Motiv'toi
2. Prévention et outillage des familles autour de la problématique TCA
3. Soutenir le bien-être de l'enfant à besoins spécifiques et de son entourage

Travail relationnel, émotionnel et de confiance en soi, par la médiation animale

Pause partage entre parents



1. Sensibilisation: Le sommeil des tout-petits (0-5 ans)
2. Popote, papote, entre potes
3. Nos enfants terribles ou comment aider nos enfants à grandir avec des repères et des limites
4. Apprivoiser les émotions des tout-petits

Ateliers destinés aux adolescents : Affirmation de soi et gestion des émotions

Parent'issages

1. Groupes thématiques
2. Ateliers thématiques

1. Apprivoise tes émotions en explorant et jouant
2. Les petits mercredis

1. Café papote bougeotte
2. Les vendredis, on marche en forêt !
3. Jouer avec mes émotions en corps et encore, 3 à 5 ans (Gr 1)
4. Jouer avec mes émotions en corps et encore, 3 à 5 ans (Gr 2)
5. Jouer ses émotions, être en relations - de 6 à 8 ans
6. Dé-stress & vous
7. Gérer mes émotions dans ma relation avec mes enfants/petits-enfants
8. Prendre soin de son SOMMEIL Ou l'art de réapprivoiser son sommeil
9. Appréhender le stress et réguler ses émotions grâce à la pleine conscience
10. Comment mieux vivre avec mes pairs au sein de mon école ?
11. Estime de soi : s'aimer, croire en soi, être heureux … ça s'apprend !
12. Communiquer en groupe

1. Oser la parentalité imparfaite
2. Apprendre à connaitre et réguler ses émotions au contact des animaux
3. Apprendre à connaitre et comprendre ses émotions au contact des animaux
4. Mes émotions, les animaux et moi. J'explore mes émotions en contact avec les animaux et la nature.

RÉSEAU DES ENFANTS/ADOLESCENTS

archipel

BRAINE-L'ALLEUD

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Travail relationnel, émotionnel et de confiance en soi, par la médiation animale**	*Développement des compétences relationnelles* *Développement de la confiance en soi* *Gestion des émotions*	Enfants 6-12 ans Classes type 3	Du 13/09 au 20/06	Ecole La Maison familiale Rue du soleil levant, 6, 1420 Braine l'alleud	**Daphnée Stadnik** dstadnik@gmail.com 0474/60.55.71	**Sophie Lamy**

BRAINE-LE-CHÂTEAU

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Pause partage entre parents**	*Psychoéducation* *soutien par les pairs*	Parents et enfants	Mensuel	ONE Braine-le Château	**Régine de Briey** regine.debriey@gmail.com 0489/48 08 21	**Claire Isnard, PEPS ONE**

COURT-ST-ETIENNE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Les petits mercredis**	*Parentalité Prévention du BO parental, de l'anxiété du post partum, estime de soi*	Adultes	Mensuel	Consultation ONE de Court St Etienne 7 Av. des métallurgistes	**Morgane Xhonneux** xhonneuxmorgane@hmail.com 0471/73 07 35	**Yasmine Khelil** *PEP's ONE* **Juliette Spagna** *Accueillante MM de la Thyle*
NEW	**Apprivoise tes émotions en explorant et jouant** Plus d'infos	*Développement des compétences psycho-sociales Régulation émotionnelle*	Enfants 7-11 ans	Nov. : 6-13-20-27 Déc. : 4-11-18	Maison Médicale de la Thyle Court-St-Etienne Place Baudouin 1er 1490 CSE	**Edwige Bertholet** edwige.bertholet@gmail.com 0474/80.22.00	**Patrick Leysens** *Psy conventionnée*

GENAPPE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Groupe thématique**	*Information, prévention*	Ados	Mensuel	Le bug-1 Maison des jeunes Genappe	**Soline d'Udekem** sdudekem@gmail.com 0475/46 32 17	**Alix Dumont** **Helène Pensis** **Marie Sillen** **Christelle Joyeux** *Psys conventionnées*
EN COURS	**Ateliers thématiques**	*Gestion des émotions Estime de soi- Confiance en soi*	Ados	2x/mois	En terre 1 connue Amarrage	**Patrick Leysens** patrick.leysens@gmail.com 0498/26.35.38	**Educateurs d'En terre 1 connue**

LA HULPE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Comment faire de ton TDAH un super-pouvoir ? Outils pour grandir avec (et apprécier) ton TDAH**	*Difficultés scolaires, relationnelles, familiales, estime de soi, agitation, … meilleure gestion des émotions, concentration opérationnelle, connaissance du trouble, maitrise de soi et confiance en soi.*	Enfants de 8 à 12 ans avec un TDAH et leurs parents	***Le mercredi de 16h30 à 18h :*** Oct. : 02-09-16 Nov. : 06-13-20-27 Déc. : 04-11-18 Janv. 25 : 08-15	Salle Mahiermont Rue Jean-Baptiste Stouffs 12 1332 Genval	**Karima Meliani** karimameliani@hotmail.com 0497/44.46.37	**Annick Blondel**

MONT-ST-GUIBERT

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Parent'issages**	*Prévention de l'isolement, régulation des émotions, développement de la confiance en soi*	Enfants	2x /mois	ONE Mont-St-Guibert	**Morgane Xhonneux** xhonneuxmorgane@hmail.com 0471/73 07 35	**Maité Roland**

NIVELLES

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Sensibilisation: Le sommeil des tout-petits (0-5 ans)** Plus d'infos (07/10) Plus d'infos (13/01/25)	*Prévention* *Sensibilisation*	Parents ou futurs parents	Oct. : 7 Janv. 25 : 13	Centre pédiatrique Crescendo 65, rue de Monstreux	**Soline d'Udekem** sdudekem@gmail.com 0475/46 32 17	**Dr Sophie Sidler**
EN COURS	**Popote, papote, entre potes** Plus d'infos	*Prévention* *Information* *Déstigmatisation*	Jeunes	Rencontres mensuelles 4ème mercredi du mois	MJ squad, Nivelles	**Etienne Quairiaux** etiennequairiaux@psylalouviere.be 0478/22.63.32	**Mélanie Dursin** *Psy conventionnée*
EN COURS	**Nos enfants terribles ou comment aider nos enfants à grandir avec des repères et des limites**	*Gestion des comportements difficiles* *Partage d'expériences* *Soutien à la parentalité*	Parents d'enfants 2-6 ans	Mai : 16-30 Juin : 13 Juil. : 04 Sept. : 05	Centre pédiatrique Crescendo 65, rue de Monstreux, Nivelles	**Zoé Gelin** zoegelin@gmail.com 0479/88.36.45	**Dr Sophie Sidler**
NEW	**Apprivoiser les émotions des tout-petits**	*Sensibilisation précoce à la gestion des émotions*	Enfants 18-30 mois Puéricultrices	Déc. : 3-10-17	« Crèche les 3 petits pas » Avenue de France 2, 1400 Nivelle	**Soline d'Udekem** sdudekem@gmail.com 0475/46 32 17	**Zoé Gelin**

OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Café papotte bougeotte**	*parentalité - Consultation ONE Ottignies*	Enfants	2x / mois Le mercredi	ONE Ottignies	**Caroline Maison** caroline.maison@gmail.com 0487/54.32.17	**Edwige Berholet** *Psy conventionnée*
EN COURS	**Les vendredis, on marche en forêt !**	*Aller à la rencontre de l'autre et de soi*	Ados	2x / mois	Bois de Lauzelle, Ottignies-Louvain-la-Neuve	**Anne-Charlotte Gillès de Pélichy** annecharlottegdep@gmail.com 0497/44 24 38	**Virginie Samyn**
EN COURS	**Jouer avec mes émotions en corps et encore, 3 à 5 ans** Plus d'infos	*Régulation des émotions*	Enfants	2x / mois Le mercredi	« Maison de l'Enfance, Famille et Santé » Ottignies-LLN	**Agathe Crespel** agathecrespel@gmail.com 0473/42.22.63	**Olivia de Briey**
EN COURS	**Jouer avec mes émotions en corps et encore, 3 à 5 ans**	*Régulation des émotions*	Enfants	2x / mois Le samedi	« Maison de l'Enfance, Famille et Santé » Ottignies-LLN	**Véronique Delcoigne** veronique.delcoigne@cheminsensoi.be 0476/70.52.97	**Olivia de Briey**
EN COURS	**Jouer ses émotions, être en relations - de 6 à 8 ans** Plus d'infos	*Régulation des émotions*	Enfants	2x / mois Le mardi	Maison de l'Enfance, Famille et Santé d'OLLN	**Véronique Delcoigne** veronique.delcoigne@cheminsensoi.be 0476/705 297	**Olivia de Briey**
NEW	**Dé-stress & vous** Plus d'infos	*Psychoéducation sur les mécanismes du stress*	Ados	Nov. : 06-13-20-27 Déc. : 04	AMO La Chaloupe	**Laetitia De Decker** laetitiadedecker@gmail.com 0494/37 03 77	**Laetitia Schul** *Psy conventionnée*

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Gérer mes émotions dans ma relation avec mes enfants/petits-enfants** Plus d'infos	*Gestion des émotions* *stress et anxiété dans les relations parentales et élargies*	Adultes	Sept. : 19 Oct. : 10 Nov. : 28	Maison de l'Enfance et de la Famille Rue de la Sapinière 10 1340 OLLN	**Agathe Crespel** agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	**Olivia de Brey**
NEW	**Prendre soin de son SOMMEIL Ou l'art de réapprivoiser son sommeil**	*Prévention de l'insomnie* *Régulation du sommeil*	Etudiants	Oct. : 1-15-22 Nov. : 12-19	ASBL Univers Santé Louvain-La-Neuve Place Galillée 6 1348 OLLN	**Nathalie Limbourg** nathalielimbourg@gmail.com 0477/27.42.31	**Jean-Sébastien Lecat** *Psychologue clinicien*
EN COURS	**Appréhender le stress et réguler ses émotions grâce à la pleine conscience**	*Cycle d'entrainement à la pleine conscience*	Etudiants	Sept. : 23-30 Oct. : 7-14-21-28 Nov. : 4-11-18	Asbl Univers santé Pl. Galilée 6, 1348 Ottignies-Louvain-la-Neuve	**Nathalie Limbourg** nathalielimbourg@gmail.com 0477/27.42.31	**Anne-Sophie Poncelet** *Univers Santé*
NEW	**Comment mieux vivre avec mes pairs au sein de mon école ?**	*Séances d'animations de groupes-classes de primaire autour de la gestion des émotions, de l'apprentissage de l'empathie, de la prévention du harcèlement.*	Elèves de l'Ecole primaire Notre-Dame	4 séances par classe de septembre à décembre 2024	Ecole primaire Notre-Dame Avenue des Iris, 14 1341 Céroux-Mousty PMS libre 2 Wavre	**Caroline Maison** caroline.maison@gmail.com 0487/54.32.17	**PMS libre et professeurs**
NEW	**Estime de soi : s'aimer, croire en soi, être heureux … ça s'apprend !**	*Estime de soi*	Etudiants	Nov. : 7-14-21-28	Univers santé Place Galilée 6 1348 Louvain-la-Neuve	**Marie Vanlede** contact@marievanlede.com 0497/55.18.11	**Stéphanie Annez de Taboada**
NEW	**Communiquer en groupe**	*Anxiété, Confiance en soi* *S'exprimer et vivre en collectif*	Enfants en âge primaire	Nov. : 7-21 Déc. : 5-19	Ecole Le Ponceau	**Laureline Soete** laureline.soete01@gmail.com 0471/18.65.26	**Patrick Leysens** *Psy conventionné*

PERWEZ

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Ateliers destinés aux adolescents : Affirmation de soi et gestion des émotions** Plus d'infos	*Difficultés en milieu scolaire (mal-être, décrochage, harcèlement) et difficultés relationnelles, Médiation animale*	Adolescents de 11 à 18 ans	Oct. : 05 Nov. : 16 Janv. 25 : 18 Fév. 25 : 15 Mars 25 : 15 Avril 25 : 12	Refuge animalier ASBL Sans Collier Chaussée de Charleroi 68, 1360 Perwez	**Florence Derwahl** florence.derwahl@gmail.com 0473/52.66.13	**Chantal Debryune**

RIXENSART

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
MISSION	**Interventions et soutien auprès des jeunes de la Maison de Jeunes**	*Régulation des émotions, du stress, sensibilisation au soutien en santé mentale, réseau*	Ados	2x /mois	Maison des jeunes de Rixensart	**Loïc Dumont** dumontloicpsy@gmail.com 0471/25.40.14	**Noémie Roméro** *Psy conventionnée*

VILLERS-LA-VILLE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
MISSION	**Oser la parentalité imparfaite**	*Prévention de l'épuisement* *Soutien à la parentalité*	Autre mission 3	Mensuel	ONE Villers la Ville	**Régine de Briey** regine.debriey@gmail.com 0489/48 08 21	**Véronique Sablon, PEPS ONE** **Stéphanie Dellisse, PEPS ONE**
NEW	**Apprendre à connaitre et réguler ses émotions au contact des animaux** Plus d'infos	*Identification des émotions* *Développement des compétences émotionnelles*	Enfants 3-6 ans	Sept. : 28 Oct. : 05-12	Répit des Censes Chemin de la bruyère de Censes 5, Sart-Dame-Avelines	**Christelle Joyeux** joyeuxchristelle@gmail.com 0476/68.68.24	**ASBL Répit des Censes** **Stéphanie Ghigny** **Vanessa Frère**
NEW	**Apprendre à connaitre et comprendre ses émotions au contact des animaux**	*Identification des émotions* *Développement des compétences émotionnelles*	Enfants 3-6 ans	Nov. : 9-16-23	Répit des Censes Chemin de la bruyère de Censes 5, Sart-Dame-Avelines *En partenariat avec la Maison Médicale de Genappe*	**Christelle Joyeux** joyeuxchristelle@gmail.com 0476/68.68.24	**ASBL Répit des Censes** **Stéphanie Ghigny** **Vanessa Frère**
NEW	**Mes émotions, les animaux et moi** **J'explore mes émotions en contact avec les animaux et la nature.** Plus d'infos	*Développement des compétences émotionnelles*	Enfants 4-9 ans	Oct. : 21-22-23	Répit des Censes Chemin de la bruyère de Censes 5, Sart-Dame-Avelines	**Christelle Joyeux** joyeuxchristelle@gmail.com 0476/68.68.24	**ASBL Répit des Censes** **Stéphanie Ghigny** **Vanessa Frère**

WAVRE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Motiv'toi**	*Remotivation études professionnelles et de dynamique de groupe*	Ados	Dates à venir au début de l'année scolaire 24-25	IPES Bohy Avenue Benoît Bohy 51, 1300 Wavre	**Noémi Romero Simon** no.romero.simon@gmail.com 0490/36.76.76	**Maité Aguado** *PMS Provincial de Wavre*
NEW	**Prévention et outillage des familles autour de la problématique TCA** Plus d'infos	*Psychoéducation sur le TCA, aide à la gestion des impacts sur le jeune, sur la vie de famille et de couple, aide à la gestion des émotions*	Parent ou accompagnant d'un jeune souffrant de TCA	***Mercredi*** ***De 19h à 20h30*** Sept. : 25 Oct. : 16 Nov. : 20 Déc. : 18 Janv. 25 : 15 Fév. 25 : 05	DynamicPsy Rue Chapelle Sainte Elisabeth 20, 1300 Wavre	**Alexia Chrysochoos** achrysochoos@gmail.com 0493/48.52.88	**Gaëlle Le Bouëdec** *Psy conventionnée*
EN COURS	**Soutenir le bien-être de l'enfant à besoins spécifiques et de son entourage** Plus d'infos - Affiche	*Pistes de soutien sur la question des besoins spécifiques au quotidien*	Parents et entourage d'enfants et jeunes à besoins spécifiques	Sept. : 23	Espace Columban chemin de Vieusart 162 1300 Wavre	**Laureline Soete** laureline.soete01@gmail.com 0471/18.65.26	**Anne-Françoise Désirant** **Christophe Mussolin** **Caroline Jacquet** **Julie De Clercq** **Dr Géraldine Gilbert**

CARTE AUTOMNE 2024

LISTE DES SÉANCES DE GROUPES DES PSYCHOLOGUES CONVENTIONNÉS – Ados / Adultes / Seniors – À partir de 15 ans

L'accord d'âges du 3ème étage : moments partagés autour de l'histoire de vie des résidents

1. Paroles fertiles
2. Ne restez plus seul face à l'épuisement parental
3. Apprivoiser le stress et les émotions en pratiquant la méditation pleine conscience
4. Développer sa confiance en soi afin de mieux se réorienter professionnellement… C'est possible !
5. Marre de vos ruminations et de vos inquiétudes quotidiennes

1. Prendre soin de soi, de ses émotions et de son corps
2. Retrouver du sens pour avancer

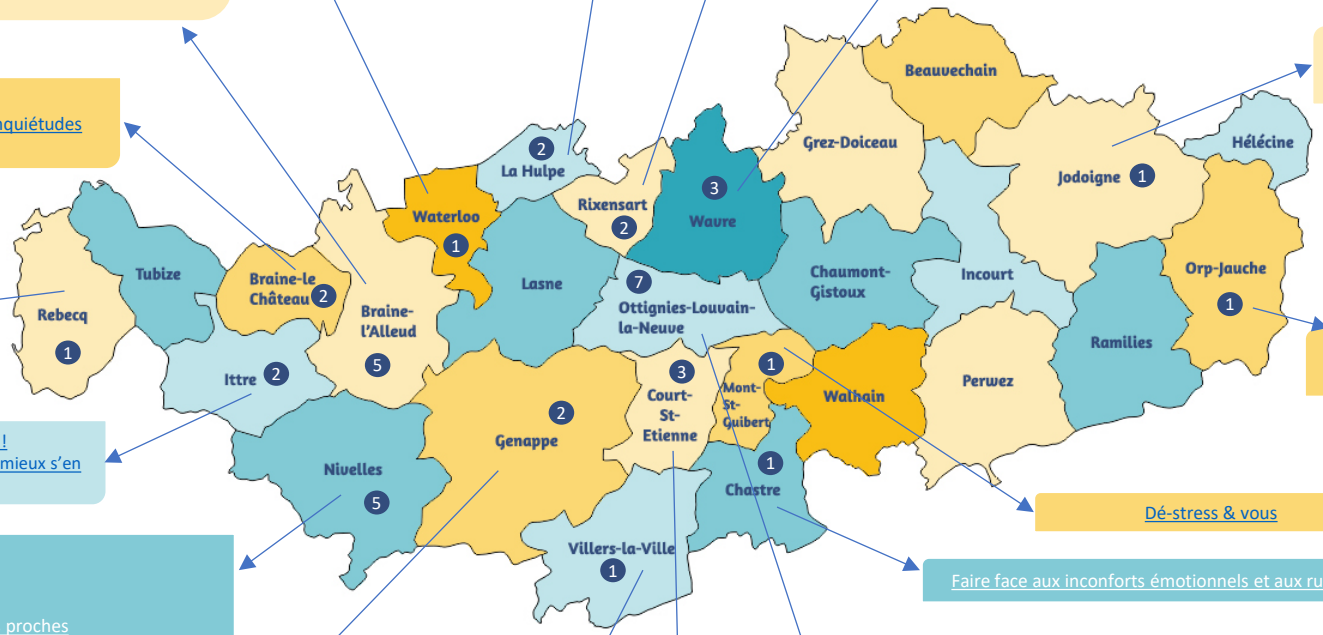
1. Je dompte mon TDAH
2. Le burnout, une épreuve pour mieux me connaitre

1. Cap sur ma météo intérieure : suite sur les émotions
2. Comprendre le burnout pour se reconstruire et mieux rebondir
3. Vivre après le décès d'un proche

1. Se respecter et se faire respecter
2. Marre de vos ruminations et de vos inquiétudes quotidiennes

Comprendre le burnout pour se reconstruire et mieux rebondir

Apprivoiser le stress et s'épanouir au jour le jour grâce à la pratique de la pleine conscience



Groupe processuel de deuil de grossesse non aboutie

1. Parentalité : ensemble, gardons le cap !
2. Mieux comprendre l'épuisement pour mieux s'en protéger

Dé-stress & vous

1. Burn-out professionnel
2. Equilibre travail-vie personnelle
3. Carnet de deuil
4. Groupe de soutien pour les aidants proches
5. Perdre mon autonomie, c'est dur ! Cheminons ensemble pour nous sentir mieux.

Faire face aux inconforts émotionnels et aux ruminations

Gestion du stress et de ses émotions

1. Groupe de soutien pour les personnes souffrant de ruminations chroniques
2. Apprendre à auto-gérer mes émotions dans un lieu culturel qui favorise l'émergence des émotions : un musée
3. Devenir pote avec mon burnout
4. Être actrice de sa vie
5. Alcool et émotions
6. J'écoute mon corps et mes ressentis- Trois ateliers pour prendre soin de soi
7. Tisser des liens, être bien avec les autres

1. Prendre soin de son sommeil ou l'art de réapprivoiser son sommeil
2. Rout'En Soi

1. Epuisement professionnel/Burn-out
2. Face au vécu de perte, entrer en résilience - Groupe de soutien Sclérose en Plaques
3. Mes souffrances et moi
4. Perdre son autonomie c'est dur… Cheminons ensemble pour se sentir mieux ! Pour toute personne concernée par la maladie, le handicap, un accident ou le vieillissement

RÉSEAU DES ADULTES/SENIORS

RÉSEAU 107 BW
Réseau intersectoriel de santé mentale pour adultes du Brabant wallon

BRAINE-LE-CHATEAU

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Se respecter et se faire respecter** Plus d'infos	*Estime de soi, violences interpersonnelles, hygiène de vie, prendre soin de soi*	Adultes	Sept. : 12-26 Oct. : 10-24 Nov. : 7	CPAS de Braine-le-Château Place de la station 4, Braine-le-Château	**Pierre Orban** 1orbanp@gmail.com 0485 31 91 70	**Valérie Migot**
NEW	**Marre de vos ruminations et de vos inquiétudes quotidiennes** Plus d'infos	*Troubles anxieux*	Adultes	Nov. : 18-25 Déc. : 9-16 Janv. 25 : 6-13-20-27	Cabinet médical du Foyau Braine-le-Château	**Coralie Archambeau** coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	**Cyrielle Ristagno** *Psy conventionnée*

BRAINE-L'ALLEUD

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Paroles fertiles** Plus d'infos	*Groupe de soutien aux personnes en désir d'enfant (PMA, Fausse Couche, Adoption, etc)*	Adultes	***Cycle 1 :*** Juil. : 04-18 Août : 01-29 Sept. : 12-26 ***Cycle 2 :*** Oct. : 10-24 Nov. : 07-21 Déc. : 05-09	« Home Maternité » Braine-l'Alleud	**Gaëlle De Vlieger** gaelle.devlieger@gmail.com 0468/38.46.89	**Jeanne Sompo**
NEW	**Ne restez plus seul face à l'épuisement parental** Plus d'infos	*Prévention de l'épuisement parental / charge mentale*	Adultes	Oct. : 7-14 Nov. : 4- 18-25 Déc. : 2- 9- 16	Maison des Associations BLA Grand Place Baudouin 1er, n°3.	**Coralie Archambeau** coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	**Loic Dumont** *Psy conventionné*
NEW	**Apprivoiser le stress et les émotions en pratiquant la méditation pleine conscience** Plus d'infos	*Régulation du stress*	Adultes	Oct. : 1-8-15 Nov. : 5- 12- 19- 26 Déc. : 3	Centre médical de Lillois, Grand Route 28, 1428 Lillois	**Coralie Archambeau** coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	**Dr. Anne Magotteaux**
NEW	**Développer sa confiance en soi afin de mieux se réorienter professionnellement… C'est possible !** Plus d'infos	*Confiance en soi et réorientation professionnelle*	Adultes	Oct. : 4-11- 18 Nov. : 8-15- 29 Déc. : 6-13	Mutualité Chrétienne de Braine l'Alleud, Rue Schépers 33, 1420 Braine l'Alleud	**Coralie Archambeau** coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	**Cyrielle Ristagno** *Psy conventionnée*
NEW	**Marre de vos ruminations et de vos inquiétudes quotidiennes** Plus d'infos	*Troubles anxieux*	Adultes	Nov. : 18-25 Déc. : 9-16 Janv. 25 : 6-13-20-27	Centre médical de Lillois, Grand Route 28, 1428 Lillois	**Coralie Archambeau** coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	**Cyrielle Ristagno** *Psy conventionnée*

CHASTRE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Faire face aux inconforts émotionnels et aux ruminations** Plus d'infos	*Cycle de 8 séances d'entrainement à la pleine conscience*	Adultes et Seniors	Sept. : 26 Oct. : 03, 10 Nov. : 07, 14, 21, 28 Déc. : 12	Domaines des Possibles Rue de Gembloux, 2 à 1450 Chastre	**Claire Philippart** Claire.philippart@gmail.com 0497/75.81.82	**Elise Merten** *Psy conventionnée*

COURT-ST-ETIENNE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Burn-out et épuisement professionnel : « comment le comprendre, l'éviter et rebondir avec l'aide d'un groupe »** Plus d'infos - Affiches	*Burn out professionnel*	Adultes	Oct. : 11-18 Nov. : 8-22 Déc. : 6	Mutualité Chrétienne Court Saint Etienne	**Charlotte Platteau** cplatteau@skynet.be 0471/50.42.02	**Fanny de Reuck** *Psy conventionnée*
EN COURS	**Face au vécu de perte, entrer en résilience Groupe de soutien Sclérose en Plaques** Plus d'infos	*Groupe de soutien pour favoriser l'écoute et l'expression de ses sentiments et besoins*	Adultes	Sept. : 19 Oct. : 03-17 Nov. : 07-21	En collaboration avec la ligue de la Sclérose en Plaques Rue du Try 13	**Agathe Crespel** agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	**Jeoffroy Rombaut et Jade Koch** *Travailleurs sociaux de la Ligue Belge de la Sclérose en Plaques*
NEW	**Mes souffrances et moi**	*Ateliers de reconstruction autour des douleurs chroniques*	Adultes	Sept. : 25 Oct. : 07	Maison Médicale de la Thyle Court-saint-Etienne	**Caroline Maison** caroline.maison@gmail.com 0487/54.32.17	**Justine Hanot** *Psy conventionnée*
NEW	**Perdre son autonomie c'est dur… Cheminons ensemble pour se sentir mieux ! Pour toute personne concernée par la maladie, le handicap, un accident ou le vieillissement** Plus d'infos	*Empowerment*	Adultes	Nov. : 14-21-28 Déc. : 5-12	Mutualité Chrétienne avenue des Métallurgistes 1, 1490 Court-Saint-Etienne	**Agathe Crespel** agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	**Christine Martin** *Altéo*

GENAPPE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Prendre soin de son sommeil ou l'art de réapprivoiser son sommeil** Plus d'infos	*Prévention de l'insomnie* *Régulation du sommeil*	Adultes et jeunes adultes	Août : 30 Sept. : 20 Oct. : 11-18 Nov. : 15	En collaboration avec la Maison Médicale de Genappe, se tiendra au Le Monthy	**Nathalie Limbourg** nathalielimbourg@gmail.com 0477/27.42.31	**Jean-Sébastien Lecat** *Psychologue clinicien*
EN COURS	**Rout'En Soi** Plus d'infos	*Ateliers confiance en soi, estime de soi*	Adultes	Sept. : 17-24 Oct. : 01-08-17-19-26 Déc. : 3-10-17	En partenariat avec le CPAS de Genappe et le 38 Rue de Bruxelles 38 1470 Genappe	**Anne Sophie Collet** anso.collet@gmail.com 0485/54.18.79	**Geneviève Mattez** **Amaury Pirotte**

ITTRE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Parentalité : ensemble gardons le cap !** Plus d'infos	*Parentalité*	Adultes	Sept. : 16-30 Oct. : 14-28 Nov. : 25 Déc. : 9	Espace au vert 29 rue haute 1460 Ittre *(En collaboration avec le cabinet médical « Les Digues »)*	**Gaëlle De Vlieger** gaelle.devlieger@gmail.com 0468/38.46.89	**Fantin Nathalie**
NEW	**Mieux comprendre l'épuisement pour mieux s'en protéger** Plus d'infos	*Prévention de l'épuisement*	Adultes	***Les mardis*** Oct. : 1-3-8-10 ***Les jeudis*** Oct. : 15-17-22-24	Centre Médical "Les digues"	**Delphine Vanderschueren** delphvds@hotmail.com 0478/77 02 07	**Charlotte Debrus**

JODOIGNE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Comprendre le burnout pour se reconstruire et mieux rebondir** Plus d'infos	*Epuisement professionnel et/ou privé, global*	Adultes en situation d'épuisement professionnel et/ou privé	Oct. : 10-17 Nov. : 7-14-21-28	Mutualité Chrétienne Rue du bosquet 6F, 1370 Jodoigne	**Céline Van Nieuwenborgh** Psychologuevnb@gmail.com 0472/35.09.96	**Chloé Behets** *Psy conventionnée*

LA HULPE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Je dompte mon TDAH Outils pour vivre avec son TDAH** Plus d'infos	*Difficultés dans un ou plusieurs domaines de vie, suite à ce trouble : difficultés professionnelles, relationnelles, familiales, physiologiques, émotionnelles,…*	Adultes avec un TDAH	***Le mercredi de 10h à 11h30 :*** Oct. : 02-09-16 Nov. : 06-13-20-27 Déc. : 04-11-18 Janv. 25 : 08-15	Aux ARTgiles Salle Mahiermont Rue Jean-Baptiste Stouffs 12 1332 Genval	**Karima Meliani** karimameliani@hotmail.com 0497/44.46.37	**Annick Blondel**
NEW	**Le burnout, une épreuve pour mieux me connaitre** Plus d'infos	*Rompre l'isolement ; outils de bien-être face à la problématique, surcharge mentale / burnout; Mobilisation de ressources, retrouver du sens.*	Adultes vivant un burnout	***Le jeudi de 9h30 à 11h00 :*** Oct. : 03-10-17 Nov. : 07-14-21-28 Déc. : 05-12-19 Janv. 25 : 09-16	Aux ARTgiles Salle Mahiermont Rue Jean-Baptiste Stouffs 12 1332 Genval	**Karima Meliani** karimameliani@hotmail.com 0497/44.46.37	**Cathy Deharynck**

MONT-SAINT-GUIBERT

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Dé-stress & vous**	*Prévention et récupération du stress chronique et aigu*	Adultes	Sept. : 18-25 Oct. : 03-09-16	La Ruche citoyenne 23 Grand'Place 1435 MSG	**Laetitia Schul** vivapsy@gmail.com 0471/44 31 79	**Laetitia de Decker** *Psy conventionnée*

NIVELLES

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Burn-out professionnel** Plus d'infos	*Expression des émotions, psychoéducation, soutien, partages d'expérience, renforcement de la résilience*	Adultes	Nov. : 5-12-19-26 Déc. : 3	Mutualité Chrétienne Rue des archers 54 Nivelles	**Rosa Cuccia** rosanna.cuccia@libero.it 0489/26.05.79	**Emmanuel Roy** *Psy conventionné*
NEW	**Equilibre travail-vie personnelle** Plus d'infos	*Sensibilisation et éducation, exploration des ressources, échanges, soutien, promotion du bien-être*	Adultes	Nov. : 5-12-19-26 Déc. : 3	Mutualité Chrétienne Rue des archers 54 Nivelles	**Rosa Cuccia** rosanna.cuccia@libero.it 0489/26.05.79	**Emmanuel Roy** *Psy conventionné*
NEW	**Carnet de deuil** Plus d'infos	*Travail autour des pertes, ruptures, deuil*	Adultes et seniors	Nov. : 22-29 Déc. : 6-13-20	Mutualité Chrétienne Rue des archers 54 Nivelles	**Stéphanie Taelman** stephanie.taelman.psy@gmail.com 0471/21.10.98	**Anne de Limbourg**
EN COURS	**Groupe de soutien pour les aidants proches Partageons nos vécus** Plus d'infos	*Psychoéducation , information réseau, réseau de soutien*	Adultes et seniors	Sept. : 11 Oct. : 16 Nov. : 13 Déc. : 11	Mutualité Chrétienne Rue des archers 54 Nivelles	**Stéphanie Taelman** stephanie.taelman.psy@gmail.com 0471/21.10.98	**Hélène Tovstiuk**
NEW	**Perdre mon autonomie, c'est dur ! Cheminons ensemble pour nous sentir mieux.** Plus d'infos	*Expression, identification et régulation des émotions* *Soutien par les pairs* *psychoéducation*	Adultes	Nov. : 5-12-19-26 Déc. : 3	Mutualité Chrétienne Rue des archers 54 Nivelles	**Rosa Cuccia** rosanna.cuccia@libero.it 0489/26.05.79	**Marie Vanden Hende**

ORP-JAUCHE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	**Groupe processuel de deuil de grossesse non aboutie** Plus d'infos	*Deuil complexe* *Périnatalité*	Adultes	Mardi soir (19h30 - 21h), dates fixées lorsque nombre minimal de participants atteint	Centre BAMA avenue Albert Drossart 34 - 1350 Orp-Jauche	**Emilie Gerard** psychologue.emiliegerard@gmail.com 0473/41 45 18	**Eve Scorneaux** *Psy conventionnée*

OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Groupe de soutien pour les personnes souffrant de ruminations chroniques** Plus d'infos	*Ruminations chroniques*	Adultes	Sept. : 12-19-26 Oct. : 3-10-17 Nov. : 7-14-21 Déc. : 5-12-19	20 rue Haute 1340 OLLN	**Laurent Heck** laurent.heck@amai-asbl.be 0479/39.42.34	**Marjolaine Van Brussel**
NEW	**Apprendre à auto-gérer mes émotions dans un lieu culturel qui favorise l'émergence des émotions : un musée** Plus d'infos	*gestion des émotions trouble anxieux et similaire*	Adultes	Sept. : 13-20 Oct. : 04-11-18	Musée L Place des Sciences 3, 1348 Ottignies-Louvain-la-Neuve	**Corinne Courtois** Corinne.courtois.psy@gmail.com 0478/48.27.95	**Muriel Damien**
NEW	**Devenir pote avec mon burnout** Plus d'infos	*Burnout*	Adultes	Sept. : 24 Oct. : 1-8-15 Nov. : 5-12-19	En collaboration avec Cap Santé Amaï ASBL	**Laetitia Schul** vivapsy@gmail.com 0471/44 31 79	**Laurent Heck** *Psy conventionné*
NEW	**Être actrice de sa vie**	*Confiance en soi Empowerment*	Adultes	Sept. : 20 Oct. : 18 Nov. : 29	Maison Maternelle du BW	**Agathe Crespel** agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	**Aurore Mayne** *Educatrice*
NEW	**Alcool et émotions** Plus d'infos	*Informations et outils de gestion émotionnelle*	Adultes	Sept. : 02-09-16-30 Oct. : 07	Service Patchwork Rue du moulin 9 1340 Ottignies	**Anaïs Van Schendel** anaisvanschendel.patchwork@gmail.com 0472/49.62.35	**Marie-Anne Meulders**
NEW	**J'écoute mon corps et mes ressentis- Trois ateliers pour prendre soin de soi** Plus d'infos	*Sortir des ruminations Se reconnecter à soi*	Adultes	Oct. : 10-17 Nov. : 14	CM MediRy Place du Père Bruno Reynders 3 1340 Ottignies	**Agathe Crespel** agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	**Dr Renoy - Mediry**
NEW	**Tisser des liens, être bien avec les autres**	*Estime de soi Isolement*	Etudiants	Nov. : 7-14 Déc. : 05	Service d'Aide aux étudiants	**Agathe Crespel** agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	**Caroline Valentiny** **UCL**

REBECQ

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**« Apprivoiser le stress et s'épanouir au jour le jour grâce à la pratique de la pleine conscience** Plus d'infos	*Anxiété, stress, ruminations*	Adultes	Oct. : 01-08-15 Nov. : 5-12-19-26 Déc. : 3	Centre médical Hebaval et Centre pluridisciplinaire du Stoquois Chemin du Stoquois	**Marie-Eve Aubois** marie.eve.aubois@gmail.com 0479/16.65.02	**Caroline De Vos**

RIXENSART

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Prendre soin de soi, de ses émotions et de son corps**	*Ateliers pour femmes en situation de vulnérabilité hébergées ou accueillies à la Maison'elle*	Adultes	Sept. : 13 Oct. : 17 Nov. : 28	La Maison'elle Avenue Fond Jean Rosy 32 1330 Rixensart	**Agathe Crespel** agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	**Marie-Aurore Labonte**
NEW	**Retrouver du sens pour avancer** Plus d'infos	*Blocage émotionnel, perte de sens, isolement, perte de confiance en soi, peur d'avancer*	Adultes	***Le vendredi de 10h30 à 12h30 :*** Oct. : 04-11-18 Nov. : 08-15	Espace D'Clic, Les Charmettes, rue du Tilleul 56, 1332 Rixensart	**Emmylou Depaepe** psydepaepe@gmail.com 0471/37.06.86	**Katia Bessa de Oliveira** *Psy conventionnée*

VILLERS-LA-VILLE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Gestion du stress et de ses émotions** Plus d'infos	*Prendre soin de soi, de ses émotions et son stress par des approches psycho-corporelles*	Adultes	Oct. : 10 + 1 autre date à venir	En collaboration avec la Maison Médicale de Villers-la-Ville Rue de Marbais 61	**Agathe Crespel** agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	**Aurore Labonte**

WATERLOO

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**L'accord d'âges du 3ème étage : moments partagés autour de l'histoire de vie des résidents**	*Lutter contre l'isolement et rempli sur soi*	Seniors	Septembre à décembre	LE GIBLOUX, 26 chemin du Bon Dieu de Gibloux CPAS de Waterloo	**Régine de Briey** regine.debriey@gmail.com 0489/48 08 21	**Johanne TILMAN**

WAVRE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	**Cap sur ma météo intérieure : suite sur les émotions** Plus d'infos	*Gestion des émotions, connaissance de soi, améliorer sa communication*	Adultes	Oct. : 16 Déc. : 04 Janv. 25 : 15	Maison ouverte Ose Aller Rue de Bruxelles, 15 1300 Wavre	**Emmylou Depaepe**	**Nicolas Grancea**
NEW	**Comprendre le burnout pour se reconstruire et mieux rebondir** Plus d'infos	*Epuisement professionnel - Burnout*	Adultes en situation d'épuisement professionnel ou en BO, en arrêt de travail	Oct. : 03-10-15 Nov. : 07-14	Mutualité Chrétienne Rue Charles Sambon, 24 1300 Wavre	**Catherine Mergan** catherine.mergan@gmail.com 0475/77.26.65	**Nathalie Bosquet**
NEW	**Vivre après le décès d'un proche** Plus d'infos	*Deuil, émotions*	Adultes	Oct. : 03-10-15 Nov. : 07-14	Mutualité Chrétienne Rue Charles Sambon, 24 1300 Wavre	**Catherine Mergan** catherine.mergan@gmail.com 0475/77.26.65	**Nathalie Bosquet**