

INTÉGRATION DES FONCTIONS PSYCHOLOGIQUES DE 1^{ÈRE} LIGNE :

LISTE DES SÉANCES DE GROUPES DES PSYCHOLOGUES CONVENTIONNÉS

HIVER 2026

Mise-à-jour 16-01-2026

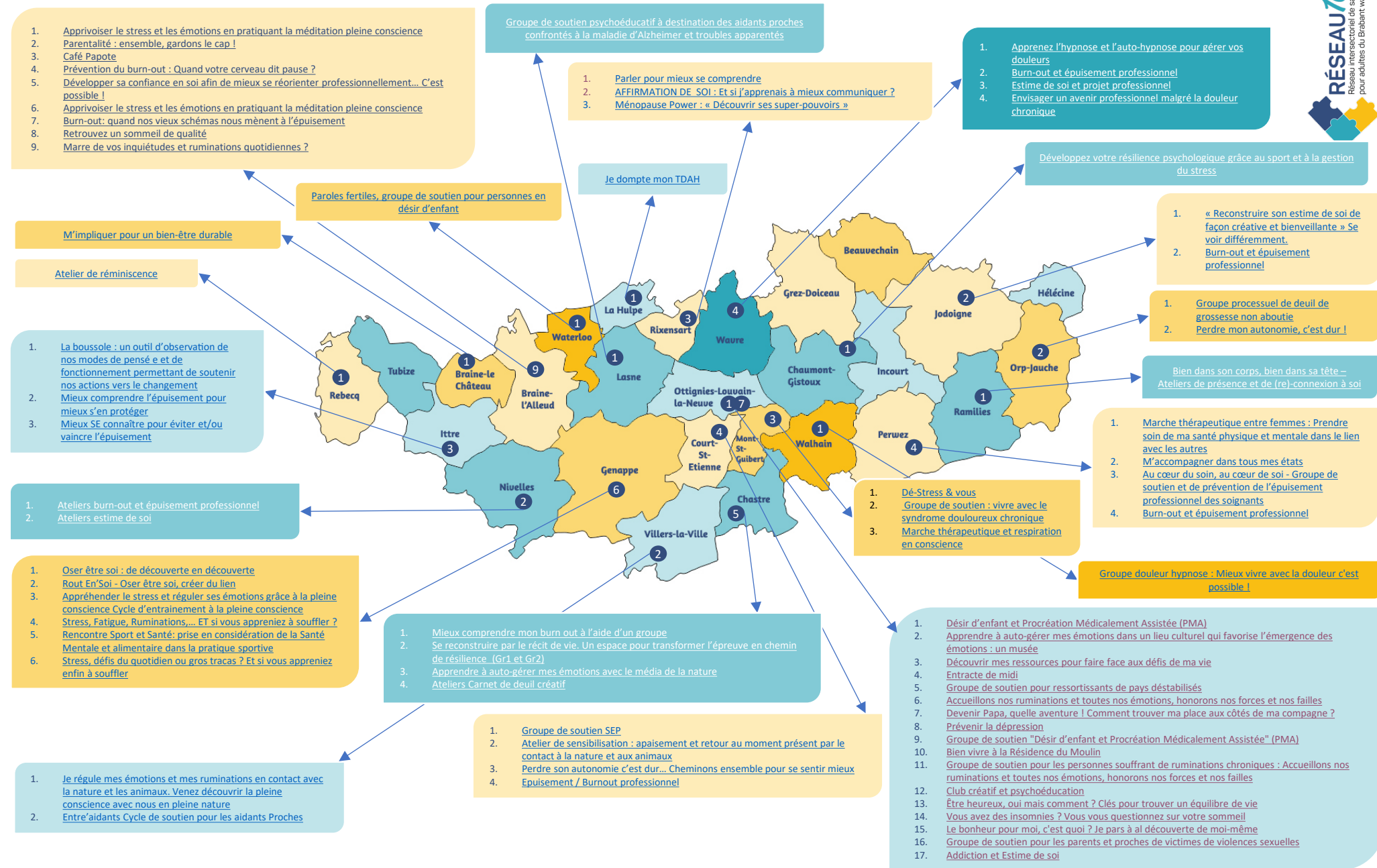


archipel



RÉSEAU 107BW

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



BRAINE-L'ALLEUD

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	Apprivoiser le stress et les émotions en pratiquant la méditation pleine conscience Plus d'infos	<i>Amélioration de la gestion du stress, des émotions, des pensées difficiles, de l'anxiété, des douleurs chroniques, des troubles du sommeil grâce à la méditation pleine conscience</i>	Adultes	2025 Nov. : 18-25 Déc. : 2-9-16 2026 Janv. : 6-13-20	Centre médical de Lillois Grand Route 28, 1428 Lillois	Coralie Archambeau coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	Dr Magotteaux
EN COURS	Parentalité : ensemble, gardons le cap !	<i>Soutien à la parentalité</i>	Adultes	2025 Sept. : 18 Nov. : 13 Déc. : 11 2026 Marc : 19 Avr. : 16 Juin : 11	En collaboration avec le Centre médical "les Digues" 15 rue Georges Rodenbach, 1420 BLA	Gaelle de Vlieger gaelle.devlieger@gmail.com 0468 38 46 89	Nathalie Fantin

Suite groupes
Braine-
l'Alleud



[Retour
carte](#)



SUITE BRAINE-L'ALLEUD

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	Café Papote <i>Renforcer l'autonomie relationnelle, Renforcer la compréhension du cadre institutionnel Renforcer la participation des résidents à la vie collective.</i>	Résidents de Notre village Entre 20 & 60 ans	2025 Nov. : 25 Déc. : 16 2026 Janv. : 13	Notre Village Asbl Rue Sart Moulin 1, 1421 Ophain	Rosa Cuccia rosanna.cuccia@libero.it 0489/26.05.79	Equipe éducative Notre Village
NEW	Prévention du burn-out : Quand votre cerveau dit pause ? Plus d'infos Flyer MC	Adultes	Fév. : 13-20-27 Mars : 13-20	Rue Schépers 33, 1420 Braine - l'Alleud	Coralie Archambeau coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	Cyrielle Ristagno <i>Psy conventionnée</i>
NEW	Développer sa confiance en soi afin de mieux se réorienter professionnellement... C'est possible ! Plus d'infos Flyer MC	Personnes qui ont eu un burn-out ou qui sont en arrêt de travail et en perte de confiance en soi et de motivation pour reprendre leur travail	Fév. : 13-20-27 Mars : 13-20	Rue Schépers 33, 1420 Braine - l'Alleud	Coralie Archambeau coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	Cyrielle Ristagno <i>Psy conventionnée</i>
NEW	Apprivoiser le stress et les Émotions en pratiquant la méditation pleine conscience Plus d'infos	Toutes les personnes qui souffrent de stress, ruminations, anxiété, douleurs chroniques, troubles du sommeil ou qui ont eu une dépression.	Fév. : 03-24 Mars : 3-10-17-31 Avr. : 14-21	Centre Médical de Lillois Grand'Route 28, 1428 Lillois	Coralie Archambeau coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	Dr Anne Magotteau

Suite groupes
Braine-
l'Alleud



[Retour](#)
[carte](#)



SUITE BRAINE-L'ALLEUD

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	Retrouvez un sommeil de qualité Plus d'infos	<i>Avoir une connaissance du sommeil, des cycles, des hormones,...</i> <i>Prendre conscience de ses croyances par rapport au sommeil</i> <i>Mettre en place des nouvelles habitudes, des nouveaux comportements pour améliorer son sommeil</i> <i>Apprendre des techniques de gestion du stress</i>	Les adultes de 18 à 99 ans rencontrant des difficultés d'endormissement, des réveils nocturnes fréquents et/ou un réveil matinal précoce	Fév. : 13- 27 Mars : 20 Avr. : 24 Mai : 8- 22-29 Juin : 5	Centre Médical de Lillois Grand'Route 28, 1428 Lillois	Coralie Archambeau coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	Audrey Pourbaix
NEW	Burn-out: quand nos vieux schémas nous mènent à l'épuisement Plus d'infos	<i>Mieux comprendre ses schémas, apaiser son stress, retrouver du sens, sortir de l'isolement et se reconnecter à soi</i>	Adultes en situation de burn-out	Fév. : 13-20-27 Mars : 13-20-27 Avr. : 17-24 Mai : 08-22-29 Juin : 05/6	Centre Médical de Lillois Grand'Route 28, 1428 Lillois	Coralie Archambeau coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	Cyrielle Ristagno <i>Psy conventionnée</i>
NEW	Marre de vos inquiétudes et ruminations quotidiennes ? Plus d'infos	<i>Comprendre les ruminations et scénarios catastrophes qui vous envahissent ;</i>	Personnes souffrantes d'une anxiété généralisée, d'une anxiété sociale, d'un schéma d'exigences élevées (perfectionnisme), d'un stress chronique	Mars : 07 Avr. : 17-24 Mai : 08-22-29 Juin : 05-12-19-26 Juil. : 03-10	Centre Médical de Lillois Grand'Route 28, 1428 Lillois	Coralie Archambeau coraliearchambeau-psy@outlook.com 0479/24.27.00	Cyrielle Ristagno <i>Psy conventionnée</i>

BRAINE-LE-CHÂTEAU

EN COURS

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
M'impliquer pour un bien-être durable	<i>Prévention de la dépression</i> <i>Support social</i> <i>Hygiène de vie</i> <i>Adaptation à l'environnement</i>	Adultes	2025 Nov. : 13-27 Déc. : 04-11-18 2026 Janv. : 08-15-29 Fév. : 05-12	CPAS Place de la station 4 1440 Braine-le-Château	Pierre Orban 1orbanp@gmail.com 0485 31 91 70	Valérie Migot

CHASTRE

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	Se reconstruire par le récit de vie Un espace pour transformer l'épreuve en chemin de résilience Plus d'infos	Adultes	De 10h à 11h30 2025 Nov. : 12-18 Déc. : 02-16 2026 Janv. : 13-20 --- 2025 De 13h30 à 15h30 Nov. : 04 2026 De 10h à 11h30 Janv. : 06	Maison Communale de Chastre Avenue du Castillon 71 1450 Chastre --- Bibliothèque de Blanmont Rue de l'église 13A 1450 Chastre	Cécile Croonenberghs cecilecroonenberghs@gmail.com 0473/37.31.11	Sophie de Cocquéau
NEW	Mieux comprendre mon burn-out à l'aide d'un groupe Plus d'infos	Adultes en burn-out professionnel à n'importe quel stade de leur parcours de soins	Jeudi en 2026 de 13h à 15h Janv. : 22 Fév. : 5-12 Mars : 5-19-26	Domaines des Possibles Rue de Gembloux 2 1450 Chastre	Corinne Courtois Corinne.courtois.psy@gmail.com 0478/48.27.95	Valérie Mulatin
NEW	Apprendre à auto-gérer mes émotions avec le média de la nature Plus d'infos	Patients ayant des difficultés à gérer leurs émotions et/ou cherchant à améliorer la gestion de leurs émotions <i>Français, Anglais, Espagnol</i>	De 13h15 à 15h15 Mars : 09-16-23-30 Avr. : 20	Domaines des Possibles Rue de Gembloux 2 1450 Chastre	Elise Merten elisemerten@gmail.com 0476/46.27.61	Laurence Giliot <i>Thérapeute, experte de vécu</i>

CHAUMONT-GISTOUX

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Développez votre résilience psychologique grâce au sport et à la gestion du stress Plus d'infos	<i>Identifier et gérer les situations de stress, éviter l'épuisement, ruminations, relaxation, gestion des limites, bienveillance envers soi et les autres</i>	Ados (15+), Adultes et seniors présentant des troubles dépressifs et/ou anxieux ainsi que des problèmes d'estime de soi ou d'isolement	Du 3 novembre au 10 décembre 2025 Du 5 janvier au 11 février 2026	Centre Fyki Sports / Crossfit Tembo Rue Inchebroux 1C 1325 Chaumont-Gistoux	Emmanuel Nicaise Emmanuel.nicaise@psychologue-clinicien.be 0479/36.46.46	Edouard Vanpee et Thomas Hansoulle

COURT-SAINT-ETIENNE

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	Groupe de soutien SEP Plus d'infos	<i>Groupe de soutien pour favoriser l'écoute et l'expression de ses sentiments et besoins</i> Adultes	Mars : 26 Avr. : 02-23 Mai : 28 Juin : 04	<i>En collaboration avec la ligue de la Sclérose en Plaques</i> Rue du Try 13 1490 CSE	Agathe Crespel agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	Jeoffroy Rombaut et Jade Koch <i>Travailleurs sociaux de la Ligue Belge de la Sclérose en Plaques</i>
NEW	Perdre son autonomie c'est dur... Cheminons ensemble pour se sentir mieux Plus d'infos	<i>Soutien à la perte d'autonomie Renforcement de la résilience</i> Adultes	Mars : 26 Avr. : 2-23 Mai : 28 Juin : 4	<i>En collaboration avec la Mutualité Chrétienne et Altéo</i> Avenue des Métallurgistes, 1 1490 CSE	Agathe Crespel agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	Christine Martin
EN COURS	Atelier de sensibilisation : apaisement et retour au moment présent par le contact à la nature et aux animaux Plus d'infos	<i>Réduction du stress, de l'anxiété, des ruminations Retour au moment présent</i> Adultes	Avr. : 10 Mai : 22 Juin : 5 Juil. : 3	<i>En collaboration avec la Maison médicale de "La Thyle"</i> ASBL IZIS rue ferme du coq, 26, 1490 CSE Centre AYO Rue des Tiennes, 1, 1380 Lasne.	Daphnée Stadnik dstadnik@gmail.com 0474/60.55.71	Sophie Spiette
NEW	Ateliers Carnet de deuil créatif	<i>Ces 4 séances sont une offre de groupe pour accompagner les personnes en deuil (face à une perte) dans leur travail de deuil en créant un carnet créatif. Les échanges dans le groupe permettront aux personnes de se sentir moins seules dans leurs difficultés liées au deuil</i> Adulte ou grand adolescent (>16 ans) qui vit un deuil ou une perte : perte d'un être cher, perte d'un emploi, rupture d'une relation, perte au niveau de la santé,...	Mardi de 10h à 12h Mars : 10-17-24-31	Domaines des Possibles – tiers lieu de Chastre Rue de Gembloux 2 1450 Chastre	Corinne Courtois Corinne.courtois.psy@gmail.com 0478/48.27.95	/

SUITE COURT-SAINT-ETIENNE

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Epuisement / Burnout professionnel Réflexion en groupe pour mieux le comprendre, l'éviter, en sortir Flyer MC	<i>Partage d'expérience et de soutien;</i> <i>Travail sur deux facteurs de protection contre l'épuisement professionnel : la rupture du sentiment de solitude et le partage social des émotions ;</i> <i>Travail sur une régulation émotionnelle saine</i>	Adultes	Fév. : 6-13 Mars : 6-20 Avr. : 10	Mutualité Chrétienne Av des Métallurgistes, 1 1490 Court-Saint-Etienne	Charlotte Platteau cplatteau@skynet.be 0471/50.42.02	Fanny de Reuck <i>Psy conventionnée</i>

GENAPPE

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	Oser être soi : de découverte en découverte Plus d'infos	Adultes affiliés aux activités sociales et culturelles du 38	D'octobre 2025 à avril 2026 2 ^{ème} jeudi du mois	Le 38 -Carrefour Culturel Rue de Bxl, 38 – 1470 Genappe	Agathe Crespel agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	Amaury Pirotte
EN COURS	Rout En'Soi Oser être soi, créer du lien Plus d'infos	Adultes	2025 Sept. : 16 Oct. : 21 Déc. : 16 2026 Janv. : 20 Mars : 17 Avr. : 21 Mai : 19 Juin : 16	<i>En collaboration avec le 38 et le CPAS de Genappe</i> Rue de Bruxelles 38 – 1470 Genappe	Anne-Sophie Collet anso.collet@gmail.com 0485/54.18.79	Geneviève Mattez
EN COURS	Appréhender le stress et réguler ses émotions grâce à la pleine conscience Cycle d'entraînement à la pleine conscience Plus d'infos	Adultes	Séance d'infos : 8/10 à 19h30 Oct. : 12-19 ou 26 Nov. : 2-9-16-23-30 Déc. : 21	<i>En collaboration avec la Maison Médicale de Genappe</i> A la TranverSalle, rue des Communes 10 A à 1470 Baisy-Thy	Nathalie Limbourg nathalielimbourg@gmail.com 0477/27.42.31	Caroline Swalens <i>Psy conventionnée</i>
EN COURS	Stress, Fatigue, Ruminations,... ET si vous appreniez à souffler ? Plus d'infos	Adultes	Nov. : 6-20 Déc. : 4-18	<i>En collaboration avec la cabinet médical "les Lilas" à Genappe</i> Au centre le Grand Arbre Rue du Grand Arbre 1A Bousval	Emmylou Depaepe psydepaepe@gmail.com 0471/37.06.86	Cathy Malosto

Suite groupes
Genappe

[Retour
carte](#)



SUITE GENAPPE

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	Rencontre Sport et Santé: prise en considération de la Santé Mentale et alimentaire dans la pratique sportive	<i>Apprendre à gérer ses émotions et ses cognitions</i> <i>Prendre conscience de l'estime de soi, de la valeur de soi ;</i>	Equipe féminine du Basket Club Genappe-Lothier (BCGL) P3ème Division Janv. : 6	le Basket Club du Lothier Couture Mathy, 5 – 1470 Genappe	Anne-Sophie Collet anso.collet@gmail.com 0485/54.18.79	Coralie Olliver <i>Diét conventionnée</i>
NEW	Stress, défis du quotidien ou gros tracas ? Et si vous appreniez enfin à souffler Plus d'infos	<i>Comprendre les mécanismes physiologiques et psychologiques du stress</i> <i>Reconnaître les facteurs de stress propres à sa situation</i> <i>Identifier les stratégies de gestion du stress</i> <i>Mettre en pratique des techniques de gestion du stress</i>	Adultes Mars : 7-21 Avr. : 4-18 Mai : 16	<i>En collaboration avec le centre médical des Lilas à Genappe</i> Rue du Grand Arbre 1 A 1470 Bousval	Emmylou Depaepe psydepaepe@gmail.com 0471/37.06.86	Cathy Malosto

ITTRE

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/Partenariat
EN COURS	La boussole : un outil d'observation de nos modes de pensée et de fonctionnement permettant de soutenir nos actions vers le changement Plus d'infos	Adultes	2025 Nov. : 20-27 Déc. : 04 2026 Janv. : 15	Centre médical "Les Dignes" Rue des Dignes 18 1460 Ittre	Véronique Walravens veronique.walravens@icloud.com 0476/95 17 18	Milène Gossiaux
NEW	Mieux comprendre l'épuisement pour mieux s'en protéger Plus d'infos	Adultes à partir de 18 ans (tout public)	Du 15 janvier au 12 février	Centre médical "Les Dignes" Rue des Dignes 18 1460 Ittre	Delphine Vanderschueren delphvds@hotmail.com 0478/77 02 07	Dr Charlotte Debrus Sara Meulemeeste
NEW	Mieux SE connaître pour éviter et/ou vaincre l'épuisement Plus d'infos	Adultes à partir de 18 ans (tout public)	Du 3 mars au 26 mars	Centre médical "Les Dignes" Rue des Dignes 18 1460 Ittre	Delphine Vanderschueren delphvds@hotmail.com 0478/77 02 07	Milène Gossiaux

JODOIGNE

Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Reconstruire son estime de soi de façon créative et bienveillante Plus d'infos	Adultes	Jedi de 13h à 15h Fév. : 12-19-26 Mars : 05-12-19 Avr. : 02-09	Asbl "le Rose-eau" Grand'place 2, 1370 Jodoigne	Céline Van Nieuwenborgh psychologuevnb@gmail.com 0472/35.09.96	Joëlle Legrève Psychothérapeute
Burn-out et épuisement professionnel Plus d'infos Flyer MC	Adultes	Lundi de 11h à 13h Fév. : 16-23 Mars : 02-09-16-23	En partenariat avec la Mutualité Chrétienne Asbl "le Rose-eau" Grand'place 2, 1370 Jodoigne	Céline Van Nieuwenborgh psychologuevnb@gmail.com 0472/35.09.96	Joëlle Legrève Psychothérapeute

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Groupe de soutien psychoéducatif à destination des aidants proches confrontés à la maladie d'Alzheimer et troubles apparentés	<i>Bénéficier de l'expertise de professionnels ou d'experts du vécu par rapport à la maladie, Se rencontrer entre pairs, Déposer et se sentir écoutés, Réfléchir et développer de nouvelles stratégies pour préserver la relation à leur proche, Être mieux outillé et enrichir les savoir-faire ainsi que les savoir-être</i>	Les aidants proches confrontés à la maladie d'Alzheimer et troubles apparentés	Vendredi de 13h30 à 15h 2025 Déc. : 05 2026 Janv. : 09 Fév. : 06 Mars : 13 Avr. : 10 Mai : 22 Juin : 05	Centre sportif de Maransart Rue de Colinet 11 à 1380 Lasne	Caroline Maison caroline.maison@gmail.com 0487/54.32.17	Stéphanie Gustin <i>Ergothérapeute pour Alzheimer Belgique</i>

LA HULPE

NEW

Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Je dompte mon TDAH Plus d'infos	Adultes avec un TDAH	<p>Groupe 1 : Mercredi de 10h à 11h30 Janv. : 28 Fév. : 04-11 Mars : 04-11-18-25 Avr. : 01-08-15-22</p> <p>Groupe 2 : Mercredi de 12h à 13h30 Janv. : 28 Fév. : 04-11 Mars : 04-11-18-25 Avr. : 01-08-15-22</p>	<p>HypnoSanté 40 Chaussée de Bruxelles – 1310 La Hulpe</p> <p>Salle du Mahiermont 12 Rue JB Stouffs, 1332 Genval</p>	<p>Karima Meliani karimameliani@hotmail.com 0497/44.46.37</p>	<p>Sandrine Tichon (gr1) Caroline Thys (gr 2)</p>

MONT-ST-GUIBERT

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	De-stress & vous ! Plus d'infos	<i>Prévenir et récupérer du stress chronique et aigu</i>	Adultes	Janv. : 14-21-28 Fév. : 4-11	La Ruche Citoyenne 23, Grand'Place 1435 Mont Saint Guibert	Laetitia De Decker laetitiadedecker@gmail.com 0494/37 03 77	Laetitia Schul
NEW	Groupe de soutien : vivre avec le syndrome douloureux chronique Plus d'infos	<i>Comprendre les douleurs chroniques, réduire la souffrance émotionnelle associée, développer des outils concrets pour gérer le quotidien, favoriser l'acceptation et rompre l'isolement social</i>	Adultes souffrant de douleurs chroniques	Fév. : 6-20 Mars : 6-20 Avr. : 3	Centre médical vita Santé Mont Saint Guibert	Margaux Robein margaux.robein@hotmail.com 0485/59.64.21	Laetitia Vandenplas
NEW	Marche thérapeutique et respiration en conscience : je me reconnecte à mon corps	<i>Renforcement de la confiance en soi et de l'estime de soi Réduction du stress et de l'anxiété Renforcer les liens sociaux</i>	Adultes	Mars : 12-19-26 Avr. : 02-09	<i>En collaboration avec le centre médical VitaSanté</i> Rue Saint-Jean 19B 1435 Mont-Saint-Guibert	Margaux Robein margaux.robein@hotmail.com 0485/59.64.21	Laetitia Vandenplas

NIVELLES

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	Ateliers burn-out et épuisement professionnel Flyer MC	Adultes	Mars : 13-27 Avr. : 3-17-24	Mutualité Chrétienne Boulevard des Archers, 1400 Nivelles	Rosa Cuccia rosanna.cuccia@libero.it 0489/26.05.79	Emmanuel Roy <i>Psy conventionné</i>
NEW	Ateliers estime de soi Flyer MC	Adultes	Mars : 13-27 Avr. : 3-17-24	Mutualité Chrétienne Boulevard des Archers, 1400 Nivelles	Rosa Cuccia rosanna.cuccia@libero.it 0489/26.05.79	Emmanuel Roy <i>Psy conventionné</i>
NEW	Ateliers psy-crétifs : moi et mes émotions Plus d'infos	Adultes	Mars : 20 Avr. : 3-17 Mai : 29 Juin : 19	Le Puits 6 rue du Déversoir 1400 Nivelles	Pascale Van Uffel pascalevanuffel@gmail.com 0491/36 44 80	Dany Browaeys

OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	Entracte de midi	<i>Lutte contre l'isolement, l'anxiété, les problématiques de sommeil, de concentration.</i>	Etudiants internationaux et bénéficiaires de protection internationale (ou en cours)	2x par semestre	Acces2University, administration des relations internationales de l'UCLouvain Place de l'université 1 1348 LLN	Anne-Laure Le Cardinal anne-laure@point-cardinal.be 0496/82 85 97	Elisabeth Botson
EN COURS	Groupe de soutien pour ressortissants de pays déstabilisés	<i>Renforcement de la résilience</i>	Jeunes migrants (18-55 ans) de la plateforme citoyenne du BW de Belrefugees	10 rencontres, selon la demande	Belrefugees verte voie 20 1348 LLN	Anne-Laure Le Cardinal anne-laure@point-cardinal.be 0496/82 85 97	Anne-Catherine de Nève
EN COURS	Gérer mes émotions dans ma relation avec mes enfants/petits-enfants Plus d'infos	<i>Gestion des émotions, anxiété, stress, questionnements</i>	Parents Grands parents	2025 Oct. : 02 Nov. : 06 2026 Janv. : 15 Fév. : 19 Mars : 19 Avr. : 16 Mai : 28	Maison de l'Enfance, Famille et Santé d'OLLN Rue de la Sapinière 10, 1340 Ottignies	Agathe Crespel agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	Olivia de Brey
EN COURS	Accueillons nos ruminations et toutes nos émotions, honorons nos forces et nos failles Plus d'infos	<i>Problématique des ruminations envahissantes</i>	Adultes	2025 Oct. : 02-09-16 Nov. : 6-13-20 Déc. : 4-11-18 2026 Janv. : 8-15-22	<i>En collaboration avec la maison médicale Baobab et Amaï ASBL</i> 20 rue Haute, 1340 Ottignies	Laurent Heck laurent.heck@amai-asbl.be 0479/39.42.34	Marjolaine Van Brussel Kiné

Suite groupes
OLLN

[Retour
carte](#)



SUITE OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/Partenariat
EN COURS	Devenir Papa, quelle aventure ! Comment trouver ma place aux côtés de ma compagne ? Plus d'infos	Co-parent Futur co-parent	2025 Oct. : 7 Nov. : 4 Déc. : 2 2026 Janv. : 6	<i>En collaboration avec l'ONE</i> Rue de Franquénies 9, 1341 Ottignies	Caroline Maison caroline.maison@gmail.com 0487/54.32.17	Charlotte de Callataÿ
EN COURS	Prévenir la dépression Plus d'infos	Adultes	2025 Oct. : 13-20 Nov. : 3-10-24 Déc. : 8 2026 Fév. : 9 Mars. : 9 Avr. : 13 Juin : 29	Centre Médical WWASO Rue de la Flèche 6, 1348 Louvain-la-Neuve	Pierre Orban lorbanp@gmail.com 0485 31 91 70	Dr Sébastien Lemaire
EN COURS	Groupe de soutien "Désir d'enfant et Procréation Médicalement Assistée" (PMA) Plus d'infos	Femmes, Hommes, Couples	Mensuel Démarrage le 29/09 possibilités d'intégrer le groupe d'ici décembre	<i>En collaboration avec La Maison Médicale Passerelle Santé</i> Rue du Val-Saint-Lambert 10, 1348 Louvain-La-Neuve	Marie Smeesters marie.smeesters77@gmail.com 0479/12.24.01	Tatiana Hamaide
EN COURS	Découvrir mes ressources pour faire face aux défis de ma vie. Plus d'infos	Personnes âgées en maison de repos	2025 Sept. : 26 Oct. : 03-10-17-24-31 Nov. : 07-14-21 2026 Janv. : 28	Maison de repos Lauzelle Rue Charles de Loupaigne 18, 1348 Louvain-la-Neuve	Véronique Taelman veronique.taelman@hotmail.be 0473/70.04.79	Danielle Vandepoel
EN COURS	Bien vivre à la résidence du Moulin	Personnes âgées résidentes et public alentour	1 séance d'information + 2 ateliers par mois	<i>En collaboration avec la Mutualité Chrétienne - Centre médical Aduno Santé,</i> chaussée de Wavre 166 à 1360 Perwez	Isabelle Alpi isabelle.alpi@gmail.com 0476/69 21 74	Anne-Françoise Hirtz

Suite groupes OLLN

[Retour carte](#)



SUITE 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 : Accueillons nos ruminations et toutes nos émotions, honorons nos forces et nos failles Plus d'infos	Adultes	Janv. : 29 Fév. : 5-12 Mars : 5-12-19 Avr. : 9-16-23 Mai : 14-21-28	<i>En collaboration avec la Maison de santé Baobab et l'ASBL Amaï</i> 20 rue Haute 1340 OLLN	Laurent Heck laurent.heck@amai-asbl.be 0479/39.42.34	Marjolaine Van Brussel <i>Kiné</i>
NEW	Club créatif et psycho-éducation	Habitants du quartier du Buston participants au Club Créatif du Plan de Cohésion Sociale	1 jeudi par mois	Maison de quartier du Buston Avenue des églantines, 5 1342 Ottignies	Caroline Maison caroline.maison@gmail.com 0487/54.32.17	Alice Govaerts
NEW	Addiction et Estime de soi Plus d'infos	Adultes présentant une addiction	05/02 - 05-19/03 02-16/04	PATCHWORK service spécialisé en assuétudes Rue du moulin 9, 1340 Ottignies	Alex Cascales Gonzalez alexcg.patchwork@gmail.com 0471/88 22 56	Anaïs Van Schendel <i>Psy conventionnée</i>

Suite groupes
OLLN



Retour
carte



SUITE OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	Vous avez des insomnies ? Vous vous questionnez sur votre sommeil Plus d'infos	<i>Vise à développer chez les participants une meilleure compréhension du fonctionnement du sommeil</i>	Toute personne de 16 ans et plus ayant ou non des troubles du sommeil	Janv. : 05	Maison Médicale de Clémentine Av. des Combattants 72, 1340 Ottignies-Louvain-la-Neuve	Nathalie Limbourg nathalielimbourg@gmail.com 0477/27.42.31	Clara Rommelaere
NEW	Le bonheur pour moi, c'est quoi ? Je pars à al découverte de moi-même Plus d'infos	<i>Déconstruire les injonctions sociétales qui nous déséquilibrent via un travail sur nos ressources, nos valeurs et les distorsions cognitives.</i>	Etudiants (université et hautes écoles) et jeunes adultes	Fév. : 12-26 Mars : 12-26	Centre médical La Traverse Champ Vallée 17B00 1348 LLN	Johanne de Bonhome johannedebonhome@gmail.com 0499/16 84 00	Grégoire Lefèvre <i>Psy conventionné</i>

Suite groupes
OLLN



[Retour
carte](#)



SUITE OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Groupe de soutien pour les parents et proches de victimes de violences sexuelles	<i>Sortir de l'isolement ; Explorer différents moyens et envisager de nouvelles solutions par le partage d'expériences pour accompagner la personne en souffrance ; Identifier et renforcer ses ressources pour se soutenir soi-même ; Trouver sa juste place en tant que proche ; Bénéficier de l'expertise de professionnels ou d'experts du vécu par rapport à la souffrance de leur proche ; Déposer et se sentir écoutés dans un environnement structuré et rassurant ; Être mieux outillé et enrichir les savoir-faire ainsi que les savoir-être ; Comprendre le traumatisme et ses effets Comment faire face aux difficultés liées au parcours judiciaire, Comment respecter le rythme de la victime</i>	Proches et famille (parents, fratrie si plus de 16 ans, famille élargie ou tout proche) concerné par l'accompagnement et le soutien d'une victime de violences sexuelles	Mars : 31 Avr. : 21 Mai : 12 Juin : 02-23	Lieu à préciser après inscription	Caroline Maison caroline.maison@gmail.com 0487/54.32.17	Marie Lefèvre

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	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
EN COURS	Perdre mon autonomie, c'est dur ! Plus d'infos Affiche	Plusieurs thèmes seront abordés autour de la perte d'autonomie : la gestion émotionnelle, la redéfinition de son identité et de son rôle, le développement de stratégies d'adaptation, la planification de l'avenir,...	Toute personne en perte d'autonomie physique ou psychique, qu'elle soit causée par la maladie, le handicap, un accident ou simplement le vieillissement	Janv. : 09,16, 23	Salle Communale à Orp Jauche (collaboration avec la Mutualité Chrétienne)	Noémie Vande Weghe noemie.vandeweghe@gmail.com 0479/88 75 26	Cécile Ravet Volontaire MC

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Marche thérapeutique entre femmes : Prendre soin de ma santé physique et mentale dans le lien avec les autres Plus d'infos	<i>Réapprendre les aptitudes psychosociales, redynamiser son réseau social, Isolement, faible estime de soi, anxiété sociale</i>	Femmes âgées de 30 à 65 ans	Vendredi de 13h30 à 15h Janv. : 09-23 Fév. : 06-13	<i>En collaboration avec le centre Polyhedra</i> Centre paramédical de Perwez Départ du Ravel à Perwez, rue du Ravel	Anne-Charlotte Gillès de Pélichy annecharlottegdep@gmail.com 0497/44 24 38	Julie Istasse <i>Kiné</i>
M'accompagner dans tous mes états Plus d'infos	<ul style="list-style-type: none">• Apprendre à identifier les différentes émotions et à les exprimer• Se connecter à ses manifestations corporelles et cognitives• Faire lien entre ces perceptions et les émotions• Rencontrer les besoins sous-jacents et y répondre• Régulation relationnelle et le développement d'autres compétences psychosociales	Adultes à partir de 18 ans	Mars : 09-16-23-30 Avr. : 13-20	Centre Culturel de Perwez (Le Foyer) Grand Place 32 - 1360 Perwez	Laetitia De Decker laetitiadedecker@gmail.com 0494/37 03 77	Chloé Behets <i>Psy conventionnée</i>
Au cœur du soin, au cœur de soi - Groupe de soutien et de prévention de l'épuisement professionnel des soignants Plus d'infos	<i>Prendre le temps de s'arrêter, soutenir/ être soutenu par ses pairs, apprendre concrètement à gérer son stress et à prendre soin de soi en tenant compte des spécificités des métiers de soins de santé. Rompre l'isolement, comprendre pour implanter de nouvelles habitudes, augmenter les capacités de résilience, renforcer l'assertivité et la confiance en soi, prise de conscience des conséquences, développer des pistes concrètes pour gérer le stress au quotidien.</i>	Les professionnels de la santé (médecins, infirmiers, aides-soignants, psychologues, Psychothérapeutes , kinésithérapeutes... Jqu'ils soient ambulatoires ou rattachés à un hôpital ou une maison de repos.	Mardi de 12h à 14h Fév. : 03 Mars : 03-31 Avr. : 21 Mai : 19 Juin : 16/06	Cabinet Médical Boudart-Raymackers 189/9 Chaussée de Wavre 1360 Perwez	Laetitia De Decker laetitiadedecker@gmail.com 0494/37 03 77	Dr Boudart <i>Médecin généraliste</i>

Suite groupes Perwez

[Retour carte](#)



SUITE PERWEZ

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/Partenariat
Burn-out et épuisement professionnel Plus d'infos Flyer MC	<p><i>Le burn-out est un phénomène croissant qui se présente comme un état d'épuisement émotionnel, mental et physique causé par un stress excessif prolongé.</i></p> <p><i>Nos groupes de soutien vous aident à comprendre les causes de votre épuisement et à explorer de nouvelles pistes pour faire face aux situations difficiles.</i></p>	Adultes	Vendredi de 14h à 16h Fév. : 6-13 Mars : 13-27 Avr. : 3	<i>En partenariat avec la Mutualité Chrétienne</i> Centre médical Aduno Santé, chaussée de Wavre 166	Hoëlle Genot hoellegenot.psy@gmail.com 0492/08.21.27	Anne Huvelle <i>Psy conventionnée</i>

RAMILIES

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Bien dans son corps, bien dans sa tête – Ateliers de présence et de (re)-connexion à soi Plus d'infos	<i>Améliorer le bien être psychologique et corporel. Problèmes de stress, d'anxiété, d'épuisement, tensions musculosquelettiques plus ou moins douloureuses, ou toute personne éprouvant le besoin de ralentir et se recentrer sur soi</i>	Adultes	Mercredi 19h30 : Fév. : 11 Mars : 4-18 Avr. : 1-15	<i>En collaboration avec le centre Médical BAMA</i> Rue de la Brasserie 5 – 1367 Hedenge	Emilie Gerard psychologue.emiliegerard@gmail.com 0473/41 45 18	Isou Maurissen <i>Praticienne dans la Relation d'Aide par le Toucher</i>

REBECQ

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Atelier de réminiscence	<i>Permettre l'expression des émotions Favoriser une estime et des interactions mutuelle entre les participants. Stimuler, soutenir et entretenir des compétences cognitives, affectives et sensorielles - Offrir un lieu temps /espace de convivialité et de plaisir partagé.</i>	Personnes âgées du service résidentiel du CPAS de Rebecq présentant des difficultés cognitives légères à modérées	Janv. : 20 Fév. : 10-24 + 3 dates	Résidence d'Arenberg Rue docteur Colson 1, 1430 Rebecq	Anne-Marie Halconruy am.halconruy@gmail.com 0476/55.37.69	Christine Chevalier

RIXENSART

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	Parler pour mieux se comprendre <i>Apprendre les concepts de la communication non violente (+exercices pratiques en séance), mieux connaître ses limites et apprendre à dire non</i> <i>Développer la confiance en soi et l'affirmation de soi</i>	A destination des femmes participant aux ateliers de l'épicerie sociale de chez D'Clic	De 10h à 12h : Déc. : 19	D'Clic Rue du tilleul 56, Genval (Les Charmettes)	Emmylou Depaepe psydepaepe@gmail.com 0471/37.06.86	Katia Bessa de Oliveira <i>Psy conventionnée</i>
NEW	AFFIRMATION DE SOI : Et si j'apprenais à mieux communiquer ? Plus d'infos	Adultes ayant des difficultés à s'exprimer et à mettre des limites	De 13h30 à 15h30 : Janv. : 09-16-30 Fév. : 06-13 Mars : 06 Avr. : 03	D'Clic Rue du tilleul 56, Genval (Les Charmettes)	Katia Bessa de Oliveira katia-bessa@hotmail.fr 0472/74.23.14	Emmylou Depaepe <i>Psy conventionnée</i>
NEW	Menopause Power : « Découvrir ses super-pouvoirs » Plus d'infos	Femmes vivant les premiers symptômes de la ménopause (périménopause et ménopause)	Samedi 24 janvier 2026 de 9h30 à 16h	Espace D'Clic aux Charmettes Rue du Tilleul 56, 1332 Genval	Katia Bessa de Oliveira katia-bessa@hotmail.fr 0472/74.23.14	Dr Véronique Fontaine <i>Gynécologue</i>

VILLERS-LA-VILLE

EN COURS

NEW

Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Je régule mes émotions et mes ruminations en contact avec la nature et les animaux Venez découvrir la pleine conscience avec nous en pleine nature	Adultes	Juin : 12 Juil. : 03 + 4 dates	Répît des Censes Chemin de la Bruyère Des Cences 5, Sart Dame Aveline	Claire Philippart Claire.philippart@gmail.com 0497/75.81.82	Stéphanie Ghigny Vanessa Frère <i>ASBL Répît des Censes</i>
Entre'aidants Cycle de soutien pour les aidants Proches Plus d'infos	Toutes personnes qui accompagnent un proche malade, âgé ou en situation de handicap, tous âges confondus	Janv. : 21 Fév. : 11 Mars : 04	<i>En collaboration avec handicontact, commune de Villers-la-Ville</i> Maison communautaire rue de Priesmont, 32 - 1495 Marbais	Agathe Crespel agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	Yvonne Mugisha <i>Animatrice à Altéo</i>

WAVRE

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/Partenariat
NEW	Apprenez l'hypnose et l'auto-hypnose pour gérer vos douleurs <i>Rompre l'isolement ; Développer des outils tels que l'auto-hypnose et le développement personnel afin d'améliorer les différents aspects de la situation de douleur Travailler sur les émotions qui participent à la douleur et celles qui en résultent. Mobiliser ses ressources afin de créer une vie ayant plus de sens.</i>	Adultes en détresse liée à des douleurs	Mardi de 11h à 12h30 : Janv. : 27 Fév. : 03-10-17 Mars : 03-10	Maison médicale de Limal Rue Josephine Rauscent 16, 1300 Wavre	Karima Meliani karimameliani@hotmail.com 0497/44.46.37	Sunan Demaret
NEW	Burn-out et épuisement professionnel Plus d'infos Flyer MC	Adultes	Jeudi de 9h30 à 11h30 Mars : 12-19-26 Avr. : 2-9	MC Wavre Rue Charles Sambon 24	Catherine Mergan catherine.mergan@gmail.com 0475/77.26.65	Nathalie Bosquet <i>Psy conventionnée</i>
NEW	Estime de soi et projet professionnel Plus d'infos Flyer MC	Adultes	Lundi de 9h30 à 12h Mars : 2-9-16-23-30	MC Wavre Rue Charles Sambon 24	Nathalie Bosquet nathalie@libreetose.be 0470/24.74.24	Laurence Bourguignon <i>Psy conventionnée</i>

Suite groupes Wavre

[Retour carte](#)



SUITE WAVRE

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Envisager un avenir professionnel malgré la douleur chronique Plus d'infos	<i>Vivre avec des douleurs chroniques impacte bien au-delà du corps : cela modifie la confiance en soi, la qualité de vie, les relations sociales et bien souvent le rapport au travail. Comment maintenir, trouver ou adapter son activité professionnelle quand l'énergie et les capacités varient au quotidien ?</i>	Adultes	Mardi de 10h à 12h Mars : 10-17-24-31 Avr. : 7	MC Wavre Rue Charles Sambon 24	Julie Wynants julie@trainingplus.be 0473/61.03.31	Marielle Cornerotte <i>sophrologue</i>

WALHAIN

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Groupe douleur hypnose : Mieux vivre avec la douleur c'est possible ! Plus d'infos	<i>Chaque participant apprendra à devenir l'acteur principal de son quotidien en apprenant des techniques et des stratégies pour prendre soin de lui-même, mieux se connaître, mieux s'organiser en fonction de la réalité de sa situation, mieux communiquer avec son entourage et mieux gérer les situations difficiles. Il apprendra aussi à utiliser l'autohypnose comme outil pour prendre soin de lui.</i>	Adultes souffrant de douleurs chroniques	Janv. : 19-26 Fév. : 05-09 Mars : 05-09	Centre Training Plus 71 rue Bourgmestre 1457 Walhain	Julie Wynants julie@trainingplus.be 0473/61.03.31	Thérèse de Foy <i>Médecin généraliste</i>

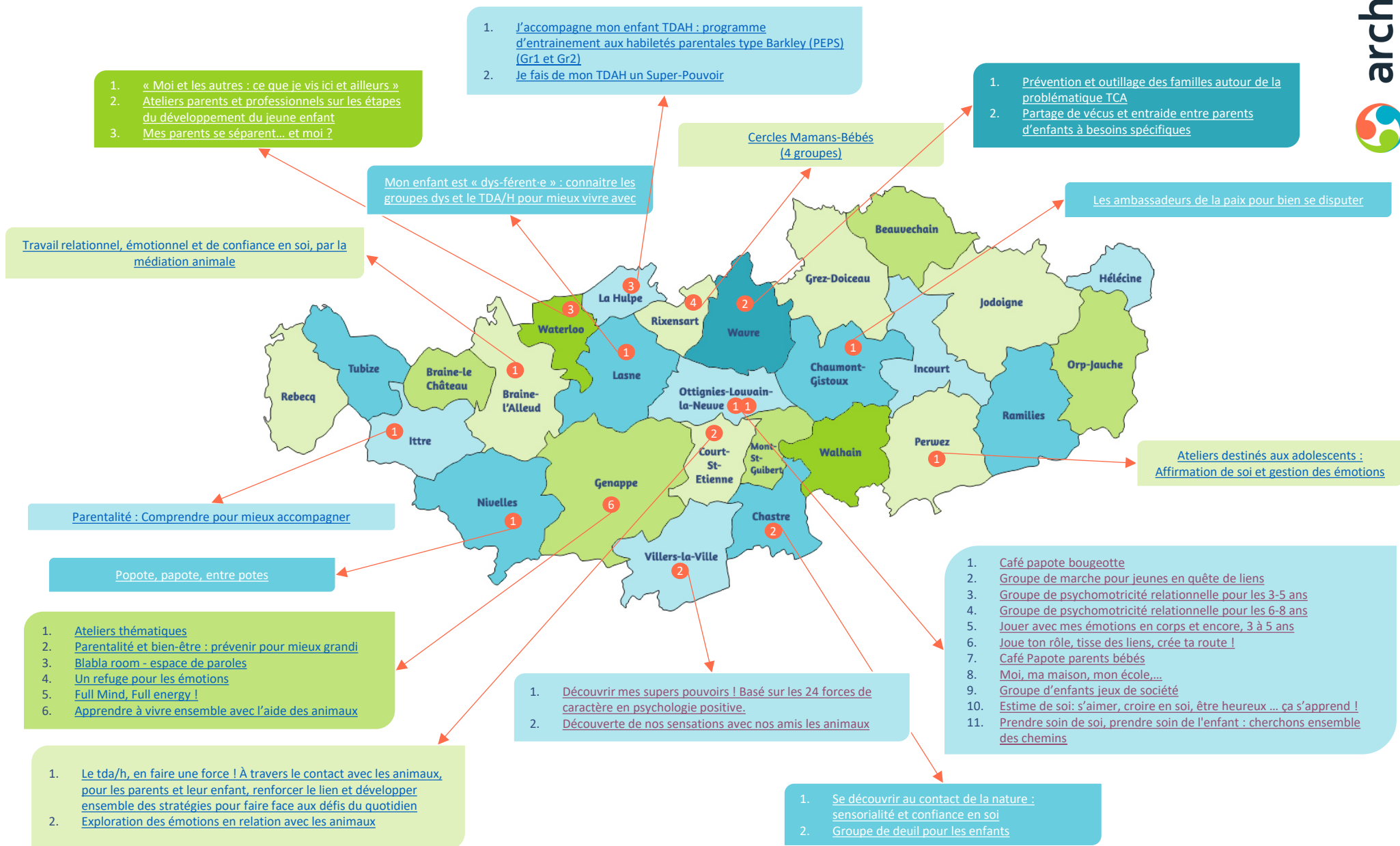
WATERLOO

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Paroles fertiles, groupe de soutien pour personnes en désir d'enfant	<i>Rompre l'isolement ; Reprendre confiance en soi; Augmenter l'estime de soi Éviter l'épuisement et faire face au stress psychologique des procédures Accompagner les deuils en jeu Protéger et/ou améliorer les relations avec l'entourage Prévenir et/ou réparer les violences obstétriques</i>	Toute personne en désir d'enfant	Janv. : 5-29 Fév. : 12-26 Mars : 12-26	Honae, maison de la fertilité de Waterloo <i>en collaboration avec le women's medical center de Braine l'Alleud</i>	Gaelle de Vlieger gaelle.devlieger@gmail.com 0468 38 46 89	Jeanne Sompot

CARTE HIVER 2026

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





BRAINE-L'ALLEUD

EN COURS

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Travail relationnel, émotionnel et de confiance en soi, par la médiation animale	<i>Développement la confiance en soi Gestion des émotions Développement des compétences relationnelle</i>	Enfants âgés entre 6 et 12 ans inscrits à l'école « La maison familiale »	Du 05/09/25 au 27/03/26	Ecole « La maison familiale » Rue du soleil levant, 6, 1420 Braine l'alleud	Daphnée Stadnik dstadnik@gmail.com 0474/60.55.71	Sophie Spiette

COURT-ST-ETIENNE

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
<p>Le tda/h, en faire une force ! À travers le contact avec les animaux, pour les parents et leur enfant, renforcer le lien et développer ensemble des stratégies pour faire face aux défis du quotidien</p> <p>Plus d'infos</p>	<p><i>Développement de compétences relationnelles, personnelles et parentales (inspiré de la méthode Barkley) et développement des connaissances sur les troubles attentionnels et d'opposition</i></p>	<p>Parents avec enfant entre 5-10 ans présentant un trouble attentionnel ou d'opposition</p>	<p>Janv. : 29 Fév. : 12 Mars : 05 et 19</p>	<p>Asbl "La grange vadrouille" 54 rue de Sart 1490 Sart Messire Guillaume</p>	<p>Marie Smeesters marie.smeesters77@gmail.com 0479/12.24.01</p>	<p>Charlotte Simonis</p>
<p>Exploration des émotions en relation avec les animaux</p>	<p><i>Développement des compétences émotionnelles et relationnelles</i></p>	<p>Enfants des 4 classes de l'école des Papillons à Court-Saint-Étienne (Types 1,3 et 8)</p>	<p>Du 16 janvier 2026 au 26 juin 2026</p>	<p><i>PMS Auderghem, Répit des Censes</i> Ecole les papillons Rue Defalque 30, 1490 Court-Saint-Étienne</p>	<p>Christelle Joyeux joyeuxchristelle@gmail.com 0476/68.68.24</p> <p>Coralie Eeckhout eeckhoutcoralie@live.be 0484/67 79 65</p>	<p>Stéphanie Ghigny et Vanessa Frère</p>

CHASTRE

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	Se découvrir au contact de la nature : sensorialité et confiance en soi Plus d'infos	<i>Estime de soi</i> <i>Harcèlement</i>	Enfants de 6 à 9 ans en difficultés d'estime de soi, de harcèlement, de socialisation Oct. : 1- 15 Nov. : 12 - 26 Samedi de 10h-12h Janv. : 10-24 Fév. : 07 Mars : 07	<i>En collaboration avec l'ASBL Saute-ruisseau et le Domaine des possibles</i> Rue de Gembloux, 2 1450 Chastre	Hélène Pensis helenepensis@gmail.com 0474/66 40 97	Carole Hubert
EN COURS	Groupe de deuil pour enfants Plus d'infos	<i>Rencontrer d'autres enfants qui partagent le même vécu, Exprimer en sécurité les émotions liées au deuil; Offrir aux enfants (et leurs familles) un soutien pour traverser ce deuil -valoriser les ressources internes et externes de chacun; temps de partage en groupe et des moments personnels d'expression créative. Le tout rythmé par des ritournelles, jeux, exercices corporels</i>	Enfants entre 6 et 12 ans 2025 Nov. : 19 Déc. : 3-17 2026 Janv. : 7-21 Fév. : 4-11	Avenue des Erables 42, 1450 Chastre	Laetitia De Decker laetitiadedecker@gmail.com 0494/37 03 77	Chloé Behets <i>Psy conventionnée</i>

CHAUMONT-GISTOUX

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Les ambassadeurs de la paix pour bien se disputer	<i>Formation des ambassadeurs de la paix au sein des groupes classes</i>	Les élèves de 3-4e et 5-6ème primaire	<i>Dates à venir</i>	Ecole Communale de Corroy-Le-Grand Rue de Chastre 83, 1325 Chaumont-Gistoux	Julie Wynants julie@trainingplus.be 0473/61.03.31	Edwige Bertholet <i>Psy conventionnée</i>

GENAPPE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
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
NEW	Parentalité et bien-être : prévenir pour mieux grandir Plus d'infos	Prévention de la dépression du post partum, prévention de l'isolement Renforcement de l'estime de soi	Parents d'enfants 0-3 ans	Déc. : 03-10-17 Janv. : 07-14	Centre de périnatalité du Brabant Wallon Rue dernier Patard 1 1470 Genappe	Morgane Xhonneux xhonneuxmorgane@hotmail.com 0471/73 07 35	Evelyne Piron
EN COURS	Blabla room - espace de paroles Plus d'infos	Information, prévention	10-20 ans	2025 Oct. : 8 Nov. : 5-26 Déc. : 17 2026 Janv. : 07 Fév. : 04 Mars : 04 Avr. : 08 Mai : 13 Juin : 03	Le bug-1 Maison des Jeunes de Genappe Rue de Bruxelles 38, 1470 Genappe	Soline d'Udekem sdudekem@gmail.com 0475/46 32 17	Marie Sillen Psy conventionnée
NEW	Un refuge pour les émotions	Favoriser le développement sensoriel, émotionnel et relationnel - Explorer leurs limites et celles des autres participants et des animaux - Trouver sa place dans un petit groupe, respecter l'autre et se sentir respecté - Expérimenter un sentiment de continuité, de contenance et de sécurité à travers la répétition des ateliers	Mineurs non accompagnés entre 15 et 18 ans du centre d'accueil l'Oasis (CR)	2025 Déc. : 17 2026 Janv. : 07-21 Fév. : 04	Centre d'accueil de la CR rue Couture Mathy 7 - 1470 Genappe	Isabelle Vermoes ivermoes@gmail.com 0472/21.91.09	Stéphanie GHIGNY Vanessa FRERE

SUITE GENAPPE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	Full Mind, full energy !	Développer des comportements porteurs pour la santé physique et psychique des jeunes Sensibiliser les jeunes au bien être alimentaire	Jeunes de 12 à 26 ans	Janv. : 22 Fév. : 12 Mars : 19 Avr. : 23 Mai : 21 Juin : 25	Centre culturel le 38- la Mj du 38 Rue de Bruxelles 38, 1470 Genappe	Anne-Sophie Collet anso.collet@gmail.com 0485/54.18.79	Coralie Oliver Diét conventionnée
NEW	Apprendre à vivre ensemble avec l'aide des animaux	Soutien au développement de compétences relationnelles et sociales	Elèves des classes P1/P2	19-26/01 02-09/02	Ecole du Petit Chemin Chemin de la Waronche 18 1471 Genappe	Christelle Joyeux joyeuxchristelle@gmail.com 0476/68.68.24	Institutrice Ecole PMS Libre OLLN Répît des Censes

ITTRE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	Parentalité : Comprendre pour mieux accompagner	Psycho-éducation autour des questions de communication intra-familiale, gestion des crises, développement de l'enfant	Adultes	2025 Sept. : 04 Oct. : 02 Nov. : 27 2026 Févr. : 05 Avr. : 02 Mai : 28	En collaboration avec le centre médical "les dignes" Centre « espace au vert » 29 rue Haute - 1460 Ittre	Gaelle de Vlieger gaelle.devlieger@gmail.com 0468 38 46 89	Nathalie Fantin

LA HULPE

EN COURS

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
J'accompagne mon enfant TDAH : programme d'entraînement aux habiletés parentales type Barkley (PEPS) Plus d'infos	Renforcer le sentiment d'efficacité parentale, Améliorer la qualité des relations au sein de la famille , Rendre les parents experts et acteurs concernant le trouble de leur enfant	Parents d'enfants (5 à 18 ans) ayant un TDAH diagnostiqué	Mardi de 17h30 à 19h 2025 Sept. : 23-30 Oct. : 07-14 Nov. : 04-18-25 Déc. : 02-09-16 2026 Janv. : 06	Hypno'Santé La Hulpe 40 chaussée de Bruxelles – 1310 La Hulpe	Karima Meliani karimameliani@hotmail.com 0497/44.46.37	Danaëlle Drehsen
	Reconnaitre le trouble au niveau des comportements, pensées et émotions; Apprendre à gérer les émotions et à les exprimer autrement ; Apprendre à apprécier toutes les facettes de sa personnalité; Apprendre des stratégies de régulation de l'attention, concentration, comportements et émotions.	Enfants de 9 à 13 ans avec un TDAH	Mercredi de 16h30 à 18h : Janv. : 28 Févr. : 04-11 Mars : 04-11-18-25 Avr. : 01-08-15-22	Salle du Mahiermont Rue JB Stouffs 1332 Genval	Karima Meliani karimameliani@hotmail.com 0497/44.46.37	Eléonore Ramaekers Institutrice primaire et hypnothérapeute

Suite groupes
La Hulpe

[Retour
carte](#)



SUITE LA HULPE

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
J'accompagne mon enfant TDAH : programme d'entraînement aux habiletés parentales type Barkley (PEPS) Plus d'infos	<i>Vos relations avec votre enfant TDAH sont parfois complexes ? C'est normal. Ce groupe est là pour vous aider à découvrir des outils concrets pour retrouver plus de sérénité au quotidien. Un espace pour souffler, comprendre, et vous rappeler que vous n'êtes pas seul.e</i>	Parents d'enfants ayant un TDAH (enfants de 5 à 17 ans)	Mardi de 17h30 à 19h Janv. : 27 Fév. : 03-10 Mars : 03-10-17-24-31 Avr. : 07-14-21	Hypno'Santé La Hulpe 40 chaussée de Bruxelles – 1310 La Hulpe	Karima Meliani karimameliani@hotmail.com 0497/44.46.37	Danaëlle Drehsen

LASNE

NEW

Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Mon enfant est « dys-férent-e » : connaître les groupes dys et le TDA/H pour mieux vivre avec Plus d'infos	<i>Soutien aux compétences parentales et sociales</i> <i>Réduction du stress</i>	Parents d'enfants "Dys" ou TDA/H Dates à venir	<i>En collaboration avec le centre Dyscolaire</i> Chaussée De Louvain 431D 1380 Ohain	Morgane Xhonneux xhonneuxmorgane@hmail.com 0471/73 07 35	Florie Willaert <i>Psy conventionnée</i>

NIVELLES

EN COURS

Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Popote, papote, entre potes Plus d'infos	<i>Prévention</i> <i>Information</i> <i>Déstigmatisation</i>	Jeunes Rencontres mensuelles 4 ^{ème} mercredi du mois	MJ squad Nivelles	Etienne Quairiaux etiennequairiaux@psylalouviere.be 0478/22.63.32	Jennifer Humblet <i>Psy conventionnée</i> Animatrices MJ

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 Bertholet edwige.bertholet@gmail.com 0474/80.22.00	Françoise Delporte Cécile Griten
EN COURS	Jouer avec mes émotions en corps et encore, 3 à 5 ans	Régulation des émotions	Enfants	2x / mois Le mercredi	Maison de l'Enfance, Famille et Santé d'OLLN rue de la Sapinière 10, 1340 Ottignies-LLN	Audrey Henrot ahenrot@hotmail.com 0493/52 91 28	Olivia de Brey
EN COURS	Groupe de psychomotricité relationnelle pour les 3-5 ans	Soutenir la régulation des émotions Trouver l'assurance et la confiance en soi Se développer en harmonie avec les autres	Enfants 3-5 ans	2x / mois Le samedi	Maison de l'Enfance, Famille et Santé d'OLLN rue de la Sapinière 10, OLLN	Véronique Delcoigne veronique.delcoigne@cheminsensoi.be 0476/70.52.97 Audrey Henrot ahenrot@hotmail.com 0493/52 91 28 Chloé Behets chloebehets@gmail.com 0498/75.30.37	Olivia de Brey
EN COURS	Groupe de psychomotricité relationnelle pour les 6-8 ans	Soutenir la régulation des émotions Trouver l'assurance et la confiance en soi Se développer en harmonie avec les autres	Enfants 6-8 ans	2x / mois Le mardi	Maison de l'Enfance, Famille et Santé d'OLLN rue de la Sapinière 10, OLLN	Véronique Delcoigne veronique.delcoigne@cheminsensoi.be 0476/70.52.97 Audrey Henrot ahenrot@hotmail.com 0493/52 91 28	Olivia de Brey

Suite groupes OLLN



Retour carte



SUITE OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/Partenariat
EN COURS	Groupe de marche pour jeunes en quête de liens Plus d'infos	<i>Isolement social - renforcement des compétences psycho-sociales</i>	Jeunes 12-23 ans	Hebdomadaire mercredi	Bois des rêves Parking 2 Louvain-la-Neuve	Anne-Charlotte Gillès de Pélichy annecharlottegdep@gmail.com 0497/44 24 38	Virginie Samyn
EN COURS	Joue ton rôle, tisse des liens, crée ta route !	<i>Décrochage, perte de sens, difficultés relationnelles</i>	Jeunes inscrits au SSaso entre 14 et 20 ans	2025 Sept. : 11-18 Oct. : 2-06 Nov. : 7 Déc. : 12 2026 Janv. : 15 Févr. : 19 Mars : 19 Avr. : 16 Mai : 21	<i>En collaboration avec l'école du Ssaso et le PMS libre de Wavre 1</i> 16 rue de l'Hocaille, 1348 LLN	Agathe Crespel agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	Astrid Delhaise
EN COURS	Café Papote parents bébés Plus d'infos	<i>Groupe périnatalité et parentalité autour des questions du sommeil, de la dépression postpartum, du jeu et du développement du tout jeune enfant</i>	Parentes et enfants	3ème jeudi du mois	Consultation ONE de Louvain-la-Neuve Place René Magritte 7	Edwige Bertholet edwige.bertholet@gmail.com 0474/80.22.00	Sophie Demuelenaere Amélie Delahaye
EN COURS	Moi, ma maison, mon école,...	<i>Renforcer les compétences relationnelles Oser exprimer sa situation et l'explorer (re)trouver du sens, se ré-accrocher à l'autre, à l'école, se rassurer, engager des contacts, retisser des liens</i>	Élèves de 13-18 ans du secondaire de l'école du Ponceau	Déc. 25: 5-12 Janv. 26 : 16 Févr. : 06 Mai : 22 Juin : 12 + 2 dates	Ecole du Ponceau Avenue Reine Fabiola, 15 1340 Ottignies	Patrick Leysens patrick.leysens@gmail.com 0498/26.35.38	Dr Danaïlova Mila

Suite groupes OLLN

[Retour carte](#)



SUITE OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Groupe d'enfants jeux de société Plus d'infos	<i>Apprendre à se sentir mieux dans un groupe sentir sa place et la prendre Communication et coopération Développement émotionne</i>	Enfants de 10 à 12 ans éprouvant des difficultés relationnelles	Janv. : 17 Fév. : 7 Mars : 7 Avr. : 18 Mai : 16 Juin : 20	Ludothèque du Douaire Avenue des Combattants 2 1340 Ottignies	Caroline Goosse carolinegoosse.psychologue@gmail.com 0493/96 70 84	Jonathan Smets <i>Ludithocaire</i>
Prendre soin de soi, prendre soin de l'enfant : cherchons ensemble des chemins Plus d'infos	<i>Travail sur soi via des méthodologies créatives et participatives et autour des thématiques de séparations, des valeurs, de l'impuissance, de la patience, du lien</i>	Parents, grands parents, tuteurs	Janv. : 15 Fév. : 19 Mars : 19 Avr. : 16 Mai : 28	A la maison de l'Enfance, de la Famille et de la Santé Rue de la Sapinière, 10 1340 Ottignies-Louvain-la-Neuve	Agathe Crespel agathecrespel@gmail.com 0473/42 22 63	Olivia De Brier
« Dé-stress & vous ! » Plus d'infos	<i>Psycho-éducation sur les mécanismes physiologiques du stress; Reconnaissance des signaux de stress et de détente; Gestion des limites</i>	Etudiants de l'UCL	Mars : 11-18-25 Avr. : 1-8	UCLouvain (Service d'Aide aux étudiants) 1348 Louvain-la-Neuve, rue des Wallons 10	Laetitia De Decker laetitiadedecker@gmail.com 0494/37 03 77	Anne-Sophie Namurois

Suite groupes
OLLN



[Retour
carte](#)



SUITE OTTIGNIES-LOUVAIN-LA-NEUVE

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Estime de soi: s'aimer, croire en soi, être heureux ... ça s'apprend !	<i>Rompre l'isolement</i> <i>Valoriser les</i> <i>compétences du jeune</i> <i>Mieux se connaître &</i> <i>Maîtriser/gérer ses</i> <i>émotions et pensées</i> <i>Oser se mettre en</i> <i>action vers ses</i> <i>objectifs</i>	Etudiants	Mars : 5-12-19-26	Univers Santé Place Galilée 6 Louvain-la-Neuve	Marie Vanlede contact@marievanlede.com 0497/55.18.11	Stéphanie Annez

PERWEZ

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Ateliers destinés aux adolescents : Affirmation de soi et gestion des émotions Plus d'infos	<i>Réduction de l'anxiété, valorisation des compétences des jeunes, soutenir l'estime de soi et l'affirmation de soi, reprendre confiance à travers le groupe de pairs et les animaux, activités ciblées sur les besoins des jeunes, leurs difficultés relationnelles et émotionnelles, encourager la collaboration (en binôme ou en groupe), retisser des liens sociaux.</i>	Ados de 11 à 18 ans, en difficulté en milieu scolaire (mal-être, décrochage, harcèlement) et difficultés relationnelles	Samedi de 14h à 16h 2026 Janv. : 31 Mars : 14 Avr. : 11	Refuge animalier ASBL Sans Collier Chaussée de Charleroi 68, 1360 Perwez	Florence Derwahl florence.derwahl@gmail.com 0473/52.66.13	Florence Vanlaethem

RIXENSART

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Cercles Mamans-Bébés Plus d'infos : année 2026 Plus d'infos : janvier	<i>Transmission, échanges et questionnements autour de la maternité</i>	Mamans-Bébés de 0 à 9 mois	Groupe 1 Janv. : 9-16-23-30 Fév. : 6	Maison Rosiéroise Rue du bois du Bosquet 17 à 1331 Rosières	Caroline Goosse carolinegoosse.psychologue@gmail.com 0493/96 70 84	Nadège De Bonte <i>Doula</i>
			Groupe 2 Mars : 6-13-20-27 Avr. : 3			
			Groupe 3 Avr. : 10-17 Mai : 15-22-29			
			Groupe 4 Juin : 5-12-19-26 Juil. : 3			

VILLERS-LA-VILLE

	Thème/Nom du groupe	Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
NEW	Découvrir mes supers pouvoirs ! Basé sur les 24 forces de caractère en psychologie positive Plus d'infos	Enfants entre 6 et 10 ans	Fév. : 19-20-21-22-23	Répît de Censes Chemin de la Bruyère Des Cences 5, Sart Dame Aveline	Christelle Joyeux joyeuxchristelle@gmail.com 0476/68.68.24	Vanessa Frère Stéphanie Ghigny
NEW	Découverte de nos sensations avec nos amis les animaux	<p><i>Favoriser le développement sensoriel, émotionnel et relationnel;</i></p> <p><i>Représenter et/ou verbaliser (mentalisation) leurs sensations et leurs vécus émotionnels - Trouver sa place dans un petit groupe, respecter l'autre et se sentir respecté - Expérimenter un sentiment de continuité, de contenance et de sécurité à travers la répétition des ateliers</i></p>	<p>Groupe 1 - Enfants de 3 à 7 ans séjournant dans le centre d'accueil (L'Oasis) de la croix rouge à Genappe</p> <p>Groupe 2 - Enfants 7 à 15 ans de l'Oasis</p>	<p>Fév. : 24-25-26</p> <p>Centre d'accueil croix rouge (L'Oasis) Rue Couture Mathy 7 - 1470 Genappe</p>	<p>Coralie Eeckhout eeckhoutcoralie@live.be 0484/67 79 65</p> <p>Isabelle Vermoes ivermoes@gmail.com 0472/21.91.09</p>	<p>Stéphanie GHIGNY Vanessa Frère</p>

WATERLOO

	Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
EN COURS	« Moi et les autres : ce que je vis ici et ailleurs »	<i>Communication et expression autour de questionnements personnel et sociétaux en lien avec la santé mentale</i>	Jeunes de la Maison des jeunes 12-26 ans	Mensuel	Maison des jeunes de Waterloo	Isabelle Vermoes ivermoes@gmail.com 0472/21.91.09	Marie Sillen <i>Psy conventionnée</i>
NEW	Ateliers parents et professionnels sur les étapes du développement du jeune enfant	<i>Connaissances autour des besoins fondamentaux des enfants entre 0 et 3 ans</i>	Parents et professionnels de la crèche Arthur et Zoé	6 dates à venir en 2025	Crèche Arthur et Zoé Drève de Richelle 161, 1410 Waterloo	Régine de Briey regine.debriey@gmail.com 0489/48 08 21	Laurence Abras <i>directrice de la crèche</i>
NEW	Mes parents se séparent...et moi ? Plus d'infos	<i>Soutien à la résilience et développement de l'adaptabilité</i>	Enfants entre 5 et 12 ans	Groupe en constitution	Maison de la Parentalité Chaussée de Bruxelles 355, 1410 Waterloo	Anne Ghislain psytilleul@gmail.com 0493/99.61.03	Julie Gossiaux



WAVRE

EN COURS

NEW

Thème/Nom du groupe		Public cible	Dates	Adresse/Lieu d'accroche	Contact	Co-Animateur/ Partenariat
Prévention et outillage des familles autour de la problématique TCA	<i>Comprendre le TCA, Accompagner votre adolescent dans la gestion des émotions, Aider à la gestion de la vie de famille/couple, épuisement parental, Gérer les conflits et soutenir la santé mentale de toute la famille</i>	Parents ou accompagnants de jeunes souffrant de TCA	Un mercredi par mois de 19h à 20h30 2025 Oct. : 15 Nov. : 17 Déc. : 15 2026 Janv. : 12 Fév. : 9	DynamicPsy Rue Chapelle Ste Elisabeth 20, 1300 Wavre	Gaëlle Le Bouëdec gae.lebouedec@gmail.com 0484/93.30.84	Alexia Chrysochoos <i>Psy conventionnée</i>
Partage de vécus et entraide entre parents d'enfants à besoins spécifiques Plus d'infos	<i>Echanges autour d'expériences de parents d'enfants à besoins spécifiques. Ces échanges seront centrés autour de 4 thématiques (l'après-diagnostic, le lien avec l'école, le fonctionnement familial et la coparentalité). Des outils seront amenés pour faciliter la réflexion et la parole dans le groupe. Les témoignages et partages d'expériences entre parents aident à sortir d'un sentiment d'isolement éprouvé, d'être plus ouvert et de faciliter la mémorisation de pistes et de conseils.</i>	Parents d'enfants à besoins spécifiques fréquentant l'enseignement ordinaire tous niveaux confondus	De 19h30 à 21h30 (accueil vers 19h15) Janv. : 13 Fév. : 10 Mars : 10 Avr. : 07	Espace médical Wavre-Limal Rue provinciale 273 1301 Wavre	Laureline Soete laureline.soete01@gmail.com 0471/18.65.26	Anne Floor