

Merci de vous inscrire par mail : [laholi@yahoo.com](mailto:laholi@yahoo.com) ou par téléphone au 05.58.44.47.03

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 29 Mai au 2 Juin 2023

Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 31	Jeudi 1er	Vendredi 2	Sam	Dim
<b>F É R I É</b>	<p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> (La Holi)</p> <p><b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</b> (sur rendez-vous)</p> <p><b>Atelier</b> <b>Jeux de société</b> avec Céline de <b>14h à 16h</b> (La Holi)</p>		<p><b>Yoga adapté</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> (La Holi)</p> <p><b>Soutien</b> <b>psychologique</b> avec Eurydice (psychologue) de <b>10h à 11h</b> (créneaux individuels)</p> <p><b>Marche douce</b> avec Céline de <b>15h à 16h30</b> (Cité Verte- Galimbès)</p>	<p><b>Suivi diététique</b> avec Pauline de <b>9h à 12h</b> (individuel) ~</p> <p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> (La Holi) ~</p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 11h45</b> (La Holi) ~</p> <p><b>Soin socio- esthétique</b> avec Élodie de <b>12h à 13h</b> + <b>Atelier collectif</b> « <b>SOLEIL</b> » de <b>14h à 15h</b></p>		

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 5 Juin au 9 Juin 2023

Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9	Sam	Dim
<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> (La Holi)</p> <p><b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 13h</b> (sur rendez-vous)</p> <p><b>Atelier créatif</b> « fabrication de coussins adaptés » avec Geneviève de <b>14h à 16h</b></p>	<p><b>Hypnose</b> avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de <b>9h à 10h30</b> (créneau individuel)</p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> (La Holi)</p> <p><b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> (sur rendez-vous)</p>		<p><b>Soutien</b> <b>psychologique</b> avec Eurydice (psychologue) de <b>9h à 12h</b> et de <b>14h à 16h</b> (créneaux individuels)</p> <p><b>Yoga adapté</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> (La Holi)</p> <p><b>Atelier « <u>remue- ménages</u> »</b> avec Eurydice de <b>15h à 16h</b></p>	<p><b>Soins socio- esthétiques</b> avec Élodie de <b>9h30 à 12h</b> et de <b>13h à 16h</b> (4 créneaux individuels)</p> <p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> (La Holi)</p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 11h45</b> (La Holi)</p>		

\*Créneaux libres individuels : Ecoute, conseils généraux, échanges, inscription...

→ **Surveillez régulièrement le planning : les séances sont susceptibles d'être modifiées.**  
**Prise de RDV indispensable SVP (mesures COVID-19).**