

Merci de vous inscrire par mail : laholi@yahoo.com ou par téléphone au 05.58.44.47.03

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 23 Janvier au 27 Janvier 2023

Lundi 23	Mardi 24	Mercredi 25	Jeudi 26	Vendredi 27	Sam	Dim
<p>Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi)</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)</p>	<p>Hypnose Atelier collectif avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de 9h à 10h30</p> <p>Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi)</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 12h à 17H (sur rendez-vous)</p>		<p>Yoga adapté avec Gaëtan de 10h à 11h (La Holi)</p> <p>Atelier créatif « Fabrication de coussins adaptés» avec Geneviève de 14h à 16h</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 13H (sur rendez-vous)</p>	<p>Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h (La Holi)</p> <p>Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 (La Holi)</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 12h à 17H (sur rendez-vous)</p>		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 30 Janvier au 3 Février 2023

Lundi 30	Mardi 31	Mercredi 1er	Jeudi 2	Vendredi 3	Sam	Dim
<p>Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi)</p> <p>Atelier créatif « Fabrication de coussins adaptés» avec Geneviève de 14h à 16h</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 13h (sur rendez-vous)</p>	<p>Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi)</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 16h30 (sur rendez-vous)</p> <p>FERMETURE EXCEPTIONNELLE DE L'ACCUEIL A 16h30</p>		<p>Soutien psychologique avec Eurydice (psychologue) de 9h à 12h et de 15h à 16h (créneaux individuels)</p> <p>Yoga adapté avec Gaëtan de 10h à 11h (La Holi)</p> <p>Atelier « <u>remue-</u> <u>ménages</u> » avec Eurydice de 14h à 15h</p>	<p>Suivi diététique avec Pauline de 9h à 12h (créneau individuel en présentiel)</p> <p>Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h (La Holi)</p> <p>Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 (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).