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

*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).

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 2 novembre au 8 novembre 2026

Lundi 2	Mardi 3	Mercredi	Jeudi 5	Vendredi 6	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de **10h45 à 11h45** **Ateliers créatifs** avec Geneviève de **14h à 16h** **Créneaux libres pour tous renseignements** avec Laure de **9h à 16h (sur RDV)**	**Soutien psychologique** avec Carole de **9h à 10h30** **Rose Pilates** avec Albert de **10h45 à 11h45** **Retour à l'Emploi Séance 2** avec Carole de **10h30 à 12h** **Remue-Méninges** avec Carole de **13h30 à 14h30** **Suivi diététique individuel** avec Pauline de **14h à 16h**		**Retour à l'Emploi Séance 3** avec Amandine de **9h30 à 11h** **Soin socio-esthétique** Avec Amandine de **11h à 12h** **Yoga** avec Gaëtan de **10h à 11h** **Hypnose collective** avec Isabelle de **11h15 à 12h15**	**Gym douce** avec Albert de **10h15 à 11h** **Rose Pilates** avec Albert de **11h à 11h45** **Fermeture exceptionnelle l'après-midi**		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 9 novembre au 15 novembre 2026

Lundi 9	Mardi 10	Mercredi	Jeudi 12	Vendredi 13	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de **10h45 à 11h45** **Ateliers créatifs en autonomie** de **14h à 16h** **Créneaux libres pour tous renseignements** avec Laure de **9h à 16h (sur RDV)**	**Retour à l'Emploi Séance 4** Hypnose thérapeutique avec Isabelle de **9h à 10h30** **Rose Pilates** avec Albert de **10h45 à 11h45**	**Férié**	**Soins socio-esthétiques** avec Amandine de **9h30 à 16h** **Yoga** avec Gaëtan de **10h à 11h**	**Gym douce** avec Albert de **10h15 à 11h** **Rose Pilates** avec Albert de **11h à 11h45** **Jeux** avec Aline de **14h à 16h00**		