

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 10 juin au 14 juin 2024

Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14	Sam	Dim
<p><b>Soutien psychologique individuel</b> avec Carole (psychologue) de <b>9h à 12h</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Atelier créatif « Fabrication de coussins adaptés »</b> avec Geneviève de <b>14h à 16h</b></p>	<p><b>Hypnose</b> avec Isabelle (infirmière hypnothérapeute) de <b>9h à 13h15</b> <b>(individuel)</b></p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Suivi diététique individuel</b> avec Pauline de <b>14h à 17h</b></p>		<p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</b> <b>(sur rendez-vous)</b></p> <p><b>Yoga</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Soins socio-esthétiques</b> avec Élodie de <b>14h à 17h</b> <b>(individuel)</b></p>	<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 11h45</b> <b>(Cité verte)</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 16h30</b> <b>(sur rendez-vous)</b></p>		

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 17 Juin au 21 Juin 2024

Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21	Sam	Dim
<p><b>Marche douce</b> avec Céline de <b>11h à 12h30</b> <b>(Lac Dages)</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 10h45</b> et de <b>13h30 à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b></p>	<p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b></p>		<p><b>Yoga</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h45</b> <b>(sur rendez-vous)</b></p>	<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 11h45</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Créneaux libres pour tous renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b></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).**