

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 28 octobre au 1<sup>er</sup> novembre 2024

Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 31	Vendredi 1er	Sam	Dim
<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b></p>	<p><b>Hypnose</b> <b>individuelle</b> avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de <b>9h à 10h30</b> et de <b>13h à 17h</b></p> <p><b>Rose pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> <b>(La Holi)</b></p>		<p><b>Soutien</b> <b>psychologique</b> <b>individuel</b> avec Carole (psychologue) de <b>9h à 12h</b></p> <p><b>Yoga</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b></p>	<p><b>F</b> <b>É</b> <b>R</b> <b>I</b> <b>É</b></p>		

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 4 novembre au 8 novembre 2024

Lundi 4	Mardi 5	Mercredi 6	Jeudi 7	Vendredi 8	Sam	Dim
<p><b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Ateliers créatifs</b> <b>«Fabrication de</b> <b>coussins</b> <b>adaptés»</b> avec Geneviève de <b>14h à 16h</b></p> <p><b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</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>🚫 Fermeture</b> <b>exceptionnelle</b> <b>de l'accueil</b> <b>de</b> <b>9h à 17h</b></p>		<p><b>Yoga</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> <b>(La Holi)</b></p> <p><b>Soins socio-</b> <b>esthétiques</b> avec Élodie de <b>14h à 16h30</b> <b>(individuel)</b></p> <p><b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</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</b> <b>pour tous</b> <b>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).**