

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 27 Juin au 1^{er} Juillet 2022

Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30	Vendredi 1er	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h (LA HOLI)	Hypnose avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de 09h à 12h (individuel)		Soutien psychologique avec Eurydice (psychologue) de 09h à 11h et de 14h à 16h	Suivi diététique avec Pauline de 09h à 12h (créneaux individuels en présentiel)		
	Rose Pilates avec Albert de 11h à 12h (Cité Verte- Galimbès)		Yoga adapté avec Gaëtan de 10h à 11h (Cité Verte- Galimbès)	Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h (Cité Verte- Galimbès)		
	Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)	Hypnose Atelier collectif avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de 14h30 à 16h		Atelier « <i>remue Méninges</i> » Avec Eurydice (psychologue) de 11h à 12h	Rose Pilates avec Albert de 11h15 à 12h (Cité Verte- Galimbès)	

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 04 Juillet au 08 Juillet 2022

Lundi 04	Mardi 05	Mercredi 06	Jeudi 07	Vendredi 08	Sam	Dim
Gym douce avec Albert de 11h à 12h (Cité Verte- Galimbès)	Marche douce avec Céline de 9h30 à 10h45		Yoga adapté avec Gaëtan de 10h à 11h (Cité Verte- Galimbès)	Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h (Cité Verte- Galimbès)		
Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 16h (sur rendez-vous)	Rose Pilates avec Albert de 11h à 12h (Cité Verte- Galimbès)		Soins socio- esthétiques avec Elodie de 10h45 à 11h45 et de 14h30 à 16h45 (créneaux individuels)	Rose Pilates avec Albert de 11h15 à 12h (Cité Verte Galimbès)		
Fermeture exceptionnelle de l'accueil de 16h à 17h	Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 11h à 17h (sur rendez-vous)		Soutien psychologique avec Eurydice de 09h à 12h et de 14h à 16h	Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 09h à 17h (sur rendez-vous)		

*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).