

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 20 Novembre au 24 Novembre 2023

Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Jeudi 23	Vendredi 24	Sam	Dim
<p>Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi)</p> <p>Atelier créatif «Fabrication de coussins adaptés» de 14h à 16h</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 17h (sur rendez-vous)</p>	<p>Fermeture exceptionnelle de l'accueil de 9h à 13h ~</p> <p>Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi) ~</p> <p>Suivi diététique individuel avec Pauline de 14h à 17h ~</p> <p>Atelier Expression corporelle avec Coralie de 14h à 15h30 (La Holi)</p>		<p>Soutien psychologique individuel avec Eurydice (psychologue) de 9h à 11h et de 13h30 à 14h30</p> <p>Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h (La Holi)</p> <p>Programme Retour à l'emploi (Séance n°6) avec Eurydice de 11h à 12h30</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 9h à 17h (sur rendez-vous)</p>		

Planning d'activités à La Holi : Semaine du 27 Novembre au 1^{er} Décembre 2023

Lundi 27	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30	Vendredi 1er	Sam	Dim
<p>Gym douce avec Albert de 11h à 12h (La Holi)</p> <p>Atelier Jeux avec Céline et Delphine de 14h à 16h</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 9h à 14h (sur rendez-vous)</p>	<p>Hypnose Atelier collectif avec Isabelle de 13h45 à 14h45</p> <p>Rose Pilates avec Albert de 10h45 à 11h45 (La Holi)</p> <p>Hypnose individuelle avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de 9h à 10h30 et de 15h à 16h30</p>		<p>Yoga avec Gaëtan de 10h à 11h (La Holi)</p> <p>Programme Retour à l'emploi (Séance n°7) avec Isabelle de 11h à 12h30</p> <p>Créneaux libres pour tous renseignements avec Céline de 12h30 à 17h (sur rendez-vous)</p>	<p>Suivi diététique avec Pauline de 9h à 12h (individuel)</p> <p>Gym douce avec Albert de 10h15 à 11h suivi de Rose Pilates avec Albert de 11h à 11h45 (La Holi)</p> <p>Soins socio- esthétiques avec Élodie de 10h à 16h30 (individuel)</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).