

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 14 octobre au 18 octobre 2024

Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18	Sam	Dim
<b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> <b>(La Holi)</b>  <b>Ateliers créatifs</b> «Confection de goodies pour Octobre Rose» avec Geneviève de <b>14h à 16h</b>  <b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>	<b>Hypnose</b> <b>individuelle</b> avec Isabelle (infirmière hypno- thérapeute) de <b>9h à 10h30</b> et de <b>14h à 15h30</b>  <b>Rose pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> <b>(La Holi)</b>  <b>Hypnose</b> <b>Atelier collectif</b> avec Isabelle de <b>12h45 à 13h45</b>		<b>Soutien</b> <b>psychologique</b> <b>individuel</b> avec Carole (psychologue) de <b>9h à 12h</b>  <b>Yoga</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> <b>(La Holi)</b>  <b>Atelier Jeux</b> avec Delphine de <b>14h à 16h</b>	<b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> <b>(La Holi)</b>  <b>Rose Pilates</b> avec Albert de <b>11h à 11h45</b> <b>(La Holi)</b>  <b>Soins socio-</b> <b>esthétiques</b> avec Élodie de <b>11h à 16h30</b> <b>(individuel)</b>		

### Planning d'activités à La Holi : Semaine du 21 octobre au 25 octobre 2024

Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25	Sam	Dim
<b>Gym douce</b> avec Albert de <b>11h à 12h</b> <b>(La Holi)</b>  <b>Ateliers créatifs</b> «Confection de goodies pour Octobre Rose» en autonomie de <b>14h à 16h</b>  <b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 14h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>	<b>Soutien</b> <b>psychologique</b> <b>individuel</b> avec Carole (psychologue) de <b>9h30 à 11h30</b>  <b>Rose pilates</b> avec Albert de <b>10h45 à 11h45</b> <b>(La Holi)</b>  <b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>		<b>Yoga</b> avec Gaëtan de <b>10h à 11h</b> <b>(La Holi)</b>  <b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>9h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>	<b>Suivi diététique</b> <b>individuel</b> avec Pauline de <b>9h à 12h</b>  <b>Gym douce</b> avec Albert de <b>10h15 à 11h</b> suivi de <b>Rose Pilates</b> de <b>11h à 11h45</b> <b>(La Holi)</b>  <b>Créneaux libres</b> <b>pour tous</b> <b>renseignements</b> avec Céline de <b>13h à 17h</b> <b>(sur rendez-vous)</b>		

\*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).**