

ACTIVITÉS SEPTEMBRE 2018

Au 11/9/18


Inscriptions sur place, par mail mme@ghdc.be ou par téléphone 071 42 11 34

Jours d'ouverture : lundi, mardi et vendredi entre 9h30 et 17h00.

Coût par activité : 2 € - **En fluo jaune, les activités collectives**

AQUAGYM RAVIVA : mardi et mercredi de 17h à 18h à Reine Fabiola inscription via la Fondation contre le Cancer, sur www.raviva.be ou au 0800 15 801 – infos à l'accueil MME. Activité gratuite.

| LUNDI 17 septembre | MARDI 18 septembre | VENDREDI 21 septembre |
|--|--|--|
| <p>À 9h30 ; 10h15 ; 11h00 et 11h45 : Massage crânien et/ou infos prothèses capillaires, ... avec Bérangère</p> <p>10h30 à 11h30 : Yoga du RIRE avec Isabelle T</p> <p>10h30 à 12h00 : Réflexologie plantaire avec Moreno</p> <p>---</p> <p>A 13h00 et à 15h00 : Réflexologie plantaire avec Moreno</p> <p>À 13h00 ; 14h15 et 15h30 : Soins beauté avec Belgin</p> <p>14h45 à 16h Yoga RAVIVA avec Linette</p> <p>16h à 17h : Yoga RAVIVA avec Linette</p> | <p>Entre 10h00 et 13h00 : sur RV : 1 heure de Sophrologie avec Marc</p> <p>10h30 à 12h30 : Maintien de la pratique de Pleine conscience avec Gérard *</p> <p>À 10h30 : Massage harmonisant avec Rita</p> <p>---</p> <p>À 13h et à 15h : Relaxation et massage avec Catherine-M.</p> <p>13h à 16h : sur RV Coiffure avec Franca</p> <p>De 14h à 16h, Atelier floral avec Rita et Christiane</p> <p>NOUVEAU</p> <p>De 15h à 17h Art Thérapie avec Bernadette</p> | <p>À 9h30 et à 11h : Soin visage et conseils beauté avec Christine L.</p> <p>Entre 10h00 et 13h00 : sur RV : 1 heure de Sophrologie avec Danielle</p> <p>10h00 à 11h00 : Gymnastique Santé avec Jean-Luc</p> <p>11h00 à 12h00 : Gymnastique Santé avec Jean-Luc</p> <p>---</p> <p>14h00 à 17h00 : Atelier Créatif : « suivre le fil » avec Elodie</p> |

| LUNDI 24 septembre | MARDI 25 septembre | VENDREDI 28 septembre |
|--|--|--|
| <p>À 9h30 ; 10h15 ; 11h00 et 11h45 : Massage crânien et/ou infos prothèses capillaires, ... avec Bérangère</p> <p>10h30 à 12h00 : Réflexologie plantaire avec Moreno</p> <div data-bbox="129 571 555 734" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>10h30 à 12h30 : Atelier collectif beauté SOINS des SOURCILS : avec Christine L et Belgin</p> </div> <p>---</p> <p>À 13h00 ; 14h15 et 15h30 : Soins beauté avec Belgin</p> <p>A 13h00 et à 15h00 : Réflexologie plantaire avec Moreno</p> <div data-bbox="129 1115 555 1200" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>14h45 à 16h Yoga RAVIVA avec Linette</p> </div> <div data-bbox="129 1256 555 1344" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>16h à 17h : Yoga RAVIVA avec Linette</p> </div> | <p>Entre 10h00 et 13h00 : sur RV : 1 heure de Sophrologie avec Marc</p> <div data-bbox="584 439 991 770" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>10h15 à 13h30 : Info nutrition et Atelier culinaire suivis du repas commun, avec « Colette et cie »</p> <p>Avec le soutien de la</p>  </div> <p>À 10h30 et à 13h00 : Massage harmonisant avec Rita</p> <p>À 10h30, à 11h30 et à 13h30 : Réflexologie plantaire avec Monique H.</p> <p>---</p> <p>13h à 16h : sur RV Coiffure avec Franca</p> <p>Entre 13h30 et 16h30 : sur RV : 1 heure de Sophrologie avec Annie D.</p> <p>15h30 à 16h30 : Réflexologie plantaire avec Rita</p> | <p>À 9h30 et à 11h : Soin visage et conseils beauté avec Christine L.</p> <p>Entre 10h00 et 13h00 : sur RV : 1 heure de Sophrologie avec Danielle</p> <div data-bbox="1023 571 1445 656" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>10h00 à 11h00 : Gymnastique Santé avec Jean-Luc</p> </div> <div data-bbox="1023 719 1445 804" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>11h00 à 12h00 : Gymnastique Santé avec Jean-Luc</p> </div> <p>---</p> <div data-bbox="1023 913 1445 1039" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>14h à 16h30 : Cap Couleurs (toutes techniques) avec Christiane</p> </div> |
| | <p style="text-align: center;">JEUDI 27 septembre à 17h</p> <p>Information pour le prochain Cycle Méditation Pleine Conscience avec Jacques Splaingaire</p> <p>Le cycle aura lieu les mardis matins de 10h30 à 13h00 et débutera le 9 octobre</p> | |