

OCTOBRE 2023

LUNDI

02

- **Réflexologie plantaire**
Moreno à 10h30, 13h et 15h
- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30
- **Atelier artistique: impression d'automne**
Jacqueline (8p) de 13h30 à 15h30
- **Gymnastique pilates**
Christine (6 p.) de 14h00 à 15H00

MARDI

03

- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30, 14h30 et 15h30
- **Gymnastique douce**
Annie L (7 p.) de 14h à 15h
- **Yoga**
Angélique (6p) de 15h à 16h
- **Haiku**
Christine et Françoise (7p) de 10h à 11h30
- **Massage**
Lucie-Anne 09h30 et 11h
Marie-Ch. 10h et 11h15
- **Massage épaules et haut du dos**
Marie-Ch. 13h30 et 14h15
- **Massage**
Sandrina à 9h30, 11h

JEUDI

05

- **Sophrologie**
Annie Lo (12p. max) 10h30 à 11h30
- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30, 15h30
- **Réflexologie plantaire**
Rita 10h, 12h et 13h30
- **Atelier création ou expression par l'art**
Marc D. (6p. max) de 13h30 à 15h
- **Atelier culinaire**
10h30 à 14h (7p)



VENDREDI

06

- **Soin et massage visage, massage mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30
- **Yoga sana**
Jean-Luc (9p) de 10h30 à 11h 30
- **Aquabike**
10h à 10h45 (9p. max)
- **SHIATSU**
Philippe à 09h30 et 10h45



OCTOBRE 2023

LUNDI

09

• **Atelier couture:**

Hélène et Franca (6p) de 13h30 à 15h30



• **Soin beauté**

Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30

• **Réflexologie plantaire:**

Moreno à 10h30, 13h et 15h

• **jeux de société**

Pierre (10p) de 13h à 16h30

• **Gymnastique pilates**

Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00

avec le soutien de la



Fondation
contre le Cancer

MARDI

10

• **Sophrologie**

Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30, 14h30 et 15h30

• **Gymnastique douce**

Annie L (7 p.) de 14h à 15h

• **Yoga**

Angélique (6p) de 15h à 16h



• **Massage**

Lucie-Anne 09h30 et 11h
Marie-Ch. 10h et 11h15

• **Massage épaules et haut du dos**

Marie-Ch. 13h30 et 14h15

• **Cap couleur**

Christiane (10p) de 09h30 à 12h30

• **Reiki**

Fabienne à 14h30 et 15h45

JEUDI

12

• **Massage**

Sandrina à 10h, 11h30, 13h30 et 15h

• **Réflexologie plantaire**

Rita 10h, 12h et 13h30

• **Atelier création ou expression par l'art**

Marc D. (6p. max) de 13h30 à 15h

• **Réflexologie plantaire**

Rita 10h, 12h et 13h30

• **Sophrologie**

Annie Lo (12p. max) 10h30 à 11h30

• **Sophrologie**

Annie Lo 11h45, 13h30, 14h30, 15h30

• **Le macramé**

Antonietta (6p. max) de 10h à 13h

• **Balade nature**

Katryn(10p) à 14h (endroit à convenir)

- **Soin beauté, sophrologie, réflexologie, massage au choix**
17h et 18h pour patients et aidants proches qui travaillent

VENDREDI

13

• **Yoga sana**

Jean-Luc (9p) de 10h30 à 11h 30

• **SHIATSU**

Philippe à 09h30 et 10h45

- **Massage pour aidants proches**
10h et 11h30

• **Aquabike**

10h à 10h45 (9p. max)



Fondation
contre le Cancer

OCTOBRE 2023

LUNDI 16

- **Réflexologie plantaire:**
Agnès 09h30 et 11h30
Moreno à 10h30, 13h et 15h
- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30
- **Gymnastique pilates**
Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00
- **Atelier tricot**
Hélène et Franca (6p) de 13h30 à 15h30
- **Hypnose**
Marie E. à 9h30 et 11h 15



MARDI 17

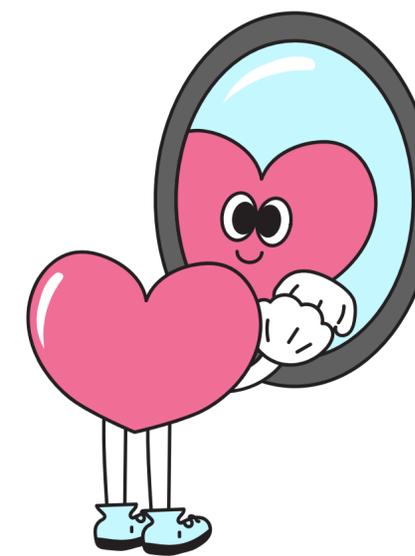
- **Coiffure**
Franca 09h30, 10h30, 11h30
- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30, 14h30 et 15h30
- **Gymnastique douce**
Annie L (7 p.) de 14h à 15h
- **Massage**
Marie-Ch. 10h et 11h15
Lucie-Anne 09h30 et 11h
- **Massage épaules et haut du dos**
Marie-Ch. 13h30 et 14h15
- **Atelier culinaire**
10h30 à 14h (7p)
- **Massage**
Sandrina à 09h30, 11h

JEUDI 19

- **Massage**
Sandrina à 10h, 11h30, 13h30 et 15h
- **Sophrologie**
Annie Lo (12p. max) 10h30 à 11h30
- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30, 15h30
- **Atelier création ou expression par l'art**
Marc D. (6p. max) de 13h30 à 15h
- **Réflexologie plantaire**
Rita 10h, 12h et 13h30
- **Atelier colorimétrie**
Michèle, Christine et Katryn à 13h30, 14h15 et 15h
- **Papercraft**
Bernardette (8p) de 13h30 à 15h30

VENDREDI 20

- **Yoga sana**
Jean-Luc (9p) de 10h30 à 11h 30
- **Soin et massage visage, massage mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30
- **Réflexologie plantaire**
Agnès 09h30 et 11h30
- **Atelier estime de soi (4p)**
coiffure, mise en beauté et shooting photo de 10h à 13h



OCTOBRE 2023



LUNDI 23

- **Réflexologie plantaire**
Agnès 09h30 et 11h30
Moreno à 10h30, 13h et 15h

- **Atelier beauté**
Michèle et Christine (6p) 13h30-15h30

- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30



- **Gymnastique pilates**
Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00

- **Balade nature**
Nadine(10p) à 14h (endroit à convenir)

- **Hypnose**
Marie E. à 9h30 et 11h 15

MARDI 24

- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30,14h30 et 15h30

- **Massage**
Lucie-Anne 09h30 et 11h
Marie-Ch. 10h et 11h15

- **Massage épaules et haut du dos**
Marie-Ch. 13h30 et 14h15

- **Yoga**
Angélique (6p) de 15h à 16h

- **Gymnastique douce**
Annie L (7 p.) de 14h à 15h

- **Au fil des pages**
Edwige et Véro (6p) de 14 à 15h



- **Reiki**
Fabienne à 14h30 et 15h45

- **Coiffure**
Franca 09h30,10h30,11h30

JEUDI 26

- **Atelier création ou expression par l'art**
Marc D. (6p. max) de 13h30 à 15h

- **Sophrologie**
Annie Lo (12p. max) 10h30 à 11h30

- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30, 15h30

- **Art floral**
Rita (10p) de 14h à 16h

- **Le macramé**
Antonietta (6p. max) de 10h à 13h

- **Massage**
Sandrina à 10h, 11h30, 13h30 et 15h

- **Cuisine de saison: sucré-salé**
10p de 17h30 à 20h

- **Soin beauté, sophrologie, réflexologie, massage au choix**
17h et 18h pour patients et aidants proches qui travaillent

VENDREDI 27

- **Soin et massage visage, massage mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30

- **SHIATSU**
Philippe à 09h30 et 10h45

- **Réflexologie plantaire**
Agnès 09h30 et 11h30

- **Massage pour aidants proches**
10h et 11h30

Avec le soutien de la



Fondation
contre le Cancer

PAIRI DAIZA : mercredi 25/10/2023

Venez fêter Halloween dans le cadre enchanteur du parc Pairi Daiza, une magnifique journée à la rencontre des animaux.



Prix : 5 euros à payer sur place
Départ fixé à 9h sur le parking du Colruyt de Gilly, retour prévu à 17h
(! prévoir votre diner!)

OCTOBRE 2023



LUNDI

30

- **Réflexologie plantaire**
Agnès 09h30 et 11h30
Moreno à 10h30, 13h et 15h
- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30, 13h, 14h30
- **Gymnastique pilates**
Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00
- **Art floral**
Rita de 14h à 16h
- **Hypnose**
Marie E. à 9h30 et 11h 15
- **Massage**
Mélanie 10h, 12h

Avec le soutien de la



MARDI

31

- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30, 14h30 et 15h30
- **Massage**
Lucie-Anne 09h30 et 11h
Marie-Ch. 10h et 11h15
- **Massage épaules et haut du dos**
Marie-Ch. 13h30 et 14h15
- **Gymnastique douce**
Annie L (7 p.) de 14h à 15h
- **Coiffure**
Franca 09h30, 10h30, 11h30

