

AOÛT 2024



JEUDI

01

- **Gymnastique douce**
Annie Lo. (7 p.) de 10h30 à 11h30
- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30,
15h30
- **Atelier peinture au fil**
Jacqueline (6p.) de 14h à 16h30
- **Atelier colorimétrie**
Michèle, Christine
à 13h30 ,14h15 et 15h



VENDREDI

02

- **Massage**
Agnès 09h30 et 11h
- **Gym sana**
Alexandre de 11h à 12h
- **Soin et massage visage, massage
mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30



AOÛT 2024

LUNDI 05

- **Réflexologie plantaire:**

Moreno à 10h30, 13h et 15h
Agnès 13h30
Mélanie 14h

- **Massage détente**

(épaules, nuque et tête)
Kinou 10h30 et 11h30



- **Massage**

Agnès 09h30 et 11h
Mélanie 12h

- **Soin beauté**

Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30

- **Gymnastique pilates**

Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00

Avec le soutien de la



Fondation
contre le Cancer

MARDI 06

- **Massage**

Lucie-Anne 9h30 et 11h
Marie-Christiane 13h30 et 15h
Agnès 9h30 et 11h30

- **Coiffure**

Franca 10h30, 11h30, 13h30

- **Haikus**

Christine (7p) de 10h00 à 11h30

- **Réflexologie**

Marie-Line 10h30, 13h00 et 14h30
Agnès 13h30

- **Sophrologie**

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

- **Yoga**

Angélique (6p) de 15h à 16h

JEUDI 08

- **Massage**

Sandrina 10h, 11h30, 13h30 et 15h

- **Tournoi de pétanque**

6 p de 13h30 à 15h00

- **Le macramé**

Antonietta (6p. max de 10h à 13h)



VENDREDI 09

- **Massage**

Agnès 09h30 et 11h

- **SHIATSU**

Philippe à 09h30 et 10h45

- **Soin et massage visage, massage mains ou pieds**

Christine L. 10h et 11h30



JOURNÉE À LA MER EN DUO

9 août 2024

**Venez partager avec nous une
merveilleuse journée à La Panne.**

**PRIX: 2€ PAR
PERSONNE**

AOÛT 2024

LUNDI 19

- **Réflexologie plantaire:**
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 Estime de soi**
10 h à 13h (4p)



**maquillage, coiffure
et shooting photo
--> possible de venir
avec votre aidant
proche!**

MARDI 20

- **Massage**
Lucie-Anne 9h30 et 11h
Marie-Christiane 13h30 et 15h
- **Coiffure**
Franca 10h30, 11h30, 13h30
- **Réflexologie**
Marie-Line 10h30, 13h00 et 14h30
- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30, 14h30 et 15h30
- **Sophrologie de groupe**
Annie Lo (12p. max) 11h à 12h
- **Gymnastique douce**
Annie L (7 p.) de 13h30 à 14h30
- **Yoga**
Angélique (6p) de 15h à 16h

JEUDI 22

- **Gymnastique douce**
Annie Lo. (7 p.) de 10h30 à 11h30
- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30,
15h30
- **Massage**
Sandrina 10h, 11h30, 13h30 et 15h
- **Atelier peinture : TATAKI ZOME**
Jacqueline (8p) de 10h à 12h30



VENDREDI 23

- **Gym sana**
Alexandre de 11h à 12h
- **Soin et massage visage, massage
mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30
- **Le macramé**
Antonietta (6p. max de 10h à 13h)
- **Origami**
Anne de 9h30 à 11h30



Visite guidée de L'architecture scolaire au XIX^e à Charleroi



**MERCREDI 21 AOÛT 2024
DE 10H À 11H30**

**C'EST DANS LA RICHE
ARCHITECTURE SCOLAIRE
CAROLO QUE NOUS VOUS
GUIDERONS À L'OMBRE DE
JULES DESTRÉE ET DE PAUL
PASTUR, DEUX GRANDES
PERSONNALITÉS QUI, AU-DELÀ
DE LEUR ACTION POLITIQUE,
AURONT JOUÉ UN RÔLE
MAJEUR EN TERMES DE
CULTURE ET DE SCOLARISATION
À CHARLEROI.**

PRIX : 2€



AOÛT 2024

LUNDI 26

- **Réflexologie plantaire:**
Moreno à 10h30, 13h et 15h
- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30
- **Massage détente**
(épaules, nuque et tête)
Kinou 10h30 et 11h30
- **Atelier couture**
Hélène et Franca (6p) de 13h30 à 15h30
- **Gymnastique pilates**
Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00



MARDI 27

- **Massage**
Lucie-Anne 9h30 et 11h
- **Coiffure**
Franca 10h30, 11h30, 13h30
- **Réflexologie**
Marie-Laure 11h et 13h30
- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30, 14h30 et 15h30
- **Sophrologie de groupe**
Annie Lo (12p. max) 11h à 12h
- **Gymnastique douce**
Annie L (7 p.) de 13h30 à 14h30
- **Atelier lecture**
Véronique (6p) de 14h à 15h
- **Yoga**
Angélique (6p) de 15h à 16h
- **Reiki**
Fabienne à 14h30 et 15h45
- **Atelier culinaire**
10h30 à 14h (7p)

JEUDI 29

- **Gymnastique douce**
Annie Lo. (7 p.) de 10h30 à 11h30
- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30, 15h30
- **Massage**
Agnes 14h et 15h30
- **Papercraft**
Bernardette (8p) de 13h30 à 15h30



VENDREDI 30

- **Gym sana**
Alexandre de 11h à 12h
- **Massage**
Agnes 9h30 et 11h00
- **Réflexologie**
Marie-Line 9h30 et 11h00
- **Balade nature**

2 balades seront prévues sur le mois en fonction de la météo! Inscrivez-vous et vous serez contacté par Nadine et Katryn --> date et endroit à convenir

