

JANVIER 2025

LUNDI 06

- **Réflexologie plantaire:**
Moreno à 10h30, 13h et 15h00
Agnes 11h00 et 13h30
- **Massage**
Agnes 9h30 et 15h00
Pascale 13h30 et 15h00
- **Tai chi**
Hervé (8p) de 10h à 11h00
- **Bulle de relaxation**
13h00, 16h00
- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30
- **Jeux de société**
Pierre (9p) de 13h à 16h30
- **Gymnastique pilates**
Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00
- **Yoga**
Angélique (6p) de 15h à 16h



MARDI 07

- **Coiffure**
Franca 10h30, 11h30 et 13h30
- **Massage**
Lucie-Anne 9h30 et 11h
- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30, 14h30 et 15h30
- **Reiki**
Fabienne 14h30 et 15h45
- **Réflexologie plantaire**
Marie-Line 10h00, 13h00 et 14h30
- **Atelier respiration**
Retrouver son souffle
Annie Lo 10h00 et 11h00
- **Gymnastique douce**
Annie L (8 p.) de 13h30 à 14h30



JEUDI 09

- **Gymnastique douce**
Annie Lo. (8 p.) de 10h30 à 11h30
- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30, 15h30
- **Réflexologie plantaire**
Agnes 15h30
- **Massage**
Sandrina 10h00, 11h00, 13h30 et 15h00
Agnes 14h00
- **Bulle de relaxation**
13h00, 14h00 et 15h00
- **Papercraft**
Bernardette (8p) de 13h30 à 15h30

VENDREDI 10

- **Soin et massage visage, massage mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30
- **SHIATSU**
Philippe à 09h30 et 10h45
- **Massage détente**
(épaules, nuque et tête)
Kinou 09h30 et 11h00
- **Le Macramé**
Antonietta (6p. max de 10h à 13h)
- **Atelier Origami**
Anne (6p.) de 9h30 à 11h30
- **Gym sana**
Alexandre de 11h00 à 12h00
- **Massage aidant-proche**
10h et 11h30



JANVIER 2025

LUNDI 13

- **Réflexologie plantaire:**
Moreno à 10h30, 13h et 15h00
Agnes 11h00 et 13h30
- **Massage**
Agnes 9h30 et 15h00
- **Tai chi**
Hervé (8p) de 10h à 11h
- **Bulle de relaxation**
13h00, 16h00 
- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30
- **Art floral**
Rita et Véronique(10p) de 14h à 16h00
- **Atelier couture**
de 10h00 à 12h00
- **Gymnastique pilates**
Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00
- **Yoga**
Angélique (6p) de 15h à 16h

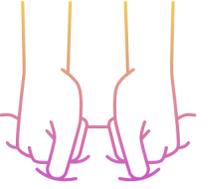
MARDI 14

- **Coiffure**
Franca 10h30, 11h30 et 13h30
- **Massage**
Lucie-Anne 9h30 et 11h
Marie-Christiane 13h30 et 15h00
- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30, 14h30 et 15h30
- **Atelier Haïkus**
Christine de 10h à 11h30 
- **Atelier respiration
Retrouver son souffle**
Annie Lo 10h00 et 11h00
- **Réflexologie plantaire**
Marie-Line 10h00, 13h00 et 14h30
- **Gymnastique douce**
Annie L (8 p.) de 13h30 à 14h30
- **Bulle de relaxation**
15h00, 16h00
- **Balade nature**
2 balades seront prévues sur le mois en fonction de la météo! Inscrivez-vous et vous serez contacté par Nadine --> date et endroit à convenir

JEUDI 16

- **Gymnastique douce**
Annie Lo. (8 p.) de 10h30 à 11h30
 - **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30, 15h30
 - **Soins beauté**
Delphine 10h, 11h30, 13h30
 - **Bulle de relaxation**
13h00, 14h00 et 15h00
 - **Atelier Artistique**
Jouons avec les lignes et les couleurs (8p.) 10h à 12h30
- 

VENDREDI 17

- **Soin et massage visage, massage mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30
 - **SHIATSU**
Philippe à 09h30 et 10h45
- 
- **Atelier culinaire**
(7 p.) 10h à 13h00
 - **Massage**
Agnes 9h30
Pascale 10h00 et 11h30
 - **Réflexologie plantaire**
Agnes 11h00
 - **Gym sana**
Alexandre de 11h à 12h

Avec le soutien de la



Fondation
contre le Cancer

JANVIER 2025

LUNDI 20

- **Réflexologie plantaire:**
Moreno à 10h30, 13h et 15h
Agnes 11h00 et 13h30
Mélanie 11h30
- **Massage**
Agnes 9h30 et 15h00
Mélanie 9h30
- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30
- **Tai chi**
Hervé (8p) de 10h à 11h
- **Gymnastique pilates**
Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00
- **Bulle de relaxation**
13h00
- **Yoga**
Angélique (6p) de 15h à 16h



MARDI 21

- **Coiffure**
Franca 10h30, 11h30 et 13h30
- **Massage**
Lucie-Anne 9h30 et 11h
- **Bulle de relaxation**
10h00, 15h00, 16h00
- **Reiki**
Fabienne 14h30 et 15h45 
- **Réflexologie plantaire**
Marie-Laure 10h00, 11h00, 13h15 et 14h30
Marie-Line 10h00, 13h00 et 14h30
- **Massage détente**
(épaules, nuque et tête)
Kinou 9h30 et 11h00
- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
- **Atelier respiration**
Retrouver son souffle
Annie Lo 10h00 et 11h00
- **Gymnastique douce**
Annie L (8 p.) de 13h30 à 14h30

JEUDI 23

- **Gymnastique douce**
Annie Lo. (8 p.) de 10h30 à 11h30
- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30, 15h30
- **Atelier colorimétrie**
Michèle, Christine et Katryn
à 13h30, 14h15 et 15h
- **Massage**
Sandrina 10h00, 11h00, 13h30 et 15h00
- **Soin beauté**
Delphine 10h00, 11h00 et 13h30
- **Bulle de relaxation**
13h00 et 15h00
- **Soin beauté**
Belgin 16h00
- **Soin beauté, réflexologie, massage au choix**
17h et 18h pour patients et aidants proches qui travaillent

VENDREDI 24

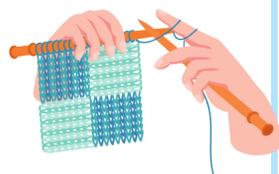
- **Soin et massage visage, massage mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30
- **Massage aidant-proche**
10h et 11h30
- **Gym sana**
Alexandre de 11h à 12h
- **Massage**
Agnes 9h30
- **Réflexologie plantaire**
Agnes 11h00
- **Le Macramé**
Antonietta (6p. max de 10h à 13h)



JANVIER 2025

LUNDI 27

- **Réflexologie plantaire:**
Moreno à 10h30, 13h et 15h
Agnes 11h00 et 13h30
- **Massage**
Agnes 9h30 et 15h00
- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30
- **Tai chi**
Hervé (8p) de 10h à 11h
- **Atelier tricot**
de 10h00 à 12h00
- **Bulle de relaxation**
13h00
- **Yoga**
Angélique (6p) de 15h à 16h
- **On s'évade avec la lecture**
Véronique et Bénédicte (6p) de 14h à 15h



Avec le soutien de la



Fondation
contre le Cancer

MARDI 28

- **Coiffure**
Franca 10h30, 11h30 et 13h30
- **Massage**
Lucie-Anne 9h30 et 11h
Marie-Christiane 13h30 et 15h00
- **Bulle de relaxation**
15h00, 16h00
- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
Annie D. 13h30, 14h30 et 15h30
- **Art floral**
Rita et Véronique (10p) de 14h à 16h00
- **Atelier respiration**
Retrouver son souffle
Annie Lo 10h00 et 11h00
- **Gymnastique douce**
Annie L (8 p.) de 13h30 à 14h30
- **Réflexologie plantaire**
Marie-Line 10h00, 13h00 et 14h30
- **Balade nature**

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



JEUDI 30

- **Gymnastique douce**
Annie Lo. (8 p.) de 10h30 à 11h30
- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30, 14h30, 15h30
- **Soins beauté**
Delphine 10h, 11h30, 13h30
- **Massage**
Delphine 15h
- **Bulle de relaxation**
10h00, 11h00, 13h00 et 15h00
- **Atelier culinaire**
(7 p.) 10h à 13h00



VENDREDI 31

- **Soin et massage visage, massage mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30
- **Massage**
Agnes 9h30
Delphine 10h00 et 11h30
- **Atelier Artistique**
Aquarelle et encre noire
(8p.) 10h à 12h30
- **Réflexologie plantaire**
Agnes 11h00
- **Gym sana**
Alexandre de 11h à 12h





ATELIER CUPCAKES ET BISCUITS

Jeudi 30 janvier
de 17h à 19h

Activité en duo

PRIX: 10€ PAR DUO

ADRESSE: RUE NEUVE 77, 6280 GERPINNES

