

Programme du mois de septembre 2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
26	27	28	29	30	31	1
2 9h-10h: Marche nordique sortie en forêt	3 13h30-15h : Art therapy - Les ateliers d'Aurel	4 10h30-12h30: Massages assis	5 10h-12h: Atelier d'écriture	6	7	8
9 9h-10h: Marche nordique sortie en forêt	10	11 10h30-12h30: Massages assis	12	13	14	15
16 9h-10h: Marche nordique sortie en forêt 18h00-19h00 : Shiatsu	17 13h30-15h : Art therapy - Les ateliers d'Aurel 18h00-19h00 : Shiatsu	18 10h30-12h30: Massages assis	19 9h-10h: Marche nordique initiation 10h-12h: Atelier d'écriture	20	21	22
23 9h-10h: Marche nordique sortie en forêt	24	25 10h30-12h30: Massages assis	26 9h-10h: Marche nordique initiation 10h30-12h: Bol Tibétains	27	28	29
30 9h-10h: Marche nordique sortie en forêt 18h00-19h00 : Shiatsu	1 18h00-19h00 : Shiatsu	2 10h30-12h30: Massages assis	3 10h-12h: Atelier d'écriture 10h00-12h00 : Art therapy - Red Pencil	4	5	6

Toute l'année :

Massage assis les mercredis de 10h30 à 12h30 à l'Espace Bien-être

Massage des mains chaque jeudi matin à l'unité 42

Journal personnel 1X/mois en chambre à l'unité 42 sur demande

Prochainement:

Art-Thérapie par l'association Red Pencil à partir d'octobre 8 séances pour un groupe de 10 personnes

L'Arbre de vie par Nunziatina Trifiro

Pour en savoir plus, consultez notre site internet
institutroiabertdeux.be/fr/espace-bien-etre-et-activites

