

Programme du mois d'octobre 2024

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

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:

L'Arbre de vie par Nunziatina Trifiro

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

