


2022		juillet				ACTIVITES ETINCELLE DE LA SAMBRE	
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
27	28	29	30	01	02	03	
04	05	06	07	08	09	10	
	Sophrologie 10h30-11h30	APA 10h30-12h	Socio-Esthétique RDV IND 10h-11h 11h15-12h15	Plaisirs et dégustations "Autour des choux" 10h-12h			
Yogathérapie 15h-16h15	Socio Esthétique groupe "Sortie magasin" 14h-16h		Art-Thérapie 14h-16h30				
11	12	13	14	15	16	17	
	Sophrologie 10h30-11h30	APA 10h30-12h	FÉRIÉ				
Yogathérapie 15h-16h15	Naturopathie "Massage assis" 14h-16h						
18	19	20	21	22	23	24	
	Sophrologie 10h30-11h30	APA 10h30-12h	Socio-Esthétique RDV IND 10h-11h 11h15-12h15	Plaisirs et dégustations "Exotique" 10h-12h			
	Naturopathie "Yoga du rire" 14h-16h		Art-Thérapie 14h-16h30				
25	26	27	28	29	30	31	
	Sophrologie 10h30-11h30	APA 10h30-12h					
Ateliers sur réservation uniquement, auprès de Sophie au 03.27.64.34.50 ou au 07.83.57.56.47 Spécificités ateliers : APA : eau + serviette + paire de chaussures de sport propres + certificat médical Sophrologie : drap de bain + plaid + coussin Socio-esthétique individuel : 2 gants de toilette				Possibilité en libre service de faire de la relaxation en individuel Sur RDV à l'association : Accompagnement social avec Mr MASTIA Olivier et coaching de vie avec Mme DEBESSELLE Karine La reflexologie se fera sur RDV le samedi au cabinet de Mme MACHUT Le soutien psychologique se fera sur RDV au cabinet de Mme COSTE			