



# Planning Soins de Support

ESPACE LIGUE: MAISON SOURCE -  
11 RUE NICOLAS APPERT 83100 TOULON

## LUNDI

**10h30-11h30**

**Activité physique  
adaptée :**

séance collective de 1h

**10h00-16h00**

**Psychologue :**

séance individuelle de 1h  
(1 fois par mois au COMITE)  
sur RDV

## JEUDI

**9h30-13h30**

**Esthétique:**

séances individuelles de 1h  
sur RDV

**11h00-12h00**

**Activité physique  
adaptée :**

séance collective

## MARDI

**14h00-18h00**

**Réflexologie :**

séance individuelle  
de 30 min  
(1 fois sur 2) - sur RDV

**16h00-17h30**

**Sophrologie:**

séance collective de 1h30  
(1 fois par mois) - sur RDV

## VENDREDI

**10h00-13h30**

**Diététique:**

séance collective de 3h30  
(1 fois par mois) - sur RDV

**9h30-13h30**

**Shiatsu:**

séances individuelles de  
45min  
(2 fois par mois) - sur RDV

Pas d'ateliers au mois d'août ni entre les fêtes de Noël et nouvel an  
Cotisation annuelle de 10€/an

Pour tous renseignements et prise de rdv, s'adresser au comité du var :  
04.94.62.08.09

DES PROFESSIONNELS SONT À VOTRE ÉCOUTE DU LUNDI AU VENDREDI  
DE 9H00 À 19H00

(SERVICE ET APPEL GRATUIT)

0 800 940 939