



les ateliers du mois de mai

PROGRAMME



GENOLIER
Centre de Soins de Support

SWISS MEDICAL NETWORK MEMBER

ATELIERS OUVERTS À TOUTE PERSONNE ATTEINTE D'UNE MALADIE GRAVE, INVALIDANTE OU CHRONIQUE ET SES PROCHES

Inscriptions: le-centre@swissmedical.net ou +41 79 509 76 50

Nous participons à la course **Race for Gift 2026**, le **dimanche 31 mai**, à **9h45 à Genève**.

En courant, marchant, en solo ou en équipe, vous aussi vous pouvez faire partie de cet élan :

- Rejoignez l'aventure en participant à la course
- Soutenez un coureur déjà inscrit

Scannez le code QR ou cliquez sur le lien pour obtenir toutes les infos :

<https://www.raceforgift.ch/project/genolier-foundation>



Vendredi 01

			<p>09h30 – 11h00 ou 11h30 – 13h00 Coaching Les freins de l'évolution : les croyances limitantes (séance 5)</p> <p>10h00 / 11h00 / 13h00 ou 14h00 Bonne Mine – Bon Moral (séance d'1 heure : soins du visage et/ ou maquillage ou massage des mains)</p> <p>14h00 – 15h00 Pilates</p>
--	--	--	--

Lundi 04	Mardi 05	Mercredi 06	Jeudi 07	Vendredi 08
<p>09h30 – 11h30 Bien-être Méditation et soins du visage (tenue confortable)</p>	<p>11h45 – 13h30 Lunch avec les Mairaines des cancer féminins «La vie après un cancer»</p> <p>16h00 – 17h00 Escrime</p>	<p>15h15 – 16h45 Activité physique adaptée (sur prescription médicale de physiothérapie)</p>	<p>12h30 – 13h30 Hatha-Yoga</p>	<p>09h30 – 11h00 ou 11h30 – 13h00 Coaching Les freins de l'évolution : les peurs (séance 6)</p> <p>14h00 – 15h00 Pilates</p>
				<p>Dimanche 10 Race for Gift Délai d'inscription pour la course</p>

Lundi 11	Mardi 12	Mercredi 13	Jeudi 14	Vendredi 15
<p>10h00 / 11h00 / 13h00 ou 14h00</p> <p>Bonne Mine – Bon Moral (séance d'1 heure : soins du visage et/ou maquillage ou massage des mains)</p> <p>16h00 – 17h00</p> <p>Présentation EFT Emotion</p>	<p>13h30 – 15h30</p> <p>Atelier créatif</p> <p>16h00 – 17h00</p> <p>Escrime</p>	<p>15h15 – 16h45</p> <p>Activité physique adaptée (sur prescription médicale de physiothérapie)</p>	Férieré	

Lundi 18	Mardi 19	Mercredi 20	Jeudi 21	Vendredi 22
<p>10h30 – 11h30</p> <p>Renforcement musculaire</p> <p>14h00 – 15h30</p> <p>Soins des ongles (offert par La Roche Posey)</p>	<p>11h00 – 12h00</p> <p>Neuropathies</p> <p>16h00 – 17h00</p> <p>Escrime</p>	<p>14h00 – 16h00</p> <p>Photolangage</p> <p>15h15 – 16h45</p> <p>Activité physique adaptée (sur prescription médicale de physiothérapie)</p>	<p>12h30 – 13h30</p> <p>Hatha-Yoga</p> <p>13h30 – 16h00</p> <p>Rando</p>	<p>14h00 – 15h00</p> <p>Pilates</p>

Lundi 25	Mardi 28	Mercredi 29	Jeudi 30	Vendredi 29
Férieré	<p>16h00 – 17h00</p> <p>Escrime</p>	<p>10h00 / 11h00 / 13h00 ou 14h00</p> <p>Bonne Mine – Bon Moral (séance d'1 heure : soins du visage et/ou maquillage ou massage des mains)</p> <p>14h00 – 16h00</p> <p>Photolangage</p> <p>15h15 – 16h45</p> <p>Activité physique adaptée (sur prescription médicale de physiothérapie)</p>	<p>12h30 – 13h30</p> <p>Hatha-Yoga</p>	<p>14h00 – 15h00</p> <p>Pilates</p>
				<p>Dimanche 31</p> <p>09h45</p> <p>Race for Gift Rotonde du Mont-Blanc Genève</p>



Ces ateliers sont offerts* par Genolier Foundation, permettant ainsi à tout un chacun d'en bénéficier, indépendamment de ses moyens financiers.

Vous voulez contribuer à pérenniser cette aide ?

Alors faites un don via ce lien: <https://pay.raisenow.io/pjyxx>, le code QR ou directement dans l'urne installée au Centre de Soins de Support – chaque franc compte !

Un grand MERCI !

* Sauf autre mention

Payez ici

-  Scannez le QR code avec votre appareil
-  Choisissez le montant et le moyen de paiement
-  Confirmez votre paiement



Rendu possible grâce à **RaiseNow**

www.genolier-foundation.org

Centre de Soins de Support · Clinique de Genolier · Route du Muids 3 · CH-1272 Genolier
Tél. +41 79 509 76 50 · le-centre@swissmedical.net · www.genolier.net