

# COURS OFFERTS PAR LA FONDATION OTIUM

LUNDI	<p>Accompagnement vie professionnelle Ateliers à thèmes Sakina Aubert Preiswerk &amp; Caroline Brenot</p> <p>Physiothérapie &amp; reprise d'activités physiques adaptées Loïc Feillens &amp; Emmanuel Menouret</p>	<p>11h15-12h15</p> <p>13h00-14h00 14h00-15h00 15h00-16h00</p>
MARDI	<p>Cours de Rose Pilates Muriel Bouterin</p> <p>Cours de Pilates Muriel Bouterin</p>	<p>9h30-10h30</p> <p>11h00-12h00 14h00-15h00</p>
MERCREDI	<p>Atelier d'art-thérapie Véronique Cottier &amp; Eileen Wiley</p> <p>Cours de Hatha Yoga Cinzia Sottovia</p> <p>Programme de réduction du stress par la méditation de Pleine Conscience Monica Antunes &amp; Boaz B. Feldman</p>	<p>9h00-11h00</p> <p>11h00-12h00 12h15-13h15</p> <p>15h30-17h30</p>
JEUDI	<p>Cours de Qi Gong Sonia Tedesco</p> <p>Cours de Yoga du rire (programme de 10 séances) Veronica Bostock</p> <p>Cours de sophrologie bio-dynamique : Réduire le stress (programme de 8 séances) Améliorer le sommeil (programme de 8 séances) Christian Schwartz</p>	<p>9h15-10h30 10h45-12h00</p> <p>12h30-13h30</p> <p>14h00-15h15 16h00-17h15</p>
VENDREDI	<p>Méditation Yvan Leuridan</p> <p>Groupe de résilience Boaz B. Feldman</p> <p>Accompagnement psychologique pour les familles Ateliers à thèmes Isabelle Astoul &amp; Arianne Torné</p> <p>Physiothérapie &amp; reprise d'activités physiques adaptées Loïc Feillens &amp; Emmanuel Menouret</p> <p>Cours de Hatha Yoga Nadine Currat</p>	<p>9h00-10h00</p> <p>9h00-10h30 11h00-12h30</p> <p>12h30-14h00 16h00-18h00</p> <p>13h00-14h00 14h00-15h00 15h00-16h00</p> <p>16h00-17h00 17h00-18h00</p>