

Programme hebdomadaire de l'Estérelle

	LUNDI	MARDI		MERCREDI	JEUDI	VENREDI	WE
Repas	7h00 à 8h00	7h00 à 8h00		7h00 à 8h00	7h00 à 8h00	7h00 à 8h00	7h30 à 9h00
Matin	8h15 - 8h45 Accueil	8h15 - 8h45 Marche		8h15 - 8h45 Colloque Résidents	8h15 - 8h45 Stretching	8h15 - 8h45 Etat d'esprit	WE
	9h00 - 12h00 Atelier	9h00 - 12h Atelier	10h30-12h Alcoologie	9h00 - 12h00 Atelier	8h30 - 13h30 Diététique	9h00 - 12h00 Atelier	10h00-12h00 Impro- thérapie, Atelier d'express- ion
						10h00-12h00 Famille et Proches	
Repas	12h15 - 13h00	12h15 - 13h00		12h15 - 13h00	12h15 - 13h00	12h15 - 13h00	12h00 12h45
Après-midi	Dès 13h30 Animation ou sport	13h - 14h Permanence Administrative		13h - 14h Permanence Administrative	13h - 14h Permanence Administrative	13 h15 -14h00 Argent de poche	Retour du WE à 18h00
		13h30 - 15h00 Prévention de la rechute	Informa- tique	13h30 - 14 h00 Forum (à la quinzaine)	13h30 - 13h30 Groupe organisation		
	13h30 -17h30 Sens à la vie (Concise)	15h15 - 16h45 Prévention de la rechute	Informa- tique	14h15-15h45 Affirmation de soi	14h00 - 16h00 Art-thérapie	Dès 14h planning en fonction des objectifs définis en collaboration avec le réfèrent	
Repas	18h30	18h30		18h30	18h30	18h30	18h30
	19h-20h30 Groupe des externes						