

|       | Lundi   | Mardi   | Mercredi                            | Jeudi                                    | Vendredi  | Samedi                              |
|-------|---|---|-------------------------------------|--|---|-------------------------------------|
| 7h30  |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 7h45  |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 8h    | 8H00 P. déjeuner  | 8H00 P. déjeuner  | 8H00 P. déjeuner                    | 8H00 P. déjeuner                         | 8H00 P. déjeuner  | 8H00 P. déjeuner                    |
| 8h30  |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 8h45  |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 9h    |   |   |                                     |  | 9H00 Réveil musculaire (Groupe 1) 1                                   |                                     |
| 9h15  | 9H15 Gym (Groupe 1) 1   | 9H15 Aquagym (groupe 1) 2   | 9H15 Réveil musculaire 1            | 9H15 Réveil musculaire 1                 |   | 9H15 Réveil musculaire (groupe 1) 1 |
| 9h30  |   |   | 9H15 Réveil musculaire 1            | 9H15 Test fin de séjour (sortants du ) 2 | 9H30 Réveil musculaire (groupe 2) 1                                   |                                     |
| 9h45  |   | 9H45 Gym appareil 13  | Gym (groupe 1) 1                    |  |   | 9H45 Réveil musculaire (groupe 2) 1 |
| 10h   |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 10h15 | 10H00 Gym (Groupe 2) 2  | 10H00 Aquagym (groupe 2) 2  |                                     |  | 10H00 Initiation cuisine (Sur inscription- Suivant projet de soin) 11 |                                     |
| 10h30 |   |   |                                     | 10H00 Marche Nordique 2                  |   |                                     |
| 10h45 |   |   |                                     |  | 10H30 Gym appareil (groupe 1) 13                                      |                                     |
| 11h   | 11H00 Séance collective médicale 15                                   | 10H30 Démonstration (sur inscription) 11                              | 10H30 Marche Nordique 2             |  | 11H15 Gym appareil (groupe 2) 13                                      | 10H30 Marche Nordique 2             |
| 11h15 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 11h30 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 11h45 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 11H55 | 11H55 Déjeuner  | 11H55 Déjeuner  | 11H55 Déjeuner                      | 11H55 Déjeuner                           | 11H55 Déjeuner  | 11H55 Déjeuner                      |
| 12h30 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 13h   |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 13h30 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 13h45 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 14h   |   |   | 14H00 Gym appareil (groupe 1) 13    |  | 13H45 Marche Nordique 2   |                                     |
| 14h15 |   |   |                                     | 13H45 Infodiabète 15                     | 14H00 Atelier "Lecture des étiquettes" (sortants du ) (J+10) 18       |                                     |
| 14h30 | 14H00 Marche Nordique 2   | 14H00 Marche Nordique 2   |                                     | 14H30 Test de marche (groupe 1) 2        |   |                                     |
| 14h45 |   |   | 14H45 Gym appareil (groupe 2) 13    | 14H30 Initiation vélo (entrants du ) 12  |   |                                     |
| 15h   |   |   |                                     | 15H00 Test de marche (groupe 2) 2        |   |                                     |
| 15h15 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 15h30 |   |   | 15H30 Goûter                        | 15H30 Goûter                             | 15H30 Goûter  |                                     |
| 15h45 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 16h   | 16H00 Goûter  | 16H00 Goûter  | 15H45 Séance collective médicale 15 |  | 15H45 Séance collective médicale 15                                   | 16H00 Goûter                        |
| 16h15 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 16h30 |   | 16H30 Détente musculaire (groupe 1) 3                                 |                                     |  | 16H30 Détente musculaire (Groupe 1) 1                                 |                                     |
| 16h45 |   | 16H30 Initiation cuisine (Sur inscription- Suivant projet de soin) 11 | 16H45 Aquagym (groupe 1) 2          | 16H30 Atelier diététique 15              |   |                                     |
| 17h   |   | 17H00 Détente musculaire (groupe 2) 3                                 |                                     | 15H45 Aquagym 2                          | 17H00 Détente musculaire (groupe 2) 1                                 | 17H00                               |
| 17h30 | 17H00 Séance collective diététique 15                                 |   | 17H30 Aquagym (groupe 2) 2          |  |   |                                     |
| 17h30 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 18h   |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 18h30 | 18H30 Education thérapeutique fin de séjour (sortants du ) 19         | 18H30 POT D'ACCUEIL (Hall)  |                                     |  |   |                                     |
| 18H50 | 18H50 Dîner   | 18H50 Dîner   | 18H50 Dîner                         | 18H50 Dîner                              | 18H50 Dîner   | 18H50 Dîner                         |
| 19h30 |   |   |                                     |  |   |                                     |
| 20h   | 20H00 Education thérapeutique fin de séjour (sortants du ) (suite) 19 |   |                                     |  |   |                                     |
| 20h30 |   |   |                                     |  |   |                                     |

**PROJET**

**Vous êtes hospitalisé, vous êtes tenu de prendre tous vos repas à la clinique.**

**Une tolérance est accordée : une absence pour un repas/séjour sur le week end sur autorisation médicale. Toute demande non reçue avant vendredi 15H00, sera refusée.**