

MENUS DU SELF

03/10

- Ramen de boulettes de bœuf // Mochi
- Poke Bowl au saumon « Saveur Scandinave » et ses accompagnements

04/10

- Paëlla volaille, fruits de mer et chorizo de dinde // crème catalane
- Poke Bowl de volaille et ses accompagnements

Les réservations se font directement au self à partir du 18/09.



MARCHÉ D'AUTOMNE

Artisanat, dégustations, ... Du lundi au jeudi, de 11h30 à 13h30 (au pied du bâtiment B).

ATELIERS*, CONFÉRENCE ET JOGGING SUR RÉSERVATION

- Lundi 16/09, de 14h à 16h
- Mardi 17/09, de 10h à 12h
- Mercredi 18/09, de 10h à 12h
- Lundi 23/09, de 14h à 16h
- Mardi 24/09, de 10h à 12h
- Mercredi 25/09, de 14h à 16h
- Jeudi 26/09, de 10h à 12h

**Chaque membre du personnel a droit à un atelier pendant ou en dehors de ses heures de travail.*

Par téléphone au
085/27.71.06

(uniquement aux horaires indiqués ci-dessus)

Du
30 septembre
au 4 octobre
2024

Programme
Semaine
bien-être

CONFÉRENCE

01/10 à 12h30

La dégustation : une méditation pour les gourmands

par Christophe JOIE
Ergothérapeute au CHR de Huy

Salle de réunion -1



JOGGING

03/10 - 17h

Parcours accessible à tous.
Départ du New Tennis Huy
Rue Plaine de la Sarthe 23, 4500 Huy



Vestiaire et douches
disponibles !

ATELIERS

03/10

- **Massages** | 8h - 16h
Salle -1 A/B
- **Massages pieds** | 13h -16h
Salle -1 A/B
- **Aromathérapie** | 15h
Réfectoire au -1 (couloir des vestiaires)
- **Shiatsu** | 8h - 12h
Réfectoire au -1 (couloir des vestiaires)
- **Création de votre collation** | 14h
Salle du Conseil Médical
- **Reiki** | 8h30 - 15h00
Salle Bien-Être Bât B (2ème étage)

04/10

- **Massages** | 8h - 16h
Salle -1 A/B
- **Yoga** | 9h
Réfectoire au -1 (couloir des vestiaires)
- **Méditation** | 10h30
Réfectoire au -1 (couloir des vestiaires)
- **Shiatsu** | 13h30 - 15h30
Réfectoire au -1 (couloir des vestiaires)
- **Pédicure** | 13h - 16h
salle Stérili

TOMBOLA

Un ticket reçu pour toute participation
à un atelier ou avec un menu.
Nombreux lots à gagner !

PADEL

03/10



Inscrivez-vous au tournoi de Padel du
CHR de Huy !

Il aura lieu au New Tennis Huy.
Rue Plaine de la Sarthe 23, 4500 Huy

Inscription en duo ou en solo
(Nous vous trouverons un coéquipier)

Les matchs débiteront à partir de
17h15.

La formule du tournoi sera adaptée
en fonction du nombre d'inscrits.

AFTER-PADEL 17h30 à 23h



Que vous jouiez ou non, vous
êtes les bienvenus pour boire
un verre entre collègues au
New Tennis Huy.

La premier(e) bière/soft est
offert(e) !

Inscription obligatoire :
communication@chrh.be