



PLANNING DES ACTIVITES DE CLERMONT NOVEMBRE 2024
PERSPECTIVES CONTRE LE CANCER ERC



Clermont: 4 rue Charles Gervais (derrière le bâtiment en face de l'école Belle Assise)

Beauvais : 17 rue du Pré Martinet Beauvais

Tel : 09 83 79 23 88 / 07 60 60 35 17



mail : coordination.erc.perspectives@gmail.com / secretariat.erc.perspectives@gmail.com

APA et QI GONG : Centre socio culturel 59 rue Wenceslas Coutellier Clermont

| | | | | VENDREDI 1 ER NOV |
|--|---|--|--|--|
| | | | | FERIE |
| LUNDI 4 NOV | MARDI 5 NOV | MERCREDI 6 NOV | JEUDI 7 NOV | VENDREDI 8 NOV |
| | 11h15 12h15 Activité Physique Adaptée | | 15h 16h Qi gong Salle Aline Brenner | |
| LUNDI 11 NOV | MARDI 12 NOV | MERCREDI 13 NOV | JEUDI 14 NOV | VENDREDI 15 NOV |
| FERIE | 11h15 12h15 Activité Physique Adaptée 14h 15h Groupe de paroles animé par Dorothée Leclaire psychologue: Parlons, échangeons ensemble... Beauvais | 14h30 16h Café papotage | 9h30 11h30 Atelier Socio Esthétique création de cosmétiques "maison" 17h 18h Sophro Visio sur inscription | 14h30 15h30 Sophrologie 9h 12h Rdv Ind Shiatsu Beauvais |
| LUNDI 18 NOV | MARDI 19 NOV | MERCREDI 20 NOV | JEUDI 21 NOV | VENDREDI 22 NOV |
| | 11h15 12h15 Activité Physique Adaptée 11h 12h Café Sexo Beauvais | 9h30 15h Réflexologie Plantaire | 15h 16h Qi gong Salle Aline Brenner | 10h 12h Art thérapie |
| LUNDI 25 NOV | MARDI 26 NOV | MERCREDI 27 NOV | JEUDI 28 NOV | VENDREDI 29 NOV |
| 10h 13h30 Atelier culinaire suivi du repas partagé | 11h15 12h15 Activité Physique Adaptée 10h 12h Atelier retour au travail avec l'ARACT Beauvais sur inscription | | 9h30 16h30 Rdv Socio Esthétique 10h 12h Atelier Socio Coiffure Beauvais 17h 18h Sophro Visio sur inscription | 9h 12h Rdv Ind d'Osteopathie Beauvais sur indication de l'oncologue |