

# PLANNING DES ATELIERS DE BEAUVAIS JANVIER 2025

## PERSPECTIVES CONTRE LE CANCER ERC



17 rue du Pré Martinet Beauvais

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



mail : [coordination.erc.perspectives@gmail.com](mailto:coordination.erc.perspectives@gmail.com) / [secretariat.erc.perspectives@gmail.com](mailto:secretariat.erc.perspectives@gmail.com)

		MERCREDI 1 <sup>er</sup> JANV	JEUDI 2 JANV	VENDREDI 3 JANV
		FERIE	local fermé mais coordination joignable par telephone	local fermé mais coordination joignable par telephone
LUNDI 6 JANV	MARDI 7 JANV	MERCREDI 8 JANV	JEUDI 9 JANV	VENDREDI 10 JANV
<p><b>9h30 10h30</b> APA Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p><b>10h45 11h45</b> APA Activité Physique Adaptée groupe 2</p> <p><b>9h30 16h30</b> Réflexologie Plantaire</p>	<p><b>10h 12h</b> Café papotage</p>	<p><b>9h30 12h30</b> Réflexologie Plantaire</p>	<p><b>13h30 17h30</b> 4 Rdv socio esthétique</p> <p><b>15h 16h</b> Qi Gong Clermont sur inscription</p> <p><b>16h 17h</b> Sophrologie</p> <p><b>14h30 15h30</b> Marche Oxygène plan d'eau du Canada</p>	<p><b>10h 12h</b> Art Thérapie</p> <p><b>14h15 15h15</b> Yoga groupe 1</p> <p><b>15h30 16h30</b> Yoga groupe 2</p>
LUNDI 13 JANV	MARDI 14 JANV	MERCREDI 15 JANV	JEUDI 16 JANV	VENDREDI 17 JANV
<p><b>9h30 10h30</b> APA Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p><b>10h45 11h45</b> APA Activité Physique Adaptée groupe 2</p>	<p><b>14h 15h</b> Groupe de paroles animé par Dorothée Leclaire psychologue: Parlons, échangeons ensemble...</p>		<p><b>10h 12h</b> Atelier Socio Esthétique " Atelier surprise"</p> <p><b>13h30 17h30</b> Rdv socio esthétique</p> <p><b>14h30 15h30</b> Marche Oxygène plan d'eau du Canada</p> <p><b>16h 17h</b> Sophrologie</p>	<p><b>9h 12h</b> 3 Rdv Ind Shiatsu</p> <p><b>14h15 15h15</b> Yoga groupe 1</p> <p><b>15h30 16h30</b> Yoga groupe 2</p>
LUNDI 20 JANV	MARDI 21 JANV	MERCREDI 22 JANV	JEUDI 23 JANV	VENDREDI 24 JANV
<p><b>9h30 10h30</b> APA Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p><b>10h45 11h45</b> APA Activité Physique Adaptée groupe 2</p> <p><b>9h30 16h30</b> Réflexologie Plantaire</p>	<p><b>10h 11h</b> Café papotage</p> <p><b>11h 12h</b> Café Sexe</p> <p><b>14h 15h30</b> Atelier mémoire sur inscription uniquement</p>		<p><b>10h 12h</b> Socio Coiffure au Local</p> <p><b>13h30 17h30</b> 4 Rdv socio esthétique</p> <p><b>14h30 15h30</b> Marche Oxygène plan d'eau du Canada</p> <p><b>15h 16h</b> Qi Gong Clermont sur inscription</p> <p><b>16h 17h</b> Sophrologie en visio sur inscription</p>	<p><b>10h30 12h</b> Atelier Hormonothérapie et Alimentation (suivi d'un repas partagé)</p> <p><b>14h15 15h15</b> Yoga groupe 1</p> <p><b>15h30 16h30</b> Yoga groupe 2</p>
LUNDI 27 JANV	MARDI 28 JANV	MERCREDI 29 JANV	JEUDI 30 JANV	VENDREDI 31 JANV
<p><b>9h30 10h30</b> APA Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p><b>10h45 11h45</b> APA Activité Physique Adaptée groupe 2</p>	<p><b>10h 12h</b> Café papotage</p> <p><b>14h 15h30</b> Atelier mémoire sur inscription uniquement</p>		<p><b>14h30 15h30</b> Marche Oxygène plan d'eau du Canada</p> <p><b>15h 16h</b> Qi Gong Clermont sur inscription</p> <p><b>16h 17h</b> Sophrologie en visio sur inscription</p>	<p><b>9h 12h</b> Rdv Ind d'Osteopathie sur indication de l'oncologue</p> <p><b>14h15 15h15</b> Yoga groupe 1</p> <p><b>15h30 16h30</b> Yoga groupe 2</p>