

JANVIER 2020



A noter :

L'**aquagym** a lieu au centre aquatique de BETHUNE.

La **gym** a lieu salle Hautecoeur, Rue Jules Ferry à BETHUNE (voir plan)

L'**atelier cuisine** : le lieu (PREVART ou local convivialité voir plan) vous sera communiqué lors de votre inscription

La **pratique de la pleine conscience** est accessible uniquement aux personnes ayant déjà participé à un atelier initiation à la méditation

Association Prévert
42-48 Rue de La Ferme du Roy
62400 BETHUNE

Coordinateur : Thomas LAURENT
Assistants de Coordination : Delphine LORENSKI, Elphège FONTAINE,
Marie-Astrid DENISSELLE et PRZYBYLSKI Laëtitia

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
30	31	1 FERIE	2	3
6 Art thérapie 9h30-12h Aquagym 16h-17h	7 Initiation à la méditation pleine conscience 10h-11h30 Marche 14h-15h30	8 Amma Assis (sur RDV) 9h-12h	9 Socio esthétique « Produits Ménagers Naturels » 9h30-11h30 Gymnastique 14h30-16h	10 Café Expression 10h15-11h45 Les Goûters de Carole 14h30-16h30
13 Relaxation 10h-11h Aquagym 16h-17h	14 Pratique de la pleine conscience* 10h – 11h Marche 14h-15h30	15 Temps Convivial « La musique selon vous » 14h30-16h30	16 Sophrologie 10h-11h30 Gymnastique 14h30-16h	17 A la Découverte du Yoga 14h-15h30
20 Café Expression « Rompre l'isolement » 14h-15h30 Aquagym 16h-17h	21 Hypnose 10h-11h30 Marche 14h-15h30	22 Socio Esthétique « Soins du visage » 9h30-11h30	23 Gymnastique 14h30-16h	24 Scrapbooking 14h30-16h30
27 Relaxation 10h-11h Aquagym 16h-17h	28 Atelier cuisine 10h-14h Marche 14h-15h30	29	30 Sophrologie 10h-11h30 Gymnastique 14h30-16h	31 Art thérapie 14h-16h30

FEVRIER 2020



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
3 Café Expression 14h-15h30 Aquagym 16h-17h	4 Initiation à la méditation pleine conscience 10h-11h30 Marche 14h-15h30	5 Bouquins et Potins 14h-16h	6 Gymnastique 14h30-16h	7 Art thérapie 14h-16h30
10 Relaxation 10h-11h Aquagym 16h-17h	11 Les Bienfaits du Rire 10h-11h30 Marche 14h-15h30	12 Pratique de la pleine conscience 10h-11h Socio Esthétique « Produits cosmétiques faits maison » 14h-16h	13 Sophrologie 10h-11h30 Gymnastique 14h30-16h	14 Café Expression « Nos peurs et nos craintes » 10h15-11h45 Les Goûters de Carole 14h30-16h30
17 Art thérapie 9h30-12h	18 Aquagym 9h-10h Marche au marais d'Annezin 14h-15h30	19 Amma Assis (sur RDV) 9h-12h Scrapbooking 14h30-16h30	20 Gymnastique 14h30-16h	21 Marche 10h-11h00 Jeu de lettres « Scrabble duplicate » 14h-16h30
24 Relaxation 10h-11h	25 Aquagym 9h-10h	26 Socio Esthétique « Produits cosmétiques faits maison » 9h30-11h30	27 Atelier cuisine 10h-14h Gymnastique 14h30-16h	28 Marche Verquigneul (5 km) 10h-12h

A noter :

L'**aquagym** a lieu au centre aquatique de BETHUNE.

La **gym** a lieu salle Hautecoeur, Rue Jules Ferry à BETHUNE (voir plan)

L'**atelier cuisine** : le lieu (PREVART ou local convivialité voir plan) vous sera communiqué lors de votre inscription

La **pratique de la pleine conscience** est accessible uniquement aux personnes ayant déjà participé à un atelier initiation à la méditation

vacances
scolaires

Association Prevart 42-48 Rue de La Ferme du Roy 62400 BETHUNE

Coordinateur : Thomas LAURENT

Assistantes de Coordination : Delphine LORENSKI, Elphège FONTAINE, Marie-Astrid DENISSELLE et Laëtitia PRZYBYLSKI

Tel : 03 21 68 80 80 /SMS : 06 61 23 89 41

(Merci de signer vos messages)

erc@prevart.fr

MARS 2019



A noter :

L'**aquagym** a lieu au centre aquatique de BETHUNE.

La **gym** a lieu salle Hautecoeur, Rue Jules Ferry à BETHUNE (voir plan)

L'**atelier cuisine** : le lieu (PREVART ou local convivialité voir plan) vous sera communiqué lors de votre inscription

La **pratique de la pleine conscience** est accessible uniquement aux personnes ayant déjà participé à un atelier initiation à la méditation

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2 Art thérapie 9h30-12h Aquagym 16h-17h	3 Initiation à la méditation pleine conscience 10h-11h30 Marche 14h-15h30	4 Hypnose 10h-11h30	5 Socio Esthétique « Manucure » 9h30-11-30 Gymnastique 14h30-16h	6 Café Expression 10h15-11h45
9 Relaxation 10h-11h Aquagym 16h-17h	10 Pratique de la pleine conscience 10h-11h Marche 14h-15h30	11 Bouquins Potins 14h30-16h30	12 Sophrologie 10h-11h30 Gymnastique 14h30-16h	13 Art thérapie 14h-16h30
16 Socio Esthétique « Relooking » 9h30-11-30 Aquagym 16h-17h	17 Découverte du Yoga 10h-11h30 Marche 14h-15h30	18 Jeu de lettres « Scrabble duplicate » 14h-16h30	19 Atelier cuisine 10h-14h Gymnastique 14h30-16h	20 Scrapbooking 14h30-16h30
23 Café Expression « La reprise du travail » 14h-15h30 Aquagym 16h-17h	24 Marche 14h-15h30	25 Amma Assis (sur RDV) 9h-12h	26 Sophrologie 10h-11h30 Gymnastique 14h30-16h	27 Les Goûters de Carole 14h30-16h30
30 Relaxation 10h-11h Aquagym 16h-17h	31 Marche 14h-15h30	Association Prevart 42-48 Rue de La Ferme du Roy 62400 BETHUNE Coordinateur : Thomas LAURENT Assistantes de Coordination : Delphine LORENSKI , Marie-Astrid DENISSELLE et Laëtitia PRZYBYLSKI		Tel : 03 21 68 80 80 SMS : 06 61 23 89 41 (Merci de signer vos messages) erc@prevart.fr

PLAN LOCAL ATELIER CUISINE



Local convivialité

48 bis Boulevard des États-Unis
62400 BETHUNE

PLAN SALLE GYMNASIUM DU JEUDI APRES-MIDI



GARE