

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Sam/ Dim
					
<p style="text-align: center;"><b>INSCRIPTIONS GRATUITES</b> Alison SAVARY erc@santedouais.fr/secretariat@santedouais.fr 299, rue Saint Sulpice Bat. Arsenal-2ème étage 59500 DOUAI 03.27.97.97.97</p>		<p>2</p> <p>10h00-11h00 Initiation Yoga avec Cassandra</p> <p>14h00-15h00 QI GONG avec Katia</p>	<p>3</p> <p>10h00-12h00 Atelier « Création produit bio » avec Peggy</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p>9h00-16h00 Stand d'informations et de prévention à la Clinique st Amé de LAMBRES LEZ DOUAI (Renseignements au 03 27 71 15 15).</p> <p>14h00 à 16h00 Stand d'informations et de prévention à l'Association « la clé de la rose » à DOUAI (Rue des Folantines).</p>	<p>4</p> <p>10h00-11h00 Activité Physique Adaptée « Cardio renforcement musculaire » avec Cassandra</p> <p>14h00-16h00 Hygiène de Vie « Qu'est ce qui se cache dans les étiquettes? » avec Savinie</p>	<p>5/6</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p>Samedi 12 : Marche rose à la Clinique st Amé rendez-vous à 8h30 (Renseignements au 03 27 71 15 15).</p> <p>Samedi 12 : 14h00 Marche rose et stand d'informations et de prévention à MONTIGNY EN OSTREVENT (voir programme).</p> <p>Dimanche 13 à 9h30 Stand d'informations et d'animations à Masny (voir programme).</p>
7	8	9	10	11	12/13
	<p>10h00-12h00 Atelier « Conseil maquillage » avec Peggy</p> <p>14h00-15h00 Marche Nordique « Parc Charles Fenain » (Rdv ERC 13h30 ou 14h00 parking rue la Motte Julien à Douai) avec Cassandra</p>	<p>10h00-11h00 Activité Physique Adaptée « Circuit training » avec Cassandra</p> <p>11h00-12h00 Sophrologie et Sexualité avec Katia</p>			<p style="text-align: center;">  </p> <p>Samedi 19 à 9h30 Stand d'informations et d'animation à MONCHECOURT (Renseignements au 03 27 80 90 21) (voir programme).</p> <p>Dimanche 20 : 8h00 à 12h00 Course à pieds / Marche RDV Salle Polyvalente, Rue du Général de Gaulle à Landas (inscriptions le Samedi).</p>
14	15	16	17	18	19/20
<p>10h00-11h00 Activité Physique Adaptée « Danse latine » avec Cassandra</p>	<p>9h30-12h30 Atelier cuisine « Rose » avec Savinie</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p>9h00-12h00 Marche rose et stand d'informations et de prévention à ARLEUX (Place Charles de Gaulle).</p> <p>18h00- 22h00 Soirée d'informations et d'animations à ANICHE (voir programme).</p>	<p style="text-align: center;">  </p> <p>10h00-17h00 Stand bien être, convivialité, prévention et création à MONCHECOURT (Rue Coubertin) (Renseignements au 03 27 80 90 21).</p> <p>11h00-12h00 Sophrologie « Gestion de l'anxiété » avec Katia</p> <p>14h00-15h00 Marche « Parc Vernier » (Rdv ERC 13h30 ou 14h00 parking rivage Gayant) avec Cassandra</p> <p>18h00 Zumba &amp; chorale à SOMAIN (CS Adolphe Larquier rue Salerne) (Voir programme).</p>	<p>10h00-12h00 Atelier « Produits naturels » avec Peggy</p>	<p>14h00-15h00 Activité Physique Adaptée « Stretching / Relaxation » avec Cassandra</p>	<p style="text-align: center;">  </p> <p>Samedi 26 : Défilé Octobre Rose 2019 au Théâtre de Somain à 20h00 (Renseignements auprès du CCAS de Somain 03 27 91 50 23).</p> <p>Dimanche 27 : 9h00 stand d'informations et de prévention au Stade Municipal à RACHES (Rue des Ecoles)</p>
21	22	23	24	25	26/27
	<p>10h00-11h00 Activité Physique Adaptée « Renforcement musculaire sur chaise » avec Cassandra</p> <p>14h00-16h00 Atelier « Soin du visage » avec Peggy</p>		<p style="text-align: center;">  </p> <p>9h00-17h00 Stand d'informations et de prévention à l'Institut ophtalmique de Somain (Rue Anatole France).</p> <p>10h00-11h00 QI GONG avec Katia</p>	<p style="text-align: center;">  </p> <p>Défilé Octobre Rose 2019 au Théâtre de Douai à 20h00 (Renseignements auprès de la Plateforme Santé Douais 03 27 97 97 97).</p>	
28	29	30	31		
	<p>10h00-11h00 Activité Physique Adaptée « Step et mémoire » avec Cassandra</p>				

\* Ateliers du Matin  
\* Ateliers de l'Après-Midi

En suivant le bandeau rose, vous pourrez nous retrouver sur tous nos stands d'informations et d'animations dans le cadre de nos actions de sensibilisation au dépistage du Cancer du Sein! N'hésitez pas à venir nous voir, nous serons présents près de chez vous !