



Sur Inscription

Marche au Parc de la Glissoire
LENS, rue Thomas Edison
(prescription médicale)

Gymnastique au Kiosque Parc de
la Glissoire Boulevard Armolis
AVION (prescription médicale)

**Groupe d'échanges, Socio-
Esthétique, Relaxation, Atelier
créatif, Alimentation et Cancer,
Sophrologie, Pratique de la
méditation pleine conscience, Se
libérer pour s'épanouir**
**Suivis Individuels au Centre
Epicure, rue Louis Delluc à LENS**

⇒ Sur Rendez-vous (RDV) :

Suivi individuel avec :

- Une psychologue
- Une diététicienne
- Une socio-esthéticienne
- Une sophrologue

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			1 Marche 10h00 – 11h30 Atelier créatif 14h-16h30	2
5	6 Gymnastique 9h15-10h45 Alimentation et Cancer 10h-12h	7	8 Marche 10h00 – 11h30	9
12	13 Gymnastique 9h15-10h45	14	15 Marche 10h00 – 11h30	16
19	20 Gymnastique 9h15-10h45 Relaxation 11h15-12h15 Pratique de la méditation pleine conscience 14h30-16h	21	22 Marche 10h00 – 11h30 Se libérer pour s'épanouir 14h-16h	23
26	27 Gymnastique 9h15-10h45 Groupe d'échanges « Relations avec l'entourage et la maladie » 14h30-16h	28	29 Marche 10h00 – 11h30 Socio-Esthétique SUIVIS INDIVIDUELS (sur rendez vous) 13h30-16h30	30