



PLANNING DES ATELIERS DE BEAUVAIS NOVEMBRE 2022

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 / secretariat.erc.perspectives@gmail.com



	MARDI 1 NOV	MERCREDI 2 NOV	JEUDI 3 NOV	VENDREDI 4 NOV	SAMEDI 5 NOV
	FERIE			9h 13h Atelier culinaire et repas partagé 14h15 15h15 Yoga groupe1 15h30 16h30 Yoga groupe2	
LUNDI 7 NOV	MARDI 8 NOV	MERCREDI 9 NOV	JEUDI 10 NOV	VENDREDI 11 NOV	SAMEDI 12 NOV
9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 2 10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 1 10h 14h Ecrivain Public sur Rdv	11h 12h Café Sexo 17 rue pré martinet beauvais		10h 12h Atelier Socio Esthétique " huiles essentielles, les bienfaits au quotidien" 14h 15h Marche au plan d'eau groupe 1 15 h 16h Marche au plan d'eau groupe 2 16h 17h Sophrologie 17h 18h Sophrologie Visio	FERIE	
LUNDI 14 NOV	MARDI 15 NOV	MERCREDI 16 NOV	JEUDI 17 NOV	VENDREDI 18 NOV	SAMEDI 19 NOV
9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 2 10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 1 10h 14h Ecrivain Public sur Rdv	14h 15h "Et si on en parlait ensemble ." Groupe de parole "prendre soin de moi, ai-je le droit?"		14h 15h Marche au plan d'eau groupe 1 15 h 16h Marche au plan d'eau groupe 2 16h 17h Sophrologie 17h 18h Sophrologie Visio	9h 13h Atelier culinaire et repas partagé 10h 12h Art Thérapie 14h15 15h15 Yoga groupe 1 15h30 16h30 yoga groupe 2	10h 11h30 Groupe des accompagnants "Et si on en parlait ensemble de la fatigue physique et émotionnelle?" Café la grande maison 57 place Jeanne hachette Beauvais
LUNDI 21 NOV	MARDI 22 NOV	MERCREDI 23 NOV	JEUDI 24 NOV	VENDREDI 25 NOV	SAMEDI 26 NOV
9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 2 10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 1 10h 14h Ecrivain Public sur Rdv	10h 12h Café papotage + Préparation repas festif pour le départ de Marion "Notre Diet" ".Repas bourguignon" à Voisinlieu 163 rue de Paris Beauvais		14h 15h Marche au plan d'eau groupe 1 15 h 16h Marche au plan d'eau groupe 2 16h 17h Sophrologie 17h 18h Sophrologie Visio	10h 12h Atelier créatif 14h15 15h15 Yoga groupe 1 15h30 16h30 Yoga groupe2	
LUNDI 28 NOV	MARDI 29 NOV	MERCREDI 30 NOV			
9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 2 10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 1 10h 14h Ecrivain Public sur Rdv	10h 12h Café papotage à Voisinlieu 163 rue de Paris Beauvais				