



PLANNING DES ATELIERS DE BEAUVAIS JANVIER 2023

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



LUNDI 2 JANV	MARDI 3 JANV	MERCREDI 4 JANV	JEUDI 5 JANV	VENDREDI 6 JANV	SAMEDI 7 JANV
	<p>10h30 12h Café papotage à Voisinlieu 163 rue de Paris Beauvais</p>		<p>14h 15h Marche au plan d'eau groupe 1</p> <p>15 h 16h Marche au plan d'eau groupe 2</p>	<p>14h15 15h15 Yoga groupe 1</p> <p>15h30 16h30 yoga groupe 2</p>	
LUNDI 9 JANV	MARDI 10 JANV	MERCREDI 11 JANV	JEUDI 12 JANV	VENDREDI 13 JANV	SAMEDI 14 JANV
<p>9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 2</p> <p>10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p>10h 14h Ecrivain Public sur Rdv</p> <p>18h 19h Activité Physique Adaptée groupe 3</p>	<p>10h 11h Café papotage à Voisinlieu 163 rue de Paris Beauvais</p> <p>11h 12h Café Sexe à Voisinlieu 163 rue de Paris Beauvais</p>		<p>10h 12h Atelier Socio Esthétique "Atelier Surprise"</p> <p>14h 15h Marche au plan d'eau groupe 1</p> <p>15 h 16h Marche au plan d'eau groupe 2</p> <p>16h 17h Sophrologie</p> <p>17h 18h Sophrologie Visio</p>	<p>10h 12h Art Thérapie</p> <p>14h15 15h15 Yoga groupe 1</p> <p>15h30 16h30 yoga groupe 2</p>	<p>10h 11h30 Groupe des accompagnants Et si on en parlait ensemble: "Fatigue physique et fatigue émotionnelle." Café la grande maison 57 place Jeanne hachette Beauvais</p>
LUNDI 16 JANV	MARDI 17 JANV	MERCREDI 18 JANV	JEUDI 19 JANV	VENDREDI 20 JANV	SAMEDI 21 JANV
<p>9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 2</p> <p>10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p>10h 14h Ecrivain Public sur Rdv</p> <p>18h 19h Activité Physique Adaptée groupe 3</p>	<p>14h 15h Groupe de paroles et si on en parlait ensemble: "Fatigue physique et fatigue émotionnelle ."</p>		<p>14h 15h Marche au plan d'eau groupe 1</p> <p>15 h 16h Marche au plan d'eau groupe 2</p> <p>16h 17h Sophrologie</p> <p>17h 18h Sophrologie Visio</p>	<p>14h15 15h15 Yoga groupe 1</p> <p>15h30 16h30 yoga groupe 2</p>	
LUNDI 23 JANV	MARDI 24 JANV	MERCREDI 25 JANV	JEUDI 26 JANV	VENDREDI 27 JANV	SAMEDI 28 JANV
<p>9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 2</p> <p>10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p>10h 14h Ecrivain Public sur Rdv</p> <p>18h 19h Activité Physique Adaptée groupe 3</p>	<p>10h ... Café papotage + préparation repas partagé avec notre Diet "Plats d'hiver et calories maîtrisées" à Voisinlieu 163 rue de Paris Beauvais</p>		<p>14h 15h Marche au plan d'eau groupe 1</p> <p>15 h 16h Marche au plan d'eau groupe 2</p> <p>16h 17h Sophrologie</p> <p>17h 18h Sophrologie Visio</p>	<p>10h 12h Art Thérapie</p> <p>14h15 15h15 Yoga groupe 1</p> <p>15h30 16h30 yoga groupe 2</p>	
LUNDI 30 JANV	MARDI 31 JANV				
<p>9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 2</p> <p>10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p>10h 14h Ecrivain Public sur Rdv</p> <p>18h 19h Activité Physique Adaptée groupe 3</p>	<p>10h 12h Café papotage à Voisinlieu 163 rue de Paris Beauvais</p>				