




Permanences du Lundi au Vendredi
de 09h00 à 12h00 et de 13h30 à
17h00 (Sur Rendez-Vous)

Activités Sur Inscription

- Se présenter aux horaires indiqués pour chaque séance.

A noter:

- **La gymnastique a lieu à la salle du 3^{ème} âge rue de la Tannerie Béthune (sur prescription médicale)**
 - **L'aquagym a lieu à BETHUNE**
-  Pour une 1^{ère} participation à une séance de pratique de pleine conscience, merci de bien vouloir arriver à l'accueil 30 min avant le début de la séance pour rencontrer l'intervenant.

⇒ Sur Rendez-vous :

Suivi individuel avec :

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

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 Férié	2 Café Expression 14h00-15h30 Marche MARAIS ANNEZIN 14h00-15h30	3	4	5 Équithérapie 14h00-15h30
8 Férié	9 Marche 14h00-15h30	10 Sophrologie 9h30-10h30 Socio-esthétique « Soins visage » 14h00-16h00	11 Qi Gong 14h00-15h30 Gymnastique 14h30-16h00	12 Atelier cuisine 14h30-16h30
15 Sophrologie Sommeil séance 1 9h30-11h00 Hypnose 14h00-15h30 Aquagym 16h00-17h00	16 Marche (libre) 14h00-15h30	17	18 Férié	19 Équithérapie 14h00-15h30
22 Art thérapie 14h00-16h30 Aquagym 16h00-17h00	23 Amma-Assis (sur RDV) 9h00-12h00 Marche 14h00-15h30	24 Café Expression 10h15-11h45 Relaxation 14h00-15h00	25 Socio-esthétique « Maquillage » 9h30-11h30 Atelier cuisine 14h30-16h30 Gymnastique 14h30-16h00	26 Méditation 10h00-11h00 Équithérapie 14h00-15h30
29 Férié	30 Marche 14h00-15h30	31 Relaxation 14h00-15h00		

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

Coordinatrice : Laëtitia PRZYBYLSKI-LOUVET

Assistante de Coordination : Delphine LORENSKI-ANSART

Hôtesse d'Accueil : BOUTRINGAIN Assia

Tel : 03 21 68 80 80 / SMS: 06 36 49 54 87

erc@prevart.fr

(Merci de signer vos messages)