



# PLANNING DES ATELIERS DE BEAUVAIS AVRIL 2024

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](mailto:coordination.erc.perspectives@gmail.com) / [secretariat.erc.perspectives@gmail.com](mailto:secretariat.erc.perspectives@gmail.com)



LUNDI 1 ER AVRIL	MARDI 2 AVRIL	MERCREDI 3 AVRIL	JEUDI 4 AVRIL	VENDREDI 5 AVRIL	SAMEDI 6 AVRIL
FERIE	<p>10h 12h Café Papotage</p> <p>14h30 16h30 Sylvothérapie à la Neuville en Hez</p>		<p>10h 12h Atelier Socio esthétique "Quels soins apporter à sa peau pendant et après la radiothérapie"</p> <p>14h 15h Marche au plan d eau groupe 1</p> <p>15h 16h Marche au plan d'eau groupe 2</p>	<p>14h15 15h15 Yoga groupe 1</p> <p>15h30 16h30 Yoga groupe 2</p>	
LUNDI 8 AVRIL	MARDI 9 AVRIL	MERCREDI 10 AVRIL	JEUDI 11 AVRIL	VENDREDI 12 AVRIL	SAMEDI 13 AVRIL
<p>9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p>10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 2</p> <p>10h 14h Ecrivain Public sur Rdv</p>	<p>14h 15h Groupe de paroles : Parlons, échangeons ensemble...</p>	<p>9h30 16h30 6 rdv Réflexologie Plantaire</p>	<p>13h30 17h30 4 Rdv Socio Esth</p> <p>14h 15h Marche au plan d eau groupe 1</p> <p>15h 16h Marche au plan d'eau groupe 2</p> <p>16h 17h Sophrologie</p> <p>17h 18h Sophrologie Visio sur inscription au 07 60 60 35 17</p>	<p>10h 12h Art thérapie</p> <p>14h15 15h15 Yoga groupe 1</p> <p>15h30 16h30 Yoga groupe 2</p>	
LUNDI 15 AVRIL	MARDI 16 AVRIL	MERCREDI 17 AVRIL	JEUDI 18 AVRIL	VENDREDI 19 AVRIL	SAMEDI 20 AVRIL
<p>9h 10h Activité Physique Adaptée groupe 1</p> <p>10h 11h Activité Physique Adaptée groupe 2</p> <p>10h 14h Ecrivain Public sur Rdv</p> <p>9h30 16h30 6 rdv Réflexologie Plantaire</p>	<p>10h 11h Café Papotage</p> <p>11h 12h Café Sexe</p>		<p>9h 13h 4 Rdv Socio Esth</p> <p>14h 15h Marche au plan d eau groupe 1</p> <p>15h 16h Marche au plan d'eau groupe 2</p> <p>16h 17h Sophrologie</p> <p>17h 18h Sophrologie Visio sur inscription au 07 60 60 35 17</p>	<p>14h15 15h15 Yoga groupe 1</p> <p>15h30 16h30 Yoga groupe 2</p>	<p>10h 11h30 Groupe des compagnons de vie : Parlons, échangeons ensemble</p> <p>17 rue pré Martinet Beauvais</p>
LUNDI 22 AVRIL	MARDI 23 AVRIL	MERCREDI 24 AVRIL	JEUDI 25 AVRIL	VENDREDI 26 AVRIL	SAMEDI 27 AVRIL
<p>10h 14h Ecrivain Public sur Rdv</p>			<p>10h 12h Atelier Socio Coiffure Local</p> <p>14h 16h Atelier Socio coiffure au CHB</p> <p>13h30 17h30 4 Rdv Socio Esth</p> <p>16h 17h Sophrologie</p> <p>17h 18h Sophrologie Visio sur inscription au 07 60 60 35 17</p>	<p>10h 13h30 Atelier Culinaire "l'Art des Mets"</p> <p>Savoir différencier le bon et mauvais gras dans nos assiettes (également possible en Visio sur inscription au 07 60 60 35 17)</p>	
LUNDI 29 AVRIL	MARDI 30 AVRIL				
<p>10h 14h Ecrivain Public sur Rdv</p>	<p>10h 12h Café papotage</p>				