

Le planning des ateliers

MAI 2024



Maison Autour de la Vie

Espace Ressources Cancer de Compiègne et ses environs

DU 20 AU 26 MAI 2024

20

Lundi de Pentecôte
Férié

Rugby sans contact 21
09h30 à 11h30

Soin individuel
09h00 à 16h00

Pilates
13h30 à 14h30



Sophrologie "Gestion du stress" 22
10h00 à 11h30

Groupe de parole A
14h00 à 16h00

Hypnothérapie
14h00 à 17h00



Tennis 23
10h30 à 12h00

Miroir de soi "Morphologie visage et corps"
09h30 à 12h30

Psychologue
13h30 à 17h30

Reflexologie plantaire
14h00 à 17h00



Musicothérapie 24
10h00 à 11h45

Marche nordique
13h30 à 15h

Sophrologie "Gestion du stress"
15h00 à 16h30



DU 27 AU 31 MAI 2024

27

Oncogite
10h30 à 12h00

Yoga
14h00 à 16h00



Rugby 28
09h30 à 11h30

Nutrition "Cancer, alimentation et idées reçues"
10h00 à 12h00

Groupe de parole 1
14h00 à 16h00

Sonothérapie et Sylvothérapie au parc du Château
14h00 à 16h00



Reiki 29
09h00 à 12h00

Les bienfaits de l'écriture
10h00 à 11h30 (Complet)

Psychologue
13h30 à 17h30



Art thérapie 30
10h00 à 12h00

Tennis
10h30 à 11h30

Réflexologie
14h00 à 17h00



Hypnothérapie 31
09h00 à 12h00

Marche
13h30 à 15h00

Nature & Créations "Casier à bouteille"
14h00 à 17h00



Maison Autour de la Vie
Espace Ressources Cancer de Compiègne et ses environs
8 D Rue de Bournonville, 60200 Compiègne
06 31 53 58 84 - maison-autourdela vie@outlook.fr

LES ADRESSES DES ATELIERS

Maison Autour de la Vie
Espace Ressources
Cancer de Compiègne
et ses environs
8 D Rue de Bournonville,
60200 Compiègne

YOGA
GYMNASE FERDINAND
BAC
Rue Othenin
60200 Compiègne

RUGBY SANS
CONTACT
1 av Prés Georges
Clemenceau
60200 Compiègne

PILATES
3 AV du 25ème
Régiment du Génie de
l'Air
60200 Compiègne
Il est interdit de se garer sur le
parking de la résidence

TENNIS
Tennis Pompadour
Compiègne
3 av Prés Georges
Clemenceau
60200 Compiègne

MARCHE
NORDIQUE
Carrefour Royal à
Compiègne

INFOS PRATIQUES

• Atelier gratuit pour les personnes inscrites à la maison de la vie

• Inscription par sms uniquement au 06 31 53 58 84

• Participation aux ateliers uniquement sur réservations

