



PLANNING ACTIVITÉS

ERC HÉNIN BEAUMONT

Permanence: Centre Social rue Louise Michel

62110 Hénin Beaumont / 1 Vendredi sur 2 de 9H00 - 17H00

DÉCEMBRE 24/JANVIER 25

ACTIVITÉS DÉTENTE ET RELAXATION

Vendredi Centre social rue Louise Michel

RELAXATION

- 13 Décembre 14h30-15h30
- 17 et 31 Janvier 14h30-15h30



SOCIO-ESTHETIQUE (serviette à apporter)

- 6 et 20 Décembre 14h30-16h
- 17 et 31 Janvier 10h00-11h30



NOUVEAUTÉ Atelier Créatif "fleurs séchées Noël"

- 20 Décembre 9h30-11h30

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES MARCHE

(Lieu défini en fonction de la météo)

Mardi 14H - 15H30

- DÉCEMBRE : 3-10-17
- JANVIER 2025 : 7-14-21-28 et



Vendredi 3 Janvier

14h-15h30



Contactez Vincent

Pour toutes informations complémentaires

07.55.67.48.78

DÉCEMBRE 2024	JANVIER 2025
Du au	Du au
Du au	Du au
Du au	Du au
Du au	Du au
Du au	Du au

RENDEZ-VOUS INDIVIDUEL

(psychologue, diététicienne, socio-esthéticienne, suivi parcours)

-
-
-



RENDEZ-VOUS ET INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS



03.21.68.80.80



Espace Ressources Cancers site Hénin Beaumont

Coordinatrice: Laëtitia LOUVET

Assistante de coordination: Delphine ANSART

<https://erc-hauts-de-France.ars.sante.fr/>

www.facebook.com/prevart62

erc@prevart.fr



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2 Art thérapie 14h-16h30 Aquagym 16h-17h	3 Atelier Cuisine 9h30-11h30 Marche * 14h-15h30	4 Sophrologie 10h-11h	5 Socio-esthétique Manucure de fête 9h30-11h30 Gymnastique 14h30-16h	6 Moments Expression 10h15-11h45 Equithérapie 14h-15h30
9 Hypnose 14h-15h30 Aquagym 16h-17h	10 Atelier Cuisine 9h30-11h30 Cancer et travail autour du jeu 14h-16h Marche * 14h-15h30	11 Qi Gong 10h-11h30	12 Relaxation 10h-11h Gymnastique 14h30-16h	13 Art thérapie 14h-16h30
16 Amma Assis (Sur RDV 30 MIN) 9h-12h Aquagym 16h-17h	17 Méditation 10h-11h Socio-esthétique Bougie de Noël 14h-16h Marche *14h-15h30	18 *Planning Marches Tous les Mardis Lieux de Rendez vous différents	19 Sophrologie 10h-11h Gymnastique 14h30-16h	20 Equithérapie 14h-15h30 Atelier créatif "Fleurs séchées Noël" 14h-16h
23	24	25	26	27
30 Relaxation 10h30-11h30	31			

Espace Ressources Cancers ARTOIS
42-48 Avenue de la Ferme du Roy 62400 BETHUNE
Coordinatrice: Laëtitia LOUVET
Assistante de coordination: Delphine ANSART



**SUR
RENDEZ-VOUS
DU LUNDI AU VENDREDI
9H-17H30
ET INSCRIPTION
AUX ACTIVITÉS
03.21.68.80.80**

**RENDEZ-VOUS
INDIVIDUEL**
(psychologue,
diététicienne, socio-
esthéticienne, suivi
parcours)



INFORMATIONS:
Gymnastique:salle
du 3ème âge rue de
la Tannerie Béthune
Aquagym : Centre
aquaque Béthune
1ère participation
séances **Méditation**
et **Sophrologie**, se
présenter à l'accueil
30 min avant
le début de la séance
Equithérapie
844 route d'Annezin
Béthune

[https://erc-hauts-de-
France.ars.sante.fr/](https://erc-hauts-de-France.ars.sante.fr/)
www.facebook.com/prevart62
erc@prevart.fr

<https://erc-hauts-de-france.ars.sante.fr/>
www.facebook.com/prevart62
erc@prevart.fr