



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>*Planning Marches Tous les Jeudis Lieux de Rendez vous différents</p>	1 Gymnastique 10h-11h30	2	3 Sophrologie 10h-11h Marche * 14h-15h30	4 Moments Expression 10h15-11h45 Atelier Cuisine 14h30-16h30
7 Méditation 10h-11h Art thérapie 14h-16h	8 Gymnastique 10h-11h30	9 Aviron 14h-16h 	10 Relaxation 10h-11h Marche * 14h-15h30	11 Art thérapie 14h-16h
14	15 Gymnastique 10h-11h30 Atelier Cuisine 14h30-16h30	16 QiGong 10h-11h30 SNOEZELEN Relax contenant (sur RDV 30 min) 13h45-15h15	17 Marche * 14h-15h30	18 Equithérapie 14h-15h30
21	22 Gymnastique 10h-11h30	23 Amma Assis (Sur RDV 30 MIN) 9h-12h Aviron 14h-16h	24 Relaxation 10h-11h Marche * 14h-15h30	25 Sophrologie 14h-15h Equithérapie 14h-15h30
28 Hypnose 14h-15h30	29 Initiation Tennis Santé LESTREM 10h-11h	30 Socio-esthétique Produit cosmétique 9h30-11h30 	<p>SUR RENDEZ-VOUS DU LUNDI AU VENDREDI 9H-17H30 ET INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS 03.21.68.80.80</p>	

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

INFORMATIONS:
Gymnastique: salle du Mille Club rue Jules Weppe Beuvry

Aviron : Port de Plaisance Béthune

Aquagym : Centre aquatique 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

Espace Ressources Cancéris 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**

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