



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

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

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

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

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
*Planning Marches Tous les Jeudis Lieux de Rendez vous différents				
Art Thérapie 9h30-11h30 Méditation 14h-15h Aquagym 16h-17h	Gymnastique 10h-11h30 Atelier Retour à l'emploi Séance 4/5 14h-16h	Relax contenant (sur RDV 30 min) individuel 9h30-11h	Relaxation 9h30-10h30 Marche * 14h-15h30	Sophrologie 10h-11h
Hypnose 14h-15h30 Aquagym 16h-17h		Socio-esthétique "Produit cosmétique" 14h-16h	Marche * 14h-15h30	Equithérapie 14h-15h30
Qi gong 10h-11h30 Moment d'Expression 14h-15h30 Aquagym 16h-17h	Gymnastique 10h-11h30 Relaxation 16h-17h	Socio-esthétique "Manucure de Fête" 9h30-11h30	Sophrologie 10h-11h Marche * 14h-15h30 Atelier créatif 14h-16h30	Amma Assis (Sur RDV 30 MIN individuel), 9h-12h
Atelier cuisine 9h30-11h30 Aquagym 16h-17h	Gymnastique 10h-11h30	Atelier cuisine 9h30-11h30	Marche * 14h-15h30	Art Thérapie 14h-16h Equithérapie 14h-15h30

GRATUIT

SUR RENDEZ-VOUS DU LUNDI AU VENDREDI 8H30-17H30 ET INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS 03.21.68.80.80

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





PLANNING ACTIVITÉS ERC HÉNIN BEAUMONT NOVEMBRE 2025

Centre Social rue Louise Michel 62110 HENIN BEAUMONT

PERMANENCE: 1 VENDREDI SUR 2 DE 9H A 17H SUR RENDEZ-VOUS
ACTIVITÉS COLLECTIVES ET/OU INDIVIDUELLES

GRATUIT

ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

MARCHE / MARDI

14H -15H30

- **NOVEMBRE 2025 :4-18-25**

(Lieu défini en fonction de la météo)



Contacter EMILIE
Notre professeure d'activités
physiques adaptées
Pour toutes informations
complémentaires
07.55.67.48.78

ACCOMPAGNEMENT SOCIO ESTHETIQUE

VENDREDI

(serviette à apporter)

- **21 et 28 Novembre** 10h -11h30
thèmes à venir

(Conseils, thématiques, pratique...)

Rendez vous individuel
à la demande

RELAXATION

VENDREDI RELAXATION en collectif

- **21 et 28 Novembre** 14h30 -15H30

(Prévoir coussin et plaid pour votre confort)

APPROCHE SNOEZELEN

VENDREDI RELAXATION CONTENANTE (RDV INDIVIDUEL 30 MIN) • **Reprise en Décembre**

SOPHROLOGIE

VENDREDI • **14 Novembre** 10h -11h

(Pour une 1ère participation, se présenter 30 min
avant le début de la séance)

ART THÉRAPIE

VENDREDI • **7 Novembre** 9h30-11h30

ATELIER CUISINE

MARDI • **25 Novembre** 9h30-11h30

**RENDEZ-VOUS
ET INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS**
03.21.68.80.80

**ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL DIÉTÉTIQUE ET PSYCHOLOGIQUE
(SUR RENDEZ VOUS)**



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



Centre Vachala
Rue Edouard Manet
LENS

Centre Dumas
Rue Gustave
Courbet
LENS

Stade Léo
Lagrange, rue du
chemin vert
Salle DOJO
LENS

Espace PAUL
BARAS
rue Pasteur
LIEVIN

Lieux en
fonction de la
météo

Piscine
99 avenue
Barbusse
HARNES

Atelier Cuisine

Vendredi 14/11 - 14h30-16h30
Vendredi 21/11 - 14h30-16h30

Art thérapie

Lundi 17/11 - 14h-16h

Qi Gong

Mercredi 12/11 - 14h-15h30

Hypnose

Lundi 03/11 - 14h-15h30
Mercredi 26/11 - 9h30-11h

Socio-esthétique

"Manucure de Fête"
Mercredi 26/11 - 14h-16h

Sophrologie

Mercredi 12/11 - 10h-11h

Moment d'Expression

Lundi 24/11 - 14h30-16h

Snoezelen

"Relaxation contenant"
en individuel
Mercredi 19/11 - 9h30-11h

Atelier créatif

Mercredi 19/11 - 14h-16h30

Sophrologie

Judi 6/11
14h00-15h00

Relaxation

REPRISE EN
DÉCEMBRE



GYM

Mardi 04/11
Mardi 18/11
Mardi 25/11
10h00-11h30

SAUF

Mardi 18/11
9h15-10h45

Relaxation

Mardi 18/11
10h45-11h45



Art

thérapie

Mardi 4/11 et
25/11
14h00-16h00

Permanence

Rendez-vous
suivi parcours
9h- 12h Espace
PAUL BARAS
Rue Pasteur
LIEVIN
REPRISE
EN NOVEMBRE



Marche

Judi 06/11
Judi 13/11
Judi 20/11
Judi 27/11
10h-11h30



Contacter Emilie

Pour toutes
informations
complémentaires
07.55.67.48.78



SUR

RENDEZ-VOUS

LES LUNDIS ET MERCREDIS
9H-17H30
ET INSCRIPTION
AUX ACTIVITÉS
03.21.68.80.80



Aquagym

Vendredi 07/11
Vendredi 14/11
Vendredi 21/11
Vendredi 28/11
16h-17h

RENDEZ-VOUS INDIVIDUEL

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



INFORMATIONS:

Accompagnement
en diététique
Mercredi 19/11
9h-12h
Centre Vachala
Rue Edouard Manet
LENS



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



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