

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
3	4 11h15 - 12h15 Activité Physique Adaptée*	5 14h - 15h30 Atelier Mémoire (Beauvais)	6 10h - 12h Ateliers Socio Esthétique "Soins des mains et auto massage"	7 14h30 - 15h30 Sophrologie
10	11 Férialé	12 14h30 - 16h30 Café Papotage 14h - 15h30 Atelier Mémoire (Beauvais)	13	14 15h-17h30 ONCOOK atelier culinaire sur inscription
17	18 11h15 - 12h15 Activité Physique Adaptée*	19 14h - 15h30 Atelier Mémoire (Beauvais)	20 9h30- 16h30 RDV Socio Estétique	21 9h - 12h Art Thérapie 14h30 - 15h30 Sophrologie
24 10h - 12h Atelier Socio Coiffure (beauvais)	25 11h15 - 12h15 Activité Physique Adaptée*	26 14h - 15h30 Atelier Mémoire (Beauvais)	27	28 14h - 17h45 Réflexologie plantaire

SOINS INDIVIDUELS
SUR RENDEZ VOUS

4 Rue Charles Gervais
*pour l'Apa et Qi Gong centre
socio culturel 59 rue
Wenceslas Coutellier
60600 CLERMONT

INSCRIPTION AUX ATELIERS
PAR MAIL OU PAR SMS
AU 07 60 60 35 17
coordination.erc.perspectives
@gmail.com