Le planning des ateliers DÉCEMBRE 2025

Lundi 1er décembre

- Groupe de parole "Rouge" de 10h00 à 12h00
- Orientation/Réorientation professionnelle de 14h00 à 16h00

Mardi 2 décembre

- Art thérapie de 10h00 à 12h00
- Psychologue de 13h30 à 17h30
- Escrime santé de 16h30 à 17h30

Mercredi 3 décembre

- Reiki de 09h00 à 12h00
- CARSAT "Préparer mon retour à l'emploi" 1/3 de 14h00 à 16h00

Jeudi 4 décembre

- Miroir de soi de 09h30 à 12h30
- Tennis santé de 10h30 à 12h00
- Réflexologie plantaire de 14h00 à 17h00
- Pilates de 17h15 à 18h15

Vendredi 5 décembre

- Musicothérapie de 10h00 à 12h00
- Marche nordique de 13h30 à 15h00
- Nature & créations "Décors de Noël" de 14h00 à 17h00

Lundi 8 décembre

- Orientation/Réorientation professionnelle de 10h00 à 12h00
- Yoga de 14h00 à 15h30

Mardi 9 décembre

- Groupe de parole "Vert" de 10h00 à 12h00
- CARSAT "Préparer mon retour à l'emploi" 2/3 de 14h00 à 16h00

Mercredi 10 décembre

- Reiki de 09h00 à 12h00
- Psychologue de 13h30 à 17h30

Jeudi 11 décembre

- Sophrologie "Un cocon de douceur pour soi" de 10h00 à 11h30
- Tennis santé de 10h30 à 12h00
- Groupe de parole "Orange"
- Pilates de 17h15 à 18h15

Vendredi 12 décembre

- Réflexologie plantaire de 09h00 à 12h00
- Marche nordique de 13h30 à 15h00
- Groupe de parole "Bleu" de 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-autourdelavie@outlook.fr









Maison Autour de la Vie



Lundi 15 décembre

- Magnétisme de 09h00 à 12h00
- Yoga de 14h00 à 15h30

Mardi 16 décembre

- Culinaire de 9h00 à 12h00
- Sophrologie "Un cocon de douceur pour soi" de 14h00 à 15h30

Mercredi 17 décembre

 Orientation / Réorientation professionnelle de 09h00 à 12h00

Jeudi 18 décembre

- Orientation/réorientation professionnelle de 10h00 à 12h00
- Tennis Santé de 10h30 à 12h00
- CARSAT "Préparer mon retour à l'emploi" 3/3 de 14h00 à 16h00
- Pilates de 17h15 à 18h15

Vendredi 19 décembre

- Les bienfaits de l'écriture de 10h00 à 12h00
- Marche nordique de 13h30 à 15h00
- Art thérapie de 14h00 à 16h00

Le planning des ateliers DÉCEMBRE 2025

Lundi 22 décembre

• Yoga de 14h00 à 15h30

Mardi 23 décembre

Relaxation virtuelle de 10h00 à 12h00

Lundi 29 décembre

• Yoga de 14h00 à 15h30

Mardi 30 décembre

• Relaxation virtuelle de 10h00 à 12h00



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-autourdelavie@outlook.fr

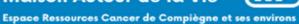








Maison Autour de la Vie



LES ADRESSES DES ATELIERS

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

ESCRIME

Salle "Le Manège" Rue de Dame Ségaude, 60200 Compiègne

Le certificat médical est obligatoire pour cette

YOGA

GYMNASE FERDINAND BAC (sous sol) Rue Othenin 60200 Complès

PILATES

3 AV du 25ème Régiment du Génie de l'Air 60200 Complègne

l est intendit 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

LES INFOS PRATIQUES POUR PARTICIPER AUX ATELIERS

- Atelier gratuit pour les personnes inscrites à la maison autour de la vie
- Inscription par sms uniquement au 06 31 53 58 84



