





LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
				01 
04	05	06	07	08 
Diététique individuel : 13h à 17h	Activité Physique Adaptée (gym douce) : 10h à 11h Café rencontre soutien : 10h à 12h	Sophrologie collective : 10h à 11h	Rdv psychologue : 16h à 18h Groupe de parole : 14h à 16h « L'après cancer » : entre libertés et inquiétudes. Comment je vis le changement de rythme du suivi médical »	
11	12	13	14 	15
Café rencontre : 14h à 16h « Activités / jeux collectifs »	Activité Physique Adaptée (renforcement musculaire) : 10h à 11h	Diététique individuel : 09h à 12h30 Diététique collectif : 10h à 11h30 « Adapter son alimentation aux effets secondaires des traitements » Rose Pilates : 14h à 15h Yoga : 15h à 16h		
18	19	20	21	22
Café rencontre soutien : 14h à 16h Rose Pilates : 15h15 à 16h15 Yoga : 16h30 à 17h30	Activité Physique Adaptée (gym douce) : 10h à 11h	Café rencontre : 14h à 16h « Les hommes ont la parole »	Diététique individuel : 13h15 à 17h15	CARSAT : 09h à 12h « Groupe d'échanges sur les droits » (complet) Atelier écriture : 14h à 17h Rdv psychologue : 09h30 à 18h Activité Physique Adaptée : 15h30 à 16h30
25 	26	27	28	29
	Activité Physique Adaptée (renforcement musculaire) : 10h à 11h Socio-esthétique indiv : 9h30 à 15h Socio-esthétique collectif : 14h à 15h30 « Auto massage main et visage »	Socio-esthétique indiv : 8h30 à 12h30 Café rencontre soutien : 14h à 16h	Sophrologie collective : 10h à 11h	Rdv psychologue : 10h30 à 17h Activité Physique Adaptée : 15h30 à 16h30 Rose Pilates : 14h45 à 15h45 Yoga : 16h à 17h