

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

1  
**Férié**

4  
9h30 - 10h30  
Apa 1  
10h45 - 11h45  
APA 2

5

6

7  
10h-12h atelier socio esthétique "retrouver l'éclat de la peau avant l'été"  
13h-16h rdv socio esthétique individuels  
14h30-15h30 Marche Oxygène  
16h-17h Sophrologie

8  
**Férié**

11  
9h30 - 10h30  
Apa 1  
10h45 - 11h45  
APA 2

12  
14h-15h  
groupe de parole

13

14  
**Férié**

15  
9h-12h rdv Shiatsu  
10h-11h30 Atelier Mémoire  
14h15 - 15h15  
Yoga 1  
15h30 - 16h30  
Yoga 2

18  
8h30- 17h45  
réflexologie  
plantaire  
9h30 - 10h30  
Apa 1  
10h45 - 11h45  
APA 2

19  
9h-12h RDV individuels diététique  
10h - 11h  
café papotage  
11h-12h  
café sexo

20

21  
9h - 16h  
RDV Socio Esthétique  
Marche Oxygène  
14h30-15h30  
Sophrologie  
16h-17h

22  
10h-11h30  
Atelier Mémoire  
14h15 - 15h15  
Yoga 1  
15h30 - 16h30  
Yoga 2

25  
**Férié**

26  
9h-12h  
RDV diététiques  
10h - 12h  
Café Papotage

27

28  
10h-12h socio coiffure groupe  
9h - 16h  
RDV Socio Esthétique  
14h30-15h30  
Marche Oxygène  
15h-17h  
atelier ONCOOK  
16h-17h  
Sophrologie

29  
10h-12h  
Atelier Art  
thérapie  
14h15 - 15h15  
Yoga 1  
15h30 - 16h30  
Yoga 2

SOINS INDIVIDUELS  
SUR RENDEZ VOUS

17 RUE DU PRÉ MARTINET  
\*ECOSPACE 136 RUE DE LA  
MIE AU ROY  
60000 BEAUVAIS

INSCRIPTION AUX ATELIERS  
PAR MAIL  
coordination.erc.perspectives  
@gmail.com  
ou tel : 07.60.60.35.17

