



LUNDI Espace	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Parole 09h00 -12h00	Espace Parole 09h00 -12h00	Espace Parole 09h00 -12h00	Espace Parole 09h00 -12h00	Espace Parole 09h00 -12h00
<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> SPORT PILATES Collectif 09h30 à 10h30 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> SPORT PILATES Collectif 10h30 à 11h30 </div>	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> Diététicienne Entretiens Individuels 09h00 à 11h00 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> SPORT APRES CANCER Collectif 10h30 à 11h30 </div>	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; text-align: center;"> PETANQUE ou JEU DE QUILLES 09h-10h-11h </div>	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; text-align: center;"> YOGA APRES CANCER Collectif 09h30 à 11h00 </div>	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> Sport Stretching Collectif 09h30 à 10h30 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> Sport Stretching Collectif 10h30 à 11h30 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> Socio Esthéticienne Sur RDV 09h30 à 12h00 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> Psychologue Sur RDV 09h00 à 12h00 </div>
Espace Parole 14h00 -17h00	Espace Parole 14h00 - 17h00	Espace Parole 14h00 -17h00	Espace Parole 14h00 -17h00	Espace Parole 14h00 -17h00
<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> Socio Esthéticienne Sur RDV 14h00 à 16h00 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> ATELIER D'ART 14h00 à 17h00 </div>	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> YIN – YOGA Collectif 14h30 à 15h30 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> ASSITANTE SOCIALE Entretiens Individuels 14h00 à 17h00 </div>	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> PSYCHOLOGUE Sur RDV 14h00 à 16h00 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> ESPACE PAROLE ENFANT 14h00 – 16h00 </div>	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> ATELIER D'ART 14h00 à 17h00 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> YIN – YOGA Collectif 14h30 à 15h30 </div>	<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> Renforcement Musculaire Collectif 14h00 à 15h00 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> ATELIER CHANT 15h00 – 16h30 </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> ESTHETICIENNE Sur RDV 14h00 à 16h30 </div>

Toutes les activités sont gratuites et libres d'accès.

Pour votre confort : pensez à ramener votre tapis, une serviette ou couverture lors des séances de sport.

POUR TOUTES LES ACTIVITES SPORTIVES (yoga, gym, pilâtes, stretching, yin-yoga, renforcement musculaire) un certificat médical original est obligatoire et à remettre au bénévole avant la 1ère séance (pas de transmission par mail ni de photocopie). Sa validité est annuelle. Celui-ci est à demander auprès de votre médecin.