

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<b>Zumba</b> (Atelier collectif) Avec Frédérique 11h00-12h00	<b>Danse Expression Corporelle</b> (Atelier collectif) Avec Emilie 11h00-12h00	<b>Activité Physique Adaptée GYM</b> (Atelier collectif) Avec Emma 11h00-12h00	<b>Yoga</b> (Atelier collectif) Avec Frédérique 09h30-10h30	<b>Pilates</b> (Atelier collectif) Avec Fanny 09h30-10h30
<b>Conseil en image</b> Colorimétrie, Morpho. (Atelier collectif) Avec Laure 10h30-12h00	<b>Art Floral</b> (Atelier collectif) Avec Anne-Marie 10h00-12h00	<b>Socio-Esthétique</b> Soins peau et ongles / fabrication de produits cosmétiques (atelier collectif) 10h00-12h00	<b>Retour à la vie Professionnelle</b> (Atelier collectif) Avec la Carsat 10h00-12h00	<b>Sophrologie Caycédienne</b> (Atelier individuel) Avec Agnès 9h15-11h15
<b>Onco-Sexologie</b> (Atelier individuel ou en couple, ou atelier d'échange collectif) Avec Virginie 09h30-12h30	<b>Socio-Esthétique</b> Soins du visage et du corps, conseils (Atelier individuel) Avec Julie 09h30-12h30	<b>Origami</b> (Atelier collectif) Avec Isabelle 10h00-12h00	<b>Réflexologie</b> (Atelier individuel) Avec Isabelle 09h30-12h30	<b>Sevrage Tabagique</b> (Atelier individuel) Avec Sabine 09h30-12h30
	<b>Soutien Psychologique</b> (Atelier individuel) Avec Frédérique 10h30-12h30		<b>Conseils diététiques</b> (Atelier individuel) Avec Christelle 9h15-12h15	<b>Sophrologie Caycédienne</b> (Atelier collectif) Avec Agnès 11h15-12h15
	<b>Alimentation et Cuisine</b> (Atelier collectif) Avec Elise 09h15-12h15			<b>Méditation en pleine conscience</b> Distanciel (Atelier collectif) Avec Lise 10h00-12h00
<b>Couture</b> (Atelier collectif) Avec Jeanne, Chantal 13h30-16h30		<b>Sophrologie Caycédienne</b> (Atelier collectif) Avec Nicole 13h30-14h45	<b>Conseils diététiques</b> (Atelier individuel) Avec Christelle 13h30-16h30	
<b>Socio-Coiffure</b> Soins, conseils (Atelier individuel) Avec Valérie 13h30-15h30	<b>Ateliers d'Échanges Thématiques*</b> (Atelier collectif) Avec Frédérique 14h00-16h00	<b>Socio-Esthétique</b> Soins du visage et du corps, conseils (Atelier individuel) Avec Marie-Anne 13h30-16h30	<b>Peinture</b> (Atelier collectif) Avec Jakes, Monique, Pascale 14h00-16h30	<b>Réflexologie</b> (Atelier individuel) Avec Isabelle 13h30-16h30
<b>Soutien Psychologique</b> (Atelier individuel) Avec Frédérique 13h30-16h30		<b>Sophrologie Caycédienne</b> (Atelier collectif) Avec Nicole 14h30-16h30	<b>Réflexologie</b> (Atelier individuel) Avec Isabelle 13h30-16h30	<b>Sevrage Tabagique</b> (Atelier individuel) Avec Sabine 13h30-16h30
			<b>Marche</b> (Atelier collectif) Avec Emma 14h00-16h00	<b>Aquagym</b> (Atelier collectif) Avec Christine 11h30-12h30

SOINS / ACTIVITÉS (VISIO OU EXTERIEUR)

\*Ateliers d'échanges thématiques : Gestion du stress et des émotions, après cancer, aidants, reconstruction mammaire, retour à la vie professionnelle...  
Programme retour à la vie professionnelle : Nous contacter

DERMO PIGMENTATION (indiv) sur RDV avec Carole  
ATELIERS TROUBLES COGNITIFS (ONCOGITE) Programme en distanciel sur inscription  
ACTIVITÉS PHYSIQUES "DECOUVERTE" (Collectif) : Rafting, Tir à l'Arc, Postural ball, Danse polynésienne, Randonnée, Taï Chi Chuan ...