

AUTRES ACTIVITÉS

Sevrage tabagique



LIMOGES :
Mercredi

À partir de 14h30
TOUT PUBLIC

Sorties culturelles



LIMOGES et
alentours :

En plein air ou
au musée
Contactez-nous !

POUR QUI ?

Les patients pendant
et après les traitements
et leurs proches aidants

POURQUOI ?

Pour une meilleure
qualité de vie

OÙ ?

En Haute-Vienne (87)

GRATUIT

HAUTE-VIENNE PLANNING DES ACTIVITÉS

 **05 55 77 20 76**

Soutien
psychologique

Activités
physiques
et de bien-être
en groupe

Soins
individuels
de
confort et
de bien-être

Ateliers
collectifs

Entraînement
cérébral
OnCogite

Accompagnement
social
et financier

Conférences
et informations
Sorties
culturelles



Séances individuelles

Soutien psychologique



LIMOGES :
Lundi
9h30-17h30
Mardi
9h-17h
Vendredi (1 sur 2)
9h-17h

**ST-YRIEIX-
LA-PERCHE :**
Vendredi (1 sur 3)
9h30-12h30

**ST-JUNIEN,
ST-LÉONARD-
DE-NOBLAT,
BELLAC**
Au cabinet
du praticien

Socio-esthétique



LIMOGES :
Lundi
9h30 - 17h30

Mercredi ou
vendredi
9h00 - 12h00

**ST-YRIEIX-
LA-PERCHE :**
Mardi (1 sur 2)
9h30 - 12h30

ST-JUNIEN
Vendredi (1 sur 2)
14h00 - 17h00

Toucher Bien-être



LIMOGES

Consultations diététiques



LIMOGES :
Mercredi
9h-13h

Sophrologie dynamique



LIMOGES :
Mardi
10h-11h et 11h-12h
Mercredi
10h-11h

ST-JUNIEN
(La Villa)
Mardi (1 sur 2)
14h - 17h

Réflexologie plantaire



LIMOGES :
Lundi
Le 1er et 3ème lundi
de chaque mois

Ateliers

Atelier nutrition



LIMOGES :
Lundi
14h30-16h
1 fois par mois

OnCOGITE



LIMOGES :
Jeudi
10h30-12h
Séances en
visioconférence

Atelier Vocal



LIMOGES :
Jeudi
15h-16h30

Hypnose en groupe



LIMOGES :
mardi
17h30-18h30

Séances en groupe

Activité physique adaptée



LIMOGES :
(Jean-Moulin)
Lundi
15h15-16h15

Vendredi
10h30-11h30

**ST-YRIEIX-
LA-PERCHE :**
(Espace Ferraud)
Lundi
11h-12h

Jeudi
10h45-11h45

ST-JUNIEN
(La Villa)
Lundi
10h30-11h30

Vendredi
10h30-11h30

Yoga en groupe (4 pers.)



LIMOGES :
Mardi
9h-10h
Mercredi
9h-10h

QI GONG en groupe (6 pers.)



LIMOGES :
Mardi (1 sur 2)
16h-17h

Randonnée



HAUTE-VIENNE

Aquagym



LIMOGES :
(Beaublanc)
Vendredi
13h-14h

**ST-YRIEIX-
LA-PERCHE :**
(Villa Sport)
Mardi
16h-17h
Arrêt Provisoire

ST-JUNIEN :
(Piscine municipale)
Mercredi
11h-12h

Longe-côte / marche aquatique



ST-PARDOUX
Mercredi + dimanche
10h-11h
Plage de Santrop