

L'association **COCON**  organise le

VENDREDI 9 NOVEMBRE

De 14 h à 19 h

Polyclinique ST-Odilon (Moulins)

JOURNEE DECOUVERTE
pour « améliorer son bien être »

Animations
GRATUITES
+
collation
offerte par

 JMC COIFFURE

 **L'Esperluette**
Alimentation biologique

PROGRAMME :

De 14h à 15h

- Séance d'activité physique adaptée (Ericka Mayet)

De 15h à 16h :

- **Conférence** sur la gestion des émotions suivie d'une séance test en **Sophrologie** (Caroline de Meeûs)

De 16h à 18h

- **Ateliers de découverte :**

***Réflexologie** plantaire (Pauline BOURBON)

***Socio esthétique** (Léna Canclini)

***Activité** physique adaptée (Ericka Mayet)

***Dépistage** du diabète et conseils nutritionnels
(Céline Chabot/réseau diabète)

De 18h à 19h :

- Table ronde avec la participation du
Docteur BELHADJ Hamid (Pneumologue-Allergologue)
sur les bénéfices des soins de support en cancérologie.

