



Association SICOF (Santé Intégrative Côte d'Opale Flandre)

Soins de Mieux-être - Clinique Villette

Programme de Mars 2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
2	3	4	5	6	7
	APA			APA	
	14h - 15h30			10h30 - 12h	
Sophrologie	Méditation	Yoga	Do In	Ecriture	
14h00 - 15h00	17h00 - 18h15	18h00 - 19h30	17h00 -18h15	14h30 - 16h30	
9	10	11	12	13	14
Diététique		Art thérapie G1			
9h30 - 11h30		8h30 - 10h30			
	APA	Art thérapie G2		APA	
	14h - 15h30	10h30 - 12h30		10h30 - 12h	
Sophrologie	Méditation	Yoga		Ecriture	
14h00 - 15h00	17h00 - 18h15	18h00 - 19h30		14h30 - 16h30	
16	17	18	19	20	21
		Art thérapie G1			
		8h30 - 10h30			
	APA	Art thérapie G2	Socio-Esthétique Groupe	APA	
	14h - 15h30	10h30 - 12h30	14h00 - 16h00	10h30 - 12h	
Sophrologie	Méditation	Yoga	Do In	Ecriture	
14h00 - 15h00	17h00 - 18h15	18h00 - 19h30	17h00 -18h15	14h30 - 16h30	
23	24	25	26	27	28
Diététique		Art thérapie G1		APA	Socio-Esthétique Indiv
9h30 - 11h30		8h30 - 10h30		10h30 - 12h	9h00 - 10h00
		Art thérapie G2			10h00 - 11h00
		10h30 - 12h30			11h00 - 12h00
Sophrologie	APA	Yoga sur chaise			
14h00 - 15h00	14h - 15h30	17h30 - 18h30			
	Méditation	Yoga	Do In		
	17h00 - 18h15	18h30 - 19h30	17h00 -18h15		
30	31				
Sophrologie	Méditation				
14h00 - 15h00	17h00 - 18h15				
Diététique					
15h30 - 16h30					