

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

AOÛT 2025



La Maison Mieux-être propose des activités aux patients atteints d'un cancer, depuis l'annonce du diagnostic jusqu'à un an après l'arrêt des traitements. Il s'agit d'activités créatives, de bien-être, sportives ou encore culturelles. Le coût d'une activité est de 2€ (sauf activités spéciales). Certaines activités peuvent être réalisées avec un aidant-proche.

hello ♡
August

VENDREDI01

- **Soin et massage visage, massage mains ou pieds**
Christine L. 10h et 11h30
- **Massage**
Agnes 9h30
- **Réflexologie plantaire**
Agnes 11h00

Avec le soutien de la

Fondation
contre le Cancer

LUNDI04

- **Réflexologie plantaire:**
Moreno à 10h30, 13h et 15h00
Agnes 11h00 et 13h30
- **Massage**
Agnes 9h30 et 15h00
- **Tai chi**
Hervé (8p.) de 10h à 11h
- **Bulle de relaxation**
13h00, 16h00
- **Soin beauté**
Michèle à 10h, 11h30, 13h et 14h30

- **Yoga**
Angélique (6p.) de 15h à 16h
- **Gymnastique pilates**
Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00

MARDI05

- **Coiffure**
Franca 10h30, 11h30 et 13h30
- **Massage**
Lucie-Anne 9h30 et 11h
Marie-Christiane 13h30 et 15h00
- **Sophrologie**
Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30
- **Réflexologie plantaire**
Marie-Line 9h30, 11h00, 13h00 et 14h30
- **Reiki**
Fabienne à 14h30 et 15h45
- **Qi Gong**
Carolina (6p.) de 10h00 à 11h30
- **Bulle de relaxation**
15h00, 16h00
- **Atelier Haïkus**
Christine de 10h à 11h30
- **Tournoi de Pétanque**
(6p.) de 14h00 à 16h00

JEUDI07

- **Gymnastique douce**
Annie Lo. (8 p.) de 10h30 à 11h30
- **Sophrologie**
Annie Lo. 11h45, 13h30 et 14h30
- **Bulle de relaxation**
10h00 et 15h00
- **Soins beauté**
Delphine 10h, 11h30, 13h30
- **Papercraft**
Bernardette (8p.) de 13h30 à 15h30
- **Soin beauté**
Belgin 15h et 16h
- **Balade nature**
Inscrivez-vous et vous serez contacté par une bénévole pour fixer le lieu de rendez-vous

VENDREDI08

- **Gym sana**
Simon de 11h00 à 12h00
- **Atelier culinaire**
(7 p.) 10h00 à 13h00

- **Massage**
Agnes 9h30
- **SHIATSU**
Philippe à 09h30 et 10h45
- **Réflexologie plantaire**
Agnes 11h00
- **Massage aidant-proche**
Delphine 10h et 11h30

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

AOÛT 2025



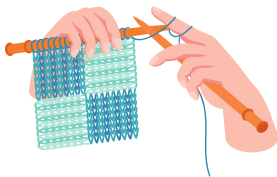
LUNDI11	MARDI12	JEUDI14	VENDREDI15
• Réflexologie plantaire: Moreno à 10h30, 13h et 15h00 Agnes 11h00 et 13h30 • Tai chi Hervé (8p) de 10h à 11h00 • Bulle de relaxation 13h00, 16h00 • Massage Agnes 9h30 et 15h00 • Soin beauté Michèle à 10h, 11h30 et 14h30 • Atelier couture de 13h30 à 15h30 • Yoga Angélique (6p) de 15h à 16h • Gymnastique pilates Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00	• Coiffure Franca 10h30, 11h30 et 13h30 • Massage Lucie-Anne 9h30 et 11h • Sophrologie Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30 • Atelier respiration Retrouver son souffle Annie Lo 10h00 et 11h00 • Gymnastique douce Annie L (8 p.) de 13h30 à 14h30 • Bulle de relaxation 15h00, 16h00 • Reiki Marie-Laure 13h15 et 14h30 • Réflexologie plantaire Marie-Laure 10h et 11h15 • Atelier artistique Tatakizome (8.p) 10h à 12h30	• Gymnastique douce Annie Lo. (8 p.) de 10h30 à 11h30 • Sophrologie Annie Lo. 11h45, 13h30 et 14h30 • Bulle de relaxation 13h00, 14h00 et 15h00 • Art floral Rita et Véronique(10p) de 14h à 16h00 • Balade nature Inscrivez-vous et vous serez contacté par une bénévole pour fixer le lieu de rendez-vous 	FÉRIÉ 

LUNDI18	MARDI19	JEUDI21	VENDREDI22
• Réflexologie plantaire: Moreno à 10h30, 13h et 15h00 • Tai chi Hervé (8p) de 10h à 11h00 • Bulle de relaxation 13h00, 16h00 • Yoga Angélique (6p) de 15h à 16h •  • Gymnastique pilates Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00	• Coiffure Franca 10h30, 11h30 et 13h30 • Massage Lucie-Anne 9h30 et 11h Marie-Christiane 13h30 et 15h00 Mélanie 10h00 • Réflexologie plantaire Mélanie 12h30 et 13h30 • Sophrologie Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30 • Gymnastique douce Annie L (8 p.) de 13h30 à 14h30 • Atelier respiration Retrouver son souffle Annie Lo 10h00 et 11h00 • Bulle de relaxation 15h00, 16h00	• Gymnastique douce Annie Lo. (8 p.) de 10h30 à 11h30 • Sophrologie Annie Lo. 11h45, 13h30 et 14h30 • Bulle de relaxation 13h00, 14h00 et 15h00 • Soins beauté Delphine 10h, 11h30, 13h30 • Balade nature Inscrivez-vous et vous serez contacté par une bénévole pour fixer le lieu de rendez-vous	• Gym sana Simon de 11h00 à 12h00 • Réflexologie plantaire Séverine 9h30 et 11h00 • Massage aidant-proche Delphine 10h et 11h30 • 

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

AOÛT 2025



LUNDI25	MARDI26	JEUDI28	VENDREDI29
• Réflexologie plantaire: Moreno à 10h30, 13h et 15h00 • Yoga Angélique (6p) de 11h00 à 12h00 • Tai chi Hervé (8p) de 10h à 11h00 • Bulle de relaxation 13h00, 16h00 • Gymnastique pilates Christine (6 p.) de 14h00 à 15h00 • Atelier tricot de 13h00 à 15h00 	• Coiffure Franca 10h30, 11h30 et 13h30 • Massage Lucie-Anne 9h30 et 11h • Sophrologie Marc L. 9h30, 10h30 et 11h30 • Réflexologie plantaire Marie-Line 9h30, 11h00, 13h00 et 14h30 • Atelier respiration Retrouver son souffle Annie Lo 10h00 et 11h00 • Gymnastique douce Annie L (8 p.) de 13h30 à 14h30 • Bulle de relaxation 15h00, 16h00 • Reiki Fabienne à 14h30 et 15h45 • Balade nature Inscrivez-vous et vous serez contacté par une bénévole pour fixer le lieu de rendez- vous	• Gymnastique douce Annie Lo. (8 p.) de 10h30 à 11h30 • Sophrologie Annie Lo. 11h45, 13h30 et 14h30 • Bulle de relaxation 13h00, 14h00 et 15h00 • Atelier colorimétrie Michèle, Christine et Katryn à 13h30 ,14h15 et 15h • Répétition Chorale 13h30 à 15h00  Avec le soutien de la  Fondation contre le Cancer	• Atelier estime de soi 10h00 à 13h00 (4p.) Maquillage, coiffure et shooting photo. Possible de venir avec votre aidant proche!  • Massage Agnes 9h30 • Réflexologie plantaire Agnes 11h00 • Gym sana Simon de 11h00 à 12h00

ACTIVITÉ SPECIALE

AOÛT 2025



LA CHORALE

chanté à la MMET



28/08, 11/09,
25/09, 02/10 ET 09/10

DE 13H30 À
15H00

Nous avons le grand plaisir de vous annoncer
qu'

Olivier Bilquin, chef de chœur renommé,
nous fait l'honneur de venir animer 5
répétitions exceptionnelles
à la MM.

Journée à la mer en duo *MERCREDI 20 AOÛT*

Venez partager avec nous une
merveilleuse journée à La Panne.

PRIX: 5€ PAR DUO

