DU 2 AU 29 OCTOBRE 2021

OCTOBRE Rose

LAON.fr
L'HISTOIRE A UN AVENIR

Laon Animation

OCTOBRE
ROSE

Samedi 2 octobre

14h – 17h Gare SNCF – place des Droits de l'Homme

Marche rose

Journée de lancement et marche rose au départ de la gare.
Lâcher de ballons biodégradables sur le parvis de la cathédrale
Venez en rose !
Collation à la fin de la marche

Lundi 4 octobre

14h30 – 16h30 Centre Social le Triangle

Les ateliers de la Renaissance
Atelier art-thérapie avec Angélique Cotentin

14h30 – 16h30 Centre social Cap'No

Atelier créatif

Mardi 5 octobre

14h30 – 15h30 Centre Social le Triangle

Atelier nouage de foulards & dessin de sourcils
avec Mélodie socio-esthéticienne

Mercredi 6 octobre

10h – 11h30 Centre Social le Triangle

Activités physiques adaptées
Encadrées par le CDSMR

Jeudi 7 octobre

Centre social le Triangle

Journée de l'Espace Ressources Cancer

Vendredi 8 octobre

14h30 – 16h30 Centre Social le Triangle

Atelier couture au Triangle
Confection de coussins cœur

14h30 – 16h30 Centre social Cap'No

Atelier couture
Confection de coussins cœur

10h – 18h Gare SNCF – Place des Droits de l'Homme

Voyage au cœur du sein
Un parcours unique et pédagogique au cœur du sein réalisé par Émilie Prouchet – Dalla Costa.
Stand d'information du centre régional de coordination des dépistages des cancers « Hauts-de-France » et stands animés.

Samedi 9 octobre

Gare SNCF – Place des droits de l'Homme

10h – 18h

Voyage au cœur du sein

Un parcours unique et pédagogique au cœur du sein réalisé par Émilie Prouchet – Dalla Costa.
Stand d'information du centre régional de coordination des dépistages des cancers « Hauts-de-France » et stands animés.

15h45

Inauguration

par Monsieur le Maire

16h

Zumba

Démonstration de Zumba avec Virginie

12h45 – 18h

La voltigeuse

3 épreuves cyclistes ouvertes à tous les déguisements, à tous les vélos originaux pour les petits et grands, de tous les niveaux.
Les inscriptions seront reversées à la lutte contre le cancer du sein.
Inscription en scannant le QR code ou auprès du centre information jeunesse, des centres sociaux Cap NO et le Triangle.

Lundi 11 octobre

14h30 – 16h30 Centre Social le Triangle

Atelier créatif

14h30 – 16h30 Centre social Cap'No

Les ateliers de la Renaissance
Atelier art-thérapie avec Angélique Cotentin

Mardi 12 octobre

14h30 – 15h30 Centre social Cap'No

Atelier nouage de foulards & dessin de sourcils
avec Mélodie socio-esthéticienne

14h30 – 16h30 Centre Social le Triangle

Je positiv' – Atelier sur l'estime de soi
avec Aid'Aisne

14h – 16h Centre Social le Triangle

Alimentation santé
Groupe de discussion animé par Résoladi

Mercredi 13 octobre

14h30 – 16h Centre social Cap'No

Activités physiques adaptées
encadrées par le CDSMR

Jeudi 14 octobre

14h30 – 16h30 Centre social Cap'No

Je positiv' – Atelier sur l'estime de soi.
avec Aid'Aisne

Vendredi 15 octobre

14h30 – 16h30 Centre Social le Triangle

Atelier couture
Confection de coussins cœur

14h30 – 16h30 Centre social Cap'No

Atelier couture
Confection de coussins cœur

16h Centre Social le Triangle

Stand de la ligue contre le cancer
Information et buste à palper

16h30 Centre Social le Triangle

Soirée 100 % femmes
Mise en beauté et relaxation

Dimanche 17 octobre

9h30 – 11h Cathédrale Notre-Dame

Marche ou Footing Sympa
Participez à une marche (6km) ou à un footing (9km) organisés par le Footing Sympa.
Inscription : 10 euros
Renseignement sur la page Facebook du Footing Sympa

Lundi 18 octobre

14h30 – 16h30 Centre Social le Triangle

Les ateliers de la Renaissance
Atelier art-thérapie avec Angélique Cotentin

14h30 – 16h30 Centre social Cap'No

Atelier créatif

Mardi 19 octobre

Centre social Cap'No

Sophrologie
Intervenante Mme CAMUS Pascale
14h30 – 15h30 : séance pour les femmes en parcours de soin
15h30 – 16h30 : séance pour les aidants
16h30 – 17h30 : séance tout public

Mercredi 20 octobre

14h30 – 16h Centre Social le Triangle

Activités physiques adaptées
encadrées par le CDSMR

Jeudi 21 octobre

10h – 11h Centre Social le Triangle

EFT* et cohérence cardiaque
avec l'association « Les ateliers du mieux vivre »

15h – 16h Centre social Cap'No

EFT* et cohérence cardiaque
avec l'association « Les ateliers du mieux vivre »

*EFT : Techniques de libération émotionnelle

Vendredi 22 octobre

14h30 – 16h30 Centre Social le Triangle

Atelier couture
Confection de coussins cœur

14h30 – 16h30 Centre social Cap'No

Atelier couture
Confection de coussins cœur

Lundi 25 octobre

14h30 – 16h30 Centre social Cap'No

Les ateliers de la Renaissance
Atelier art-thérapie avec Angélique Cotentin

14h30 – 16h30 Centre Social le Triangle

Atelier créatif

Mardi 26 octobre

Centre social le Triangle

Sophrologie
intervenante Mme CAMUS Pascale
14h30 – 15h30 – séance pour les femmes en parcours de soin
15h30 – 16h30 – séance pour les aidants
16h30 – 17h30 – séance tout public

Mercredi 27 octobre

10h – 11h30 Centre social Cap'No

Activités physiques adaptées
encadrées par le CDSMR

Jeudi 28 octobre

18h30 Centre social Cap'No

Zumba Pink avec Virginie
Une partie des recettes sera reversée à la lutte contre le cancer du sein

Zen

Vendredi 29 octobre

14h30 – 16h30 Centre social Cap'No

Atelier couture
Confection de coussins cœur

17h Centre Social le Triangle

Restitution des ateliers du mois.
Venez tous en rose !!

20h Centre social Cap'No

Concert – El Beso de la Vida
Une partie des recettes sera reversée à la lutte contre le cancer du sein.

Octobre
Rose

Organisé par les centres sociaux

Avec le soutien de :
Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers Hauts-de-France,

Comité de l'Aisne de la Ligue Contre le Cancer,

Comité Départemental du Sport en Milieu Rural de l'Aisne,

Institut National du Cancer,

Mutualia,

Footing Sympa,

Aid'Aisne,

Mélodie MERCIER – Socio-esthéticienne,

Association « Les Bonnets Roses »,

Centre hospitalier de Saint-Quentin,

Institut Godinot,

en soutien avec la Ville de Laon

Les Ateliers de la renaissance,

Espace Ressources Cancers Arc-en-ciel,

Pascal CAMUS – Sophrologue,

Voyage au Cœur du Sein, Émilie PROUCHET – DALLA COSTA,

Ateliers du Mieux Vivre,

Résoladi,

Jordan BEAUFRÈRE,

Éric FRIMIN,

Angélique COTENTIN – Art thérapeute,

Virginie, Zumba

La programmation est susceptible d'évoluer en fonction de la situation sanitaire liée au COVID-19.

Informations et Inscriptions auprès des centres sociaux
Le Triangle : 03 61 54 13 37 – CAP No : 03 61 54 13 40

LAON.fr
L'HISTOIRE A UN AVENIR