

## ACTIVITÉS PHYSIQUES

### NIVEAU 1 - SALLE 1

#### Pilates

🕒 11h 🕒 11h30

#### Marche nordique

🕒 11h 🕒 13h30 🕒 15h30

#### Navigation en équipage

🕒 10h30 🕒 15h

#### Boxe

🕒 12h30 🕒 14h30

#### Sport de raquette

🕒 12h 🕒 13h 🕒 15h30

## INSTANTS BIEN-ÊTRE

### 👉 SÉANCES INDIVIDUELLES

#### NIVEAU 1 - HALL

Durée : 15/20 min.

#### Massage des mains

#### Réflexologie plantaire

### 👉 ATELIERS COLLECTIFS

#### NIVEAU 1 - SALLE 2

Durée : 30 min.

#### Aromathérapie, voyage sonore et vibratoire

🕒 10h15 🕒 14h15

#### Auto-massage des mains

🕒 13h15

# OCTOBRE ROSE



## CONFÉRENCES THÉMATIQUES

### NIVEAU 1 - SALLE 3

#### Alimentation et prévention d'un cancer

🕒 12h 🕒 15h

#### Démarches sociales et cancer

🕒 13h

#### La recherche clinique en cancérologie

🕒 14h



Café Donna | 🕒 11h 🕒 15h | SALLE 2

Lieu de parole, d'échange, de soutien et de partage



## STANDS D'INFORMATION

### REZ-DE-CHAUSSÉE

- 1 Europa donna
- 2 La Ligue contre le cancer
- 3 Diététiciens
- 4 Recherche clinique (après-midi)
- 5 Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers
- 6 Assistantes sociales (matin)
- 6 Oncogénétique (après-midi)
- 7 Psychologues
- 8 Dragon Pink Ladies
- 9 Animateurs APA
- 10 Socio-esthéticiennes



VIVALTO  
SANTÉ

L'Hôpital Privé du Confluent

Nantes