



LA PARENTHÈSE

un temps pour soi

Au sein de la Polyclinique d'Hénin-Beaumont, la Parenthèse est une salle d'activités et de soins de support pour les patients pris en charge au sein de l'établissement, en cancérologie ou pour une maladie chronique.



Groupes de parole



Cancérologie

Animés par un psychologue de La Ligue contre le cancer. Ils se tiennent **chaque 2^{ème} mardi du mois de 14:30 à 16:00**

Sur **inscription obligatoire** auprès de la Ligue contre le cancer

03 21 71 16 18

Endométriose

Rencontres amicales



EndoFrance

Association française de lutte contre l'endométriose
Soutenir • Informer • Agir

Inscription obligatoire sur

www.endofrance.org



**GROUPE
AHNAC**

Chaque jour, prendre soin de la santé de chacun

Ateliers



Sophrologie

La sophrologie est une technique de relaxation simple s'appuyant sur la respiration abdominale pour gérer le stress et atteindre un mieux-être face aux difficultés de la vie. Pratiquée au quotidien, en toute autonomie, la sophrologie apaise les tensions physiques et mentales, favorise la prise de recul, le lâcher-prise et le retour au calme.

Art-thérapie

L'art-thérapie utilise les différentes formes de l'art (peinture, collage, dessin,...) pour exprimer les blessures émotionnelles relatives aux aléas de la vie. Elle nous fait prendre conscience de nos ressources intérieures pour mettre de la distance avec notre souffrance et nous reconstruire.

L'alliance sophrologie/art-thérapie

est la fusion des deux méthodes complémentaires pour un cheminement progressif vers une reconstruction de soi.

Socio-esthétique

La socio-esthétique propose d'accompagner par le soin, le toucher et l'écoute, une personne vers un mieux-être.

Afin d'améliorer l'image et la confiance en soi, de faciliter le retour dans la vie sociale, professionnelle et familiale, de se détendre, d'avoir des conseils esthétiques, de soins et de bien-être, la socio-esthétique propose de prendre un temps pour soi et de faciliter le chemin de reconstruction.

Ces activités gratuites se font en groupe.

Sur **inscription obligatoire** au

06 84 80 29 44

Audace 03 21 135 600 | Édition : 13 septembre 2022

POLYCLINIQUE HÉNIN-BEAUMONT
1110 Route de Courrières 62110 Hénin-Beaumont
03 21 13 30 00

polyclinique-henin-beaumont.ahnac.com



YouTube facebook twitter Instagram LinkedIn