

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>DISTRIBUTION DES MEDICAMENTS de 7H00 A 7h45 (Le week-end jusqu'à 9h00)</b>					
<b>PETIT DEJEUNER de 8h00 à 8h30</b>					
9h15 - 10h30	I Phil'Action 1 (IDE) Eos	H "Le tabac, c'est pas tabou" (IDE) Isis	A Phil'Action 5 (IDE) Eos	H les émotions (Psychologue) Eos	I Phil'Action 3 (IDE) Eos
	E Remue méninges (Animatrice) Salle info	A Activités physiques adaptées + sur inscriptions(IDE)	L Les mécanismes de la dépendance (Médecin) Isis	E Atelier créatif (Ergothérapeute) Atelier	H Activités collectives (Animatrice) Atelier
	L Ateliers créatifs (Ergothérapeute) Atelier	I Start petit journal (Animatrice) Salle info	E Activités physiques adaptées et sur inscription (IDE)	L Info- Intox (IDE) Salle info	L Si on en parlait (Assistante sociale) Salle info
					A Pensées toxiques (Psychologue) Isis
10h45 - 12h15	L Phil'Action 4 (IDE) Eos	L Bien dans son assiette (IDE) Isis		H Atelier créatif (Ergothérapeute) Atelier	H L'anxiété et vous (IDE) Eos
	I Emotions et addictions (Ergothérapeute) Isis	I Activités physiques adaptées + sur inscription (IDE)	A Les maladies liées aux addictions (Médecin) Isis	I J'organise mon suivi (IDE) Salle info	
	A "Start" petit journal (Animatrice) Salle info			A Remue méninges (Animatrice) Isis	L Activités collectives (Animatrice) Atelier
	E Groupe de parole (Psychologue) Atelier	H Remue Méninges (Animatrice) Atelier	H Activités physiques adaptées et sur inscription (IDE)		I Et si on changeait ?! (Psychologue) Isis
<b>DISTRIBUTION DES MEDICAMENTS de 12H00 à 12H30</b>					
<b>DEJEUNER de 12H30 à 13H15</b>					
13h45 - 15h00	E Compétences relationnelles (IDE) Isis			A Paroles de vie (Psychologue) Isis	A Bien avec soi (IDE) Eos
	H Infos sociales (Assistante sociale) Eos	E Actu santé (IDE) Isis		I Atelier créatif (Ergothérapeute) Atelier	P Activités physiques adaptées à la salle de sport
	I Remue méninges (Animatrice) Salle info	A Activités collectives (Animatrice) Atelier		H Café culture (Animatrice) Restau	
	A Ateliers créatifs (Ergothérapeute) Atelier	H Présentations (Ergothérapeute) Salle info		P Le temps des nouveaux (IDE) Eos	I Activités collectives (Animatrice) Atelier
15h15 - 16h45		I Phil'Action 2 (IDE) Eos		H Chacun son rythme (IDE) Eos	E Itinéraire Bis (IDE) Isis
	L Gestion du temps (Ergothérapeute) Salle info	E A chacun son temps libre (Animatrice) Atelier		I Sophrologie-Sonothérapie (Sophrologue) Isis	L Activités physiques adaptées et sur inscriptions(IDE) Salle info
	H Dites le en images (Animatrice) Atelier	A Expression médiatisée (Ergothérapeute) Salle info		E Expression (Ergothérapeute) Atelier	P Balade photos (Animatrice) Atelier
	I Techniques de gestion de l'anxiété (Relaxologue) Isis	L Hatha yoga (Relaxologue) Isis		A Café culture (Animatrice) Restau	
17h00 - 18h00	H Relaxation (Relaxologue) Isis	H Relaxation méthode Yoga Nidra (Relaxologue) Isis		L A	P à 16h45 en EOS
				E	I
<b>DISTRIBUTION DES MEDICAMENTS de 18h à 18h45</b>					
<b>DINER de 19H00 A 19H45</b>					
<b>Info d' accueil (IDEC)</b>					

Les lettres correspondent à votre groupe, la semaine de votre admission correspond à la lettre P. Vous conservez votre groupe tout au long de votre séjour, par contre il change de lettre toutes les semaines, de la manière suivante.

semaine 1	P
semaine 2	H
semaine 3	I
semaine 4	L
semaine 5	A
semaines 6 & 7	E

Pour exemple, lorsque vous serez en semaine 4 vous suivrez l'ensemble des ateliers identifiés par la lettre L  
NOTA : les temps où il n'y a pas d'atelier, sont les temps réservés aux rendez-vous individuels, (médecin, psychologue, IDE, assistante sociale...)