

Planning des activités ERC St Omer Janvier 2020



Activités GRATUITES pour les personnes inscrites
Espace Ressources Cancers : Quartier Foch, Rue du quartier de la Cavalerie 62500 Saint-Omer
Inscription à l'ERC par Téléphone 07 50 06 73 60 ou 03.28.66.34.73
par mail : espacressourcecancer@esl-asso.fr



Bonne Année 2020

MERCREDI 1		JEUDI 2		VENDREDI 3	
FERIE		FERIE		APA (Activité Physique Adaptée) 9h30 à 11h00	
LUNDI 6		MARDI 7		MERCREDI 8	
Sophrologie (Maison de quartier St Exupéry) 10h00 à 11h30		Qi Gong (Salle de Judo) 14h30 à 15h30 Groupe de paroles 14h00 à 15h30		Marche nordique 9h30 à 11h00	
JEUDI 9		VENDREDI 10			
Permanence coordinatrice Soutien psychologique Le matin sur rendez-vous Soins socio-esthétiques L'après-midi sur rendez-vous Café parlotte 14h30 à 16h30		APA (Activité Physique Adaptée) 9h30 à 11h00			
LUNDI 13		MARDI 14		MERCREDI 15	
Sophrologie (Maison de quartier St Exupéry) 10h00 à 11h30		Qi Gong (Salle de Judo) 14h30 à 15h30		Marche nordique 9h30 à 11h00	
JEUDI 16		VENDREDI 17			
Permanence coordinatrice RDV diététique L'après-midi sur rendez-vous		APA (Activité Physique Adaptée) 9h30 à 11h00			
LUNDI 20		MARDI 21		MERCREDI 22	
Sophrologie (Maison de quartier St Exupéry) 10h00 à 11h30		Qi Gong (Salle de Judo) 14h30 à 15h30		Marche nordique 9h30 à 11h00	
JEUDI 23		VENDREDI 24			
Permanence coordinatrice Soins socio-esthétiques L'après-midi sur rendez-vous Café parlotte 14h30 à 16h30		APA (Activité Physique Adaptée) 9h30 à 11h00			
LUNDI 27		MARDI 28		MERCREDI 29	
Sophrologie (Maison de quartier St Exupéry) 10h00 à 11h30		Qi Gong (Salle de Judo) 14h30 à 15h30		Marche nordique 9h30 à 11h00	
JEUDI 30		VENDREDI 31			
Permanence coordinatrice Atelier diététique 14h00 à 16h00		APA (Activité Physique Adaptée) 9h30 à 11h00			

Salle de Judo : 171 ter rue de Théroouanne à Saint-Omer
Maison de Quartier Saint Exupéry : rue Saint-Exupéry à Saint-Omer