

Planning des activités ERC St Omer Mars 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 : espaceressourcecancer@esl-asso.fr



LUNDI 2	MARDI 3	MERCREDI 4	JEUDI 5	VENDREDI 6
	Qi Gong (Salle de Judo) 14h30 à 15h30	Marche nordique 9h30 à 11h00	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
	Groupe de paroles de la Ligue contre le Cancer 14h00 à 15h30			
LUNDI 9	MARDI 10	MERCREDI 11	JEUDI 12	VENDREDI 13
Sophrologie (Maison de quartier St Exupéry) 10h00 à 11h30	Qi Gong (Salle de Judo) 14h30 à 15h30	Marche nordique 9h30 à 11h00	Permanence ERC l'après-midi Atelier diététique 14h00 à 16h00	APA (Activité Physique Adaptée) 9h30 à 11h00
LUNDI 16	MARDI 17	MERCREDI 18	JEUDI 19	VENDREDI 20
Sophrologie (Maison de quartier St Exupéry) 10h00 à 11h30	Qi Gong (Salle de Judo) 14h30 à 15h30	Marche nordique 9h30 à 11h00	Permanence coordinatrice Soins socio-esthétiques L'après-midi sur rendez-vous Café parlotte 14h30 à 16h30	APA (Activité Physique Adaptée) 9h30 à 11h00
LUNDI 23	MARDI 24	MERCREDI 25	JEUDI 26	VENDREDI 27
Sophrologie (Maison de quartier St Exupéry) 10h00 à 11h30	Qi Gong (Salle de Judo) 14h30 à 15h30	Marche nordique 9h30 à 11h00	Permanence ERC l'après-midi RDV diététique L'après-midi sur rendez-vous	APA (Activité Physique Adaptée) 9h30 à 11h00
LUNDI 30	MARDI 31			
Sophrologie (Maison de quartier St Exupéry) 10h00 à 11h30	Qi Gong (Salle de Judo) 14h30 à 15h30			

Salle de Judo : 171 ter rue de Thérouanne à Saint-Omer

Maison de Quartier Saint Exupéry : rue Saint-Exupéry à Saint-Omer