

Planning des activités ERC St Omer Septembre 2021



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 6		MARDI 7	MERCREDI 1	JEUDI 2	VENREDI 3
			APA (Marche nordique) Départ parking de la Mairie de Houlle 9h30-11h00	<u>Permanence coordinatrice</u>	APA (en salle) 9h30 à 10h30 10h45 à 11h45
LUNDI 13		MARDI 14	MERCREDI 8	JEUDI 9	VENREDI 10
Sophrologie (à l'ERC) 10h00 à 11h30			APA (Marche nordique) Départ parking de la Mairie de Longuenesse 9h30-11h00	<u>Permanence coordinatrice</u> Réflexologie Le matin sur rendez-vous	APA (en salle) 9h30 à 10h30 10h45 à 11h45
LUNDI 20		MARDI 21	MERCREDI 15	JEUDI 16	VENREDI 17
Sophrologie (à l'ERC) 10h00 à 11h30			APA (Marche nordique) Départ parking de l'église de Tilques 9h30-11h00	<u>Permanence coordinatrice</u> Atelier socio-esthétique "Découverte des huiles végétales, bien-être et automassage" 14h00 à 16h00	APA (en salle) 9h30 à 10h30 10h45 à 11h45
LUNDI 27		MARDI 28	MERCREDI 22	JEUDI 23	VENREDI 24
Sophrologie (à l'ERC) 10h00 à 11h30			APA (Marche nordique) Départ parking de la Mairie d'Esquerdes 9h30-11h00	<u>Permanence coordinatrice</u> Nouveau ! Atelier de réflexologie "Insomnies" 10h00 à 12h00 Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous	<u>Permanence coordinatrice</u> APA (en salle) 9h30 à 10h30 10h45 à 11h45 Rdv diététique Le matin, sur rendez-vous Atelier diététique "Les labels et signes de qualité" 14h-16h
LUNDI 27		MARDI 28	MERCREDI 29	JEUDI 30	
Sophrologie (à l'ERC) 10h00 à 11h30			APA (Marche nordique) Départ parking de la Mairie de Moulle 9h30-11h00	<u>Permanence coordinatrice</u> Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous	

Retrouvez-nous sur Facebook : @Espacesantedulittoral