

Planning des soins de support ERC St Omer Décembre 2021



Soins de support 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 8		JEUDI 9		VENDREDI 10	
Groupe de paroles avec la Ligne contre le Cancer 10h00 à 11h30 Pilates 14h00 à 15h00 15h15 à 16h15		Sophrologie 14h à 15h00 15h15 à 16h15		Marche adaptée Départ de l'ERC 9h30-11h00		Permanence coordinatrice l'après-midi Atelier de réflexologie "Douleurs articulaires" 10h00 à 12h00 Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous		Permanence coordinatrice APA (en salle) 9h30 à 10h30 10h45 à 11h45 Rdv diététique individuel Le matin, sur rendez-vous Atelier nutrition " Testez votre équilibre alimentaire - les repères nutritionnels" 14h00-16h00	
LUNDI 13		MARDI 14		MERCREDI 15		JEUDI 16		VENDREDI 17	
Pilates 14h00 à 15h00 15h15 à 16h15		Sophrologie 14h à 15h00 15h15 à 16h15		Marche adaptée Départ de l'ERC 9h30-11h00		Permanence coordinatrice Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous		APA (en salle) 9h30 à 10h30 10h45 à 11h45	
LUNDI 20		MARDI 21		MERCREDI 22		JEUDI 23		VENDREDI 24	
LUNDI 27		MARDI 28		MERCREDI 29		JEUDI 30		VENDREDI 31	

Retrouvez-nous sur Facebook : [@Espacesantedulittoral](https://www.facebook.com/Espacesantedulittoral)

