

Boulogne	Le Portel	Boulogne	Boulogne
Lundi :	Mardi :	Jeudi :	Samedi
		2 Initiation crochet 9h30 – 11h30 Yoga 14h-15h30	4 APA* 10h – 12h
6 Férié	7 Sophrologie 10h – 11h	9 Hypnose 9h30 – 11h30 APA* marche 14h – 16h	11 Yoga 10h – 11h30
13 Diététique 9h30 – 11h30 Pause café 14h – 15h30	14 APA* 9h – 11h	16 APA* 14h – 16h	18
20 Atelier collectif « Mon corps ami ou ennemi? » 9h30 – 11h Socio-esthétique (Fabrication Crème pieds) 14h – 16h	21 Diététique 9h30 – 11h30 Yoga 14h-15h30	23 Accompagnement Psychologique individuel 9h30- 12h30 Yoga 14h-15h30 Initiation crochet 9h30 – 11h30	25 Reiki (individuel sur RDV) 9h30 – 11h
27 Sophrologie 14h – 15h	28 Socio-esthétique (crème pour le corps) 9h30 – 11h	Jeudi 30 juin Réflexologie Collectif 10h – 11h30 Accompagnement Psychologique individuel 9h30- 12h30 Socio-esthétique (Conseil en image) 14h – 16h	

Contacts pour inscriptions aux ateliers :

Coordonnatrices :

Florence Lanoy 06.19.10.15.83
Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

erc.littoral@gmail.com

03. 21. 99. 34. 66

Boulogne-sur-mer :

3 place Navarin

8h45–12h45 et 12h45 – 17h15

du **Lundi** au **vendredi - mercredi** et **samedi** matin de 8h45 à 12h45

Le Portel :

Le Chaudron, salle Emile Libert, Rue Georges Honoré

sur rendez-vous uniquement



**Contacts pour inscriptions
aux ateliers :**

Coordonnatrices :

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

erc.littoral@gmail.com

03. 21. 99. 34. 66

Marquise :

Salle des Castors et Maison
Citoyenne, 28 Cité des HLM, le lundi

Calais :

CPAM 35 rue Descartes
9h-12h15 et 13h15-16h30

le **Mardi** et **Vendredi**

sur rendez-vous uniquement

ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE

Marquise	Calais Cpam 35 rue Descartes	
Lundi	Mardi	Vendredi
		3 Yoga 10h -11h30
6 Férié	7 Diététique 14h – 16h Centre commercial Calais Cœur de Ville, 6 Bd Jacquard	10 Yoga 10h -11h30 Accompagnement Psychologique Individuel 13h30
13 Socio-esthétique (beauté des pieds) 10h – 11h30 Maison Citoyenne	14 Socio-esthétique 9h30 – 11h30 (beauté des pieds) Réflexologie 14h – 15h30	17 Sophro 11h – 12h Atelier collectif «Cancers et Proches » 14h – 15h30
20 Yoga 10h – 11h30 A2Vie62 129 rue des Tertres Sophrologie 14h – 15h Maison Citoyenne	21 Reïki (individuel sur RDV) 10h – 11h30 Diététique 14h – 16h Centre commercial Calais Cœur de Ville, 6 Bd Jacquard	24 APA* 9h30 – 11h30 Art Thérapie 14h - 16h
27 APA* 9h30 – 11h30 Salle des castors Diététique 14h – 16h Maison Citoyenne	28 APA* 9h30 – 11h30 Pause Café 14h – 15h30	

*APA : Activité Physique Adaptée



**Contacts pour inscriptions
aux ateliers :**

Coordonnatrices :

Florence Lanoy 06.19.10.15.83
Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

erc.littoral@gmail.com

03. 21. 99. 34. 66

Berck :

2 Rond –Point du Cottage des
Dunes

le **Mercredi**

sur rendez-vous uniquement

Montreuil :

29 rue du Thorin

le **Vendredi matin**

sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE

**BERCK, Cottage des Dunes
- Mercredi :**

**MONTREUIL –
Vendredi Matin**

1	3
Réflexologie Collectif 10h – 11h30	APA (Activité physique Adaptée) 9h30 - 11h30
8	10
APA (Activité physique Adaptée) 9h30 – 11h30	Socio-esthétique <i>(Fabrication crème pieds)</i> 10h – 11h30
15	17
Socio-esthétique <i>(fabrication crème pieds)</i> 9h30 – 11h30	Diététique 9h30 – 11h30
22	24
Diététique 9h30 – 11h30	Sophrologie 11h – 12h
29	
Sophrologie 10h – 11h Reiki (individuel sur RDV) 11h – 12h	Yoga 14h -15h30

Desvres , Maison Intercommunale pour Tous : Jeudi

**Contacts pour inscriptions
aux ateliers :**

Coordonnatrices :

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

erc.littoral@gmail.com

03. 21. 99. 34. 66

Desvres:

Centre Social : Maison
Intercommunale pour tous

38 rue des Potiers

le Jeudi matin

sur rendez-vous uniquement



2

Sophrologie

11h – 12h

9

Réflexologie

Collectif

10h – 11h30

16

Diététique

9h30 – 11h30

23

Socio-esthétique

(beauté des pieds)

9h30 – 11h30

30

Activité Physique Adaptée

9h30 – 11h30

**Contacts pour inscriptions
aux ateliers :**

Coordonnatrices :

Florence Lanoy 06.19.10.15.83
Caroline Petitpré 06.19.10.15.01
erc.littoral@gmail.com
03. 21. 99. 34. 66

Guînes :

Chi Fou Mi, rue Debonningue
9h30-12h et 14h-16h30 le **Lundi**
sur rendez-vous uniquement

Vielle Eglise

Ecopôle, 800 Rue du Pont d'Oye, Vielle
Eglise
le **Jeudi**
sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE

<p>GUÎNES, Chi Fou Mi - Lundi :</p>	<p>VIEILLE Eglise : Ecopôle- Jeudi</p>
	<p>2</p> <p>Socio-esthétique <i>(Soin du visage)</i> 9h30 – 11h30</p> <p>Diététique 14h – 16h</p>
<p>6</p> <p>Férié</p>	<p>9</p> <p>Réflexologie 14h – 15h30</p>
<p>13</p> <p>APA (Activité physique Adaptée) 9h30 – 11h30</p> <p>Diététique 14h – 16h</p>	<p>16</p> <p>Yoga 10h – 11h30</p>
<p>20</p> <p>Socio-esthétique <i>(soin du visage)</i> 10h – 11h30</p> <p>Yoga 14h – 15h30</p>	<p>23</p> <p>APA (Activité physique Adaptée) 14h – 16h</p>
<p>27</p> <p>Sophrologie 10h – 11h</p>	<p>30</p> <p>Pause Café 14h – 15h30</p>