



Avril
2024

Espace Ressources
Cancers Littoral

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
du Lundi au vendredi et
le samedi matin
sur rendez-vous

Le Portel :

Le Chaudron, salle Emile Libert, Rue
Georges Honoré
sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE

Boulogne	Le Portel	Boulogne	Boulogne
Lundi :	Mardi :	Jeudi :	Samedi
1 Férié	2	4 APA* Renforcement sur chaise 14h - 16h	6 Yoga 10h – 11h30
8 Diététique 9h – 11h Reiki (rdv individuel) 14h – 16h30	9	11 Qi Gong 9h30-12h	13 APA* pilates 10h - 12h
15 SOUTIEN Psychologique (individuel) 8h45- 12h30 Art Thérapie 14h15 – 16h15	16 APA* Renforcement sur chaise + marche 9h – 11h Tricot 9h30-11h30 Réflexologie (rdv individuel) 14h-16h	18 Hypnose 9h30-11h30 Yoga 14h – 15h30	20 Socio-esthétique Rituel beauté du printemps 10h - 11h30
22 APA* Renforcement bas du corps 9h - 11h Diététique 14h – 16h	23 Sophrologie 10h – 11h30 Yoga 14h-15h30	25 Réflexologie (rdv individuel) 10h-12h Socio-esthétique (rdv individuel) 14h - 16h	27 Sophrologie 10h – 11h30
29 Yoga 10h – 11h30	30 Réflexologie (rdv individuel) 14h – 15h30	*APA activité Physique Adaptée	



Avril

Espace Ressources
Cancers Littoral 2024

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

le Mardi et Vendredi

sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE

Marquise	Calais		
Lundi	Mardi	Vendredi	
1 Féié	2 APA* Renforcement sur chaise 9h30 – 11h30	5 Reiki (rdv individuel) 9h30 – 12h	Hypnose 14h-16h
8 Yoga 10h -11h30 Salle des Castors	9 Socio- esthétique (rdv individuel) 10h-12h	12 Yoga 10h -11h30	APA* pilates 14h – 16h
15 APA* renfo sur chaise 9h – 11h Salle des Castors	16 Sophrologie 10h– 11h30	19 APA* Pilates 9h30 – 11h30	Art Thérapie 14h – 16h
22 Socio- esthétique Rituel beauté du printemps 10h-11h30 Maison Citoyenne	23 APA* renfo bas du corps 9h30 – 11h30	26 Yoga 10h -11h30	Socio- esthétique Mes huiles précieuses 14h-15h30
29 Sophrologie 14h– 15h	30 Diététique 14h – 16h	Réflexologie (rdv individuel) 10h-12h	*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
sur rendez-vous uniquement

ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE

BERCK - Mercredi :	MONTREUIL – Vendredi
<p>3</p> <p>Diététique 9h30 – 11h30</p> <p>Socio-esthétique <i>(Mes huiles Précieuses)</i> 14h – 15h30</p>	<p>5</p> <p>APA (Activité physique Adaptée) 9h30 - 11h30</p>
<p>10</p> <p>Réflexologie <i>(Rdv Individuel)</i> 9h30-11h45</p> <p>APA (Activité physique Adaptée) 14h – 16h</p>	<p>12</p> <p>Yoga 10h-11h30</p>
<p>17</p> <p>APA (Activité physique Adaptée) 9h30 – 11h30</p> <p>Yoga 14h – 15h30</p>	<p>19</p> <p>Socio-esthétique <i>(RDV Individuel)</i> 10h – 11h30</p>
<p>24</p>	<p>26</p> <p>Sophrologie 10h – 11h</p>





Avril
2024

Espace Ressources
Cancers Littoral

**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

ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE

Desvres , Maison Intercommunale pour Tous : Jeudi

4

Réflexologie
(rdv individuel)
10h-11h30

11

Socio-esthétique
(RDV Individuel)
10h – 11h30

18

Sophrologie
10h – 11h

25

APA (Activité physique Adaptée)
9h30 - 11h30



ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE



Avril
2024

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 :

Mairie 23 Place Foch Rez de
jardin
le Lundi
sur rendez-vous uniquement

Vielle Eglise

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



GUÎNES, - Lundi :		VIEILLE Eglise : Ecopôle-- Jeudi	
1 Férié		4 Qi Gong 10h-11h	
8 APA (Activité physique Adaptée) <i>Renforcement sur chaise + marche</i> 9h30 – 11h30		11 APA (Activité physique Adaptée) <i>Renforcement sur chaise + marche</i> 14h – 16h	
15 Socio-esthétique <i>(J'adapte mes produits cosmétiques)</i> 10h-11h30		18 Socio-esthétique <i>(Mon rituel beauté, bonne mine du printemps)</i> 10h-11h30	
22 Sophrologie 10h– 11h		25 Sophrologie 10h–11h30	
8 Diététique 14h – 16h		11 Diététique 14h – 16h	