

Planning des soins de support ERC Saint-Omer Mai 2024



Soins de support GRATUITS pour les personnes inscrites
Espace Ressources Cancérs : 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	VENDREDI 3	
Renforcement musculaire 14h00 à 15h00		Sophrologie 9h00 à 10h00		FÉRIÉ		APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 9h50 10h00 à 10h50	
LUNDI 13		MARDI 14		MERCREDI 8	JEUDI 9	VENDREDI 10	
Renforcement musculaire 14h00 à 15h00		Sophrologie 9h00 à 10h00		FÉRIÉ		FERMÉ	
		Rdv diététique individuel Le matin sur rendez-vous					
		Atelier nutrition "Proposition et préparation du pique-nique de la fête de la santé" 14h00 à 16h00		RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE Le matin sur rendez-vous		PERMANENCE COORDINATRICE Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	
LUNDI 20		MARDI 21		MERCREDI 15	JEUDI 16	VENDREDI 17	
FÉRIÉ		Sophrologie 9h00 à 10h00		Soutien psychologique Le matin sur rendez-vous		APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 9h50 10h00 à 10h50	
						Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	
LUNDI 27		MARDI 28		MERCREDI 22	JEUDI 23	VENDREDI 24	
Renforcement musculaire 14h00 à 15h00		Sophrologie 9h00 à 10h00		Atelier socio esthétique "Soin du visage : préparer sa peau pour l'été" 14h00 à 16h00		APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 9h50 10h00 à 10h50	
						PERMANENCE COORDINATRICE Atelier socio esthétique "Nouage de foulards" 14h00 à 16h00 Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	
LUNDI 27		MARDI 28		MERCREDI 29	JEUDI 30	VENDREDI 31	
Renforcement musculaire 14h00 à 15h00		Sophrologie 9h00 à 10h00		Atelier socio esthétique "Soin du visage : préparer sa peau pour l'été" 14h00 à 16h00		APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 9h50 10h00 à 10h50	
						PERMANENCE COORDINATRICE Réflexologie plantaire L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	

Retrouvez-nous sur notre site internet : espacesantedulittoral.org