

Planning des soins de support ERC Saint-Omer Janvier 2025



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



MERCREDI 1		JEUDI 2		VENDREDI 3	
FÉRIÉ					
LUNDI 6		MARDI 7		VENDREDI 10	
Sophrologie 10h30 à 11h30 Renforcement musculaire 14h00 à 15h00		Atelier socio esthétique "Colorimétrie : quels sont les couleurs qui vous mettent en valeur ?" 14h00 à 16h00		Permanence coordinatrice Réflexologie plantaire Le matin sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	
LUNDI 13		MARDI 14		VENDREDI 17	
Sophrologie 10h30 à 11h30 Renforcement musculaire 14h00 à 15h00				Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00	
LUNDI 20		MARDI 21		VENDREDI 24	
Renforcement musculaire 14h00 à 15h00				Permanence coordinatrice Réflexologie plantaire L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	
LUNDI 27		MARDI 28		VENDREDI 31	
Sophrologie 10h30 à 11h30 Renforcement musculaire 14h00 à 15h00		Rdv diététique individuel Le matin sur rendez-vous Atelier nutrition "Composition de menus équilibrés" 14h00 à 16h00		Permanence coordinatrice Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	

Retrouvez-nous sur notre site internet : espacesantedulittoral.org