



Mai
2025

*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

Boulogne-sur-mer :

3 place Navarin
du Lundi au vendredi – samedi matin
sur rendez-vous uniquement

Le Portel :

Le Chaudron, salle Emile Libert, Rue
Georges Honoré

Le mardi

sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS - Espace Ressources Cancers Littoral – INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Boulogne	Le Portel	Boulogne	Boulogne
Lundi :	Mardi :	Jeudi :	Samedi
		1 Férié	3 Yoga 10h – 11h30
5 Yoga 10h – 11h30	6 Socio-esthétique <i>(Beauté des pieds)</i> 10h - 11h30	8 Férié	10
12 Tricot 9h30-11h30 Diététique 9h30 – 11h30	13 APA* (Renfo en duo) 9h - 11h Sophrologie (collectif) 11h-12h	15 Yoga 16h30 – 18h	17 APA* <i>(Marche 1h)</i> 9h - 11h
19 APA* (Renforcement sur chaise) 9h - 12h Réflexologie (individuel) 10h – 12h Diététique 14h – 16h	20 Yoga 14h – 15h30	22 Sophrologie (rdv individuel) 9h – 10h30 Sophrologie (collectif) 10h30-12h APA* (Renfo bas du corps) 13h - 16h	24 Socio-esthétique (Conseil en image/colorimétrie) 10h-11h30
26 SOUTIEN Psychologique (rdv individuel) 9h30- 12h30 Socio-esthétique (individuel) 9h30-12h30 Réflexologie (rdv individuel) 14h – 16h	27 Réflexologie (rdv individuel) 10h – 12h	29 Férié	31

*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

Vielle Eglise

Ecopôle, 800 Rue du Pont d'Oye, Vielle
Eglise

le **Jeudi**

sur rendez-vous uniquement

Calais :

CPAM 35 rue Descartes

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

sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS – Espace Ressources Cancers Littoral - INSCRIPTION OBLIGATOIR

VIEILLE Eglise : Ecopôle–Jeudi	Calais	
	Mardi	Vendredi
1 Férié		2 Yoga 10h -11h30
8 Férié	6 Réflexologie (rdv individuel) 10h – 12h	9 Diététique 14h – 16h
15 APA* (Renforcement sur chaise + marche) 14h – 16h	13 Socio-esthétique (rdv individuel) 10h-12h Socio-esthétique (Conseils maquillage et redessiner ses sourcils) 14h-15h30	16 Art Thérapie 9h30 – 11h30 APA* (Renforcement sur chaise) 13h – 16h
22 Diététique 14h – 16h	20 Sophrologie (rdv individuel) 9h – 10h30 Sophrologie 10h30 – 12h	23 APA* (Renforcement corps complet) 13h – 16h
29 Férié	27 Diététique (rdv individuel) 10h – 12h	30 Diététique 14h – 16h Yoga 10h -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

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 – Espace Ressources Cancers Littoral -
INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

BERCK - Mercredi :		MONTREUIL – Vendredi	
			2
7	APA (Activité physique Adaptée) 11h - 12h	Yoga 14h – 15h30	9
14	Sophrologie 9h30-10h30	APA (Activité physique Adaptée) 11h - 12h	16
21	APA (Activité physique Adaptée) 11h - 12h	Socio-esthétique (Soins du visage, prévoir petite serviette) 14h – 16h	23
28	APA (Activité physique Adaptée) 11h - 12h		30

**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, sur rendez-vous uniquement

Desvres:

Centre Social : Maison Intercommunale
pour tous

38 rue des Potiers

le Jeudi matin

sur rendez-vous uniquement

**ATELIERS GRATUITS – Espace Ressources Cancers Littoral –
INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

Marquise Lundi	Desvres , Maison Intercommunale pour Tous : Jeudi
	1 Férié
5 APA* <i>(Renforcement corps complet)</i> 9h – 11h Salle des Castors	8 Férié
12 Socio-esthétique <i>(rdv individuel, prévoir une serviette)</i> 9h30-11h30 Maison Citoyenne	15 APA* <i>(Renforcement Haut du corps)</i> 9h30 – 11h30
19 Sophrologie 10h30 – 11h30 Maison Citoyenne	22 APA* <i>(Renforcement Bas du corps)</i> 9h30 – 11h30
26 Yoga 10h-11h30 Salle des Castors	29 Férié
Diététique 14h – 16h Maison Citoyenne	

