

Planning des activités – Novembre 2025

Espace Ressources Cancers Arrageois – Sud Artois
3S Scarpe Sensée Services – Place du Général de Gaulle
Ecoust-St-Mein



ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE Certificat médical obligatoire



Bouger ensemble – Pour renforcer son corps et son énergie
Le 5, 12, 19 et 26 novembre de 9h à 10h

Avec Quentin

DIÉTÉTIQUE



Bien dans son assiette, allier plaisir et santé
24 novembre 2025 de 10h à 12h

Avec Charlène

SUIVI PSYCHOLOGIQUE



Séance individuelle sur rendez-vous

**Séances limitées*

Avec Sonia

SOCIO-ESTHÉTIQUE



Création baume réparateur pour les lèvres
6 novembre 2025 de 14h à 16h

Avec Lydie

Et aussi groupe de parole, café rencontre,
sophrologie... à la Ligue Contre le Cancer 62

JE(U)X STIMULE MA MÉMOIRE



Pour stimuler sa mémoire et sa concentration
10 novembre 2025 de 14h à 16h

Avec Marion

Inscription **OBLIGATOIRE**
auprès de **SANDRA**

erc.arrageois@santelys.fr

Prévenir 24h à l'avance dans la mesure du possible pour les
inscriptions et annulations

En présentiel ou en visioconférence

