

Planning des soins de support ERC Saint-Omer Octobre 2025



Soins de support GRATUITS pour les personnes inscrites
Espace Ressources Cancers : 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	
		Réflexologie plantaire Le matin sur rendez-vous		APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 11h00 à 12h00	
		Atelier bien-être 13h30 à 15h00	NOUVEAU		
LUNDI 6		MERCREDI 8		VENDREDI 10	
Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45		<u>Permanence coordinatrice</u> Atelier mémoire 10h00 à 11h30 Moment de convivialité 13h30 à 16h30		APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 11h00 à 12h00	
LUNDI 13		MERCREDI 15		VENDREDI 17	
Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45		<u>Permanence coordinatrice l'après-midi</u>		APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 11h00 à 12h00 Soutien Psychologique Sur rendez-vous	
LUNDI 20		MERCREDI 22		VENDREDI 24	
Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45		Atelier socio esthétique "Soin du visage" 14h00 à 16h00		APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 11h00 à 12h00	
			Permanence coordinatrice l'après-midi Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30		
LUNDI 27		MERCREDI 29		VENDREDI 31	
Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45		Sophrologie 9h00 à 10h00		APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 11h00 à 12h00	
			Réflexologie plantaire Le matin sur rendez-vous		

Retrouvez-nous sur notre site internet : espacesantedulittoral.org