

Planning des activités – Novembre 2025

Espace Ressources Cancers Arrageois – Campagnes de l'Artois
Marie de Saulty, 14 place Publique – SAULTY



ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Bouger ensemble, pour renforcer son corps et son énergie
5, 12, 19 et 26 novembre 2025 de 14h à 15h

⚠ Certificat de non-contre-indication obligatoire

Avec Arthur



SUIVI PSYCHOLOGIQUE

Séance individuelle sur rendez-vous

*Séances limitées

Avec Élodie



SOPHROLOGIE

Hors du stress, pour retrouver calme et bien-être

21 novembre - de 14h30 à 16h

Avec Sixtine



JE(U)X STIMULE MA MÉMOIRE

Pour stimuler sa mémoire et sa concentration
Jeudi 6 novembre 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

SOCIO-ESTHÉTIQUE

Maquillage bonne mine

13 novembre de 14h30 à 16h15

Avec Corinne



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

