Planning des activités - Novembre 2025

Espace Ressources Cancers Arrageois-Osartis-Marquion



SOPHROLOGIE

▲ SALLE PIERRE MOREAU -MAIRIE DE BREBIERES

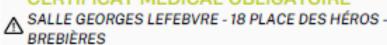
Sophrologie en collectif, pour cultiver sérénité, partage et autonomie

19 novembre 2025 - de 14h à 15h30

Avec Caroline

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

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE CERTIFICAT MÉDICAL OBLIGATOIRE



Bouger ensemble – Pour renforcer son corps et son énergie 3, 10, 17 et 24 novembre 2025 de 14h à 15h

Avec Quentin

DIÉTÉTIQUE

46 RUE DU GROUPE LORRAINE RÉSIDENCE SIQUIDGARE, ⚠ ENTRÉE À DROITE

Bien dans son assiette, allier plaisir et santé

14 novembre 2025 de 10h à 12h

Avec Aurélie

SUIVI PSYCHOLOGIOUE

Séance individuelle sur rendez-vous

*Séances limitées

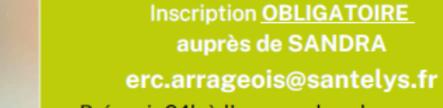
Avec Virginie











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

En présentiel ou en visioconférence



A BREBIÈRES

Pour stimuler sa mémoire et sa concentration

10 novembre 2025 de 10h à 12h

Avec Marion















