

Planning des soins de support ERC Saint-Omer Avril 2026



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
				APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00
LUNDI 6	MARDI 7	MERCREDI 8	JEUDI 9	VENDREDI 10
FÉRIÉ			<u>Permanence coordinatrice</u> Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 Soutien Psychologique L'après-midi sur rendez-vous
LUNDI 13	MARDI 14	MERCREDI 15	JEUDI 16	VENDREDI 17
Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45	Atelier socio esthétique "Préparer sa peau au soleil" 14h00 à 16h00		Réflexologie plantaire Le matin sur rendez-vous	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00
LUNDI 20	MARDI 21	MERCREDI 22	JEUDI 23	VENDREDI 24
Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45	Sophrologie 9h00 à 10h00 Atelier "Entre Nous" "Mieux comprendre et vivre ses émotions" 14h00 à 15h30		<u>Permanence coordinatrice</u> Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00
LUNDI 27	MARDI 28	MERCREDI 29	JEUDI 30	
Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45	Sophrologie 9h00 à 10h00	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00	<u>Permanence coordinatrice</u> Réflexologie plantaire L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	

Retrouvez-nous sur notre site internet : espacesantedulittoral.org