

Planning des activités - JANVIER 2025

Espace Ressources Cancers Arrageois - Ternois

MSP Léonard de Vinci - 176 rue d'Hesdin - 62130 GAUCHIN-VERLOINGT



SOPHROLOGIE



9 janvier 2025 - de 14h à 15h30

Avec Emmanuelle

ART THERAPIE



10 janvier 2025 de 14h à 16h

HYPNO RELAXATION

24 janvier 2025 de 14h à 16h

Avec Hélène

DIÉTÉTIQUE



15 janvier 2025 de 15h à 17h

Avec Apolline

Je(ux) stimule ma mémoire !



Costaud Cortex

7 janvier 2025 de 10h à 12h

Avec Marion

CARDIO TRAINING ADAPTÉ



Certificat médical obligatoire

6 janvier 2025 - Groupe 1 : 13h30 - Groupe 2 : 14h30

13 janvier 2025 - Groupe 1 : 13h30 - Groupe 2: 14h30

20 janvier 2025 - Groupe 1 : 13h30 - Groupe 2: 14h30

29 janvier 2025 - Groupe 1 : 13h30 - Groupe 2: 14h30

Avec Stéphanie

SUIVI PSYCHOLOGIQUE



Séance individuelle sur rendez-vous

Avec Virginie

SOCIO-ESTHÉTIQUE



16 janvier 2025 de 14h à 16h

23 janvier 2025 de 14h à 16h

Thématique : conseils pour l'utilisation des produits cosmétiques. Ramener ses produits : crème, gommage...

Avec Audrey

Inscription sur l'une des deux dates

Inscription **OBLIGATOIRE**

auprès de **SANDRA**

NOUVEAU

06 80 57 71 59

erc.arrageois@santelys.fr

En présentiel ou en visioconférence

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



Avec le soutien financier de

