

# Planning des activités - MARS 2025

Espace Ressources Cancers Arrageois- Osartis-Marquion

Pour les séances APA : Salle Georges Lefebvre - 18 place des Héros - 62117 BREBIÈRES

Pour tous les autres ateliers\* : 46 rue du Groupe Lorraine Résidence Siquidgare, entrée à droite.



## SOCIO-ESTHÉTIQUE\*

Auto massage et relaxation  
13 mars 2025 de 10h à 12h



Avec Peggy

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE ADAPTÉ CERTIFICAT MÉDICAL OBLIGATOIRE

⚠ SALLE GEORGES LEFEBVRE - 18 PLACE DES HÉROS - 62117  
BREBIÈRES

3 mars 2025 de 14h à 15h  
10 mars 2025 de 14h à 15h  
17 mars 2025 de 14h à 15h  
24 mars 2025 de 14h à 15h  
31 mars 2025 de 14h à 15h

Avec Quentin



## DIÉTÉTIQUE\*



28 mars 2025 de 10h à 12h

Séance individuelle sur rendez-vous  
Avec Aurélie

## SOPHROLOGIE\*

Ramener son tapis  
26 mars 2025 - de 14h à 15h30

Avec Caroline



## SUIVI PSYCHOLOGIQUE

Séance individuelle sur rendez-vous

Avec Virginie



Inscription OBLIGATOIRE

auprès de SANDRA

06 80 57 71 59

[erc.arrageois@santelys.fr](mailto: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

