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











SALLE GEORGES LEFEBVRE - 18 PLACE DES HÉROS A BREBIÈRES

Pour stimuler sa mémoire et sa concentration

10 novembre 2025 de 10h à 12h

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

















Espace Ressources Cancers Arrageois - Ternois MSP Léonard de Vinci - 176 rue d'Hesdin - GAUCHIN-VERLOINGT



SOPHROLOGIE

Sophrologie en collectif, pour cultiver sérénité, partage et autonomie

13 novembre 2025 - de 14h à 15h30

Avec Emmanuelle

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

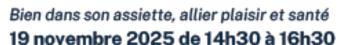
ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTÉE Certificat médical obligatoire



Bouger ensemble, pour renforcer son corps et son énergie jeudi 6, 20, 27 et vendredi 14 novembre 2025 de 14h30 à 15h30

Avec Alicia

DIÉTÉTIQUE





SUIVI PSYCHOLOGIQUE

Séance individuelle sur rendez-vous

*Séances limitées

Avec Virginie

ART THERAPIE

Un temps collectif, pour retrouver calme et ressources intérieures

07 novembre 2025 de 14h à 16h

Avec Hélène



JE(U)X STIMULE MA MÉMOIRE

Pour stimuler sa mémoire et sa concentration 6 novembre 2025 de 10h à 12h

Avec Marion



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

En présentiel ou en visioconférence





















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



SOCIO-ESTHÉTIQUE

Maquillage bonne mine 13 novembre de 14h30 à 16h15

Avec Corinne



SOPHROLOGIE

Avec Sixtine



Hors du stress, pour retrouver calme et bien-être

21 novembre - de 14h30 à 16h





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

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







Avec le soutien financier de









Espace Ressources Cancers Arrageois - Sud Artois 3S Scarpe Sensée Services - Place du Général de Gaulle Ecoust-St-Mein



ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE Certificat médical obligatoire



Bouger ensemble – Pour renforcer son corps et son énergie Le 5, 12, 19 et 26 novembre de 9h à 10h

Avec Quentin

DIÉTÉTIOUE



Bien dans son assiette, allier plaisir et santé 24 novembre 2025 de 10h à 12h

Avec Charlène

SOCIO-ESTHÉTIQUE



Création baume réparateur pour les lèvres 6 novembre 2025 de 14h à 16h

Avec Lydie



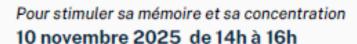


Séance individuelle sur rendez-vous *Séances limitées

Avec Sonia



JE(U)X STIMULE MA MÉMOIRE



Avec Marion



erc.arrageois@santelys.fr

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

En présentiel ou en visioconférence

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





















