

Planning des activités – MARS 2026

Espace Ressources Cancers Arrageois – Campagnes de l'Artois

Espace de Vie Sociale le Chatbot'Thé – 5, rue des Fleurs 62760 **MONDICOURT**



ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE



Bouger ensemble, pour renforcer son corps et son énergie
4, 11, 18 et 25 de 10h30 à 11h30

⚠ **Certificat de non-contre-indication obligatoire**

Avec Arthur

SUIVI PSYCHOLOGIQUE



Séance individuelle sur rendez-vous

**Séances limitées*

Avec Émilie

SOPHROLOGIE



Lâcher prise

27 Mars de 16h à 17h

Avec Sixtine

DIETETIQUE

Faisons connaissance

24 Mars de 14h à 16h

Avec Mathilde

SOCIO-ESTHÉTIQUE



Savoir lire les étiquettes des cosmétiques

19 Mars de 10h à 11h45

Avec Corinne

JE(U)X STIMULE MA MÉMOIRE



Pour stimuler sa mémoire et sa concentration

5 Mars 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

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

ACTION MARS BLEU DEPISTAGE CANCER COLORECTAL

Une marche est organisée par le Ch@tbot'thé
Retrouvez le stand de l'ERC Arrageois

21 Mars dès 14h

Avec Lesley



Avec le soutien financier de

