

Planning des activités – Mars 2026

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 4, 11, 18 et 25 mars 2026 de 9h à 10h

Avec Quentin

DIÉTÉTIQUE



Alimentation & traitements : les besoins spécifiques
19 mars 2026 de 11h à 12h30

Avec Linda

SUIVI PSYCHOLOGIQUE



Séance individuelle sur rendez-vous

**Séances limitées*

Avec Sonia

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

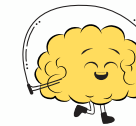
SOPHROLOGIE



19 mars 2026 de 9h30 à 10h30

Avec Linda

JE(U)X STIMULE MA MÉMOIRE



Pour stimuler sa mémoire et sa concentration
9 mars 2026 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

SOCIO-ESTHÉTIQUE



Soin du visage hydratant
26 mars 2026 de 14h à 16h

Avec Lydie



Avec le soutien financier de

