

Planning des activités - AVRIL 2026

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

17 avril 2026 - de 14h à 15h30

Avec Emmanuelle



NOUVEAU

DECOUVREZ LA LIGUE CONTRE LE CANCER DU 62

Réunion d'information pour découvrir les activités proposées
14 avril de 14h à 15h

Avec Lesley



ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTÉE

Certificat médical obligatoire

Bouger ensemble, pour renforcer son corps et son énergie

Les jeudis 2, 9, 16, 23 et 30 avril 2026 de 14h30 à 15h30

Avec Alicia



DIÉTÉTIQUE

Bien dans son assiette, allier plaisir et santé

8 avril 2026 de 14h à 16h

Avec Apolline



SUIVI PSYCHOLOGIQUE

Séance individuelle sur rendez-vous

*Séances limitées

Avec Virginie



HYPNO RELAXATION

Un temps collectif, pour retrouver calme et ressources intérieures

3 avril 2026 de 14h à 16h

Avec Hélène



SOCIO-ESTHÉTIQUE

Création de produits de bain/douche

28 avril 2026 de 10h à 12h

Avec Mélanie



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

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