

Planning des activités - JUIN 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

Mardi 16 juin 2026 - 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
Les jeudis 4, 11, 18 et 25 juin 2026 de 14h30 à 15h30

Avec Alicia

DIÉTÉTIQUE

Bien dans son assiette, allier plaisir et santé
Mercredi 24 juin 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

Vendredi 5 juin 2026 de 14h à 16h

Avec Hélène



SOCIO-ESTHÉTIQUE

Création crème visage

Mardi 23 juin 2026 de 10h à 12h

Avec Mélanie



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