

Planning des activités - NOVEMBRE 2024

Espace Ressources Cancers Arrageois - Ternois

MSP Léonard de Vinci - 176 rue d'Hesdin - 62130 GAUCHIN-VERLOINGT



SOPHROLOGIE

12 novembre 2024 - de 14h à 15h30

Avec Emmanuelle



ART THERAPIE

15 novembre 2024 de 14h à 16h

HYPNO RELAXATION

29 novembre 2024 de 14h à 16h

Avec Hélène



DIÉTÉTIQUE

19 novembre 2024 de 14h à 16h

Avec Apolline



Je(ux) stimule ma mémoire !

Mémoire en mouvement

19 novembre 2024 de 10h à 12h

Avec Marion

CARDIO TRAINING ADAPTÉ

Certificat médical obligatoire

4 novembre 2024 - Groupe 1 : 13h30 - Groupe 2 : 14h30

13 novembre 2024 - Groupe 1 : 13h30 - Groupe 2: 14h30

18 novembre 2024 - Groupe 1 : 13h30 - Groupe 2: 14h30

27 novembre 2024 - Groupe 1 : 13h30 - Groupe 2: 14h30

Avec Stéphanie



SUIVI PSYCHOLOGIQUE

Séance individuelle sur rendez-vous

Avec Virginie



SOCIO-ESTHÉTIQUE

7 novembre 2024 de 14h à 16h

21 novembre 2024 de 14h à 16h

Thématique : morphotype

Avec Audrey

Inscription sur l'une des deux dates



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

Inscription **OBLIGATOIRE**

auprès de Lesley MARQUIS

06 12 70 79 70

lmarquis@santelys.fr

En présentiel ou en visioconférence



Avec le soutien financier de



Planning des activités – NOVEMBRE 2024

Espace Ressources Cancers Santélys – Sud Artois

3S SCARPE SENSÉE SERVICES – Place du Général de Gaulle – 62128 ECOUST-SAINT-MEIN



SOCIO-ESTHÉTIQUE



13 novembre 2024 de 14h à 16h

Avec Caroline

DIÉTÉTIQUE



18 novembre 2024 de 10h à 12h

Avec Charlène

SUIVI PSYCHOLOGIQUE



Séance individuelle sur rendez-vous

Avec Sonia

SOPHROLOGIE



4 novembre 2024 de 10h à 11h

Avec Lucile

JE(UX) STIMULE MA MÉMOIRE !

Mémoire en mouvement

20 novembre 2024 de 14h à 16h

Avec Marion

RÉFLEXOLOGIE

Séance individuelle sur rendez-vous

Avec Vanessa

RENFORCEMENT MUSCULAIRE ADAPTE

Certificat médical obligatoire



6 novembre de 9h à 10h

13 novembre de 9h à 10h

20 novembre de 9h à 10h

27 novembre de 9h à 10h

Avec Quentin

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

Inscription **OBLIGATOIRE**
auprès de Lesley MARQUIS

06 12 70 79 70

lmarquis@santelys.fr

En présentiel ou en visioconférence



Avec le soutien financier de



Planning des activités - NOVEMBRE 2024

Espace Ressources Cancers Arrageois- Osartis-Marquion
Salle Georges Lefebvre - 18 place des Héros - 62117 BREBIÈRES



SOCIO-ESTHÉTIQUE

Soin des pieds
25 novembre 2024 de 10h à 12h

Avec Peggy



RENFORCEMENT MUSCULAIRE ADAPTÉ CERTIFICAT MÉDICAL OBLIGATOIRE

4 novembre 2024 de 14h à 15h
18 novembre 2024 de 14h à 15h
25 novembre 2024 de 14h à 15h

Avec Quentin



DIÉTÉTIQUE

8 Novembre 2024 de 10h30 à 11h30

Séance individuelle sur rendez-vous
Avec Isabelle



SOPHROLOGIE

Ramener son tapis
13 novembre 2024 - de 14h à 15h30

Avec Caroline



SUIVI PSYCHOLOGIQUE

Séance individuelle sur rendez-vous

Avec Virginie



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

JE(UX) STIMULE MA MÉMOIRE !

Mémoire en mouvement

20 novembre 2024 de 10h à 12h

Avec Marion



Inscriptions auprès de Lesley MARQUIS

06 12 70 79 70

lmarquis@santelys.fr

Participation aux séances collectives sur inscription
En présentiel ou en visioconférence



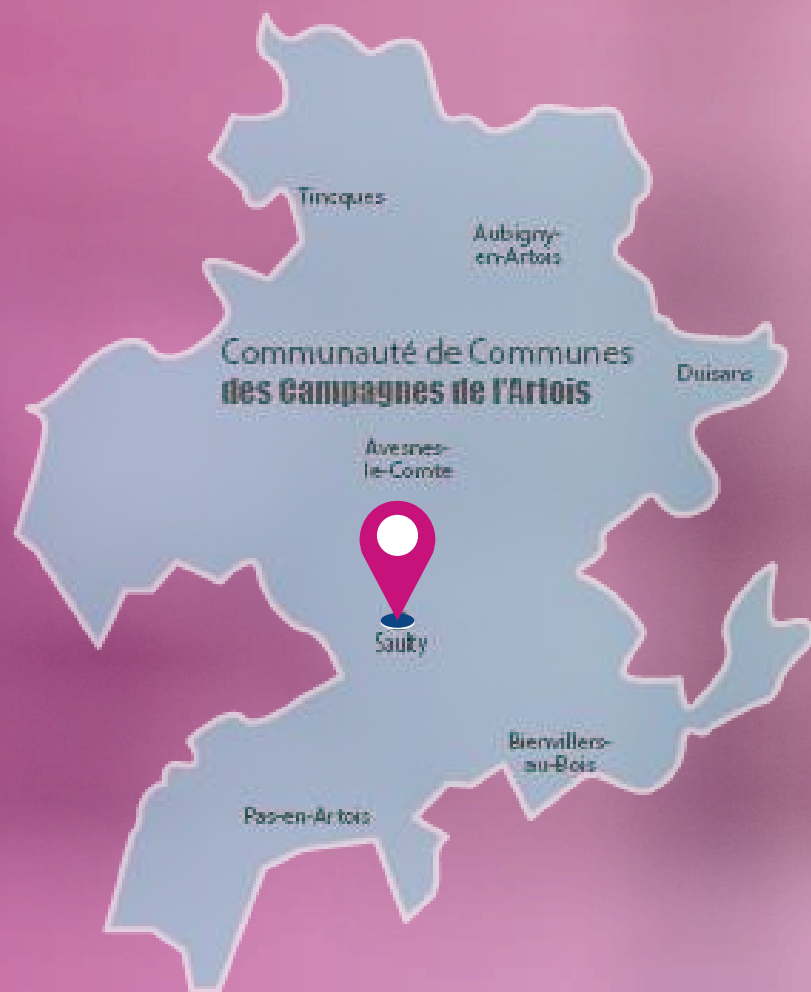
Avec le soutien financier de



Planning des activités - NOVEMBRE 2024

Espace Ressources Cancers Arrageois - Campagnes de l'Artois

Marie de Saulty, 14 place Publique - 62158 SAULTY



DIÉTÉTIQUE

Jeudi 14 novembre 2024 - de 10h à 12h

Avec Apolline



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

SOPHROLOGIE

Favoriser la patience
Ramener son tapis

Vendredi 15 novembre 2024 - de 14h à 15h30

Avec Sixtine



MARCHE/MARCHE NORDIQUE

Mardi 5 novembre 2024 à 17h30 à 18h30

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Mardi 12 novembre 2024 à 17h30 à 18h30

GYM DOUCE

Mardi 19 novembre 2024 à 17h30 à 18h30

CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE

Avec Aurélie



SUIVI PSYCHOLOGIQUE

Séance individuelle sur rendez-vous

Avec Élodie



JE(UX) STIMULE MA MÉMOIRE !

Mémoire en mouvement

Mardi 19 novembre 2024 de 14h à 16h

Avec Marion

SOCIO-ESTHÉTIQUE

Soin des mains et des ongles

Jeudi 7 novembre - de 10h à 11h45

Avec Corinne



Inscription **OBLIGATOIRE**
auprès de Lesley MARQUIS

06 12 70 79 70

lmarquis@santelys.fr

En présentiel ou en visioconférence

