

Planning des soins de support ERC Saint-Omer Mai 2026



Soins de support GRATUITS pour les personnes inscrites
Espace Ressources Cancers : Quartier Foch, Rue du quartier de la Cavalerie
62500 Saint-Omer
Inscription à l'ERC par Téléphone 07 50 06 73 60 ou 03.28.66.34.73
par mail : espaceressourcecancer@esl-asso.fr



LUNDI 4	MARDI 5	MERCREDI 6	JEUDI 7	VENDREDI 8
Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45	Sophrologie 9h00 à 10h00 Atelier socio esthétique "Prendre soin de ses pieds" <i>Prendre grande serviette et claquettes</i> 14h00 à 16h00	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00	Permanence coordinatrice Réflexologie plantaire Le matin sur rendez-vous	FÉRIÉ
LUNDI 11	MARDI 12	MERCREDI 13	JEUDI 14	VENDREDI 15
Permanence coordinatrice Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45	Sophrologie 9h00 à 10h00	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous	FÉRIÉ	FERMÉ
LUNDI 18	MARDI 19	MERCREDI 20	JEUDI 21	VENDREDI 22
Atelier nutrition "Les idées reçues, les questions que vous vous posez" 9h30 à 11h30 Renforcement musculaire 13h45 à 14h45 14h45 à 15h45 Rdv diététique individuel L'après-midi sur rendez-vous	Sophrologie 9h00 à 10h00	(Empty cell)	Permanence coordinatrice Réflexologie plantaire L'après-midi sur rendez-vous Atelier mémoire 10h00 à 12h00	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 Soutien Psychologique L'après-midi sur rendez-vous
LUNDI 25	MARDI 26	MERCREDI 27	JEUDI 28	VENDREDI 29
FÉRIÉ	Sophrologie 9h00 à 10h00	(Empty cell)	Permanence coordinatrice Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 Atelier "Entre Nous" "Après les traitements : construire la suite" 14h00 à 15h30

Retrouvez-nous sur notre site internet : espacesantedulittoral.org