

**ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE**

Juillet

2024



**Espace Ressources  
Cancers Littoral**

**Contacts pour inscriptions  
aux ateliers :**

**Coordonnatrices :**

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

[erc.littoral@gmail.com](mailto:erc.littoral@gmail.com)

03. 21. 99. 34. 66

**Boulogne-sur-mer :**

3 place Navarin  
du **Lundi** au **vendredi** et  
le **samedi matin**  
**sur rendez-vous**

**Le Portel :**

Le Chaudron, salle Emile Libert, Rue  
Georges Honoré  
**sur rendez-vous uniquement**

Boulogne	Le Portel	Boulogne	Boulogne
Lundi :	Mardi :	Jeudi :	Samedi
<p>1</p> <p><b>APA*</b> <b>Café Santé</b> (Haut du corps) 14h – 16h 9h – 12h</p>	<p>2</p> <p><b>Sophrologie</b> 10h – 11h30</p>	<p>4</p> <p><b>Hypnose</b> <b>Réflexologie</b> 9h30-11h30 (rdv individuel) 14h-16h</p>	<p>6</p> <p><b>APA*</b> (Marche) 10h - 12h</p>
<p>8</p> <p><b>Yoga</b> <b>Diététique</b> 10h – 11h30 14h – 16h</p>	<p>9</p> <p><b>APA*</b> (Bas du corps + marche) 14h – 16h</p>	<p>11</p> <p><b>Reiki</b> <b>Socio-esthétique</b> 9h30 – 12h (rdv individuel) 14h - 16h</p>	<p>13</p> <p><b>Socio-esthétique</b> (Soin détente massage des pieds) 10h - 11h30</p>
<p>15</p> <p><b>SOUTIEN Psychologique (individuel)</b> 8h45- 12h30</p>	<p>16</p> <p><b>Yoga</b> 14h - 15h30</p>	<p>18</p> <p><b>Sophrologie</b> 14h – 15h30</p>	<p>20</p> <p><b>Yoga</b> 10h – 11h30</p>
<p>22</p> <p><b>APA*</b> (Pilates) 9h – 11h</p>	<p>23</p>	<p>25</p> <p><b>Yoga</b> 14h30 – 16h</p>	<p>27</p>
<p>29</p> <p><b>Réflexologie</b> <b>Diététique</b> (rdv individuel) 14h – 16h 10h-12h</p>	<p>30</p> <p><b>APA*</b> (Corps complet + marche) 9h - 11h</p>	<p><b>*APA activité Physique Adaptée</b></p>	





Juillet

Espace Ressources  
Cancers Littoral 2024

**Contacts pour inscriptions  
aux ateliers :**

**Coordonnatrices :**

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

[erc.littoral@gmail.com](mailto:erc.littoral@gmail.com)

03. 21. 99. 34. 66

**Marquise :**

Salle des Castors et Maison  
Citoyenne, 28 Cité des HLM,  
le lundi

**Calais :**

CPAM 35 rue Descartes

le Mardi et Vendredi

**sur rendez-vous uniquement**



**ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE**

Marquise	Calais	
Lundi	Mardi	Vendredi
<p>1</p> <p><b>Yoga</b> 14h30 -16h Salle des Castors</p>	<p>2</p> <p><b>Café Santé</b>    <b>Diététique</b> 9h30 – 11h30    14h – 16h</p>	<p>5</p> <p><b>APA*</b> <i>(Bas corps)</i> 9h30 – 11h30</p> <p><b>Art Thérapie</b> 14h – 16h</p>
<p>8</p> <p><b>Socio-esthétique</b> <i>(Rdv individuel)</i> 10h-11h30 Maison Citoyenne</p> <p><b>Diététique</b> 14h – 16h Maison Citoyenne</p>	<p>9</p> <p><b>APA*</b> <i>(Marche 2h)</i> 9h15 – 12h15</p>	<p>12</p> <p><b>Yoga</b> 10h -11h30</p> <p><b>Socio-esthétique</b> <i>(RDV Individuel)</i> 14h – 16h</p> <p><b>Hypnose</b> 14h-16h</p>
<p>15</p>	<p>16</p> <p><b>Socio-esthétique</b> <i>(Mes eaux florales adaptées)</i> 10h-11h30</p>	<p>19</p> <p><b>Sophrologie</b> 10h– 11h30</p>
<p>22</p>	<p>23</p> <p><b>APA*</b> <i>(Pilates)</i> 9h30 – 11h30</p>	<p>26</p> <p><b>Yoga</b> 10h -11h30</p>
<p>29</p> <p><b>APA*</b> <i>(Bas corps + marche)</i> 9h – 11h Salle des Castors</p>	<p>30</p> <p><b>Diététique</b> 14h – 16h</p>	<p><b>*APA activité Physique Adaptée</b></p>

Contacts pour inscriptions  
aux ateliers :

**Coordonnatrices :**

Florence Lanoy 06.19.10.15.83  
 Caroline Petitpré 06.19.10.15.01  
[erc.littoral@gmail.com](mailto:erc.littoral@gmail.com)  
 03. 21. 99. 34. 66

**Berck :**

2 Rond –Point du Cottage des  
 Dunes  
 le Mercredi  
sur rendez-vous uniquement

**Montreuil :**

29 rue du Thorin  
 le Vendredi  
sur rendez-vous uniquement



**ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE**

<b>BERCK - Mercredi :</b>	<b>MONTREUIL – Vendredi</b>
<p><b>3</b></p> <p><b>APA (Activité physique Adaptée)</b> 9h30 – 11h30</p>	<p><b>5</b></p> <p><b>APA (Activité physique Adaptée)</b> 9h30 - 11h30</p>
<p><b>10</b></p> <p><b>Réflexologie</b> (Rdv Individuel) 9h30-11h45</p> <p><b>Yoga</b> 14h – 15h30</p>	<p><b>12</b></p> <p><b>Sophrologie</b> 10h – 11h</p>
<p><b>17</b></p> <p><b>Diététique</b> 9h30 – 11h30</p> <p><b>Socio-esthétique</b> (Poudre Bonne mine et conseils maquillage) 14h – 15h30</p>	<p><b>19</b></p> <p><b>Socio-esthétique</b> (Haut en couleur, conseils en image et maquillage) 10h – 11h30</p>
<p><b>24</b></p> <p><b>Sophrologie</b> 10h – 11h</p>	<p><b>26</b></p>
<p><b>31</b></p> <p><b>APA (Activité physique Adaptée)</b> 9h30 – 11h30</p>	



Juillet

2024

Espace Ressources  
Cancers Littoral

Contacts pour inscriptions  
aux ateliers :

**Coordonnatrices :**

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

[erc.littoral@gmail.com](mailto:erc.littoral@gmail.com)

03. 21. 99. 34. 66

## Desvres:

Centre Social : Maison  
Intercommunale pour tous

38 rue des Potiers

le Jeudi matin

sur rendez-vous uniquement

**ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE**

**Desvres , Maison Intercommunale pour Tous : Jeudi**

4

**Réflexologie**

*(rdv individuel)*

10h-11h30

11

**APA (Activité physique Adaptée)**

9h30 - 11h30

18

**Sophrologie**

10h – 11h

25





Juillet

2024

**Contacts pour inscriptions  
aux ateliers :**

**Coordonnatrices :**

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

[erc.littoral@gmail.com](mailto:erc.littoral@gmail.com)

03. 21. 99. 34. 66

**Guînes :**

Mairie 23 Place Foch Rez de  
jardin

le Lundi

sur rendez-vous uniquement

**Vieille Eglise**

Ecopôle, 800 Rue du Pont d'Oye, Vieille  
Eglise

le Jedi

sur rendez-vous uniquement



**ATELIERS GRATUITS - INSCRIPTION PREALABLE OBLIGATOIRE**

<b>GUÎNES, - Lundi :</b>	<b>VIEILLE Eglise : Ecopôle- Jedi</b>
<p><b>1</b> <b>Reiki</b> <i>(rdv individuel)</i> 10h-11h30</p>	<p><b>4</b> <b>Diététique</b> 14h – 16h</p>
<p><b>8</b> <b>APA (Activité physique Adaptée)</b> <i>(Bas du corps + marche)</i> 9h30 – 11h30</p>	<p><b>11</b> <b>Socio-esthétique</b> <i>(Soin détente et massage des pieds)</i> 10h-11h30</p> <p><b>Sophrologie</b> 14h-15h30</p>
<p><b>15</b></p>	<p><b>18</b> <b>Diététique</b> 14h – 16h</p>
<p><b>22</b></p>	<p><b>25</b> <b>APA (Activité physique Adaptée)</b> <i>(Bas du corps + marche)</i> 9h30 – 11h30</p>
<p><b>29</b> <b>Diététique</b> 14h – 16h</p>	