

Planning des soins de support ERC Saint-Omer Novembre 2024



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



VENREDI 1



FÉRIÉ

LUNDI 4	MARDI 5	MERCREDI 6	JEUDI 7	VENREDI 8
Renforcement musculaire 14h00 à 15h00	Sophrologie 9h00 à 10h00		<u>Permanence coordinatrice</u> 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 Rdv diététique individuel Le matin sur rendez-vous Atelier nutrition "Bien s'alimenter et gerer les symptômes pendant les traitements" 14h00 à 16h00
LUNDI 11	MARDI 12	MERCREDI 13	JEUDI 14	VENREDI 15
FÉRIÉ	Sophrologie 9h00 à 10h00 Atelier socio esthétique "Soin du visage" 14h00 à 16h00	Réflexologie plantaire Le matin sur rendez-vous	<u>Permanence coordinatrice le matin</u>	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00
LUNDI 18	MARDI 19	MERCREDI 20	JEUDI 21	VENREDI 22
Renforcement musculaire 14h00 à 15h00			<u>Permanence coordinatrice</u> Réflexologie plantaire L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00
LUNDI 25	MARDI 26	MERCREDI 27	JEUDI 28	VENREDI 29
Renforcement musculaire 14h00 à 15h00	Sophrologie 9h00 à 10h00		Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous	<u>Permanence coordinatrice</u> APA (Activité Physique Adaptée) 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 Soutien Psychologique 13h00 à 14h00 Groupe de parole 14h00 à 16h00

Retrouvez-nous sur notre site internet : espacesantedulittoral.org