

# Planning des activités - JANVIER 2025

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



## SOCIO-ESTHÉTIQUE

Beauté des mains  
16 janvier 2025 de 10h à 12h

Avec Peggy



## RENFORCEMENT MUSCULAIRE ADAPTÉ CERTIFICAT MÉDICAL OBLIGATOIRE

6 janvier 2025 de 14h à 15h  
13 janvier 2025 de 14h à 15h  
20 janvier 2025 de 14h à 15h  
27 janvier 2025 de 14h à 15h

Avec Quentin



## JE(UX) STIMULE MA MÉMOIRE !

Costaux Cortex  
8 janvier 2025 de 10h à 12h

Avec Marion

## DIÉTÉTIQUE

A la (re)découverte des 5 sens  
24 janvier 2025 de 10h à 12h

Séance individuelle sur rendez-vous  
Avec Aurélie



## SOPHROLOGIE

Ramener son tapis  
22 janvier 2025 - 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

Inscription OBLIGATOIRE  
auprès de SANDRA  
06 80 57 71 59  
erc.arrageois@santelys.fr

NOUVEAU

En présentiel ou en visioconférence



Avec le soutien financier de

