

# Planning des soins de support ERC Saint-Omer Avril 2025



**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](mailto:espaceressourcecancer@esl-asso.fr)**



MARDI 1	MERCREDI 2	JEUDI 3	VENDREDI 4
			<b>APA (Activité Physique Adaptée)</b> 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00
LUNDI 7	MARDI 8	MERCREDI 9	VENDREDI 11
<b>Renforcement musculaire</b> 14h00 à 15h00		<b>Réflexologie plantaire</b> Le matin sur rendez-vous	<b>Permanence coordinatrice</b> Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30
			<b>APA (Activité Physique Adaptée)</b> 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 Soutien Psychologique Sur rendez-vous
LUNDI 14	MARDI 15	MERCREDI 16	VENDREDI 18
<b>Renforcement musculaire</b> 14h00 à 15h00	<b>Sophrologie</b> 9h00 à 10h00		<b>APA (Activité Physique Adaptée)</b> 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00
LUNDI 21	MARDI 22	MERCREDI 23	VENDREDI 25
FÉRIÉ	<b>Permanence coordinatrice</b> <b>Sophrologie</b> 9h00 à 10h00 Atelier socio esthétique "Soin des pieds" 14h00 à 16h00		<b>Réflexologie plantaire</b> L'après-midi sur rendez-vous <b>APA (Activité Physique Adaptée)</b> 9h00 à 10h00 10h00 à 11h00 Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous
LUNDI 28	MARDI 29	MERCREDI 30	
<b>Renforcement musculaire</b> 14h00 à 15h00	<b>Sophrologie</b> 9h00 à 10h00		

Retrouvez-nous sur notre site internet : [espacesantedulittoral.org](http://espacesantedulittoral.org)