

Planning des activités - MARS 2026

Espace Ressources Cancers Arrageois - Campagnes de l'Artois

Espace de Vie Sociale le Chatbot'Thé - 5, rue des Fleurs 62760 MONDICOURT



ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Bouger ensemble, pour renforcer son corps et son énergie
4, 11, 18 et 25 de 10h30 à 11h30

▲ Certificat de non-contre-indication obligatoire

Avec Arthur



SOCIO-ESTHÉTIQUE

Savoir lire les étiquettes des cosmétiques

19 Mars de 10h à 12h

Avec Corinne



SUIVI PSYCHOLOGIQUE

Séance individuelle sur rendez-vous

*Séances limitées

Avec Émilie



JE(U)X STIMULE MA MÉMOIRE

Pour stimuler sa mémoire et sa concentration

5 Mars de 10h à 12h

Avec Marion



DIÉTÉTIQUE

Faisons connaissance

24 Mars de 14h à 16h

Avec Mathilde



SOPHROLOGIE

Lâcher prise

27 Mars de 16h à 17h

Avec Sixtine



Inscription OBLIGATOIRE

auprès de SANDRA

erc.arrageois@santelys.fr

Prévenir 24h à l'avance dans la mesure du possible pour les inscriptions et annulations

En présentiel ou en visioconférence

ACTION MARS BLEU DEPISTAGE CANCER COLORECTAL

Une marche est organisée par le Ch@tbot'thé
Retrouvez le stand de l'ERC Arrageois

21 Mars dès 14h

Avec Lesley

