



JANVIER 2018

*Toutes les activités sont gratuites et sur inscriptions. Nous vous accueillons du lundi au vendredi de **8h30 à 12h00** et de **14h à 17h30** pour vous écouter, vous informer, vous orienter et vous accompagner...*

N'hésitez pas à nous contacter :

Espace Ressources Cancers, Espace Santé du Littoral 2 rue Saint Gilles à Dunkerque

03.28.66.34.73 ou

fannycapitaine.esl@orange.fr



Planning des activités JANVIER 2018

LUNDI 1	MARDI 2	MERCREDI 3	JEUDI 4	VENDREDI 5
			Soutien psychologique <i>Sur rendez vous</i>	
LUNDI 8	MARDI 9	MERCREDI 10	JEUDI 11	VENDREDI 12
FERME	Marche Nordique <i>15h30 à 17h</i> Rdv à APA COMPLEX à Malo 190 Digue de mer	Gym douce <i>11h à 12h</i>	Art thérapie <i>10h à 12h</i> Soins socio-esthétique <i>sur rendez-vous</i>	Atelier socio esthétique <i>14h 30à 16h30</i> Création de cosmétiques maison à base d'argile
LUNDI 15	MARDI 16	MERCREDI 17	JEUDI 18	VENDREDI 19
Sophrologie <i>14h00 à 15h00</i> Ou 15h30 à 16h30	Marche Nordique <i>15h30 à 17h</i> Rdv à APA COMPLEX à Malo 190 Digue de mer	Gym douce <i>11h à 12h</i>	Soutien psychologique <i>Sur rendez vous</i> Soins socio-esthétique <i>sur rendez-vous</i>	
LUNDI 22	MARDI 23	MERCREDI 24	JEUDI 25	VENDREDI 26
Sophrologie <i>14h00 à 15h00</i> Ou 15h30 à 16h30	Marche Nordique <i>15h30 à 17h</i> Rdv à APA COMPLEX à Malo 190 Digue de mer	Gym douce <i>11h à 12h</i>	Art thérapie <i>10h à 12h</i> Soins socio-esthétique <i>sur rendez-vous</i>	Atelier socio esthétique <i>14h 30à 16h30</i> Soin des mains au cœur de l'hiver
LUNDI 29	MARDI 30	MERCREDI 31	Activités GRATUITES pour les personnes atteintes de cancer / Espace Santé du Littoral 2 Rue Saint Gilles 59140 Dunkerque Vous pouvez vous Inscrire par Téléphone 03.28 66 34 73 par mail fannycapitaine.esl@orange.fr Ou également par SMS au 07 68 77 83 53 Horaires : ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30	
Sophrologie <i>14h00 à 15h00</i> Ou 15h30 à 16h30	Marche Nordique <i>15h30 à 17h</i> Rdv à APA COMPLEX à Malo 190 Digue de mer	Gym douce <i>11h à 12h</i>		