

juin 2026



Coordonnatrices :
 Florence Lanoy 06.19.10.15.83
 Caroline Petitpré 06.19.10.15.01
erc.littoral@gmail.com
 03. 21. 99. 34. 66

mai 26							juillet 26							
L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	
				1	2	3				1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	9	10	6	7	8	9	10	11	12	
11	12	13	14	15	16	17	13	14	15	16	17	18	19	
18	19	20	21	22	23	24	20	21	22	23	24	25	26	
25	26	27	28	29	30	31	27	28	29	30	31			

Planning des accompagnements de l'Espace Ressources Cancers Littoral

Ateliers gratuits - inscription obligatoire

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
1 Boulogne-Sur-Mer Diététique - atelier culinaire : 9h30 - 11h30 Marquise : Maison Citoyenne Socio-esthétique - Rdv individuel : 10h - 12h	2 Calais Réflexologie - rdv individuel : 9h30 - 12h Diététique : Atelier culinaire : 14h - 16h Boulogne Socio-esthétique - Fabrication crème pieds : 10h - 12h	3 Berck Sophrologie - collectif : 9h30 - 11h APA - Activité Physique adaptée : 11h - 12h	4 Boulogne-Sur-Mer Sophrologie - Rdv individuel: 9h - 11h15 Surf Santé : Wimereux - Ecole de Surf: 10h30 - 12h Desvres Sophrologie - collectif : 10h - 11h30 Vieille-Eglise Sophrologie - collectif : 14h - 15h30	5 Calais APA - Renfo corps complet : 9h30 - 12h30 Sophrologie - Rdv individuel : 14h - 15h30 Montreuil APA : 10h30 - 12h	6 Boulogne-Sur-Mer APA : 10h - 12h Renfo haut du corps	7
8 Boulogne-Sur-Mer Atelier d'échange : 9h30 - 11h30 APA Pilates 1h : 9h - 12h Marquise : Maison Citoyenne Diététique - Atelier culinaire : 14h - 16h Conchil Le Temple - Ecole de Voile : 9h30 - 12h	9 Calais Café Santé - assistantes sociales : 9h30 - 11h30 Diététique - Atelier culinaire : 14h - 16h	10 Berck Socio-esthétique - Soins visage, massage facial : 9h30 - 11h APA - Activité Physique adaptée : 11h - 12h Sophrologie - collectif : 14h30 - 16h	11 Boulogne-Sur-Mer APA - Marche (2h) : 13h - 16h Longe-Côte : Wimereux - Ecole de Surf: 10h30 - 12h Desvres Socio-esthétique - Rdv individuel : 9h30 - 12h Vieille-Eglise Socio-esthétique - Fabrication crème pieds : 14h - 16h	12 Calais Art Thérapie : 9h30 - 11h30 APA - Gym douce et relaxation (2h) : 13h - 16h Montreuil Diététique - Atelier culinaire : 9h15 - 11h APA : 11h - 12h Sophrologie Collectif : 14h30 - 16h	13 Boulogne-Sur-Mer Socio-esthétique 10h - 12h Soins visage Massage facial	14
15 Boulogne-Sur-Mer Socio-esthétique : 9h - 12h Réflexologie - rdv individuel : 9h30 - 12h Diététique - Atelier culinaire : 14h - 16h Conchil Le Temple - Ecole de Voile : 9h30 - 12h Marquise : Salle des Castors APA - renforcement corps complet + marche : 9h30 - 11h30	16 Calais Socio-esthétique - Rdv individuel : 9h30 - 12h Atelier collectif - Soins visage, massage facial : 14h - 15h30 Le Portel APA Renforcement corps complet + marche : 9h - 11h	17 Berck APA - Activité Physique adaptée : 11h - 12h	18 Boulogne-Sur-Mer Café Papote : 14h30 - 16h Desvres APA - Renfo corps complet + marche : 9h30 - 11h30 Vieille-Eglise Diététique - Atelier culinaire : 14h - 16h	19 Calais APA - Pilates : 9h - 12h Café Santé - Assistantes sociales : 14h - 16h Montreuil APA : 10h30 - 12h	20	21
22 Boulogne-Sur-Mer Soutien Psychologique - rdv individuel : 9h30 - 12h30 APA - Pilates 1h : 9h - 12h Café Santé - assistantes sociales : 14h - 16h Conchil Le Temple - Ecole de Voile : 9h30 - 12h Marquise - salle des Castors Sophrologie - Collectif : 10h - 11h30	23 Calais APA - Renforcement bas du corps : 9h30 - 11h30 Diététique - rdv individuel : 14h - 16h Le Portel Sophrologie - collectif : 9h30 - 11h	24 Berck APA - Activité Physique adaptée : 11h - 12h Socio-esthétique - Rdv individuel : 14h - 16h	25 Boulogne-Sur-Mer Socio-esthétique - Rdv individuel : 9h - 12h Art Thérapie : 14h - 16h Desvres Réflexologie - rdv individuel : 9h30 - 12h Vieille-Eglise APA - Renfo corps comple + marche : 14h - 16h	26 Calais Art Thérapie : 9h30 - 11h30 Sophrologie - collectif : 14h - 15h30 Montreuil Socio-esthétique - Rdv individuel : 9h15 - 10h45 APA : 11h - 12h	27 Boulogne-Sur-Mer Sophrologie Collectif 10h30 - 12h	28
29 Boulogne-Sur-Mer APA - Renforcement corps complet : 9h - 12h Réflexologie - rdv individuel : 9h30 - 12h	30 Calais APA - Marche (2h) : 9h - 12h Soutien Psychologique - rdv individuel : 13h - 14h30 Café Papote : 14h30 - 16h Le Portel Réflexologie - rdv individuel : 10h - 12h	1	2	3	4	5

6	7	Notes APA : Activité Physique Adaptée				
---	---	--	--	--	--	--

Boulogne	Calais	Berck	Vieille-Eglise	Montreuil	Marquise
3 place Navarin du Lundi au vendredi - samedi matin	CPAM, 35 Rue Descartes Le Mardi et le Vendredi	2 Rond Point du Cottage des Dunes Le Mercredi	Ecopôle, 800 rue du Pont d'Oye Le Jeudi	29 Rue du Thorin Le Vendredi	Salle des Castors et Maison Citoyenne 28 Cité des HLM Le Lundi
Ecole de surf Wimereux 1 Boulevard Alfred Thiriez	Le Portel Le Chaudron, salle Ju Jitsu (rdc), Rue G. Honoré Le mardi	Ecole de Voile de Berck Route dép Lac des Foraines de l'Authie - Conchil Le Temple	Desvres Maison intercommunale pour tous 38 rue des Potiers - le Jeudi		

