



Espace Ressources
Cancers Littoral

Octobre
2025

Contacts pour inscriptions
aux ateliers :

Coordonnatrices :

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

erc.littoral@gmail.com

03.21.99.34.66

Berck :

2 Rond –Point du Cottage des
Dunes

le Mercredi

sur rendez-vous uniquement

Montreuil :

29 rue du Thorin
le Vendredi

sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS – Espace Ressources Cancers Littoral - INSCRIPTION OBLIGATOIRE

BERCK - Mercredi :

1
APA (Activité physique Adaptée)
11h - 12h

8
Sophrologie
9h30-10h30
APA (Activité
physique Adaptée)
11h - 12h

15
Diététique
9h – 11h
APA (Activité
physique Adaptée)
11h - 12h

22
APA (Activité physique Adaptée)
11h - 12h

29
Sophrologie
9h30-10h30
APA (Activité physique
Adaptée)
11h - 12h
Socio-esthétique
(Les argiles et leurs bienfaits)
14h – 16h

MONTREUIL – Vendredi

3
Sophrologie
9h30-10h30
APA (Activité
physique Adaptée)
11h – 12h

10
APA (Activité physique Adaptée)
10h30- 12h

17
Socio-esthétique
(Crème corps à la rose)
9h30 – 11h
APA (Activité
physique Adaptée)
10h30- 12h

24
APA (Activité physique Adaptée)
10h30- 12h

31
APA (Activité physique Adaptée)
10h30- 12h



Octobre
2025

Espace Ressources
Cancers Littoral

*APA activité Physique Adaptée

Contacts pour inscriptions
aux ateliers :

Coordonnatrices :

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

erc.littoral@gmail.com

03.21.99.34.66

Boulogne-sur-mer :

3 place Navarin
du Lundi au vendredi – samedi matin
sur rendez-vous uniquement

Le Portel :

Le Chaudron, salle Emile Libert, Rue
Georges Honoré
Le mardi
sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS - Espace Ressources Cancers Littoral – INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Boulogne	Le Portel	Boulogne	Boulogne
Lundi :	Mardi :	Jeudi :	Samedi
		2 APA* (1h Pilates) 13h – 16h	4 Socio-esthétique (Les argiles et leurs bienfaits) 10h-11h30
6 Tricot 9h30-11h30	7 Yoga 14h – 15h30	9 Journée Bien être ERC	11 APA* (1h Haut du corps) 10h – 12h
13 APA* (1h Bas du corps) 9h – 11h	14 APA* Réflexologie (Corps (rdv individuel) Complet) 14h – 16h 9h – 11h	16 Socio-esthétique (rdv individuel) 15h30-17h	18 Yoga 10h – 11h30
20 SOUTIEN Réflexologie Psychologique (rdv individuel) 10h – 12h 9h30- 11h45 Diététique 14h – 16h	21 Socio-esthétique (Ma poudre Bonne mine) 14h-16h	23 Sophrologie Yoga (individuel) 16h30 – 18h 9h – 10h30 Sophrologie (Collectif) 10h30 – 12h	25
27 Socio-esthétique Diététique (rdv individuel) 14h – 16h 10h-12h	28 Sophrologie 9h30 – 10h30	30 Socio-esthétique Yoga (rdv individuel) 16h30 – 18h 14h-16h	



Espace Ressources
Cancres Littoral

Octobre

2025

Contacts pour inscriptions aux ateliers :

Coordonnatrices :

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

erc.littoral@gmail.com

03.21.99.34.66

Marquise :

Salle des Castors et Maison Citoyenne, 28 Cité
des HLM, sur rendez-vous uniquement

Desvres :

Centre Social : Maison Intercommunale

pour tous

38 rue des Potiers

le Jeudi matin

sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS – Espace Ressources Cancres Littoral – INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Marquise Lundi	Desvres, Maison Intercommunale pour Tous : Jeudi
6 APA* (Haut du corps + Marche) 9h – 11h Salle des Castors Yoga 14h-15h30 Salle des Castors	2 APA* (Bas du corps + Marche) 9h30 – 11h30
13 Socio-esthétique (rdv individuel) 10h-12h Maison Citoyenne 13 Dietétique 14h – 16h Maison Citoyenne	9 Réflexologie (rdv individuel) 9h30-11h30 16
20	23 Sophrologie 10h – 11h
27	30



Espace Ressources
Cancers Littoral

Octobre

2025

*APA : Activité Physique Adaptée

Contacts pour inscriptions
aux ateliers :

Coordonnatrices :

Florence Lanoy 06.19.10.15.83

Caroline Petitpré 06.19.10.15.01

erc.littoral@gmail.com

03.21.99.34.66

Vieille Eglise

Ecopôle, 800 Rue du Pont d'Oye, Vieille

Eglise

le **Jeudi**

sur rendez-vous uniquement

Calais :

CPAM 35 rue Descartes

le **Mardi** et **Vendredi**

sur rendez-vous uniquement



ATELIERS GRATUITS – Espace Ressources Cancers Littoral - INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Calais	
Vendredi	Mardi
3 Journée Bien être ERC	VIEILLE Eglise : Ecopôle – Jeudi
10 Yoga 10h – 11h30 APA* (1h Corps complet) 13h – 16h	2 Socio-esthétique (Rdv individuel) 9h30 – 11h
17 Art Thérapie 9h30 – 11h30 APA* (1h Pilates) 13h – 16h	9 Socio-esthétique (Rdv individuel) 10h – 12h
24 Réflexologie (rdv individuel) 10h – 12h	16 APA* (Corps complet + Marche) 14h – 16h
31 Yoga 10h – 11h30 Sophrologie 14h – 15h30	23 Dietétique 14h – 16h
	30 Sophrologie 10h30 – 12h