

PROGRAMME DES ACTIVITES DE L'ESPACE RESSOURCES CANCERS DE LA PLATEFORME SANTE DOUAISIS

NOVEMBRE 2017



ATELIERS GRATUITS SUR INSCRIPTIONS



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

1

2

3

INSCRIPTIONS GRATUITES

Elodie EVRARD/Alison SAVARY

eevrad@santedouais.fr / erc@santedouais.fr

299, rue Saint Sulpice Bat. Arsenal-2ème étage

59500 DOUAI 03.27.97.97.97

FERIE

10h00-12h00 Café Rencontre « Sevrage Tabagique » animé par le Dr FOURNIER Éric Tabacologue de la Ligue Contre le Cancer Comité Nord

14h00-15h00 Café Rencontre « Les Bienfaits de l'Activité Physique Adaptée » avec Solène

6
10h00-12h00 Café Rencontre « Prendre soins de mes cheveux au quotidien » avec Peggy

7
10h00-11h00 Activité Physique Adaptée avec Solène
11h00-12h00 Activité Physique Adaptée avec Solène

14h00-16h00 Atelier « Nouage Turbans et Foulards » avec Peggy

14h00-16h00 Atelier « Technique Maquillage de jour » avec Peggy

8

14h00-16h00 Atelier « Pâtisserie » avec Savinie

9
10h00-12h00 Atelier « Soins des mains » avec Peggy

14h00-16h00 Atelier « Soins des Pieds » avec Peggy

10
10h00-11h30 Marche « Forêt de Marchiennes » avec Solène (RDV ERC 9h30 ou 10h00 à la Forêt)

14h00-15h00 Sophrologie « Anxiété » avec Katia

[18h00 Spectacle Théâtral « LE COL DES FEMMES » par la compagnie la Belle Histoire au Moulin 16 rue du Centre à ARLEUX \(entrée gratuite\)](#)

13
10h00-12h00 Atelier « Auto Massage des pieds » avec Peggy

14
10h00-12h00 Atelier « Conseil en image adapté à la morphologie » avec Peggy

15
10h00-13h00 Atelier Cuisine « C'est l'automne » avec Savinie

16

17
10h00-11h00 Activité Physique Adaptée avec Solène

14h00-16h00 Atelier « Auto Massage des mains » avec Peggy

[10h-16h Stand d'informations « Cancer de la prostate » à la Clinique St Amé à Lambres lez Douai](#)

11h00-12h00 Activité Physique Adaptée avec Solène

14h30-15h30 QI-GONG avec Katia

20

21
10h00-12h00 Atelier « Produits Naturels » avec Peggy

22

23
10h00-12h00 Atelier « Beauté des mains » avec Peggy

24
10h00-13h00 Atelier Cuisine « C'est l'automne » avec Savinie

14h00-16h00 Atelier « Pâtisserie » avec Savinie

14h00-16h00 Atelier « Modelage du Visage Binôme » avec Peggy

14h00-16h00 Atelier « Beauté des pieds » avec Peggy

14h00-15h00 Activité Physique Adaptée avec Solène

14h00-15h00 Activité Physique Adaptée avec Solène

27

10h00-12h00 Atelier « Technique Maquillage de jour » avec Peggy

28

10h00-11h00 Sophrologie « Emotions » avec Katia

29

9h30-10h30 Atelier Petit Déjeuner « Lire les étiquettes alimentaires » avec Savinie

30

14h00-16h00 Atelier « Soin du Visage » avec Peggy

14h00-16h00 Atelier « Modelage Binôme Parents/Enfants » avec Peggy

*** Ateliers du Matin**
*** Ateliers de l'Après-midi**