

PLANNING MENSUEL NOVEMBRE 2019

ACTIVITES INDIVIDUELLES - SUR RENDEZ-VOUS

GRATUIT
SUR INSCRIPTION



SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

(Phalempin-Villeneuve d'Ascq-Loos)



SOCIO-ESTHETIQUE

(Phalempin-Villeneuve d'Ascq-Loos)

ACTIVITES COLLECTIVES - SUR INSCRIPTION



SOCIO-ESTHETIQUE

Vendredi 8 : 14h - 16h à Villeneuve d'Ascq
Thème : « Prendre soin de son visage pendant et après les traitements »

Mardi 19 : 14h - 16h à Loos
Thème : « Soins des mains et des ongles pendant et après les traitements »



MARCHE NORDIQUE

Lundi 4 : 10h45 - 11h45 à Phalempin
Lundi 18 : 10h45 - 11h45 à Phalempin
Lundi 25 : 10h45 - 11h45 à Phalempin



LA PAUSE CAFE

Vendredi 15 : 14h - 16h à Phalempin
Thème : « Création d'un calendrier de l'aveut »
(limité à 8 personnes)



SPORT ADAPTE

Jeudi 7 : 15h - 16h à Faches Thumesnil
Jeudi 14 : 15h - 16h à Faches Thumesnil
Jeudi 21 : 15h - 16h à Faches Thumesnil
Jeudi 28 : 15h - 16h à Faches Thumesnil



GYM & ZEN

Lundi 4 : 15h - 16h à Villeneuve d'Ascq
Lundi 18 : 15h - 16h à Villeneuve d'Ascq
Lundi 25 : 15h - 16h à Villeneuve d'Ascq



DIETETIQUE

Vendredi 8 : 10h - 12h à Phalempin
Thème : « Cho-cacaO ! Recette gourmande : gâteau diététique au chocolat »

Vendredi 29 : 10h30 - 12h à Villeneuve d'Ascq
Thème : « Cho-cacaO ! Recette gourmande : gâteau diététique au chocolat »



SOPHROLOGIE

Jeudi 7 : 10h - 11h30 à Loos
Thème : « Harmonisation par les couleurs »

Mercredi 13 : 10h - 11h30 à Phalempin
Thème : « Faire face au découragement »

Jeudi 21 : 10h - 11h30 à Loos
Thème : « Etre confiant et performant »

Mercredi 27 : 10h - 11h30 à Phalempin
Thème : « Prendre conscience de son corps »



Accueil principal à Phalempin :
Association EOLLIS
7 rue Jean Baptiste Lebas



Activités à Villeneuve d'Ascq :
Antenne EOLLIS
72 rue des Comices



Activités à Faches Thumesnil :
Centre social des 5 Bonniers
20 avenue de Bordeaux



Activités à Loos :
Groupe Hospitalier Loos Haubourdin
20 rue Henri Barbusse