

# PLANNING MENSUEL MAI 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 10** : 14h - 16h à Villeneuve d'Ascq  
Thème : «*Soin des mains et ongles pendant et après les traitements*»

**Mardi 21** : 14h - 16h à Loos  
Thème : «*Soin du regard et mise en valeur*»



### MARCHE NORDIQUE

**Lundi 6** : 10h45 - 11h45 à Phalempin  
**Lundi 13** : 10h45 - 11h45 à Phalempin  
**Lundi 20** : 10h45 - 11h45 à Phalempin  
**Lundi 27** : 10h45 - 11h45 à Phalempin



### LA PAUSE CAFE

**Vendredi 17** : 14h - 16h à Phalempin  
Thème : «*En mai, fait ce qu'il te plaît!*»



### DIETETIQUE

**Lundi 13** : 10h30 - 12h à Villeneuve d'Ascq  
Thème : «*Les protéines végétales*»

**Vendredi 24** : 10h - 12h à Phalempin  
Thème : «*Sucre, sel et graisses cachés*»



### SPORT ADAPTE

**Jedi 2** : 15h - 16h à Faches Thumesnil  
**Jedi 9** : 15h - 16h à Faches Thumesnil  
**Jedi 16** : 15h - 16h à Faches Thumesnil  
**Jedi 23** : 15h - 16h à Faches Thumesnil



### GYM & ZEN

**Lundi 6** : 15h - 16h à Villeneuve d'Ascq  
**Lundi 13** : 15h - 16h à Villeneuve d'Ascq  
**Lundi 20** : 15h - 16h à Villeneuve d'Ascq



### SOPHROLOGIE

**Jedi 2** : 10h - 11h30 à Loos  
Thème : «*Fonder sa confiance en soi*»

**Jedi 16** : 10h - 11h30 à Loos  
Thème : «*Récupérer de l'énergie*»

**Mercredi 22** : 10h - 11h30 à Phalempin  
Thème : «*Prendre conscience de son corps*»

### ACTUS

Atelier diététique Institut Pasteur le  
**Lundi 20 mai de 9h30 à 13h00**

à Villeneuve d'Ascq sur le thème :

«*Trucs et astuces contre les problèmes en bouche*»

### Date à retenir

**23 mai : défilé ERC/EMERAUDE**

Plus d'infos à venir



**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