



Lundi 1 Juillet	Jeudi 4 Juillet		Vendredi 5 Juillet	Dimanche 7 Juillet
14h à 16h <b>Atelier créatif et échanges</b> créations à partir d'objets de récupération, dans le cadre d' Octobre Rose	9h15 <b>Les marches du Jeudi</b> RDV à Cantaing sur Escaut organisées par le Centre Social AJR tél 03/27/70/18/12 14h30 <b>Goûter:</b> échanges et projection des photos sur le voyage d'Amsterdam. Sur inscription ouvert à tous		9h30 à 10h30  <b>Gymnastique adaptée</b> 10h30 à 11h30  <b>Qi Gong</b> 14h à 16h  <b>Atelier d'Expression artistique</b>	L'Association Cambrésis <b>Dragon Boat'Team :</b> RDV le dimanche 7 juillet pour payer  06/81/78/50/45.
<b>Lundi 8 Juillet</b> 14h à 16h <b>Atelier créatif et échanges</b> créations à partir d'objets de récupération, dans le cadre d' Octobre Rose	<b>Mardi 9 Juillet</b> 14h à 15h30  <b>Sophrologie</b> sur le thème " rééduquer sa mémoire" 15h30 à 17h <b>Sophrologie</b> sur le thème "éliminer les tensions"	<b>Jeudi 11 Juillet</b> 9h15 <b>Les marches du Jeudi</b> RDV à Marcoing organisées par le Centre Social AJR tél 03/27/70/18/12	<b>Vendredi 12 Juillet</b> 14h à 16h30  <b>Atelier Esthétique</b> "soin esthétique en binôme avec vos proches"	ça sont les vacances   Alors !!! (tu bronzes ?) 
<b>Lundi 15 Juillet</b> 14h à 16h <b>Atelier créatif et échanges</b> créations à partir d'objets de récupération, dans le cadre d' Octobre Rose	<b>Mardi 16 Juillet</b>	<b>Jeudi 18 Juillet</b> 9h15 <b>Les marches du Jeudi</b> RDV à la coulée verte + croq'marche organisées par le Centre Social AJR tél 03/27/70/18/12	Légende : <b>Territoire du Hainaut</b> <b>Territoire du Cambrésis</b>	
<b>Lundi 22 Juillet</b> 9h15 <b>forum santé</b> RDV à Séranvillers Forenville organisé par le Centre Social AJR (Marche le matin et Stands l'après-midi) tél 03/27/70/18/12 14h à 16h <b>Atelier créatif et échanges</b>	<b>Mardi 23 Juillet</b> 14 h  <b>Esthétique: soin des pieds</b> ,se munir d'une pierre ponce ou d'une râpe , un polissoir, une serviette éponge, une bassine , des limes à ongles et d'un marche pied.	<b>Jeudi 25 Juillet</b> 9h15 <b>Les marches du Jeudi</b> RDV à Noyelles organisées par le Centre Social AJR tél 03/27/70/18/12		
<b>Lundi 29 Juillet</b> 14h à 16h <b>Atelier créatif et échanges</b> créations à partir d'objets de récupération, dans le cadre d' Octobre Rose	<b>Mardi 30 Juillet</b>  13h45 à 15h15 <b>Sophrologie</b> sur le thème "Fonder sa confiance en soi" 15h15 à 16h45 <b>Sophrologie</b> Sur le thème "se projeter vers de nouveaux projets"			Nous vous informons que certains ateliers hebdomadaires sont en pause durant les vacances scolaires, la reprise s'effectuera, le <b>lundi 9 Septembre 2019.</b> L'équipe reste disponible pour vous accueillir du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h. Nous vous souhaitons de passer de belles vacances et nous vous remercions pour votre confiance.
<b>Lundi 5 Août / Lundi 12 Août/ Lundi 19 Août/ Lundi 26 Août / Lundi 2 Septembre</b>				
14h à 16h <b>Atelier créatif et échanges</b> : créations à partir d'objets de récupération, dans le cadre d' Octobre Rose				