

PLANNING MENSUEL DECEMBRE 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 13 : 14h - 16h à Villeneuve d'Ascq
Thème : « Création de produits de beauté de Noël »

Mardi 17 : 14h - 16h à Loos
Thème : « Echanges et discussions sur le « prendre soin de soi », modelage en duo et goûter de Noël
Séance ouverte à l'un de vos proches : enfants, amis, sœur, cousine



SPORT ADAPTE

Jedi 5 : 15h - 16h à Faches Thumesnil
Jedi 12 : 15h - 16h à Faches Thumesnil
Jedi 19 : 15h - 16h à Faches Thumesnil



GYM & ZEN

Lundi 2 : 15h - 16h à Villeneuve d'Ascq
Lundi 9 : 15h - 16h à Villeneuve d'Ascq
Lundi 16 : 15h - 16h à Villeneuve d'Ascq



SOPHROLOGIE

Jedi 5 : 10h - 11h30 à Loos
Thème : « Récupérer de l'énergie »

Mercredi 11 : 10h - 11h30 à Phalempin
Thème : « Se mobiliser pour réussir »

Jedi 19 : 10h - 11h30 à Loos
Thème : « Lâcher prise »



MARCHE NORDIQUE

Lundi 2 : 10h45 - 11h45 à Phalempin
Lundi 9 : 10h45 - 11h45 à Phalempin
Lundi 16 : 10h45 - 11h45 à Phalempin



DIETETIQUE

Vendredi 6 : 10h - 12h à Phalempin
Thème : « Un Noël diététique en se faisant plaisir ! »

Vendredi 20 : 9h30 - 11h à Villeneuve d'Ascq
Thème : « Un Noël diététique en se faisant plaisir ! »



LA PAUSE CAFE

Vendredi 13 : 14h - 16h à Phalempin
Thème : « Goûter de Noël »



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