

# PLANNING MENSUEL OCTOBRE 2018

## Accueil principal :

Association EOLLIS

7 rue Jean Baptiste Lebas

59133 Phalempin

**03 20 90 01 01**

**ccruz@eollis.net**

## Activités à Fâches Thumesnil :

Centre social des 5 Bonniers

20 avenue de Bordeaux

## Activités à Loos :

Groupe Hospitalier Loos Haubourdin

20 rue Henri Barbusse

## ACTIVITES INDIVIDUELLES - SUR RENDEZ-VOUS



**SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE**



**SOCIO-ESTHETIQUE**

## ACTIVITES COLLECTIVES - SUR INSCRIPTION



**SOCIO-ESTHETIQUE**



**SPORT ADAPTE**

**Mardi 9** : 14h - 16h à Loos

Thème : « *Haut les couleurs* »

**Jeudi 4** : 15h - 16h à Fâches Thumesnil

**Jeudi 11** : 15h - 16h à Fâches Thumesnil

**Jeudi 18** : 15h - 16h à Fâches Thumesnil

**Jeudi 25** : 15h - 16h à Fâches Thumesnil



**MARCHE NORDIQUE**

**Lundi 1** : 10h45 - 11h45 à Phalempin

**Lundi 8** : 10h45 - 11h45 à Phalempin

**Lundi 15** : 10h45 - 11h45 à Phalempin

**Lundi 22** : 10h45 - 11h45 à Phalempin

**Lundi 29** : 10h45 - 11h45 à Phalempin



**EXPRESSION DE SOI**

**Lundi 1** : 14h30 - 16h30 à Phalempin

Thème : « *Voyage en pays baroque (suite et fin)* »

**Lundi 22** : 14h30 - 16h30 à Phalempin

Thème : « *Travail autour de la fresque\** »

**Lundi 29** : 14h30 - 16h30 à Phalempin

Thème : « *Travail autour de la fresque\** »

\*Avec des dessins inspirés de Keith Haring



**SOPHROLOGIE**

**Jeudi 4** : 10h - 11h30 à Loos

Thème : « *Fonder sa confiance en soi* »

**Mercredi 10** : 10h - 11h30 à Phalempin

Thème : « *Trouver l'harmonie par les couleurs* »

**Jeudi 18** : 10h - 11h30 à Loos

Thème : « *Se mobiliser pour réussir* »

**Mercredi 24** : 10h - 11h30 à Phalempin

Thème : « *Eliminer les tensions* »



**LA PAUSE CAFE**

**Vendredi 12** : 14h - 16h à Phalempin

Thème : « *Crêpes party* »



**DIETETIQUE**

**Mardi 9** : 10h - 12h à Phalempin

Thème : « *Cuisiner pour soi : trucs et astuces* »  
*Les différents modes de cuisson*

**Vendredi 19** : 10h - 12h à Phalempin

Thème : « *Plantes et épices* »

*Pour atténuer les effets secondaires*