

# PLANNING MENSUEL NOVEMBRE 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 20** : 14h - 16h à Loos

Thème : « Auto-maquillage »

**Jeudi 8** : 15h - 16h à Fâches Thumesnil

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

**Jeudi 22** : 15h - 16h à Fâches Thumesnil

**Jeudi 29** : 15h - 16h à Fâches Thumesnil



**MARCHE NORDIQUE**

**Lundi 5** : 10h45 - 11h45 à Phalempin

**Lundi 12** : 10h45 - 11h45 à Phalempin

**Lundi 19** : 10h45 - 11h45 à Phalempin

**Lundi 26** : 10h45 - 11h45 à Phalempin



**EXPRESSION DE SOI**

**Lundi 5** : 14h30 - 16h30 à Phalempin

Thème : « Travail autour de la fresque\* »

Avec des dessins inspirés de Keith Haring

**Lundi 19** : 14h30 - 16h30 à Phalempin

Thème : « Travail autour du Zentangle »



**SOPHROLOGIE**

**Jeudi 8** : 14h30 - 16h00 à Loos

Thème : « Lâcher prise »

**Mercredi 14** : 10h - 11h30 à Phalempin

Thème : « Gérer et dé-corporaliser les angoisses »

**Jeudi 22** : 14h30 - 16h00 à Loos

Thème : « Un arc en ciel de couleurs »

**Mercredi 28** : 10h - 11h30 à Phalempin

Thème : « Rééduquer sa mémoire »



**DIETETIQUE**

**Vendredi 16** : 10h - 12h à Phalempin

Thème : « Les boissons ça compte aussi? »

**Jeudi 29** : 10h - 12h à Phalempin

Thème : « Astuces pour savoir décrypter les étiquettes alimentaires »



**LA PAUSE CAFE**

**Vendredi 23** : 14h - 16h à Phalempin

Thème : « Bandeau, bonnet, turban en laine »