

# PLANNING MENSUEL DECEMBRE 2018



## Accueil principal :

Association EOLLIS

7 rue Jean Baptiste Lebas

59133 Phalempin

**03 20 90 01 01**



## 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**

**Mardi 18** : 14h - 16h à Loos

Thème : « Soins du visage »



**SPORT ADAPTE**

**Jeudi 6** : 15h - 16h à Faches Thumesnil

**Jeudi 13** : 15h - 16h à Faches Thumesnil

**Jeudi 20** : 15h - 16h à Faches Thumesnil



**MARCHE NORDIQUE**

**Lundi 3** : 10h45 - 11h45 à Phalempin

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

**Lundi 17** : 10h45 - 11h45 à Phalempin



**EXPRESSION DE SOI**

**Lundi 3** : 14h30 - 16h30 à Phalempin

Thème : « Travail autour de la fresque\* »

**Lundi 10** : 14h30 - 16h30 à Phalempin

Thème : « Travail autour de la fresque\* »

\*Avec des dessins inspirés de Keith Haring



**SOPHROLOGIE**

**Jeudi 6** : 10h - 11h30 à Loos

Thème : « Récupérer de l'énergie »

**Mercredi 12** : 10h - 11h30 à Phalempin

Thème : « Se mobiliser pour réussir »

**Jeudi 20** : 10h - 11h30 à Loos

Thème : « Se détendre : laisser couler la détente »



**DIETETIQUE**

**Mardi 4** : 10h - 12h à Phalempin

Thème : « Noël : adopter l'équilibre attitude ! »

Comment préparer un repas de fête équilibré



**LA PAUSE CAFE**

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

Thème : « Goûter de Noël »

