

PLANNING MENSUEL FEVRIER 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 1er : 14h - 16h à Villeneuve d'Ascq

Thème : « *Conseils en image* »

Mardi 26 : 14h - 16h à Loos

Thème : « *Gymnastique et auto-massage du visage* »



DIETETIQUE

Lundi 11 : 10h30 - 12h à Villeneuve d'Ascq

Thème : « *Dénutrition ou malnutrition* »

Conserver un bon état nutritionnel et le plaisir de manger

Mardi 26 : 10h - 12h à Phalempin

Thème : « *Atelier culinaire : faites le plein de légumes !* »



SOPHROLOGIE

Jeudi 7 : 10h - 11h30 à Loos

Thème : « *Prendre du recul* »

Mercredi 13 : 10h - 11h30 à Phalempin

Thème : « *Trouver et ancrer son lieu idéal de détente* »

Jeudi 21 : 10h - 11h30 à Loos

Thème : « *Localiser et gérer les émotions* »

Mercredi 27 : 10h - 11h30 à Phalempin

Thème : « *Prendre conscience de son corps* »



MARCHE NORDIQUE

Lundi 4 : 10h45 - 11h45 à Phalempin

Lundi 25 : 10h45 - 11h45 à Phalempin



SPORT ADAPTE

Jeudi 7 : 15h - 16h à Faches Thumesnil

Jeudi 28 : 15h - 16h à Faches Thumesnil



LA PAUSE CAFE

Vendredi 15 : 14h - 16h à Phalempin

Thème : « *Crêpes !* »



ATELIER CONVIVIALITE

Lundi 25 : 14h - 16h à Phalempin

Thème : « *Jeux de société* »

ACTUS

La nouvelle antenne à Villeneuve d'Ascq vous propose socio-esthétique, soutien psychologique et diététique !



Accueil principal à Phalempin :

Association EOLLIS

7 rue Jean Baptiste Lebas



Activités à Villeneuve d'Ascq :

Antenne EOLLIS

72 rue des Comices



Activités à Fâches Thumesnil :

Centre social des 5 Bonniers

20 avenue de Bordeaux



Activités à Loos :

Groupe Hospitalier Loos Haubourdin

20 rue Henri Barbusse