

Planning

GRATUIT
SUR INSCRIPTION

juillet 2025

Pour toutes les personnes touchées par un cancer [patient ou proche]

**Soutien
psychologique**

Socio-esthétique

Diététique

Rdv individuel
Contactez Amandine
acohepin@eollis.net
ou Valérie vsoufflet@eollis.net
Tél.: 03.20.90.01.01

PHALEMPIN

7 rue Jean Baptiste Lebas

MARCHE NORDIQUE - Parking des Étangs

Vendredi 4, 18 et 25 - 10h/11h

GYM ZEN & ASSOUPPLISSEMENT

Lundi 7, 21 et 28 - 14h/15h

DIÉTÉTIQUE

Mercredi 23 - 13h30/15h30
« Comment bien s'hydrater
pendant l'été? »

SOPHROLOGIE

Mercredi 9 et 23 - 10h30/11h30

SOCIO ESTHÉTIQUE

Vendredi 11 - 14h/16h

“Ozalys” présentation de la gamme
d'hygiène et de soin spécialement
conçue pour les personnes en
traitement avec Martine Soufflet

FÂCHES THUMESNIL

centre social
des 5 bonniers
20 avenue de Bordeaux

CIRCUIT TRAINING

RDV en septembre

(Séances supplémentaires ajoutées sur Loos)

LOOS

Groupe Hospitalier
Loos Haubourdin
20 rue Henri Barbusse

SPORT ADAPTÉ - plateau technique

Mardi 8, 15, 22 et 29 - 17h15 /18h15
Mercredi 9, 16, 23 et 30 - 17h/18h

SOPHROLOGIE - salle des 4 saisons

Mardi 1 - 10h/11h
Mardi 15 - 14h30/15h30

SOCIO ESTHÉTIQUE

Mardi 8 - 14h/16h
Découvrir les différentes
morphologies corporelles et parler
de sa silhouette en groupe et
en toute bienveillance

TEMPLEUVE

19bis rue Delmer

GYM ZEN & ASSOUPPLISSEMENT

Lundi 7, 21 et 28 - 10h30/11h30

SOPHROLOGIE

Jeudi 3 et 17 - 10h30/11h30

Planning

juillet 2025

VILLENEUVE D'ASCQ
72 rue des Comices

MARCHE NORDIQUE - 17h/18h30 - rdv au parking 100 avenue de Courtrai
Jeudi 3, 10, 17, 24 et 31

GYM ZEN & ASSOUPPLISSEMENT - 14h/15h et 15h15/16h15
Jeudi 3, 10, 17, 24 et 31

SOPHROLOGIE
Mercredi 9 et 23 - 15h/16h
Vendredi 11 et 25 - 10h/11h

SOCIO ESTHÉTIQUE - Vendredi 25 - 14h/16h
« Confection d'un baume pour le corps et d'un soin pour les ongles »
apprenez à réaliser ces 2 produits et repartez avec.
Participation demandée de 5€ (à apporter le jour même)

SOCIO ESTHÉTIQUE - Mardi 29 - 14h30/16h30
Echange autour des compléments mammaires et prothèses, (prescription et renouvellement), lingerie et maillot bain avec Béatrice Thuillier

LYS-LEZ-LANNOY
24 rue Arthur Bacro

SPORT ADAPTÉ
Jeudi 3, 10, 17, 24 et 31 - 14h/15h

GYM ZEN
Jeudi 3, 10, 17, 24 et 31 - 15h15/16h15

SOPHROLOGIE
Lundi 21 et 28 - 10h30/11h30

SOCIO-ESTHETIQUE
Mardi 15 - 14h/16h
"Échange autour de la
dermopigmentation réparatrice de la
peau" corriger la couleur de peau,
camoufler un défaut (visage ou corps)
avec Géraldine Payne

TOURCOING

Aquasante 20b rue Saint Eloi

SPORT ADAPTÉ
Jeudi 3, 10, 17, 24 et 31 - 11h/12h

SOPHROLOGIE
Vendredi 4 et 18 - 10h30/11h30

CERTIFICAT MEDICAL
OBLIGATOIRE pour
l'Activité Physique Adaptée

Planning juillet 2025

Uniquement ce mois-ci

SUR INSCRIPTION

TEMPS D'INFORMATION SUR LA "PLAINTÉ COGNITIVE"

Jeudi 10 et 17 - 10h/12h - 7 rue Jean Baptiste Lebas à Phalempin

Animé par Valérie: informations, échange et conseils autour de cette plainte quelquefois rapportée, ressentie par les personnes touchées par un cancer, qui survient à la suite de l'annonce, durant ou à l'issue des traitements.

Inscriptions nécessaires aux 2 dates.



Retrouvez vos professeurs d'activité physique adaptée:

Benjamin - Phalempin et Villeneuve d'Ascq

Clémentine - Fâches Thumesnil, Loos et Forêt de Phalempin

Maxime - Lys Lez Lannoy, Tourcoing et Villeneuve d'Ascq

Mélanie - Templeuve

En diététique:

Edvige sur Lys Lez lannoy, Tourcoing et Villeneuve d'Ascq

Isabelle sur Phalempin

En Sophrologie, Martine vous accueille sur l'ensemble des sites

En socio-esthétique:

Angélique - Loos, Phalempin, Templeuve et Villeneuve d'Ascq

Céline - Lys Lez Lannoy et Villeneuve d'Ascq

Priscilla - Tourcoing et Villeneuve d'Ascq

Pour toute information:

Amandine ou Valérie

03.20.90.01.01

acochevin@eollis.net

vsouflet@eollis.net

