

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENREDI

MATIN

ESPACE LIGUE
FERMÉ

**SOUTIEN
PSYCHOLOGIQUE**
Groupes de paroles
avec Céline SCHMITT
12 nov, 10 déc

**SOCIO
ÉSTHÉTIQUE**
avec Houria HARTHONG
sur RDV
Soins et conseils
individuels

DIÉTÉTIQUE
avec Oriane GARTEISER
Conseils individuels
sur RDV uniquement

SOPHROLOGIE
avec Isabelle MULLER
De 9h30 à 11h30
Tous les mercredis matin

**SOUTIEN
PSYCHOLOGIQUE**
avec Céline SCHMITT
sur RDV uniquement
De 9h à 14h45

ATELIER NUTRITION
avec Oriane GARTEISER
« Cancer et prise de poids »
le 11 oct 2018 de 9h à 11h
« Lecture des étiquettes »
le 8 nov 2018 de 9h à 11h
« Bien manger à petit prix »
le 6 déc 2018 de 9h à 10h30

Atelier cuisine
de 10h30 à 13h
25 oct, 22 nov, 20 déc 2018

ARTS PLASTIQUES
avec Michèle ACKERER
De 9h30 à 11h30
4 et 18 oct,
8, 15 et 29 nov - 13 déc 2018

SOCIO ÉSTHÉTIQUE
avec Houria HARTHONG
soins et conseils
individuels sur RDV

ESCRIME
De 10h à 12h
au FCM Escrime
Certificat médical
obligatoire

APRÈS-
MIDI

SOCIO ÉSTHÉTIQUE
avec
Houria HARTHONG
soins et conseils
individuels sur RDV

ARTS PLASTIQUES
avec
Michèle ACKERER
De 14h à 16h
1, 15 et 29 oct 2018
12 et 26 nov 2018
10 déc 2018

**ATELIER SOCIO
ÉSTHÉTIQUE**
avec Houria HARTHONG
De 14h à 16h30
9 oct 2018

6 nov 2018 « Soins des
mains et des pieds »
4 déc 2018 «Maquillage
bonne mine»
18 déc «Maquillage de
fête»

**SUIVI
SOPHROLOGIE**
avec Isabelle MULLER
De 14h à 16h
24 oct, 21 nov, 12 déc 2018

ARTS PLASTIQUES
avec Michèle ACKERER
De 14h à 16h
10 et 24 oct
7 et 21 nov 2018
5 et 19 déc 2018

**SOUTIEN
PSYCHOLOGIQUE**
avec Céline SCHMITT
sur RDV uniquement

**DIÉTÉTIQUE
ET CONSEILS
NUTRITIONNELS**
Conseils individuels
sur RDV uniquement

**ACTIVITÉ PHYSIQUE
ADAPTÉE**
avec
Romain OBERLEANDER

Atelier 1 :
de 14h30 à 15h30
Atelier 2 :
de 16h à 17h
Tous les vendredis
Certificat médical
obligatoire