

# Assurer un accompagnement de proximité



LOMME		
Type d'activités	Jours	Horaires
<b>ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE</b>		
<b>Gymnastique adaptée</b> Espace des Tisserands 60 rue Victor Hugo 59160 LOMME	<b>Mardi</b>	<b>10h00 - 11h00</b>
<b>Marche Nordique</b> Parc Naturel Urbain de LOMME ZA du Grand But 14 ter rue du Château d'Isenghien 59160 LOMME	<b>Mardi</b>	<b>11h30 - 12h30</b>
<b>DIETETIQUE *</b>		
<b>Alimentation Plaisir et Diabète</b> <b>Équilibre et Plaisir</b> <b>Je me réconcilie avec mon assiette</b> LCP Maison de Projet Marais 14/2 rue Thenart 59160 LOMME	<b>Jeudi</b>	<b>18h00 - 19h30</b>
	<b>Samedi</b>	<b>10h00 - 11h30</b>

\* ateliers spécifiques selon la pathologie  
(Diabète, obésité, troubles du comportement alimentaire)

LOMME		
Type d'activités	Jours	Horaires
<b>PODOLOGIE *</b>		
<b>Prendre soin de ses pieds</b> LCP Maison de Projet Marais 14/2 rue Thenart 59160 LOMME	<b>Lundi</b>	<b>18h30 - 19h30</b>
<b>PSYCHOLOGIE *</b>		
<b>Alimentation et Bien-être</b> <b>Stress et Santé</b> LCP Maison de Projet Marais 14/2 rue Thenart 59160 LOMME	<b>Mercredi</b>	<b>15h00 - 17h00</b>
	<b>Samedi</b>	<b>10h00 - 12h00</b>
<b>SOPHROLOGIE</b>		
<b>Gestion du stress</b> LCP Maison de Projet Marais 14/2 rue Thenart 59160 LOMME	<b>Mardi</b>	<b>12h00 - 14h00</b>

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés

# Assurer un accompagnement de proximité



SAINT - ANDRE		
Type d'activités	Jours	Horaires
<b>ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE</b>		
<b>Aquagym</b> Piscine 32 rue Vauban 59350 SAINT ANDRE LEZ LILLE	<b>Jeudi</b>	<b>12h45 - 13h45</b>
<b>Marche Nordique</b> Piscine 32 rue Vauban 59350 SAINT ANDRE LEZ LILLE	<b>Jeudi</b>	<b>14h30 - 15h30</b>

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés