



**inolia**  
FACILITATEUR D'HABITAT

# CAFÉ SANTÉ DU LIS

**ufolep**  
TOUS LES SPORTS AUTREMENT



SEPTEMBRE

OCTOBRE

NOVEMBRE

DÉCEMBRE

Lundi 12

Reprise des ateliers du LIS  
(présentation de la programmation)

Lundi 3

Atelier gestion du stress

Lundi 7

Atelier gestion du stress

Lundi 5

Atelier Yoga

Lundi 19

Atelier Gestion du stress

Lundi 10

Atelier Yoga

Lundi 14

Atelier diététique

Lundi 12

Atelier Yoga

Bilan dy cycle

Lundi 26

Atelier gestion du stress

Lundi 17

Atelier gestion du stress

Lundi 21

Atelier gestion du stress

Lundi 28

Atelier diététique

**Venez discuter, vous informer et participer à des ateliers sur la santé !**

**13h30 / 16h30**

**OUVERT A TOUS**  
Adhésion à 10€ si non adhérent aux créneaux sportifs

**INTERVENTION DE PROFESSIONNELS**

**CAP' Sport**

**Local Infos Santé**

1022 Quartier des Belles Portes  
14200 Hérouville Saint Clair



**Contact :**

**PASQUIER Philippe**

**06 18 53 71 18**

**ppasquier@capsport-epi.fr**