

# 16 juin

## PRÉVENTION



10h

Journée de prévention des chutes  
EHPAD Marguerite-de-Flandre  
Entrée libre

# 17 juin

## RELAXATION



15h30-16h30

Yoga des petits  
dès 4 ans  
Espace culturel Maurice-Schumann  
Sur inscription 03 20 48 62 50

# 23 juin

## SENSIBILISATION



14h

Intervention Jean-Marie Guion,  
association ADOT, classe de Jérôme  
Blondel : CM2 école Suzanne-Crapet

# 25 juin

## CINÉ-DÉBAT

18h30



Ciné-débat - Projection  
du film Réparer les vivants  
Témoignages et échanges  
sur le don d'organes par  
Jean-Marie Guion  
Espace culturel Maurice-  
Schumann  
Entrée libre

# 26 juin

## ATELIER



14h30-16h30

« Fabrication d'un produit ménager  
écologique et économique »  
Résidence autonomie Les Myosotis  
Sur inscription 03 20 48 65 81

# 27 juin

## INSTANT POÉTIQUE



15h-16h

Sieste poétique avec Ada Mondès, poétesse en  
résidence sur le territoire de Cœur de Flandre Agglo  
Espace culturel Maurice-Schumann  
Tous publics sur inscription 03 20 48 62 50



# Santé- vous bien ! du 2 au 27 juin



En juin, **expo** sur les pratiques de bien-être et découvrez la **bibliothérapie**, une sélection de lectures sur le bien-être proposée par l'équipe de la médiathèque

**Résidence autonomie Les Myosotis**  
384 rue du Docteur Henri-Vanuxeem  
03 20 48 65 81

**Espace culturel Maurice-Schumann**  
1108 rue d'Armentières  
03 20 48 62 50

**EHPAD Marguerite-de-Flandre**  
**Tiers lieu Marguerite et Compagnie**  
322 rue du Docteur Henri-Vanuxeem  
03 20 48 68 85

3 juin



ENVIRONNEMENT SAIN

14h30-16h30

**Mon logis sain, mon budget serein**  
information sur les liens entre qualité de l'air intérieur et santé  
Résidence autonomie Les Myosotis  
Sur inscription 03 20 48 65 81

4 juin



THÉÂTRE DÉBAT

14h

**Théâtre et débat** : « La greffe rénale, parlons-en » classes de 3<sup>e</sup> des deux collèges et résidents des Myosotis

**Cocarde verte géante**  
pour sensibiliser au don d'organes

6 juin



RANDONNÉE

14h

**Randonnée** au profit de l'association ADOT (Association pour le don d'organes et de tissus) organisée avec l'association Nieppe je marche. Deux circuits : 4,5 km et 10 km. Départ parc Michel-Grasset  
Participation libre

8 juin



ATELIER ALIMENTATION 1

14h30-16h30

**Action Nutrissimo**  
Mieux comprendre l'équilibre alimentaire en s'amusant / l'art de mieux manger  
Tiers-lieu Marguerite et Compagnie 2€ pour les 2 ateliers Nutrissimo. Sur inscription  
asso.margueriteetcompagnie@gmail.com

10 juin



INSTANT ZEN

10h

**Voyage en musique**  
Moment de détente en famille dès 6 ans  
Espace culturel Maurice-Schumann  
Sur inscription 03 20 48 62 50



CONFÉRENCE

14h30-16h30

**Evolution de l'hygiène de 1950 à aujourd'hui**  
Résidence autonomie Les Myosotis  
Sur inscription 03 20 48 65 81



BALADE

15h-16h30

**Balade à l'Espace nature du Pontceau**  
découverte des espèces par le Conservatoire national botanique de Bailleul et de l'œuvre Festival Artpeinteurs  
Sur inscription 03 20 48 62 50

11 juin



LA SANTÉ MENTALE

14h - 17h

**Jeu-information sur la santé mentale**  
FrédériqueDekeyseret Jonathan Mahieux  
Centre médico psychologique d'Armentières  
Espace culturel Maurice-Schumann  
Sur inscription 03 20 48 62 50  
Adultes



CONFÉRENCE

18h30

**Les 10 clés de l'alimentation santé**  
Par Sophie Heux naturopathe  
Espace culturel Maurice-Schumann  
Entrée libre

12 juin



ATELIER ALIMENTATION 2

14h30-16h30

**Action Nutrissimo**  
Réaliser ensemble une recette gourmande  
Tiers-lieu Marguerite et Compagnie 2€ pour les 2 ateliers nutrissimo. Sur inscription  
asso.margueriteetcompagnie@gmail.com



ATELIER NUTRITION

14h30-16h30

**Atelier nutrition/dénutrition**  
diététicienne de la Mutualité française  
Résidence autonomie Les Myosotis  
Sur inscription 03 20 48 65 81



JOURNAL CRÉATIF

18h30

**Atelier Art-Thérapie**  
Et si vous preniez du temps pour créer et tisser du lien autrement ?  
Avec Claudia Schulze pour adultes  
Espace culturel Maurice-Schumann  
Sur inscription 03 20 48 62 50

13 juin



BIEN-ÊTRE

15h-16h

**Sophro balade familiale**  
par Lydie Delperie, sophrologue  
Parc Michel-Grasset  
A partir de 12 ans  
Espace culturel Maurice-Schumann  
Sur inscription 03 20 48 62 50

15 juin



SANTÉ

14h30-16h30

**Atelier ludique « Roue'tine santé »**  
**Quiz sur la santé**  
Résidence autonomie Les Myosotis  
Sur inscription 03 20 48 65 81