



ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

De Janvier à Juin des exercices ludique sont proposés associant exercices pratiques et conseils.



ATELIER D'EXPRESSION

Ateliers d'expression avec la "Compagnie Tout Cour" autour de jeux théâtraux, de mouvements, de jeux de voix, d'histoires, de sensations ...

C'est vous l'artiste !



CAFÉ DES AIDANTS

Autour d'un café, venez échanger votre expérience avec d'autres aidants



JEUDI 4 JANVIER
9h00 - 10h00

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Centre Socio Culturel
Le Teil



MARDI 9 JANVIER
14h30 - 16h

CAFÉ DES AIDANTS Santé et Temps pour Soi

Collectif SUD
POLE SENIORS
Aubenas



JEUDI 11 JANVIER
9h00 - 10h00

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Centre Socio Culturel
Le Teil



JEUDI 11 JANVIER
10h00 - 12h00

Art Thérapie ATELIER D'EXPRESSION

EHPAD SAINT JOSEPH
Aubenas



MERCREDI 17 JANVIER
14h15

PROJECTION FILM

5Places
EHPAD SAINT JOSEPH
Aubenas

JEUDI 18 JANVIER
9h00 - 10h00

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Centre Socio Culturel
Le Teil



JEUDI 25 JANVIER
9h00 - 10h00

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Centre Socio Culturel
Le Teil



JEUDI 25 JANVIER
10h00 - 12h00

Art Thérapie ATELIER D'EXPRESSION

EHPAD SAINT JOSEPH
Aubenas



Toute l'équipe de l'ADMR vous souhaite une bonne et heureuse année 2018 !

Une initiative soutenue et financée



Adhésion Club ADMR Annuelle : 35 €

Contact : Nathalie MAGNET au 06 86 69 84 65

 Transport aux animations possible gratuitement sur inscription Fédération ADMR de l'Ardèche : 04 75 35 10 50

Le programme est téléchargeable sur internet www.leclub-admr-ardeche.fr

