



pour tous, toute la vie, partout

**PREVENTION SANTE - VIE SOCIALE**

**Programme Club ANNONAY**

**SEPTEMBRE → OCTOBRE 2019**

**ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE AVEC SIEL BLEU**

**A partir du 19 septembre, tous les JEUDIS de 9h30 à 10h30**

Maison du Temps Libre - Peaugres

**APRES-MIDI JEUX**

**Mardi 17 septembre de 14h30 à 17h - Salle des associations - Saint Clair**

**JEU DE L'OIE « AU DIABLE LA VIEILLESSE »**

Atelier ludique sur l'alimentation, l'aménagement du logement, la mémoire, le sommeil...

**Mardi 24 septembre de 14h30 à 17h - Salle des associations—Saint Clair**

**CYLCE ATELIER EXPRESSION ARTISTIQUE : MOSAÏQUE**

**Vendredi 4 et 18 octobre de 14h30 à 17h - EHPAD Mon Foyer - Annonay**



**ANIMATIONS SEMAINE BLEUE**

**MERCREDI 9 OCTOBRE**

**Marche 3, 6 ou 9 kms : 10h départ entrée Via Fluvia côté Rives de Faya - Annonay**

**Ateliers Bien-être : 14h00 Halle des Muletiers - La Lombardière - Davézieux**

**ATELIER NATURE : MACERAT HUILEUX, PRENDRE SOIN DE SOI**

Ortie, achillée...explication de quelques plantes qui nous entourent pour réaliser un macérât à ramener chez soi pour prendre soin de soi

**Mardi 22 octobre de 14h00 à 17h - Salle des associations - Saint Clair**

**ATELIER RADIOPHONIQUE**

**“ALBUMS SOUVENIRS” - Thème 3: AU BOULOT !**

En partenariat avec Radio d'ici et les Archives d'Annonay

Venez partager et échanger autour de photos anciennes

**Jedi 31 Octobre de 14h30 à 17h - EHPAD Mon Foyer - Annonay**

Une initiative soutenue et financée



**Adhésion Club ADMR Annuelle : 35 €  Transport aux animations possible gratuitement**

**Inscription aux activités et renseignements : Carole GUILLOUX - 06 81 50 19 26**

**Fédération ADMR de l'Ardèche : 04 75 35 10 50**

**Programme téléchargeable sur internet [www.leclub-admr-ardeche.fr](http://www.leclub-admr-ardeche.fr)**

