



LUNDI 1er AVRIL
14H-16H



VISIO CONFERENCE:

Les aliments protecteurs pour rester en bonne santé:

Présenté par Isabelle Mischler Docteur
en science de la nutrition



MJC COULEUR PRIVAS

Séjours « Séniors en Vacances » 2019

SERRE CHEVALIER

du 31 Août au 7 Septembre 2019

Inscription jusqu'au 30 mai 2019



SERRE CHEVALIER

Du 31 août au 7 septembre 2019

+ d'infos : 06 81 50 19 26

1er séjour à La Grande motte :
COMPLET

LUNDIS 1er 8 et 15 AVRIL
15H45-16H45

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE

Avec l'association Siel Bleu



Mairie Annexe

St Martin de Valamas

COMPLET



JEUDIS 4-11-18 et 25 AVRIL
14H-16H



ATELIERS MEMOIRE

(sur 4 séances)

Venez agiter vos neurones!

Salle du Pont (salle de dessin)

St Martin de Valamas



MARDI 9 AVRIL
14H-16H

ATELIER MACRAME

Venez fabriquer
votre suspension en macramé
(Pensez à amener un petit pot de fleur)



MJC Couleur

PRIVAS SUR INSCRIPTION

MARDI 30 AVRIL
14H-16H

ATELIER LECTURE DES ETIQUETTES

Qu'est ce que je mange?
Savoir décrypter les étiquettes .



MJC Couleur

PRIVAS



Une initiative soutenue et
financée par :

ardèche
LE DEPARTEMENT



Adhésion Club ADMR Annuelle : 35 €

Inscription aux activités et renseignements :

Transport aux animations possible gratuitement

Albine Bouguerra au 06 48 99 08 73

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

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

