

PROGRAMME CLUB LES 5 VALLÉES

Jaujac

DESTINÉ AUX SÉNIORS

Programme de
AVRIL à JUIN 2022

Le Brain Gym apporte du mieux-être
au quotidien.

Il favorise la communication
entre le corps et les fonctions
cognitives par des activités
motrices et artistiques, des
outils simples et ludiques.



- **Lundi 11 avril**
- **Lundi 2, 16 et 30 mai**
- **Lundi 13 et 27 juin**

de **10h00**
à **11h30**

**Salle du Presbytère
JAUJAC**

ATELIER PRODUITS NATURELS

Venez découvrir comment
utiliser des produits naturels
au quotidien.



• **Vendredi 15 avril**

Les huiles essentielles au jardin

• **Vendredi 20 mai**

Fabrication de produits ménagers eco

• **Vendredi 24 juin**

Le miel et ses vertus

de **14h00**
à **16h00**

**Salle du Presbytère
JAUJAC**

EN LIGNE HAPPY VISIO

Des conférences et des ateliers gratuits
en ligne.



**Bien être • Vie pratique
Santé • Culture • Cuisine
Divertissement • Aidants**

www.happyvisio.com
code partenaire ADMR07



Besoin d'aide ?
01 76 28 40 84

IMPORTANT

- Les inscriptions sont obligatoires pour les ateliers :
Au 06 86 69 84 65 ou par mail abor@fede07.admr.org
- Adhésion Club ADMR annuelle : 35 €
- Les ateliers sont limités en nombre de participants
- Transport aux animations possible gratuitement



pour tous, toute la vie, partout

Fédération ADMR de l'Ardèche
04 75 35 10 50

Programme téléchargeable sur
www.admr-ardeche.fr



Ardèche
LE DÉPARTEMENT

Fondation
Généralistes Solidaires
Henri Baboin-Jaubert