

CAFÉ DES AIDANTS

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

ACTIVITÉS DE PRÉVENTION
DESTINÉES AUX SÉNIORS

PROGRAMME CLUB
AVRIL à JUILLET 2025
ADMR LES COLLINES DU VIVARAIS

Laviolle • Aubenas • Vals les
Bain



jeudi 10 AVRIL
jeudi 15 MAI
jeudi 12 JUIN

de 14h30
à 16h00

LA FERME
AUBENAS

SPORT SÉNIORS

Activité sportive adaptée à tous les niveaux

Mobil-Sport 26/07



jeudi 3, 10 et 17 AVRIL
jeudi 15 et 22 MAI
jeudi 5, 12, 19 et 26 JUIN
jeudi 10 JUILLET

de 10h30 à 11h30



Salle Polyvalente LAVIOLLE



Atelier **SOMMEIL**

« Mieux le comprendre, mieux le gérer »

par un intervenant spécialisé de 

jeudi 19 et 26
JUN

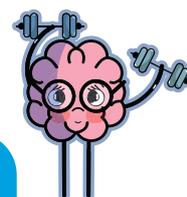
de 14h00
à 16h00



Salle Polyvalente LAVIOLLE

ATELIER MÉMOIRE

Avec Christiane, formatrice ADMR



jeudi 10 AVRIL
jeudi 15 MAI
jeudi 12 JUIN
jeudi 10 JUILLET

Salle Polyvalente
LAVIOLLE

de 14h00
à 16h00

Atelier ludique sous la forme de jeux et d'exercices pour faire travailler votre mémoire dans la bonne humeur et la convivialité !

IMPORTANT

• Les inscriptions sont obligatoires pour les ateliers :
Estelle Gaillard au 06 86 69 84 65 ou
04 75 35 10 50
Participation : adhésion à votre association ADMR local