

ACTIVITÉS DE PRÉVENTION  
DESTINÉES AUX SENIORS

ANNONAY  
DAVEZIEUX  
PEAUGRES

PROGRAMME CLUB ADMR  
NORD ARDECHE RHONE  
AVRIL A JUILLET 2023

## ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE



TOUS NIVEAUX  
SIEL BLEU



Tous les  
jeudis

de 9h30  
à 10h30

COMPLET

Maison du temps libre  
PEAUGRES

## ATELIERS NATURE ET BIEN ÊTRE

AVEC AUDE DI BIN  
PSYCHO-BIO-THÉRAPEUTE

Partez à la  
découverte  
des plantes  
qui vous  
entourent



vendredi 14 avril - atelier  
vendredi 7 juillet - sortie

GROUPAMA  
931 route de Lyon  
DAVEZIEUX

de 14h30  
à 17h00

## ATELIER INTERGÉNÉRATIONNEL



Jeudi 6 avril - atelier avec  
les élèves Bac Pro ASSP Lycée  
Montgolfier

Mardi 23 mai - Répétition spec-  
tacle chant et musique des élèves du  
collège des Perrières

de 14h30  
à 16h30

THÉÂTRE  
D'ANNONAY

## ATELIER L'ESTIME DE SOI AU COEUR DU BIEN ÊTRE

COMITÉ DÉPARTEMENTAL UFOLEP 07

Venez trouver les clés pour une meilleure  
connaissance de soi, pour être mieux avec  
ses émotions et avec les autres



JUIN  
ven 9, 16, 23 et 30

JUILLET  
ven 3 et 10

de 14h30  
à 16h30

GROUPAMA  
931 route de Lyon  
DAVEZIEUX

COMPLET

## DANSE

CIE BARAKA

Venez participer au projet  
«Assis mais toujours debout»  
autour de la mémoire du corps.  
Se raconter en mouvement, partager  
son expérience de vie.

Lundi 3 et 24 avril  
Lundi 15 et 22 mai  
Lundi 5, 19 et 20 juin

de 14h00  
à 15h00

Restitution publique le 21 juin  
2023 (horaire à confirmer)

CIE LA BARAKA  
Chapelle Ste Marie  
ANNONAY

## ATELIER EXPRESSION ARTISTIQUE

AVEC LA COMPAGNIE TOUT COUR

Activités artistiques  
favorisant l'expression  
individuelle et collective  
dans un environnement  
bienveillant.

de 14h30  
à 17h00

vendredi 21 avril  
vendredi 12 mai  
vendredi 2 juin

EHPAD Mon Foyer  
ANNONAY

## ATELIER CREATIF



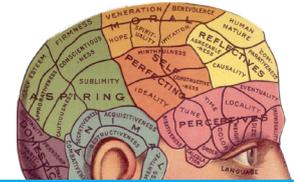
de 14h30  
à 17h00

vendredi 5 mai  
Pliage et origami

EHPAD Mon Foyer  
ANNONAY

## ATELIER MÉMOIRE

Venez agiter vos neurones !  
Ateliers ludiques



de 14h30  
à 17h00

vendredi 28 avril  
vendredi 26 mai

GROUPAMA  
931 route de Lyon  
DAVEZIEUX

### IMPORTANT

- Les inscriptions sont obligatoires pour les ateliers :  
Contact Carole GUILLOUX 06 81 50 19 26  
ou par mail [cguilloux@fede07.admr.org](mailto:cguilloux@fede07.admr.org)
- Adhésion Club ADMR annuelle : 35 €
- Les ateliers sont limités en nombre de participants
- Transport aux animations possible gratuitement