

Programme Club Eyrieux-Ouvèze

Destiné aux séniors

OCTOBRE/NOVEMBRE 2021

Une initiative soutenue et financée par :



CYCLE ATELIERS COMMUNICATION NON VIOLENTE

Communiquer , écouter, ressentir, observer

Avec *Claudia Maréchal*
Psychothérapeute

Vendredi 1er octobre

Vendredi 8 octobre

Vendredi 29 octobre

Vendredi 5 novembre

De 9h30 à 11h30

Résidence les recollets (derrière l'église) PRIVAS

Sur inscription - Nombre de places limité

CYCLE ATELIERS BIEN ETRE

Prendre soin de soi

Les ateliers sont animés par Hélène, Socio-Esthéticienne

Mardi 5 octobre: Le citron, ses bienfaits et son utilisation

Mardi 19 octobre: Soins des mains, comment chouchouter ses mains

Mardi 16 Novembre: Soins du visage, déroulement d'un soin et mise en pratique

Mardi 7 Décembre: Mise en beauté: Atelier autour du maquillage avec démonstration

De 14h à 16h

Résidence les recollets (derrière l'église) PRIVAS

Sur inscription - Nombre de places limité



CONFERENCES ATELIERS EN LIGNE

Participez à des activités ludiques et culturelles en visioconférence



Rendez-vous sur le site [Happyvisio.com](https://www.happyvisio.com) - Inscrivez-vous gratuitement avec le code partenaire ADMR07

Besoin d'aide ?

01 76 28 40 84

Adhésion Club ADMR Annuelle : 35 €

Transport aux animations possible gratuitement

Inscription et renseignements : Albine CEYTE au 06 48 99 08 73 - aceyte@fede07.admr.org



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

Programme téléchargeable www.admr-ardeche.fr