

ACTIVITES DE PREVENTION
DESTINEES AUX SENIORS

**PROGRAMME CLUB
ADMR LES TROIS RIVIERES
JANVIER à MARS 2023**

SAINT FÉLICIEN



EN LIGNE **HAPPY VISIO**

Des conférences et des ateliers gratuits en ligne.

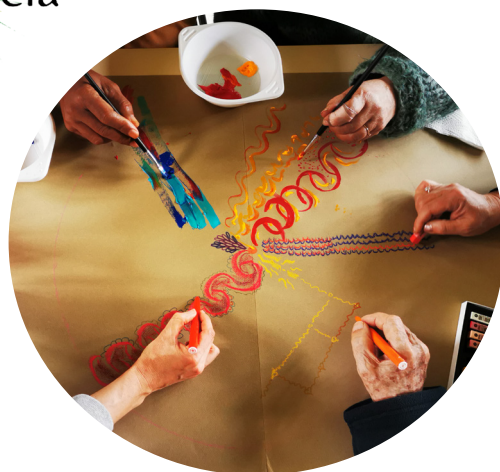
**Bien être • Vie pratique
Santé • Culture • Cuisine
Divertissement • Aidants**

www.happyvisio.com
code partenaire ADMR07



Besoin d'aide ?
01 76 28 40 84

Kanlaréla



Actions artistiques et de bien-être.
yoga - chant - cuisine - théâtre - musique - danse
activités manuelles

Tous les jeudis
(sauf vacances scolaires)
5 - 12 - 19 - 26 janv.
2 - 23 fév.
2 - 9 - 16 - 23 - 30 mars.

de **14h30**
à **16h30**

Couvent St JOSPEH
(en face de l'hôpital)
SAINT FÉLICIEN

Avec le soutien de



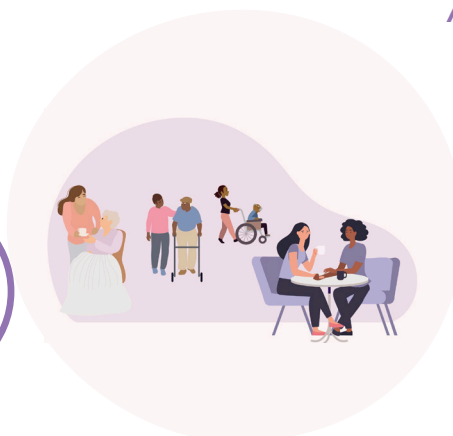
Saint Félicien



CAFÉ DES AIDANTS

sam 7 janv. « Les fêtes : ma famille, mes amis...un soutien pour moi ? »
sam 4 fév. « Et l'amour dans tout ça ? »
sam 4 mars « Positionnement avec les professionnels, trouver ma place. »

de **10h00**
à **11h30**



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

7 janv & 4 fév : Salle des aînés (à côté de la mairie - Saint Félicien)
4 mars : auberge de Saint Félicien



IMPORTANT

- Les inscriptions sont obligatoires pour les ateliers : Contact Carole GUILLOUX 06 81 50 19 26 ou par mail cguilloux@fed07.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

Une initiative soutenue
et financée par :