

Programme Club Collines du Vivarais



JUIN - JUILLET 2021

Destiné aux séniors

Une initiative soutenue et financée par :



CYCLE ATELIERS BIEN ETRE

2 ateliers d'activités physiques simples et ludiques, qui permettent de stimuler les capacités cognitives et favorisent le bien être.

Chaque séance s'organise autour de préactivités et de mouvements doux, adaptables à chacun, faciles à réutiliser dans son quotidien.

Les ateliers BRAIN GYM® effectués sont encadrés par une praticienne certifiée.

Mardi 29 Juin
Mardi 20 Juillet
De 14h30 à 17h00

Pôle Seniors
9 RUE DU DOCTEUR
PARGOIRE
AUBENAS

Sur inscription - Nombre de place limité

CONFERENCES ATELIERS EN LIGNE

Participez à des activités ludiques et culturelles en visioconférence

Rendez-vous sur le site

Happyvisio.com

Inscrivez-vous gratuitement
avec le code partenaire :

ADMR07



Besoin d'aide ?

01 76 28 40 84

contact@happyvisio.com

Adhésion Club ADMR Annuelle : 35 €

Transport aux animations possible gratuitement

Inscription et renseignements : Estelle GAILLARD au 06 86 69 84 65 - egillard@fede07.admr.org

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

Programme téléchargeable www.admr-ardeche.fr

Activités proposées dans le respect des règles sanitaires et des gestes barrières. Masque obligatoire en intérieur