

ACTIVITÉS DE PRÉVENTION
DESTINÉES AUX SÉNIORS

PROGRAMME CLUB AVRIL à JUIN 2025

ADMR NORD ARDECHE RHONE

Annonay • Peaugres
Davézieux

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE



Maison du temps libre **PEAUGRES**

SIEL BLEU

Activité sportive
COMPLÈTE
adaptée
à tous les niveaux



tous les **Jeudis**

de 9h15
à 10h15

Atelier **MUSICOTHERAPIE**

avec Sarah



**Vendredi
4 avril**

de 14h30
à 16h30

**EHPAD Mon Foyer - 8, rue du Bon Pasteur
ANNONAY**

Atelier **BIEN-ETRE - YOGA**

Yoga sur chaise avec Karine Nivon

**Vendredi
11 avril
16 mai
6 juin**

de 14h30
à 16h30



**Groupama - 931 route de Lyon
DAVEZIEUX**

ATELIER MÉMOIRE

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



**Vendredi
25 avril
30 mai**

de 14h30
à 16h30

**Groupama - 931 route de Lyon
DAVEZIEUX**

ATELIER RADIOPHONIQUE "ALBUM SOUVENIR"



Moment de partage et d'échange autour d'un thème et
participation à l'élaboration d'un album souvenir
radiophonique.

**Vendredi
20 juin**

de 14h30
à 17h00



**Groupama - 931 route de Lyon
DAVEZIEUX**

IMPORTANT

- Les inscriptions sont obligatoires pour les ateliers :



Carole GUILLOUX

06 81 50 19 26 - cguilloux@fede07.admr.org

- Adhésion à l'ADMR Nord Ardèche Rhône (12€)+ participation libre
- Les ateliers sont limités en nombre de participants
- Transport aux animations possible gratuitement