



Programme Animations Adultes et Familles Décembre 2023

SANTE

Atelier GYMNASTIQUE

Avec Enora LOUAISEL

Les mardis de 11h15 à 12h

Les jeudis de 10h à 11h

Les vendredis de 10h15 à 11 h

Sauf le vendredi 8 Décembre de 11h15 à 12h

Atelier DETENTE

Avec Nathalie ROUX, Sophrologue

Le Vendredi 8 Décembre

De 14h30 à 16h

Atelier Musique, Peinture

Avec Nathalie CLAVREUL, Musicothérapeute

Le vendredi 1er Décembre

De 14h30 à 16h

Atelier ART-THERAPIE, ARGILE

Avec Sylvie COMTAT, Art Thérapeute

Le mardi 19 Décembre

De 14h à 16h

Atelier

Avec Isabelle MARQUANT,

Infirmière de L' EDES

« LE COSMOS MENTAL,
LES EMOTIONS »

Le mardi 12 Décembre

De 14h à 16h

Accès aux LOISIRS

Atelier COUTURE

Avec Félicité,

Les lundis de 14h à 16 h

Atelier PATCHWORCK

Avec Joëlle

Les jeudis de 14h à 16h

OBJECTIF SANTE

Avec Josiane DRAHY

« Diabète, Thyroïde »

De 14h à 16h

Le vendredi 22 Décembre

Atelier INFORMATIQUE

Avec AVENIR 84

Les Jeudis de 10h à 12h