

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		1	2	3
		FERIE	14h-17h Le Bus des Mémoires (Clic) Sur inscription	10h-12h Stimulation Cognitive (Clic)
6	7	8	9	10
10h-11h Gym Douce s/ Chaise (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription 14h-17h Pep's Eurêka (Clic) Complet	10h30-11h30 Gym Douce (Tours sur Meymont) Sur Inscription 15h30-16h30 Gym Douce s/ Chaise (Ehpad Job) Complet	14h-16h Tricot (Résidence Goye Ambert) Sur Inscription	14h-15h30 Balade Bien Être Sur Inscription	10h-11h Gym Douce (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription 14h-17h « Quand Balade Rime avec Bien Être » Sur Inscription
13	14	15	16	17
10h-11h Gym Douce s/ Chaise (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription 14h-17h Pep's Eurêka (Clic) Complet	10h30-11h30 Gym Douce (Tours sur Meymont) Sur Inscription	11h-12h Rencontre Intergénérationnelle Sur Inscription 14h-16h Tricot (Résidence Goye Ambert) Sur Inscription	14h-15h30 Balade Bien Être Sur Inscription	10h-11h Gym Douce (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription 14h-17h « Quand Balade Rime avec Bien Être » Sur Inscription
20	21	22	23	24
10h-11h Gym Douce s/ Chaise (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription 14h-17h Pep's Eurêka (Clic) Complet	10h30-11h30 Gym Douce (Tours sur Meymont) Sur Inscription 14h-17h Le Bus des Mémoires (Clic) Sur inscription 15h30-16h30 Gym Douce s/ Chaise (Ehpad Job) Complet	14h-16h Tricot (Résidence Goye Ambert) Sur Inscription	14h-15h30 Balade Bien Être Sur Inscription 14h-17h Le Bus des Mémoires (Clic) Sur inscription	10h-12h Stimulation Cognitive (Clic) 10h-11h Gym Douce (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription 13h30-17h « Agir sur son alimentation en réapprenant le goût de faire » (Clic) Sur inscription
27	28	29	30	
10h-11h Gym Douce s/ Chaise (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription	10h30-11h30 Gym Douce (Tours sur Meymont) Sur Inscription 14h-17h Le Bus des Mémoires (Clic) Sur inscription	14h-17h Le Bus des Mémoires (Clic) Sur inscription 14h-16h Tricot (Résidence Goye Ambert) Sur Inscription	14h-15h30 Balade Bien Être Sur Inscription 14h-17h Le Bus des Mémoires (Clic) Sur inscription	

NOVEMBRE 2023

36, Boulevard Henri IV
63600 AMBERT
04-73-82-96-67



Inscription ou Information

Animatrice :

Angélique MALHIÈRE

Téléphone :

04 73 72 07 14

Email :

animation@clicivradoisforez.org

Légende des activités

Atelier Sport Adapté

Atelier Troubles Cognitifs

Atelier Manuel

Atelier Sophro-Balade

Atelier Mémoire

Atelier Nutrition

Atelier Intergénérationnel

Atelier Ecriture

Conférence