

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
				1
				<p>10h-11h Gym Douce (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription 14h-17h Le Bus des Mémoires (Clic) Sur inscription</p>
4	5	6	7	8
<p>10h-11h Gym Douce s/ Chaise (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription</p>	<p>10h30-11h30 Gym Douce (Tours sur Meymont) Sur Inscription 15h30-16h30 Gym Douce s/ Chaise (Ehpad Job) Complet</p>	<p>14h-16h Tricot (Résidence Goye Ambert) Sur Inscription</p>	<p>14h-15h30 Balade Bien Être Sur Inscription</p>	<p>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</p>
11	12	13	14	15
<p>10h-11h Gym Douce s/ Chaise (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription</p>	<p>10h30-11h30 Gym Douce (Tours sur Meymont) Sur Inscription</p>	<p>11h-12h Rencontre Intergénérationnelle Sur Inscription 14h-16h Tricot (Résidence Goye Ambert) Sur Inscription</p>	<p>14h-15h30 Balade Bien Être Sur Inscription</p>	<p>10h-12h Stimulation Cognitive (Clic) 10h-11h Gym Douce (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription</p>
18	19	20	21	22
<p>10h-11h Gym Douce s/ Chaise (Salle de Danse Ambert) Sur Inscription</p>	<p>10h30-11h30 Gym Douce (Tours sur Meymont) Sur Inscription 15h30-16h30 Gym Douce s/ Chaise (Ehpad Job) Complet</p>	<p>14h-16h Tricot (Résidence Goye Ambert) Sur Inscription</p>	<p>14h-15h30 Balade Bien Être Sur Inscription</p>	<p>10h-12h Stimulation Cognitive (Clic)</p>
25	26	27	28	29
FERIE		<p>14h-16h Tricot (Résidence Goye Ambert) Sur Inscription</p>		

DECEMBRE 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 Nutrition
Atelier Intergénérationnel
Atelier Ecriture