

Vous avez 60ans et plus

Bougez-vous

Amusez-vous



jeudi de 14h à 16h30

Espace Ferraud 87500 SAINT YRIEIX LA PERCHE

Programme du 15 septembre au 20 décembre 2025

(ateliers prévisionnels, sous réserve de modification)

Ne pas jeter sur la voie publique

Septembre

18 SEPTEMBRE : Raconte moi tes vacances
25 SEPTEMBRE : Gymnastique sur chaise + Jeux mémoire

Octobre

02 OCTOBRE : Recyclage plastique
09 OCTOBRE : Dessin sur papier craft
16 OCTOBRE : Création automnale
23 OCTOBRE : Gymnastique équilibre + Jeux de société

Novembre

06 NOVEMBRE : Gymnastique mémoire + Quizz
20 NOVEMBRE : Gymnastique mémoire + Création de Noël
27 NOVEMBRE : boostons notre mémoire

Décembre

04 DECEMBRE : Vélo cognitif avec Revlim + Jeux divers
11 DECEMBRE : Gymnastique sur chaise + Vélo cognitif avec Revlim
18 DECEMBRE : Vélo cognitif avec Revlim + musique et chants de Noël

**Renseignements
& Inscription :**

Nathalie Cibert :
06.33.87.92.04 / 05.55.10.01.31
n.cibert@adpad87.fr



Soutien financier et Partenaires:

