

# Vous avez 60ans et plus

## Bougez-vous

## Amusez-vous



# jeudi de 14h30 à 17h

## à la salle polyvalente 87370 SAINT SULPICE LAURIERE

# Programme du 15 septembre au 20 décembre 2025

(ateliers prévisionnels, sous réserve de modification)

Ne pas jeter sur la voie publique

### Septembre

**18 SEPTEMBRE : Gymnastique + Création « vieillir, une force à partager »**

**25 SEPTEMBRE : Visite « Château de CHAMBON »**

### Octobre

**02 OCTOBRE : Création « vieillir, une force à partager »**

**09 OCTOBRE : Création livre sur la visite du château de CHAMBON**

**16 OCTOBRE : Recyclage automnal**

**23 OCTOBRE : Gymnastique + Jeux mémoire**

**30 OCTOBRE : Souvenir « les châteaux du Limousin »**

### Novembre

**06 NOVEMBRE : Jeux de mémoire**

**13 NOVEMBRE : Gymnastique + Herbarium du Limousin**

**20 NOVEMBRE : Jeux de groupe**

**27 NOVEMBRE : Recyclage plastique**

### Décembre

**04 DECEMBRE : Gymnastique + Petit Bac**

**11 DECEMBRE : Repas de Noël + Quizz**

**Renseignements  
& Inscription :**

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



**Soutien financier et Partenaires:**



AG2R LA MONDIALE

