


ANIMATIONS GRATUITES ET OUVERTES À TOUS LES SENIORS ÉPÔNOIS

| FEVRIER « créatif » à la Maison des seniors |

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10h30 Groupe de parole	10h00-10h30 Vélo Santé	10h45 -11h45 Gym Equilibre	10h - 11h00 Activités diverses	10h30 Gym douce
12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)
14h -16h Jeux de mémoire	14h Activités et jeux de société en libre accès	15h « Ciné Cytises »	14h Activités et jeux de société en libre accès	14h Sorties ou ateliers Divers

Et Animations complémentaires ...

Dates	Horaires	Animations
Vendredi 3 février	15h	Atelier « bien dans son assiette »
Lundi 6 février	14h-16h	Jeux de mémoire
Jeudi 9 février	16h	Atelier créatif/peinture sur toile
Lundi 13 février	14h-16h	Atelier créatif
Mardi 14 février	15h30	Atelier écriture « Spécial St Valentin » 
Jeudi 16 février	16h	Atelier couture/tricot
Vendredi 17 février	15h	Atelier « bien dans son assiette »
Lundi 20 février	14h	Atelier cuisine « préparation sucrée » et dégustation
Jeudi 23 février	16h	Chants/ chorale