

CALENDRIER DES ATELIERS DU CIF SP

Programme du mois de février 2018

LUNDI 5 Sortie nature

Promenons nous dans notre belle ville !

MARDI 6 Piscine à Domitys*

Petit groupe d'aquagym dans un bassin rien que pour nous

Changement d'horaires : Rendez-vous à 9H30 à l'appart

OU Atelier Cirque avec Octave Singulier*

Equilibre, jonglage... sous chapiteau

Arts Plastiques : Calendrier des anniversaires

OU Préparation du déménagement dans notre nouveau

centre de loisirs (tri, rangement.)

MERCREDI 7 Causerie-lecture : Débat sur l'âgisme

JEUDI 8 Activités Physique adaptées : Gym douce

VENDREDI 9 Préparation du déménagement

dans notre nouveau centre de loisirs (tri, rangement...)

LUNDI 12 Sortie culturelle :

Exposition peinture à la maison de la Gibauderie

MARDI 13 Piscine à Domitys* à l'espace Mendès-France

Petit groupe d'aquagym dans un bassin rien que pour nous

Changement d'horaires : Rendez-vous à 9H30 à l'appart

Arts Plastiques Paysage : Portrait de fleurs

OU Atelier jeux de société

MERCREDI 14 Relaxation Sonore avec Othello Ravez,

musicien

OU Causerie-Lecture :

Sortie à la médiathèque sur le thème des vacances

JEUDI 15 Relaxation Shiatsu avec Antoine Di-Novati

VENDREDI 16 Chant avec Aurélie Amiet

Lundi 19 Sortie Nature Découverte de la Vallée Mouton,
quartier Grand large, Saint-Benoît

MARDI 20 Piscine à Domitys*

Petit groupe d'aquagym dans un bassin rien que pour nous

Changement d'horaires : Rendez-vous à 9H30 à l'appart

Arts Plastiques Peinture : Féerie des paysages

MERCREDI 21 Atelier Cuisine : Crêpes Party*

Arts Plastiques : Confection de loupes

OU Atelier bien être : Masque du visage

JEUDI 22 Atelier jeux de société

OU Activités Physique Adaptées :

Prévention des chutes, parcours de motricité

VENDREDI 23 Activités Physique Adaptées: Gym douce

LUNDI 26 Sortie Culturelle :

Exposition « T'as l'air dans ton assiette »

Une participation de 3 euros sera facturée

MARDI 27 Piscine à Domitys*

Petit groupe d'aquagym dans un bassin rien que pour nous

Changement d'horaires : Rendez-vous à 9H30 à l'appart

Ani'marche Balade dans notre belle ville en compagnie
d'un chien d'assistance

MERCREDI 28 Causerie-Lecture :

Mise en scène sur l'âgisme

OU Atelier Relaxation Sonore avec Othello Ravez,
Musicien

Sortie spectacle : Orchestre des Champs Elysées (6
places disponibles) Rendez-vous à 19H45 à l'appart ou
20h15 au TAP

JEUDI 1 MARS Atelier jeux de société

OU Activités Physique Adaptées :

Prévention des chutes, parcours de motricité

VENDREDI 2 Activités Physique Adaptées : Gym douce

Lieu de Rendez Vous

L'Appart, 20 rue de la Clouère, Appartement 5

86000 POITIERS

Horaires

*de 14h à 17h (sauf * 10h)*

Modalités

- *S'inscrire au plus vite (8 jours avant activités) au 05 49 37 07 78 (bureau) ou au 09 50 21 37 72 (appart)*
- *Si vous êtes inscrits et que vous avez un empêchement, nous prévenir au même numéro*
- *Si vous souhaitez participer et que vous rencontrez un problème de locomotion, contactez-nous*
- *Tarifs de 1 à 8 euros selon revenus (facture trimestrielle)*

L'équipe permanente

Juliette, Rémi, Emeline, Charlotte, Julien, Emilien

Les intervenants

*Antoine DiNovi (Relaxation Shiatsu), Othello Ravez (Relaxation sonore), Aurélie Amiet (Chant),
Cie Octave Singulier (Cirque)*

Coordonnées et renseignements :

Tél : 05 49 37 07 78

Email : bientraitance@cif-sp.org

Facebook : <https://facebook.com/cif-sp.org>

Adresse postale : 3 rue Georges Servant

86 000 Poitiers

CIF-SP

**Centre d'Information et de Formation
des Services à la Personne**