

CALENDRIER DES ATELIERS DU CIF SP

Programme du mois de Janvier 2018

MARDI 2 Arts plastiques

Décoration de « l'arbre à visage »

MERCREDI 3 Causerie-Lecture

*Sortie à la médiathèque
Discussion « L'amitié »*

JEUDI 4 Activités Physiques Adaptées

Gym douce

VENDREDI 5 Atelier prévention des chutes

Parcours de motricité, équilibre

LUNDI 8 Balade au centre équestre

MARDI 9 Piscine à Domitys*

Petit groupe d'aquagym

Cirque avec Octave Singulier*

Équilibre, jonglage

Arts Plastiques

*Décoration et finition des cadres
de « l'arbre à visage »*

Atelier Jeux de société

MERCREDI 10 Relaxation Sonore

Avec Othello Ravez

Causerie-Lecture

Les expressions françaises

JEUDI 11 Activités Physiques Adaptées

VENDREDI 12 Chant avec Aurélie Amiet

LUNDI 15 Sortie quartier Gibauderie

*Exposition « Paysages envisagés »
Par Marie Christine BEAU*

MARDI 16 Piscine à Domitys*

Petit groupe d'aquagym

Arts plastiques

Création d'un calendrier d'anniversaires

Bien-être Vernis, soins des mains

MERCREDI 17 Causerie-Lecture

Création d'un « Jar de l'amitié »

JEUDI 18 Relaxation Shiatsu avec Antoine Di-Novi

VENDREDI 19 Atelier prévention des chutes

Parcours de motricité, équilibre

LUNDI 22 Arts Plastiques

Calendrier des anniversaires

MARDI 23 Piscine à Domitys*

Petit groupe d'aquagym

Sortie au Musée de Sainte croix

Exposition des sculptures de Rodin

MERCREDI 24 Atelier Cuisine Repas d'hiver

Boutique Collection d'hiver

Jeux de cartes/société

JEUDI 25 Activités Physiques Adaptées Equilibre

VENDREDI 26 Chant avec Aurélie Amiet

Ludothèque Moment partagé

LUNDI 29 Sortie au troquet de la Gibauderie

Prévoir de la monnaie pour consommations

MARDI 30 Piscine à Domitys*

Petit groupe d'aquagym

Ani'marche

Ballade en compagnie de chiens dressés

MERCREDI 31 Relaxation Sonore avec Othello Ravez

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**

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**



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