

# 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](mailto: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](mailto: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**