

PLANNING ANIMATIONS
Lundi 5 au vendredi 9 octobre

	Lundi 5 octobre	Mardi 6 octobre	Mercredi 7 octobre	Jeudi 8 octobre	Vendredi 9 octobre
Matin	Sport  10h15 -11h00	Cours de Provençal  10H30 – 11H30 Cous de Prouveçau	ATELIER PRÉVENTION DES CHUTES, GESTES DE 1^{ER} SECOURS  Maison des Associations Salle des Pins Pignons De 09h30 à 11h30	MétaFor Atelier Mémoire  9H30 – 11H30	Atelier d'écriture avec l'animatrice Anne-Hélène BRIÈRE « Récit de vie » Dans le salon à 10h00
	Aquagym  15h00 - 15h45 Equilibre et Motricité  15h00 – 16h00	YOGA 16H30 – 17H30  YOGA 17H30 – 18H30	 14H30-17H30 Maison des Associations Salle de la Madrague (co-voiturage ou Bus Seniors)	Cinéma le Pagnol « Regards sur le monde » Séance à 14h30 « ANTARCTIQUE » Transport Bus Seniors Inscriptions à l'accueil, auprès de Lidija Aqua-gym annulée	(Pas de jeux Pause Café le vendredi) Sport maison des associations  15h00 -16h00

PLANNING ANIMATIONS
Lundi 12 au vendredi 16 octobre

	Lundi 12 octobre	Mardi 13 octobre	Mercredi 14 octobre	Jeudi 15 octobre	Vendredi 16 octobre
Matin	Sport  10h15 -11h00	Cours de Provençal  10H30 – 11H30 Cous de Prouveçau	ATELIER PRÉVENTION DES CHUTES, GESTES DE 1^{ER} SECOURS  Maison des Associations Salle des Pins Pignons De 09h30 à 11h30	Séance de remplacement  Dans le salon de la Résidence Les Tilleuls 09h00 – 11h30	Atelier d'écriture avec l'animatrice Anne-Hélène BRIÈRE « Récit de vie » Dans le salon à 10h00
Après - midi	Aquagym  15h00 - 15h45 Equilibre et Motricité  15h00 – 16h00	YOGA 16H30 – 17H30  YOGA 17H30 – 18H30	<i>Partie de pétanque</i>  À partir de 15h00 Inscriptions auprès de Lidija, À l'accueil	Aquagym  15h00 - 15h45 Bruce Wayne Tour chants  15h00 – 17h00	(Pas de jeux Pause Café le vendredi) Sport maison des associations  15h00 – 16h00

PLANNING ANIMATIONS
du lundi 19 au vendredi 23 octobre 2026

	Lundi 19 octobre	Mardi 20 octobre	Mercredi 21 octobre	Jeudi 22 octobre	Vendredi 23 octobre
Matin	Pas de Sport Pendant les vacances scolaires	Cours de Provençal  10H30 – 11H30 Cous de Prouveçau	ATELIER PRÉVENTION DES CHUTES, GESTES DE 1^{ER} SECOURS  Maison des Associations Salle des Pins Pignons De 09h30 à 11h30	MétaFor Atelier Mémoire  9H30 – 11H30	Atelier d'écriture avec l'animatrice Anne-Hélène BRIÈRE « Récit de vie » Dans le salon à 10h00
Après- midi	Pas d'Aquagym Pendant les vacances scolaires	YOGA 16H30 – 17H30  YOGA 17H30 – 18H30	 14H00 – 16H30 Salle de la Madrague Maison des Associations (rdv dans le hall à 13h45 – Co-voiturage Ou mini bus)	Pas d'Aquagym Pendant les vacances scolaires	Pas de Sport Pendant les vacances scolaires

PLANNING ANIMATIONS

Du lundi 26 au samedi 31 octobre 2026

	Lundi 26 octobre	Mardi 27 octobre	Mercredi 28 octobre	Jeudi 29 octobre	Vendredi 30 octobre	Samedi 31 octobre
Matin	Pas de Sport Pendant les vacances scolaires	Cours de Provençal  10H30 – 11H30 Cous de Prouveçau	ATELIER PRÉVENTION DES CHUTES, GESTES DE 1^{ER} SECOURS  Maison des Associations Salle des Pins Pignons De 09h30 à 11h30	La dictée d'octobre À 10h30 Dans le salon	Pas d'Atelier d'écriture « Récit de vie »	
Après - midi	Pas d'Aquagym Pendant les vacance scolaires	Yoga 16h30 - 17h30  Yoga 17H30 – 18H30	 14h30-17h30 Salle des Pins Pignons Maison des Associations (rdv dans le hall à 14h00 Co-voiturage ou mini bus)	Pas d'Aquagym Pendant les vacance scolaires	(Pas de jeux Pause Café le vendredi) Aromathérapie  14h00 - 17h00 Sport Maison des Associations  15h00-16h00	BRUCE WAYNE Musique  15h00 – 17h00