



LES ATELIERS VILL'ÂGE

Gratuit !

Réservés aux 60 ans et plus !

**Inscriptions et
Renseignements**

02.32.93.90.68

02.32.93.96.06

ateliervill-age@fede76.admr.org

**La Fédération ADMR de Montville
en collaboration avec le CCAS de
Saint Valery-en-Caux**

 **ADMR**
la référence du service à la personne

**La Fédération ADMR de Montville
en collaboration avec le CCAS
De Saint Valery-en-Caux**

 **CNSA**
Caisse nationale de
solidarité pour l'autonomie

 **76**
SEINE-MARITIME
LE DÉPARTEMENT

 **St-Valery
en-Caux**

 **ADMR**
la référence du service à la personne

NUMERIQUE



**Jeudi 6 Juin et
Mardi 18 Juin 2019**
14H30 à 16H30

**Résidence autonomie les Camélias,
Rue du Havre
76460 Saint Valery-en-Caux**
L'objectif sera de faciliter la prise en main de la tablette, mais aussi de découvrir certaines applications.

QI GONG ET TAÏ CHI CHUAN

Mercredi 12 Juin 2019
14H à 16H

**Résidence autonomie les Camélias,
Rue du Havre
76460 Saint Valery-en-Caux**
Séance gym-équilibre alliant la sollicitation de l'équilibre, le renforcement musculaire, la mobilisation articulaire.



PREVENTION DES CHUTES ET DES RISQUES DOMESTIQUES

Mardi 25 Juin 2019
14H30 à 16H30

**Résidence autonomie les Camélias,
Rue du Havre
76460 Saint Valery-en-Caux**
Prise de conscience des risques de chute, sensibilisation sur les dangers du quotidiens et recommandation pour limiter les faux pas.



YOGA DU RIRE ET SOPHROLOGIE
Mardi 02 Juillet 2019
14H30 à 16H30

**Résidence autonomie les Camélias,
Rue du Havre
76460 Saint Valery-en-Caux**
Venez partager un moment de rire et de détente pour retrouver votre bonne humeur.



COUPON/REPONSE

Je soussigné(e) Mme/M :

.....

Résidant à :

.....

Téléphone :

...../...../...../...../.....

Souhaite participer à/aux ateliers :

QI GONG ET TAI CHI CHUAN

YOGA DU RIRE ET SOPHROLOGIE

NUMERIQUE 06/06 ET 18/06

PREVENTION DES CHUTES ET RISQUES DOMESTIQUES

Merci de bien vouloir retourner ce coupon à l'adresse suivante ou de confirmer votre présence par mail ou Téléphone avant le 31/05/2019

FEDERATION ADMR

1 Rue Ernest Delaporte

76710 Montville



ateliervill-age@fede76.admr.org



02.32.93.90.68-02.32.93.96.06

