

# CALENDRIER DES AIDANTS

Avril 2024



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDEDI
<b>Férialé</b> 1	 Sophrologie 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis 2	 Ecriture d'un recueil 14h30 -16h30 Villers-Cotterêts ( Cité internationale de la langue française) 3	 Atelier Binôme Gym / Sophrologie Villiers Saint Denis 14h30 - 16h30 4	 Atelier Numérique 14h30 -16h30 Villiers Saint Denis 5
 Créativité 14h30- 16h15 Villiers Saint Denis 8	 Socio-esthétique 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis <u>Santé des aidants Sport</u> 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts 9	 Gym douce 14h30- 16h00 Villiers Saint Denis 10	 Café des aidants 14h30 -16h00 Villers-Cotterêts ( Cité internationale de la langue française) 11	<u>Santé des aidants</u> <u>Environnement</u> 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (Ehpad français 1er) 12
 Sophrologie 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis 15	 Gym douce 14h30- 16h00 Villiers Saint Denis 16	 Socio-esthétique 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis 17	 Sensibilisation à la Bienveillance 14h00- 16h30 Villiers Saint Denis <u>Gym équilibre 14h15 - 15h45</u> Villers-Cotterêts (RDV Gymnase Gatineau) 18	<u>Santé des aidants</u> <u>Alimentation</u> 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (Ehpad français 1er) 19
 S'exprimer par la créativité 14h30- 16h15 Villiers Saint Denis 22	 <b>Café des aidants</b> 14h30 -16h00 Fère-en-Tardenois 23	24	 Marche Volontaire 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (RDV parking du grand bosquet) 25	 Sonothérapie 14h30-16h00 Fère en Tardenois 26
 Marche 14h00 - 16h00 Château-Thierry (RDV parking carrefour) 29	 <b>Café des aidants</b> 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis 30			



# CALENDRIER DES AIDANTS

*Mai 2024*



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		1 <i>Férialé</i>	2 <b>Santé des aidants</b> <b>Sommeil</b> 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (Ehpad François 1er)	3 @ <b>Atelier Binôme</b> Créativité / Numérique 14h30 - 16h30 Villiers Saint Denis
S'exprimer par la créativité 14h30- 16h15 Villiers Saint Denis 	7 Sophrologie 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis 	8 <i>Férialé</i>	9 <i>Férialé</i>	10 <b>Atelier Photographie</b> 14h30 - 16h30 Villiers Saint Denis
13 Sophrologie 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis 	14 Socio-esthétique 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis 	15 Ecriture d'un recueil 14h30 -16h30 Villiers-Cotterêts ( Cité internationale de la langue française) 	16 <b>Café des aidants</b> 14h30 -16h00 Villiers-Cotterêts ( Cité internationale de la langue française) 	17 Sonothérapie 14h30-16h00 Fère en Tardenois (Salle pierre Lebrun) 
20 <i>Férialé</i>	21 Gym douce 14h30- 16h00 Villiers Saint Denis 	22 Socio-esthétique 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis 	23 Gym équilibre 14h15-15h45 Villiers-Cotterêts (RDV Gymnase Gatineau) 	24 @ <b>Atelier Numérique</b> 14h30 -16h30 Villiers Saint Denis
27 S'exprimer par la créativité 14h30- 16h15 Villiers Saint Denis Olympiades Villiers Saint Denis	28 Marche 14h00 - 16h00 Château - Thierry (RDV parking carrefour)	29 Gym douce 14h30 - 16h00 Villiers Saint Denis	30 Marche Volontaire 14h00 - 16h00 Villiers-Cotterêts (RDV parking du grand bosquet)	31 <b>Atelier Photographie</b> 14h30 - 16h30 Villiers Saint Denis



# CALENDRIER DES AIDANTS

Jun 2024



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p><b>S'exprimer par la créativité</b> 3 14h30- 16h15 Villiers Saint Denis</p>	<p><b>Sophrologie</b> 14h30 -16h00 4 Villiers Saint Denis <b>Sonothérapie</b> 14h30-16h00 Fère en Tardenois</p>	<p><b>Ecriture d'un recueil</b> 5 14h30 -16h00 Villers-Cotterêts ( Cité internationale de la langue française)</p>	<p><b>Gym douce</b> 14h30 - 16h00 6 Villiers Saint Denis <b>Café des aidants</b> 14h30-16h00 Fère en Tardenois (salle pierre lebrun)</p>	<p><b>Bilan santé des aidants</b> 7 <b>Alimentation</b> 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (Ehpad François 1er)</p>
<p><b>Sophrologie</b> 10 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p><b>Café des aidants</b> 11 14h30-16h00 Villers-Cotterêts ( Cité internationale de la langue française)</p>	<p>1/3 <b>Création de mon espace santé</b> 12 14h30 - 16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p><b>Atelier Numérique</b> 13 14h30 -16h30 Villiers Saint Denis</p>	<p><b>Bilan Santé des aidants</b> 14 <b>Environnement</b> 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (Ehpad François 1er)</p>
<p><b>S'exprimer par la créativité</b> 17 14h30- 16h15 Villiers Saint Denis</p>	<p><b>Gym douce</b> 14h30 - 16h00 18 Villiers Saint Denis <b>Atelier Photographie</b> 14h30 - 16h30 Villiers Saint Denis</p>	<p><b>Socio-esthétique</b> 19 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis</p>	<p><b>Gym équilibre</b> 14h15-15h45 20 Villers-Cotterêts (RDV Gymnase Gatineau) <b>Café des aidants</b> 14h30-16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p><b>Atelier Binôme</b> 21 Socio-esthétique / Sophrologie Villiers Saint Denis 14h30 - 16h30</p>
<p><b>Marche</b> 24 14h00 - 16h00 Château - Thierry (RDV parking carrefour)</p>	<p><b>Socio-esthétique</b> 25 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis</p>	<p>2/3 <b>Création de mon espace santé</b> 26 14h30 - 16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p><b>Marche Volontaire</b> 27 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (RDV parking du grand bosquet)</p>	<p><b>Atelier Photographie</b> 28 14h30 - 16h30 Villiers Saint Denis</p>