

ANIMATIONS HEBDOMADAIRES

<u>LES LUNDIS</u> De 14h00 à 15h00	<u>BIEN DANS SA TÊTE</u> INITIATION A L'ANGLAIS <i>Niveau Débutant</i> Avec Claire <i>A la salle de réunion</i>
<u>LES MARDIS</u> De 12h00 à 14h00 De 14h30 à 15h30 <i>Réservé aux résidents</i> <i>Sauf le 15 et 29 octobre.</i>	<u>BIEN ÊTRE AU QUOTIDIEN</u> REPAS ANIMATION <i>Ouvert à tous</i> CHANTONS ENSEMBLE Avec Claire <i>A la salle de sport</i>
<u>LES MERCREDIS</u> De 10h00 à 11h00 De 11h00 à 12h00 <i>Sur inscription</i> De 14h30 à 16h30	<u>BIEN DANS SA TÊTE</u> ATELIER MEMOIRE Avec Isabelle PERMANENCE NUMERIQUE Avec Isabelle <u>BIEN DANS SON CORPS</u> GYM Avec Carole
<u>LES JEUDIS</u> De 14h30 à 16h30	<u>BIEN DANS SON CORPS</u> EQUILIBRE LUDIQUE Avec Carole
<u>LES VENDREDIS</u> De 14h00 à 15h00 <i>Sur inscription</i> De 15h30 à 17h30	<u>BIEN DANS SON CORPS</u> SOPHROLOGIE / RELAXATION Avec Anne <i>A la salle de sport</i> YOGA / ETIREMENTS Avec Carole



Résidence « Le Relais de Poste »
Nathalie DEFOSSEZ Gérante Animatrice
64, rue Clémenceau
68660 LIEPVRE
03.89.58.20.01
ndefossez@apa.asso.fr

PROGRAMME ANIMATION OCTOBRE 2019



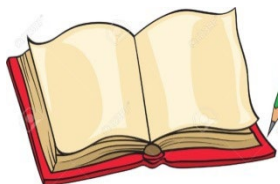
BIEN DANS SA TÊTE et BIEN ÊTRE AU QUOTIDIEN

Vendredi 4 octobre 2019

De 10h30 à 13h00

Inscription le jeudi 26 septembre 2019

Lecture avec Claire suivi d'un déjeuner à 13 €
réservé au groupe de lecture



Menu

Poisson du jour, écrasé de pommes de terre
Paris Brest et café
Boisson comprise

Mardi 8 octobre 2019

A 17h00

Messe

BIEN DANS SA TÊTE

Mardi 15 octobre 2019

De 14h00 à 17h00

Conférence : Qu'est ce qu'un CAAD ?
Présentation des services du réseau APA
Avec Vanessa SCHUBNEL

BIEN ÊTRE AU QUOTIDIEN

Mardi 29 octobre 2019

A 12h00

Repas anniversaire

Avec Marco



Dimanche 27 octobre 2019

Passage à l'heure d'hiver



Menus

Mardi 1 octobre 2019

Œuf à la Russe
Rôti de veau Orloff
Poêlée campagnarde
Compote



Mardi 8 octobre 2019

Quiche Lorraine
Cuisse de lapin chasseur
Pois gourmands
Fromage

Mardi 15 octobre 2019

Lard Paysan
Dos de cabillaud à la crème de chorizo
Riz
Tarte aux pommes

Mardi 22 octobre 2019

Croustade au Munster
Souris de cerf
Choux Romanesco
Fromage blanc

Mardi 29 octobre 2019

Céleri Remoulade
Noix de joue de porc à la bière
Torsettes au beurre
Pâtisserie

Réservation le jeudi de 9h30 à 11h00
N'oubliez pas d'inviter vos amis et familles

