

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	 <p>Sophrologie 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p><u>Santé des Aidants Sport</u> 14h30 - 16h30 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Socio-esthétique 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Café des Aidants 14h30 -16h00 Fère-en-Tardenois</p>
 <p>Sophrologie 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Socio-esthétique 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Ecriture d'un recueil 14h30 -16h30 Villers-Cotterêts (Cité Internationale de la Langue Française)</p>	 <p>Café des Aidants 14h30 -16h00 Villers-Cotterêts</p>	<p><u>Santé des Aidants</u> <u>Alimentation</u> 14h30-16h30 Villiers Saint Denis</p>
 <p>Approche du Yoga 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Atelier Binôme Gym / Sophrologie 14h30 - 16h30 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Tai-Chi 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Gym équilibre 14h15 - 15h45 Villers-Cotterêts (RDV Gymnase Gatineau)</p>	 <p>S'exprimer par la créativité 14h30- 16h45 Villiers Saint Denis <u>Quizz musical</u> 14h30-15h30 Villers-Cotterêts (Cité Internationale de la Langue Française)</p>
 <p>Marche 14h00 - 16h00 Château-Thierry (RDV parking carrefour)</p>	 <p>Café des Aidants 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Sonothérapie 14h30-16h00 Fère en Tardenois (Salle pierre Lebrun)</p>	 <p>Marche Volontaire 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (RDV parking du grand bosquet)</p>	 <p>Atelier Numérique 14h30 -16h30 Villiers Saint Denis <u>Quizz musical</u> 14h30-15h30 Villers-Cotterêts (Cité Internationale de la Langue Française)</p>
 <p>Danse 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p><u>Santé des Aidants</u> <u>Sommeil</u> 14h30 - 16h30 Villers-Saint-Denis</p>	<p><u>Santé des Aidants</u> <u>Environnement</u> 14h30 - 16h30 Villers-Saint-Denis</p>	 <p>Gym douce « Mal de dos » 14h30 - 16h00 Villiers Saint Denis</p>	

CALENDRIER DES AIDANTS

Novembre 2024



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
				1
				Férieré
 <p>Approche du Yoga 4 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Sophrologie 5 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Ecriture d'un recueil 6 14h30 -16h30 Villiers-Cotterêts (Cité Internationale de la Langue Française)</p>	 <p>Café des Aidants 7 14h30 -16h00 Villers-Cotterêts (Cité Internationale de la Langue Française)  Création de mon espace santé 1/2 14h30- 16h00 Villiers saint Denis</p>	 <p>Atelier Numérique 8 14h30 -16h30 Villiers Saint Denis</p>
				15
Férieré	 <p>Sophrologie 12 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>S'exprimer par la créativité 13 14h30- 16h45 Villiers Saint Denis</p>	<p>Journée Nationale des Aidants 14 8 rue du Château, Château-Thierry</p>	 <p>Atelier Binôme Créativité/ Numérique 15 14h30 - 16h30 Villiers Saint Denis « La Pause des Proches-Aidants » 15h30-17h00  EHPAD les Gloriettes Crouy</p>
				22
 <p>Danse 18 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Socio-esthétique 19 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Socio-esthétique 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis  Gym douce « Automassage » 14h30 - 16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Marche Volontaire 21 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (RDV parking du grand bosquet)  Création de mon espace santé 2/2 14h30- 16h00 Villiers saint Denis</p>	 <p>Sonothérapie 22 14h30-16h00 Fère en Tardenois (Salle pierre Lebrun)</p>
				29
 <p>Marche 25 14h00 - 16h00 Château - Thierry (RDV parking carrefour)</p>	 <p>Café des Aidants 26 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Tai-Chi 27 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	 <p>Gym équilibre 28 14h15 - 15h45 Villers-Cotterêts (RDV Gymnase Gatineau)</p>	 <p>Café des Aidants 29 14h30 -16h00 Fère-en-Tardenois</p>

CALENDRIER DES AIDANTS

Décembre 2024

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Sophrologie 2 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p>Socio-esthétique 3 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis</p>	<p>Ecriture d'un recueil 4 14h30 -16h30 Villers-Cotterêts (Cité Internationale de la Langue Française)</p>	<p>Café des Aidants 5 14h30 -16h00 Villers-Cotterêts</p>	<p>Gym douce 6 « Gym respiration » 14h30 - 16h00 Villiers Saint Denis</p>
<p>S'exprimer par la créativité 9 14h30- 16h45 Villiers Saint Denis</p>	<p>Sophrologie 10 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p>Tai-Chi 11 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p>Marche Volontaire 12 14h00 - 16h00 Villers-Cotterêts (RDV parking du grand bosquet)</p>	<p>Atelier Binôme 13 Socio-esthétique / Créativité 14h30 - 16h30 Villiers Saint Denis</p>
<p>Approche du Yoga 16 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p>Sonothérapie 17 14h30 -16h00 Fère en Tardenois (Salle pierre Lebrun)</p>	<p>Socio-esthétique 18 14h30 -16h15 Villiers Saint Denis</p>	<p>Gym équilibre 14h15 - 15h45 19 Villers-Cotterêts (RDV Gymnase Gatineau)</p> <hr/> <p>Café des Aidants 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>	<p>Atelier Numérique 20 14h30 -16h30 Villiers Saint Denis</p>
<p>Danse 23 14h30 -16h00 Villiers Saint Denis</p>				<p>Café des Aidants 27 14h30 -16h00 Fère-en-Tardenois</p>
<p>Marche 30 14h00 - 16h00 Château - Thierry (RDV parking carrefour)</p>				

Férieré