

 **Lundi
motivationnel**

“Il faut toujours viser la lune,
car même en cas d'échec, on
atterit dans les étoiles.”
Oscar Wilde

 **Mardi
Jour de la
gratitude**



09/07: Massage
16/07: Massage

 **Mercredi du
bien-être**

03/07 : Massage
10/07 : Massage

**17/07, 14h30: Table
ronde sur le sommeil**
animée par **un médecin**
suivi d'une **relaxation
musicale**

 **Jeudi de la
pensée**



 **Vendredi du
bien-être**

**Repas de l'été au restaurant
la Boussole / Mignaloux B**
05/07: 12h15 aux Ateliers C: ou
12h30 au restaurant. Tarif
libre à chacun

Invitation chez Chrystel
12/07: 14h00 aux Ateliers C ou
14h30 chez Chrystel à Fleuré.
Séance relaxation musicale en
plein-air animée par Simon,
suivi d'une dégustation de
sorbets

Sortie en forêt
19/07: 14h00 aux Ateliers C :
séance avec Belinda: Comment
la nature nous aide à nous
ressourcer.

Sorties Culturelles / Nouveautés

- **Lundis et Mercredis de 17h00 à 20h00: Baignade + 1h00 d'aquagym,** à piscine de Nieuil l'Espoir - 6,20 euros
- **Les jeudis de l'été, animations sportives et concerts, prévoir pique-nique.** RDV à 16h00 aux Ateliers C
- **Vendredi 5 /07 :** 19h30 aux Ateliers C, **repas à l'île au Tison + concert de Zazie**
- **Jeudi 18/07:** 16h00 aux Ateliers C, 17h00 au parc des Pré-Mignons, **animations sportives, pique-nique + concerts**

Rappel: Durant le temps de l'activité, votre proche peut-être accueilli aux Ateliers Cord'âges

Les Ateliers Cord'âges
15 allée de la providence
86000 Poitiers

Tél: 05.86.98.02.00

Email: atelierscordages18@gmail.com

[https://www.facebook.com/people/Les-Ateliers-Cord%C3%A2ges/100064935270868/?
locale=fr_FR](https://www.facebook.com/people/Les-Ateliers-Cord%C3%A2ges/100064935270868/?locale=fr_FR)



ASSOCIATION LOI 1901
RECONNUE D'INTÉRÊT GÉNÉRAL
"CHAQUE DON COMPTE, PEU IMPORTE SA FORME
ENSEMBLE, NOUS POUVONS FAIRE LA DIFFERENCE"
L'ASSOCIATION LES ATELIERS CORD'ÂGES EST HABILITEE A REMETTRE DES REÇUS FISCAUX
AU BENEFICE DE SES DONATEURS