

PROGRAMME JANVIER 2026

INSCRIPTION A PARTIR DU VENDREDI 19 DECEMBRE

05 86 98 02 00 / 06 66 04 98 03

15 allée de la providence

86000 Poitiers

atelierscordages18@gmail.com



MATIN DE 10H00 À 12H00

APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30

SOIRÉE

LUNDI 5

Fermé pour rangement



MARDI 6



Travail
d'équipe
Fermé au
public



Atelier
de l'intime

MERCREDI 7



Marche bien-
être



Coiffure



Club des
familles



Massage

JEUDI 8



Marche
active



Massage



Activité Physique
Adaptée

VENDREDI 9



Cuisine



Massage



Golf

PROGRAMME JANVIER 2026

05 86 98 02 00/06 66 04 98 03
 15 allée de la providence
 86000 Poitiers
 atelierscordages18@gmail.com



MATIN DE 10H00 À 12H00

APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30

SOIRÉE

LUNDI 12



Gym douce



Art Créatif



15h-16h30
Chorale

MARDI 13



Travail d'équipe
Fermé au public



Danse
Créative
17h-18h15

MERCREDI 14



Marche
bien-être



Massage



Club des
familles



Visite de l'expo
"Les aventures fantastiques
de Sacré-Cœur"

JEUDI 15



Marche
active



Massage



Activité Physique
Adaptée

VENDREDI 16



Cuisine



Massage



Atelier défilé de
mode

PROGRAMME JANVIER 2026

05 86 98 02 00/06 66 04 98 03
 15 allée de la providence
 86000 Poitiers
 atelierscordages18@gmail.com



	MATIN DE 10H00 À 12H00	APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30	SOIRÉE
LUNDI 19	 Gym douce	 Art Créatif	
MARDI 20	 Travail d'équipe Fermé au public	<i>14h-17h30</i>  Cinéma connaissance du monde Route 66	
MERCREDI 21	 Marche bien-être	 Massage	 Club des familles
JEUDI 22	 Marche active	 Massage	 Atelier de la joie
VENDREDI 23	 Cuisine	 Massage	 Prévention des chutes
DIMANCHE 25		 14h-16h Après-midi convivial	

PROGRAMME JANVIER 2026

05 86 98 02 00/06 66 04 98 03
 15 allée de la providence
 86000 Poitiers
 atelierscordages18@gmail.com



MATIN DE 10H00 À 12H00

APRÈS-MIDI DE 14H À 16H30

SOIRÉE

LUNDI 26



Gym douce

14h00-17h00



Bain de nature

MARDI 27



Travail d'équipe
 Fermé au public

MERCREDI 28



Marche
 bien-être



Club des
 familles



Coiffure

JEUDI 29



Marche
 active



Massage



Activité Physique
 Adaptée

VENDREDI 30



Cuisine



Atelier défilé de
 mode



17h00-20h30
 Soirée jeux de
 société