



Programme des activités du mois de septembre 2024



| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | dimanche |
|---|---|--|---|---|--|--|
| | | | | | | 1 ^{er} septembre |
| 2 septembre 10h gym douce 10h30 lecture des actualités 14h30 jeux de société 14h30 courses 16h Balnéothérapie | 3 septembre 10h gym douce 10h30 lecture des actualités 14h20 médiation équine à Esperce 14h Réflexologie 16h sophrologie | 4 septembre 10h danse 10h30 lecture des actualités 14h00 cinéma 14h30 pétanque 15h30 atelier mémoire | 5 septembre 10h marche au «Ramiers» 14h30 gym adaptée 15h30 gym assise 16h soins relaxants | 6 septembre 10h sortie au marché de Auterive 15h commission animations | 7 septembre 14h30 Ciné club | 8 septembre |
| 9 septembre 10h gym douce 10h30 lecture des actualités 14h45 médiation équine dans le jardin de la résidence 16h sophrologie | 10 septembre 10h marche au «Ramiers» 14h activité cuisine 14h30 courses 14h30 chorale 16h10 célébration de la messe | 11 septembre 10h danse 10h30 lecture des actualités 14h30 travaux manuels | 12 septembre 10h gym douce 10h30 lecture des actualités 14h30 gym adaptée 15h30 gym assise | 13 septembre 10h sortie au marché de Auterive 14h30 loto 16h Art thérapie | 14 septembre 14h30 Ciné club | 15 septembre 15h écoute musicale |
| 16 septembre 8h Sortie mer 10h gym douce 10h30 lecture des actualités 14h30 jeux de société 15h30 atelier mémoire 16h Balnéothérapie | 17 septembre 10h gym douce 10h30 lecture des actualités 14h Réflexologie 14h20 Courses 14h30 chorale 15h épluchage de légumes | 18 septembre 10h danse 10h30 lecture des actualités 14h30 pétanque 15h marche dans le jardin de la résidence | 19 septembre 10h marche au «Ramiers» 14h30 gym adaptée 15h30 gym assise 16h Soins relaxants | 20 septembre 10h30 pique nique en bord d'Ariège 16h travaux manuels 16h Art thérapie | 21 septembre 14h30 Ciné club | 22 septembre 15h écoute musicale |
| 23 septembre 10h gym douce 10h30 lecture des actualités 14h30 jeux de société 14h30 courses 15h activité cuisine | 24 septembre 10h marche au «Ramiers» 11h30 restaurant 14h30 chorale 14h30 activité cuisine 16h sophrologie | 25 septembre 10h danse 10h30 lecture des actualités 14h30 pétanque 15h30 atelier mémoire 16h travaux manuels | 26 septembre 10h gym douce 10h30 lecture des actualités 14h médiation canine 14h30 gym adaptée 15h30 gym assise | 27 septembre 10h sortie au marché de Auterive 14h30 « Mathias Crozet » animera les anniversaires du mois | 28 septembre 14h30 Ciné club | 29 septembre 15h écoute musicale |
| 30 septembre 10h gym douce 10h30 lecture des actualités 14h30 jeux de société 14h30 courses | La Semaine Bleue, du 30 septembre au 6 octobre 2024, est une semaine nationale des retraités et personnes âgées qui met en lumière leurs contributions à la société. | | | | | |

