

Mise à jour:

31/01/2020

## PLANNING D'ACTIVITES

### Des activités autour des 3 dominantes

|  |                               |
|--|-------------------------------|
|  | Ateliers physiques et moteurs |
|  | Epanouissement personnel      |
|  | Atelier de vie en société     |



atelier mené par un intervenant extérieur



atelier se déroulant à l'extérieur du site

|            |            | LUNDI  | MARDI   | MERCREDI   | JEUDI   | VENDREDI  |
|------------|------------|--|---|--|---|---|
| Matin      |            | <b>Ménage de chambre</b><br><i>"prendre soin de son espace"</i>          | <b>Médiathèque</b><br><br>Remiremont  | <b>Ludothèque</b><br><br>Remiremont  | <b>Fleurs et Jardin</b><br><br>Tremplin et extérieur                              | <b>Médiathèque</b><br><br>Vagny, Dommartin, Epinal  |
|            |            | <b>Informatique</b><br><i>avec Jean-Pierre (Bénévole)</i><br>à Dommartin | <b>Bien être/esthétique</b><br><br>Salle de bien-être Chevreuils                            | <b>Poterie</b><br><i>avec Sophie (professionnelle)</i><br>à Cornimont                | <b>Equitation</b><br><i>"L'animal et moi"</i><br>Val d'Ajol                       | <b>Peinture</b><br><i>avec Yvette et Renée (Bénévole)</i><br>Salle d'activité Les Ecureuils |
|            |            | <b>Film / Documentaire</b><br><br>Salon Chevreuils                       | <b>Rythme et percussions</b><br><i>avec Daniel et Fabienne (professionnels)</i><br>au Tholy | <b>Gym Douce</b><br><i>avec Marie Edith (bénévole)</i><br>Salle d'activité Ecureuils | <b>Marche</b><br><br>Extérieur  | <b>Ménage de chambre</b><br><i>"prendre soin de son espace"</i>                             |
|            |            | Accompagnement Cuisine   | Accompagnement Cuisine  | Accompagnement Cuisine   | Accompagnement Cuisine  | Accompagnement Cuisine  |
|            |            | Accompagnement Ménage/entretien  | Accompagnement Ménage/entretien   | Accompagnement Ménage/entretien  | Accompagnement Ménage/entretien   | Accompagnement Ménage/entretien   |
|            |            |  |   |  | Balnéothérapie<br><br>au chevreuil<br>1 fois<br>par mois                          |   |
| Après-midi | Esthétique | <b>Chant / Danse</b><br><br>Chevreuils                                   | <b>Théâtre</b><br><i>"la Miroiterie" à Remiremont</i>                                       | <b>Jeux de société</b><br><br>Salle à manger des Chevreuils                          | <b>Travail Manuel</b><br><br>Chevreuils   | <b>Promenade des chiens</b><br>SPA de Brouvelieures   |
|            |            | <b>AQUATRADING</b><br>Piscine de Vagny                                   | <b>Atelier culinaire</b><br>Nicolas   | <b>Balade</b><br>Environ   | <b>Parcours moteur</b><br>Salle polyvalente Saint Amé                             | <b>Handisport</b><br>Saint Nabord   |
|            |            | <b>Courses</b><br>villes environnantes                                   | <b>Courses</b><br>villes environnantes  | <b>Ferme de Reherrey</b><br>Vecoux   | <b>Pâtisserie</b><br><i>Préparation du goûter pour les résidents</i><br>Les Geais | <b>Sports collectifs</b><br>Gymnase du Tholy  |
|            |            |  |   |  |   | <b>Lecture</b><br>Tisanière des Chevreuils  |