

Programme d'animation du 7 septembre au 11 septembre 2026

MATIN

LUNDI



15h

CHORALE
avec Danielle
(Salle d'animation)

MARDI



l'Atelier
du
Bien-être

10h30

**"Un moment
pour soi"**

(Salle d'animation)



15h

**Préparation
des apéritifs**
(Restaurant)



16h15

**Renforcement
musculaire**
avec Stéphane
(Salle d'animation)

MERCREDI



9h

SORTIE
au marché de
Châteaubriant

JEUDI

10H30

**Cérémonie
religieuse**

(Salle de culte)

le p'tit
APERO

11h45

**La Bretagne
et la mer !**

VENDREDI



10h30

CAFÉ PAPOTE
revue de presse
(Salon Lavoir)



15h

GYM DOUCE
1er groupe
avec Arthur

15h45

GYM DOUCE
2è groupe
(Salle d'animation)

SAMEDI



15h

DOCUMENTAIRE
(Salle d'animation)

DIMANCHE



15h

**Atelier
mandalas**
(Salle d'animation)

Du lundi au vendredi à partir de 17h

Pliage des lavettes

(Au salon 1er)



Belle
SEMAINE
À TOUS