



devient

A
Amaelles

**100%
Gratuit**

2 activités maximum
par personne
Inscription obligatoire
jusqu'au 10/01 et dans
la limite des places
disponibles.

Du 17 au 21 janvier 2022

participez à
**la Semaine
Bien-être**

Inscriptions

 **06 33 42 93 19**

lscabello@apa.asso.fr
www.amaelles.org/animations

Zen
*dans sa tête...
et dans ses
baskets!*



**créons
ensemble
des jours
heureux.**

Programme

Lundi 17.01

**Gym
Waldighoffen**
avec Ophélie
9H

**Marche nordique
Altkirch**
avec Monique,
Alain et Antoine
14H



Mardi 18.01

**Bols chantants
Dannemarie**
avec Véronique
10H

**Yoga
Dannemarie**
avec Frédéric
12H30

**Balade facile
Dannemarie**
avec Andrée
14H

Mercredi 19.01

**Bols chantants
Waldighoffen**
avec Véronique
10H

**Gym
Dannemarie**
avec Pascal
15H30

**Marche nordique
Saint-Louis**
avec Henri
et Agnès
14H

Jeu-di 20.01

**Marche nordique
Dannemarie**
avec Andrée
10H

**Jeux de société
Dannemarie**
*Scrabble, rumikub,
triominos*
avec Laetitia
14H



AG2R LA MONDIALE

Et avec le soutien de
nombreuses communes

Vendredi 21.01

**Atelier
informatique**
*tablette,
smartphone*
avec Angèle
10H

ALSACE



Fondation Alliance

CAIRPSA CARPRECA

Lieux d'activités

Waldighoffen
Résidence
Les Symphorines,
10 rue du vignoble

Saint-Louis
Stade de l'Au,
rue de la pisciculture

Altkirch
La Palestre

Dannemarie
Village séniors
les berges du canal,
rue du canal

Amaelles

1^{er} Collectif
français
d'aide et de soins
à la personne

amaelles.org