



## BIEN ÊTRE AU QUOTIDIEN

Du 13 juin au 17 juin  
Semaine du bien être

### Lundi

4 €

De 8h30 à 10h00  
Petit déjeuner  
*Sur inscription*

De 14h30 à 16h00  
Découverte de l'hypnose

### Mardi

De 11h00 à 16h00  
Salon coiffure et esthétique  
*Sur inscription*

A 12h00  
Buffet  
*Sur réservation*

10 €

### Mercredi

De 10h30 à 11h30  
Atelier mémoire

De 14h00 à 16h00  
Méditation au tambour

### Jeudi

De 14h30 à 16h00  
Sophrologie

### Vendredi

De 10h30 à 11h30  
Lecture

De 14h00 à 16h00  
Projection d'un film

APALIB' devient



Résidence « Le Relais de Poste »  
Nathalie DEFOSSEZ Gérante Animatrice  
64, rue Clémenceau  
68660 LIEPVRE  
03.89.58.20.01  
ndefossez@apa.asso.fr

## PROGRAMME ANIMATION JUIN 2022



JEUDI 9 JUIN 2022

Permanence de 9H00 à 10H00

Venez rencontrer votre Conseillère

Mieux Vivre et Autonomie

Aurélié ADDARIO qui répondra à toutes vos questions et sera à votre disposition pour vous apporter toutes les informations sur vos droits à des aides et trouver des solutions pour faciliter votre quotidien (entretien du logement, courses...)



## BIEN DANS SA TÊTE



**LES MERCREDIS**  
De 13H45 à 14H45  
ANGLAIS (niveau confirmé)

**LES VENDREDIS**  
Sauf le 17 juin  
De 14H à 15H  
(Réservé aux résidents)  
Avec Claire

**LES MERCREDIS**  
De 9H15 à 10H15  
PERMANENCE NUMERIQUE

**LES MERCREDIS**  
De 10H30 à 11H30  
ATELIER MEMOIRE  
Avec Isabelle



Inscription  
obligatoire pour  
les personnes de  
l'extérieur

## BIEN DANS SON CORPS

**LES MERCREDIS**  
Sauf le 1er et le 15 juin  
De 14H A 16H  
GYM DOUCE  
Avec Eugénie LOPEZ



## BIEN ÊTRE AU QUOTIDIEN

**LES JEUDIS**  
DE 14H30 A 16H00  
RDV AVEC SOI  
Avec Philippe



**LUNDI 20 JUIN**  
DE 14H00 A 16H00  
L'ATELIER DES ARTISTES  
Avec Séverine

**MARDI 7 JUIN**  
De 11h30 à 14h00  
Repas au « Deux clés »  
Avec Nathalie  
De 14H30 à 16H30  
LUD TECH  
Avec Anouk

Inscription  
obligatoire  
le 25/05/2022  
de 9h à 10h

**MARDI 21 JUIN**  
A PARTIR DE 12H  
FÊTE DE LA MUSIQUE  
TARTES FLAMBEES  
Avec Nathalie et l'équipe de l'ADJ



**MARDI 28 JUIN**  
DE 16H à 16h30  
Messe