

Programme 2025



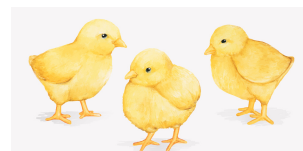
(1) pour les aidé.e.s (2) pour les aidant.e.s et les membres (3) pour tous



- Mardi 1er 10h à 12h | **Brignoles** _Groupe de parole (2)
14h à 16h | **Hyères** _Atelier de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **La Londe** _Atelier n°1 de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **Toulon** _Le Chœur d'Aloïs : chorale (3)
- Mercredi 2 14h à 15h | WhatsApp _Sophrologie (2)
- Jeudi 3 9h30 à 11h30 | **La Londe** _Atelier n°2 de mobilisation cognitive (1)
14h30 à 15h30 | **Zoom** _Yoga assis (2)
Pas d'atelier de mobilisation cognitive à Fréjus
- Vendredi 4 10h à 12h | **Six-Fours** _Balade sophrologique (3) au Parc de la Méditerranée
14h à 16h | **Toulon** _Atelier de mobilisation cognitive (1)



- Lundi 7 14h à 16h | **Toulon** _Les petites mains d'Aloïse : atelier manuel (2)
Pas d'atelier de mobilisation cognitive à Six Fours
- Mardi 8 10h à 12h | **Toulon** _Groupe de parole (2) avec accueil de votre aidé.e (sur inscription)
14h à 16h | **Zoom** _Groupe de parole (2)
14h à 16h | **Toulon** _Le Chœur d'Aloïs : chorale (3)
Pas d'ateliers de mobilisation cognitive à Hyères et La Londe
- Jeudi 10 14h à 16h | **Fréjus** _Atelier de mobilisation cognitive (1)
Pas d'atelier de mobilisation cognitive à La Londe
- Vendredi 11 *Pas d'atelier de mobilisation cognitive à Toulon*
- Lundi 14 14h à 16h | **Toulon** _Les petites mains d'Aloïse : atelier manuel (2)
15h à 17h | **Six Fours** _Atelier de mobilisation cognitive (1)
- Mardi 15 10h à 12h | **Toulon** _Balade sophrologique (3) à la plage du Mourillon. RdV au restaurant "Il parasol di Marco"
14h à 16h | **Hyères** _Atelier de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **La Londe** _Atelier n°1 de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **Toulon** _Le Chœur d'Aloïs : chorale (3)
- Mercredi 16 14h à 15h | WhatsApp _Sophrologie (2)
14h à 16h | **Six Fours** _Sophrologie (2)
- Jeudi 17 14h à 16h | **La Londe** _Atelier n°2 de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **Fréjus** _Atelier de mobilisation cognitive (1)
14h à 18h | **Toulon** _Réflexologie plantaire (2) - 4 soins individuels
- Vendredi 18 12h à 15h | **La Farlède** _Resto mémoire Solo (2) au Café de la Place
12h à 15h | **Fréjus** _Resto mémoire (3)
14h à 16h | **Toulon** _Atelier de mobilisation cognitive (1)



- Lundi 21 *de Pâques - Férié*
- Mardi 22 12h à 15h | **Six Fours** _Resto mémoire Duo (3) à La Terrasse
14h à 16h | **Hyères** _Atelier de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **La Londe** _Atelier n°1 de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **Six Fours** _Le Chœur d'Aloïs : chorale (3) - *Prestation à l'EHPAD Les Jardins de Provence*
- Jeudi 24 9h30 à 11h30 | **La Londe** _Atelier n°2 de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **Fréjus** _Atelier de mobilisation cognitive (1)
14h30 à 15h30 | **Zoom** _Yoga assis (2)
- Vendredi 25 14h à 16h | **Toulon** _Atelier de mobilisation cognitive (1)
13h50 à 15h50 | **La Crau** _Balade sophrologique (3) au Domaine de la Castille

- Lundi 28 14h à 16h | **Toulon** _Les petites mains d'Aloïse : atelier manuel (2)
15h à 17h | **Six Fours** _Atelier de mobilisation cognitive (1)

- Mardi 29 14h à 16h | **Hyères** _Atelier de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **La Londe** _Atelier n°1 de mobilisation cognitive (1)
14h à 16h | **Toulon** _Le Chœur d'Aloïs : chorale (3)

