



Carsat Retraite & Santé au travail
Pays de la Loire



Association Jardin Fleuri

Tél : 02-43-70-66-66 ou 06-70-15-63-11

Mail : assojardinfleuri@neuf.fr

Planning de Mars 2024



JOUR		MATIN (9h30-11h30)	APRES-MIDI (14h-16h00)
SEMAINE 10			
LUNDI	4		
MARDI	5		
JEUDI	7		
VENDREDI	8		
SEMAINE 11			
LUNDI	11		Sensibilisation a la relaxation. Groupe 1 (14h30-15h30) et groupe 2 (15h30-16h30) à l'école de musique à Meslay Participation de 2€ Inscription obligatoire
MARDI	12	Couture // Bois	
JEUDI	14	Atelier "Jeux clownesques " à l'espace Meslinois de 9h30 à 11h30. S'inscrire	Cinéma a Château Gontier a 14h30. Film: " Maison de retraite 2" Participation de 5€. Inscription obligatoire. RDV au local de l'EDI à 13h45.
VENDREDI	15	Jardin	Activités sportives à la salle des sports de Bouère de 14h00 à 16h00. (Prévoir votre bouteille d'eau). Inscription obligatoire.
SEMAINE 12			
LUNDI	18		"Randonnée pour tous" à Bouère.RDV à 13h20 au local de l'EDI. Merci de vous inscrire
MARDI	19	Bois // Scrapbooking à la journée	
JEUDI	21	Initiation au Ginkgo au local de l'EDI	Atelier 1 de "Nutrition" sensibilisation à une alimentation équilibrée animée par une diététicienne. Participation de 2€. Vous inscrire
VENDREDI	22	Jardin	Activités sportives à la salle des sports de Bouère de 14h00 à 16h00. (Prévoir votre bouteille d'eau). Inscription obligatoire. // Théâtre au Carré à 20h30 "Injabulo"
SEMAINE 13			
LUNDI	25		Sensibilisation à la relaxation. Groupe 1 (14h30-15h30) et groupe 2 (15h30-16h30) à l'école de musique à Meslay Participation de 2€ Inscription obligatoire

MARDI	26	Tricot // Bois	Informatique: autour du thème de la "gestion de la boîte mail" et prévoir vos questions
JEUDI	28	Initiation peinture	Atelier 2 de "Nutrition" sensibilisation à une alimentation équilibrée animée par une diététicienne. Participation de 2€. Vous inscrire
VENDREDI	29	Jardin	Activités sportives à la salle des sports de Bouère de 14h00 à 16h00. (Prévoir votre bouteille d'eau). Inscription obligatoire.

Les ateliers nutrition organisés par la MSAIO et animés par une diététicienne ont pour objectifs de transmettre les clefs d'une alimentation équilibrée et de prendre conscience de ses comportements alimentaires et acquérir de nouveaux réflexes favorables à un bien être durable