

Date de l'atelier	Lieu	Intitulé
13 décembre 2021 – 9h30	Centre social Saint-Martin 13 bis rue Jean Falloux 02100 Saint-Quentin	Café-santé : De bons réflexes pour une bonne mémoire !
23 décembre 2021 – 12h	Gymnase la Ramée – 4 rue du Commandant Guy Bieler 02100 Saint-Quentin	Activité physique adaptée : gymnastique douce
30 décembre 2021 – 12h	Gymnase la Ramée – 4 rue du Commandant Guy Bieler 02100 Saint-Quentin	Activité physique adaptée : adresse et précision
4, 11, 18 et 25 janvier 2022 – 10h 1^{er} et 22 février 2022 – 14h	Aid'Aisne – 50 rue de Baudreuil 02100 Saint-Quentin	HappyMémoire : ateliers de stimulation cognitive
19 janvier 2022 – 14h	Aid'Aisne – 50 rue de Baudreuil 02100 Saint-Quentin	Atelier FunnyTab : les applications santé et nutrition
20 janvier 2022 – 9h30	Centre social Saint-Martin 13 bis rue Jean Falloux 02100 Saint-Quentin	Saveurs d'ailleurs : cuisinons ensemble !
21 janvier 2022 – 14h	Café-théâtre Saint-Médard – 64 avenue de Paris 02200 Soissons	Café-philos
26 janvier 2022 – 14h	Aid'Aisne – 50 rue de Baudreuil 02100 Saint-Quentin	Atelier « ça se discute ! »
2 février 2022 – 14h	Aid'Aisne – 50 rue de Baudreuil 02100 Saint-Quentin	Atelier Plaisir & Gourmandise : des idées de menus pour le soir
16 février 2022 – 14h	Aid'Aisne – 50 rue de Baudreuil 02100 Saint-Quentin	Atelier Plaisir & Gourmandise : seniors petits mangeurs, quels conseils ?
18 février 2022 – 14h	Café-théâtre Saint-Médard – 64 avenue de Paris 02200 Soissons	Café-philos
23 février 2022 – 14h	Aid'Aisne – 50 rue de Baudreuil 02100 Saint-Quentin	Atelier « ça se discute ! »
Chaque jeudi à 12h, du 6 janvier 2022 au 24 février 2022	Gymnase la Ramée – 4 rue du Commandant Guy Bieler 02100 Saint-Quentin	Séances d'activité physique adaptée : renforcement musculaire, parcours moteurs,

		gymnastique douce, marche nordique, adresse et précision, équilibre
--	--	---

**Renseignements et inscriptions auprès de Elodie LANEZ,
07.76.00.48.54 / e.lanez@aid-aisne.fr**