

Activités semaine 49



Mardi 1^{er} décembre.

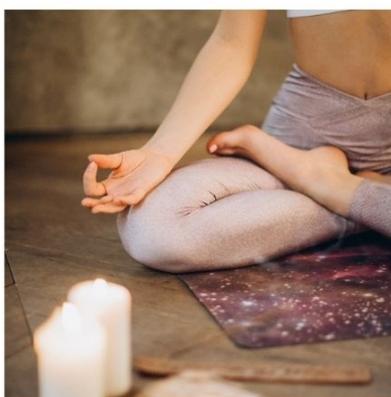
Ateliers santé et bien-être

11h Activités Physiques Adaptées « tous handicaps »

13h Activités Physiques Adaptées « SEP »

Activités de loisirs

15h Blind test



Mercredi 2 décembre.

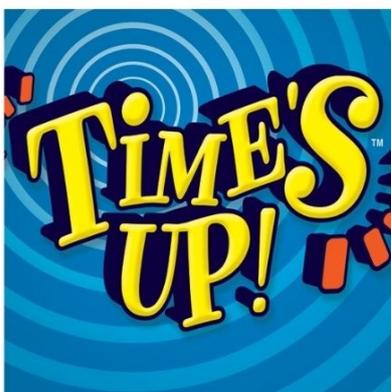
Ateliers santé et bien-être

10h Pilates « tous handicaps »

17h Pratiques énergétiques – méditation

Groupe de discussions

14h Groupe d'échanges



Jeudi 3 décembre.

Activités de loisirs

11h Time's up

14h Quiz

14h Groupe décharge

Vendredi 4 décembre.

Ateliers santé et bien-être

11h Pilates « aidants »



Samedi 5 décembre

Ateliers santé et bien-être

11h Sophrologie « SEP et aidants »

14h30 Equitation adaptée – Selon les annonces gouvernementales, cette activité pourrait être organisée le dimanche

Inscriptions auprès de [Laura Lassègue, sc.landes@apf.asso.fr](mailto:sc.landes@apf.asso.fr)