

MOREUIL

Réservé aux personnes de 60 ans et plus, résidant sur la communauté de communes de Avre Luce Noye.

- Pratiquer des activités en piscine style Aquagym et varier avec des activités plus relaxantes (Sonothérapie, Balnéo, etc...)
- Stimuler ses fonctions cognitives lors d'ateliers Mémoire.

Deux ateliers se dérouleront sur dix séances (voir calendrier ci-dessous) :

1. Le lundi (de 14h15 à 15h00) ou le vendredi (de 9h15 à 10h00) : temps d'activités en piscine, (45 mn pour se rhabiller et se restaurer)

2. Puis le lundi (de 15h45 à 17h) ou le vendredi (de 10h45 à 12h) : atelier mémoire en salle

Ou :

1. Le lundi (de 14h00 à 15h15) ou le vendredi (de 9h00 à 10h15) : atelier mémoire en salle, (30 mn pour se restaurer et se mettre en tenue de bain,

2. Puis le lundi (de 15h45 à 17h) ou le vendredi (de 11h00 à 11h45) : temps d'activités en piscine,

Une petite collation est prévue entre les deux séances aux dates ci-contre :

Lundi 9 mai 2022	Lundi 30 mai 2022
Vendredi 13 mai 2022	Vendredi 3 juin 2022
Lundi 16 mai 2022	Vendredi 10 juin 2022
Vendredi 20 mai 2022	Lundi 13 juin 2022
Lundi 23 mai 2022	Vendredi 17 juin 2022

Ne pas oublier
son sac Piscine

Lieu de déroulement de l'atelier :

+ une séance bilan en septembre 2022 (à définir)

**Centre Aquatique
Alméo**
Rue Maurice Garin,
80110 MOREUIL

Il sera encadré par le personnel d'Alméo et un animateur spécialisé des PEP80. Le coût de cet atelier est de 20 € pour l'ensemble des séances et d'une adhésion annuelle à l'association PEP80 de 5 €.

Pour tout renseignement :

Chargé de Coordination des Actions Seniors

Sylvain PIOLI

06.86.18.16.22

Association PEP80
256 rue Saint Honoré
BP 88813

80 088 AMIENS Cedex 2

animation.seniors@pep80.fr

<http://www.pep80.com>

Attention
Nombre de places limité
Date limite inscription : 6 mai

Inscription aux PEP80:
03.22.71.78.78

MOREUIL

Réservé aux personnes de 60 ans et plus, résidant sur la communauté de communes de Avre Luce Noye.

- Pratiquer des activités en piscine style Aquagym et varier avec des activités plus relaxantes (Sonothérapie, Balnéo, etc...)
- Stimuler ses fonctions cognitives lors d'ateliers Mémoire.

Deux ateliers se dérouleront sur dix séances (voir calendrier ci-dessous) :

1. Le lundi (de 14h15 à 15h00) ou le vendredi (de 9h15 à 10h00) : temps d'activités en piscine, (45 mn pour se rhabiller et se restaurer)

2. Puis le lundi (de 15h45 à 17h) ou le vendredi (de 10h45 à 12h) : atelier mémoire en salle

Ou :

1. Le lundi (de 14h00 à 15h15) ou le vendredi (de 9h00 à 10h15) : atelier mémoire en salle, (30 mn pour se restaurer et se mettre en tenue de bain,

2. Puis le lundi (de 15h45 à 17h) ou le vendredi (de 11h00 à 11h45) : temps d'activités en piscine,

Une petite collation est prévue entre les deux séances aux dates ci-contre :

Lundi 9 mai 2022	Lundi 30 mai 2022
Vendredi 13 mai 2022	Vendredi 3 juin 2022
Lundi 16 mai 2022	Vendredi 10 juin 2022
Vendredi 20 mai 2022	Lundi 13 juin 2022
Lundi 23 mai 2022	Vendredi 17 juin 2022

Ne pas oublier
son sac Piscine

Lieu de déroulement de l'atelier :

+ une séance bilan en septembre 2022 (à définir)

**Centre Aquatique
Alméo**
Rue Maurice Garin,
80110 MOREUIL

Il sera encadré par le personnel d'Alméo et un animateur spécialisé des PEP80. Le coût de cet atelier est de 20 € pour l'ensemble des séances et d'une adhésion annuelle à l'association PEP80 de 5 €.

Pour tout renseignement :

Chargé de Coordination des Actions Seniors

Sylvain PIOLI

06.86.18.16.22

Association PEP80
256 rue Saint Honoré
BP 88813

80 088 AMIENS Cedex 2

animation.seniors@pep80.fr

<http://www.pep80.com>

Attention
Nombre de places limité
Date limite inscription : 6 mai

Inscription aux PEP80:
03.22.71.78.78