

À ne pas rater cette semaine
du 09 Mars au 15 Mars 2026



ATELIER BIEN-ETRE MENTAL

Jeudi nous accueillons l'association SOLIPSY, qui propose un temps d'échange et d'information autour d'une thématique : le bien-être et la santé mentale. Les jeunes volontaires en Service Civique seront présents pour nous rencontrer et passer un bon moment avec nous ! Discutons-en ensemble : prendre soin de sa santé mentale, c'est un sujet qui nous concerne tous.

En salon privé en partenariat avec l'association SOLIPSY.

ATELIER MUSICAL ET BIEN-ETRE

Adeline nous invite Vendredi à participer à un atelier sensoriel et musical. Accompagnée de nombreux instruments, elle propose un moment joyeux et apaisé, pour profiter du bien-être que procure la musique !



Découvrez les activités de la
semaine !

Du 09 Mars au 15 Mars 2026



Résidence seniors

Patio Serena

Les Templitudes
Nantes

ATTENTION

PLUME

=

INSCRIPTION

A L'ACCUEIL

Lundi 09 Mars

- 14h00 Gym Equilibre 
- 15h00 Gym Equilibre

Mardi 10 Mars

- 11h00 Réveil Musculaire
- 15h00 Répétition de la Chorale

Mercredi 11 Mars

- 11h00 Relaxation
- 15h00 Atelier culturel *LES AMIS D'HUBERT* : « Les châteaux de la Loire »

Jeudi 12 Mars

- 09h30 Navette Intermarché 
- 10h00 Navette Marché Zola
- 15h00 Atelier « prenons soin de notre santé mentale » avec les jeunes *Service Civique* ! (en salon privé) 
- 15h00 Club de Belote et autres jeux

Vendredi 13 Mars

- 11h00 Danse sur Chaise
- 15h00 Atelier Musical et Bien-être avec Adeline : laissons la musique nous transporter !

Samedi 14 Mars

- 11h00 Réveil Musculaire
- 15h00 Atelier culturel *WIVY* : « Brigitte Bardot »

Dimanche 15 Mars

- 15h00 Jeux divers



La Saint-Patrick



Vendredi 20 Mars nous organisons une grande journée de fête pour la Saint-Patrick ! Direction l'Irlande, tout de vert vêtus ! Les inscriptions sont ouvertes à l'Accueil jusqu'au Jeudi 12/03 pour participer au déjeuner 😊