





















CALENDRIER DES ACTIVITES ET SORTIES

S'INSCRIRE EN CONTACTANT LE GIHP PC au 05 49 01 49 69

Lundi	2	13H - 15H		TENNIS DE TABLE -Complexe Marie Amélie LEFUR,C7
Mardi	3	14H - 16H		TEMPS D'ECHANGE ADHERENTS - GIHP PC ou VISIO
Mercredi	4	14H - 16H		DETENTE NATURE - Jardin des Sens à Poitiers
Jeudi	5	14H - 15H30		MOUVEMENTS EN MUSIQUE Salle de danse à Bellejouaune
Vendredi	6	10H - 15H		CUISINE - Salle de l'AVH - Poitiers
Samedi	7	JOURNEE		VISITE DE L'AQUARIUM DE LA ROCHELLE
Dimanche	8			FERIE
Lundi	9	13H - 15H		TENNIS DE TABLE -Complexe Marie Amélie LEFUR,C7
Mardi	10	14H - 16H		Atelier créatif "PEINTURE, DESSIN" - GIHP PC
Mercredi	11	14H - 16H		JEUX DE SOCIETE - GIHP PC
Jeudi	12	9H00 - 17H30		Colloque "La Mobilité, un enjeu au cœur de la vie quotidienne - Hôtel Alteora (Chasseneuil du Poitou)
Vendredi	13			
Samedi	14	9H45 - 12H30		PISCINE - Complexe de la Pépinière - Buxerolles
Dimanche	15			
Lundi	16	13H - 15H		TENNIS DE TABLE -Complexe Marie Amélie LEFUR,C7
Mardi	17	14H - 16H		Atelier créatif "PEINTURE, DESSIN" - GIHP PC
Mercredi	18	14H - 16H		DETENTE NATURE - Parc de la Roseaie
Jeudi	19			
Vendredi	20	10H - 15H		CUISINE - Salle de l'AVH - Poitiers
Samedi	21	14H-18H30		S'HANDIFERENCE - Lac de St Cyr Navette GIHP Poitiers/Lac de St Cyr
Dimanche	22	8H à 19H		S'HANDIFERENCE - Lac de St Cyr Navette GIHP Poitiers/Lac de St Cyr
Lundi	23	13H - 15H		TENNIS DE TABLE -Complexe Marie Amélie LEFUR,C7
Mardi	24	14H - 16H		Journal L'ECHO DES GIHP'TIENS
Mercredi	25	14H - 16H		JEUX DE SOCIETE - GIHP PC
Jeudi	26			FERIE
Vendredi	27			
Samedi	28	9H45 - 12H30		PISCINE - Complexe de la Pépinière - Buxerolles
Dimanche	29			
Lundi	30	13H - 15H		TENNIS DE TABLE -Complexe Marie Amélie LEFUR,C7
Mardi	31	14H - 16H		Atelier du 19 "Mes produits d'entretien et ma santé" JOUR 1 : Escape Games

## CALENDRIER DES ACTIVITES ET SORTIES

Nouvelle aquitaine

Unis pour l'autonomie

ACTIVITES / SORTIES	TARIF		DEROULEMENT DES ACTIVITES ET SORTIES
TENNIS DE TABLE	40€/trimestre		<b>Activité ludique et moment convivial d'échanges avec Fabienne.</b> Fournir un certificat médical
PISCINE	Tarif de la Pépinière		<b>Activité encadrée par Fabrice,</b> bénévole.
JEUX	Gratuit		Les jeux sont choisis par les participants.
DETENTE NATURE	Gratuit		<b>Une personne référente restera avec le groupe</b> . Toute personne ayant besoin d'un accompagnement à la marche, fauteuil manuel devra venir avec un aidant.
CUISINE	16 € l'atelier		<b>Encadrée par Corinne, ergothérapeute.</b> Apprenez à gérer des gestes quotidiens lors de la préparation des repas.
PEINTURE	1ère séance : 8€ Les suivantes : 5,50€		Maryse vous fera découvrir les techniques de peinture, crayons. Vous dessinerez selon vos envies.
MOUVEMENT EN MUSIQUE	5€ / séance		<b>Passionnée par la danse et la musique, Dany</b> s'amuse avec vous dans le mouvement libre entraîné par le son de la musique, le temps d'un instant de détente et de joie.
Journal l'ECHO DES GIHP'TIENS	Gratuit		Le journal est réalisé par et pour les adhérents. Partagez vos idées, vos souvenirs, vos découvertes...
TEMPS D'ECHANGE ENTRE	Gratuit		Se retrouver pour échanger sur les activités, les sujets qui vous préoccupent en partageant un moment convivial. <b>Au GIHP PC ou en Visio</b>
Sortir avec le GIHP PC AQUARIUM DE LA ROCHELLE	Visite Aquarium : 11€/pers Transport GIHP PC : 10 €/pers.		Visite <b>de l'Aquarium de la Rochelle</b> Déjeuner : Pique-nique à emmener
S'HANDI FERENCE	Gratuit		Organisé par l'ASSHAV, deux journées pour découvrir des activités Handi-valides <b>Le GIHP PC met en place une navette de Poitiers au Lac de St Cyr (nous contacter pour plus de renseignements)</b>
Atelier du 19 MA MAISON, MA SANTE	Gratuit		En partenariat avec l'Atelier du 19, deux journées sont organisées en deux parties : <u>Jour 1</u> : Escape Games : sensibilisation au pollution d'un logement et <u>Jour 2</u> : Atelier produits d'entretien et ma santé. <b>Inscription aux deux jours obligatoires (Jour 1 + Jour 2)</b>
CHORALE-APF France Handicap	Gratuit		<b>Activité CHANT en partenariat avec l'APF France Handicap tous les vendredis.</b> Contacter l'APF au 05.49.44.20.61