
































| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
|---|---|--|---|---|--|----------|
| | | | | 1 | 2 9H45 -12H30 Piscine  | 3 |
| 4 12H45 - 15H Ping-Pong  | 5 14H - 16H Temps d'échange  | 6 14H - 16H Jeux  | 7 15H - 16H30 Café philo  | 8 | 9 9H45 -12H30 Piscine  | 10 |
| 11 12H45 - 15H Ping-Pong  | 12 14H - 16H Atelier Lecture  | 13 14H - 16H Jeux partagé Audacia  | 14 | 15 10H30 - 15H Cuisine  | 16 9H45 -12H30 Piscine  15H30 - 17H Karaoke  | 17 |
| 18 12H45 - 15H Ping-Pong  | 19 | 20 10H - 12H Journal  14H - 16H Jeux  | 21 13H45 - 16H Bowling  | 22 | 23 9H45 -12H30 Piscine  | 24 |
| 25 12H45 - 15H Ping-Pong  | 26 | 27 14H - 16H Jeux  | 28 13H15 Cinéma  15H - 16H30 Café philo  | 29 10H30 - 15H Cuisine  | 30 9H45 -12H30 Piscine  | 31 |

PENSEZ A VOUS INSCRIRE SUR CHAQUE ACTIVITE ET SORTIE

| Activités récurrentes | Horaires | Tarif et informations complémentaires | Lieu | Animé par |
|---|---------------|---|--|-------------------------|
|  TENNIS DE TABLE | 12H45 - 15H | Activité sportive et Ludique 40 € par trimestre - <i>Certificat médical pour l'année</i> | Complexe sportif Marie Amélie LEFUR, C7 à Poitiers | Fabienne |
|  TEMPS D'ÉCHANGES | 14H - 16H | Un temps pour se retrouver et échanger sur les activités, loisirs que vous souhaiteriez réaliser, découvrir le GIHP ou s'exprimer sur un sujet qui vous tient à cœur . Possibilité d'y participer en visio en se connectant à Zoom Gratuit | GIHP | adhérents bénévoles |
|  JEUX | 14H - 16H | Venez passer un après-midi convivial autour des jeux de société. Ils sont renouvelés toutes les 6 semaines. Gratuit | GIHP. Le 13/11 à la Maison relais d'Osmoy 2 rue d'Osmoy à Poitiers | adhérents en autonomie |
|  CUISINE | 10H30 - 15H | Apprenez à gérer des gestes quotidiens lors de la préparation des repas. 16€ OU 7€ pour seulement partage du repas | AVH POITIERS | Corinne, ergothérapeute |
|  PISCINE | 9H45 - 12H30 | Vous profiterez des bienfaits de l'eau et votre aisance autour de jeux. Actuellement, La seule piscine disponible n'est pas accessible pour tout le monde. Appelez Fabrice si vous souhaitez vous inscrire pour voir ce qui est possible. Tarif 1.70€ prix de la piscine | Piscine de la Ganterie | Fabrice |
|  BOWLING | 14H30 - 16H30 | 3,50€ la partie avec chaussures. Marc bénévole qui réserve la piste, vous rejoint sur place. | Eurobowl à Buxerolles | Marc |
|  CINEMA | 13H15 | Rdv devant le cinéma. La séance sera choisi sur place selon les envies des participants. 7,30 € la séance A NOTER : Pour les malvoyants, non-voyants et malentendants il est possible de regarder un film en audiodescription. Pour cela, il est impératif de vous inscrire une semaine avant et choisir le film que vous irez voir le jour de la séance. | CGR BUXEROLLES | Marc |

| | | | | |
|--|-------------|--|---|-------------------------|
|  JOURNAL | 10H – 12H | La revue « L'ECHO DES GIHP'TIENS » est réalisée par les adhérents. Venez partager une expérience vécue avec le GIHP, un souvenir, témoigner, etc... Gratuit | GIHP | Audrey |
|  CAFE PHILO | 15H – 16H30 | Permettre à chacun de s'exprimer et d'échanger sur une thématique définie, sur un sujet d'actualité ou tout autre que les adhérents souhaitent évoquer. En partenariat avec Audacia. Nouveau Tarif 4€ | Maison relais d'Osmoy 2 rue d'Osmoy à Poitiers | Virginie de Audacia |
|  KARAOKE | 15H - 17H30 | Permettre à chacun de s'amuser de chanter, quel que soit sa situation de handicap, sans gêne et dans le partage. Gratuit Date à confirmer | Salle des Sabourins derrière Leclerc à Buxerolles | Nicolas De Happy Charly |
|  ATELIER LECTURE | 14H – 16H | Retrouvez-vous ensemble à la médiathèque pour pouvoir échanger sur des idées de lecture, Notre bénévole est là pour vous aider, et vous faire la lecture de textes si vous le souhaitez. Gratuit | Médiathèque de Saint-Eloi | Marc |

SORTIR AVEC LE GIHP

Faute de participants ces derniers mois, les sorties n'ont pas pu avoir lieu et il n'y en aura pas pour ce mois de novembre non plus... Si vous avez des envies, il faut nous les faire partager. Venez au temps d'échanges ou envoyez-nous des messages pour nous dire les endroits que vous aimeriez partager !
Parlez de l'association autour de vous également. Nous avons besoin de bénévoles !!

GIHP PC : 10 Résidence Beaupuy – 86000 POITIERS
Tél. 05-49-01-49-69 / Mail loisirs : gihppcloisirs@gmail.com Site internet : www.gihp-poitou-charentes.fr