

Travail d'équilibre et

mobilité: regagner
souplesse et force
musculaire, retrouver
mobilité et autonomie,
(re)gagner confiance en
soi améliorer son capital
santé.



Activité physique

Voyage sonore: moment
de détente au son des bols
tibétains

Ciné Mémoire:

projections de courts
métrages, Aide à la
stimulation et à la culture
de la mémoire

Art floral: réalisation
d'une composition florale
avec une professionnelle
(fleuriste d'Hauteville)

*Si vous êtes retraité,
voisin de la structure...*

*Et que vous souhaitez
partager le repas ou une
animation d'après-midi
avec les résidents
Vous serez les
bienvenus !*

*N'hésitez pas à venir
vous renseigner...*



Accompagner pour bien vieillir

**Programme
Accueil de
Proximité**

Mois d'Octobre 2025



Marpa Les Narcisses
65, route de Champdor
01110 - BRENOD



Marpa
Les Narcisses
La résidence de nos aînés

Bulletin d'Inscription:

Nom:

Prénom:

Adresse:

Code Postal:

Commune:

Tél:

Les inscriptions sont à remettre à la Directrice de la Marpa ou dans la boîte aux lettres au plus tard une semaine avant l'évènement.

- Animations (15h-18h): 6,50€
- Déjeuner: 11,90€
- Déjeuner Jours Fériés: 30,20€
- Repas et Animations: 18,40€

Pour nous contacter

Tél : 04.74.38.88.27

Mail : marpabrenod@orange.fr

Rejoignez-nous sur Facebook et Instagram ou le site **marpa-ainrhone.fr**

Octobre 2025

Déjeunera à la Marpa:

Entourer la date de présence

Lundi: 6-13-20-27

Mardi: 7-14-21-27

Mercredi : 1-8-15-22-29

Jeudi: 2-9-16-23-30

Vendredi: 3-10-17-24-31

Samedi: 4-11-18-25

Dimanche: 5-12-19-26

Repas gastronomique **15€**

Le 29 ☐



Activité physique avec Denis

Lundi 10h

Le 06 ☐

Le 20 ☐

Le 13 ☐

Le 27 ☐

Jeudi à 10h30

Le 02 ☐

Le 23 ☐

Le 09 ☐

Le 30 ☐

le 16 ☐

Médiation animale à 15h

Le 21 ☐

Atelier floral à 15h

Le 08 ☐

Yoga sur chaise à 15h

Le 03 ☐

Le 17 ☐

Le 17 ☐

Ciné Mémoire à 15h

Le 29 ☐

Voyage sonore à 15h

Le 15 ☐