

ACTIVITÉS CULTURELLES



Musée, cinéma,
expositions...

ACTIVITÉS PHYSIQUES



Jardinage, piscine,
promenade,
bricolage...

ACTIVITÉS MANUELLES



Peinture, dessin
collage sur bois,
tricot, cuisine...

ACTIVITÉS INTELLECTUELLES



Scrabble, jeux
de mémoire, cartes...

QUOTIDIEN



Courses, aide
administrative,
sortir le chien,
médecin...

Papotage autour d'un
thé, se raconter des
anecdotes, lire un livre...



JOURNÉE TRANQUILLE