

# PROGRAMME DES ACTIVITÉS AMISPLÉGIQUES

SEPTEMBRE 2024 A DÉCEMBRE 2024



## Sensibilisation

**Objectif : Participer aux actions de sensibilisation menées par l'association**

**Date : Samedi 7 septembre 2024** Forum des Associations d'Auzeville Tolosane

**Lieu :** Salle de la Durante, 1 Chemin du Moulin Armand 31320 à Auzeville Tolosane

## Pique-nique de rentrée et Initiation tricycle

[Je m'inscris !](#)

**Objectif : Partager un bon moment et découvrir le programme des activités 2024-2025**

**Repas :** Auberge espagnole.

**Lieu :** Ferme des Cinquante

**Adresse :** Chemin de Mange Pommes, 31520 Ramonville St-Agne

**Date : Dimanche 15 septembre 2024** de 10h30 à 15h (ceux qui le souhaitent peuvent arriver dès 10h pour aider à la mise en place)

## Gymnastique douce APA et/ou relaxation

[Je m'inscris !](#)

**Objectif : Bouger et pratiquer de la gymnastique adaptée**

**Intervenants :** professionnel(le) APAS

Tenue de sport fortement conseillée + bouteille d'eau

**Lieu :** DOJO du Foyer rural, 12 chemin des Écoles à Auzeville-Tolosane

**Jour et Horaires :** lundi 13h50 à 16h10 (pour une activité de 14h à 16h)

**Dates :** 9, 16, 23, 30 sept. – 7, 14 oct. – 4, 18, 25 nov. – 2, 9, 16 déc. 2024

## Marche par tous les temps !

[Je m'inscris !](#)

**Objectif : Appréhender et/ou améliorer sa marche en extérieur par tous les temps !**

**Lieu :** Halle d'Auzeville, Allée du Viognier, 31320 Auzeville-Tolosane ou autre à définir

**Intervenant :** professionnel(le) APAS

**Jour et Horaires :** mercredi 10h à 12h (précises)

**Dates :** 11, 18, 25 sept. – 2, 9, 16 oct. – 6, 13, 20, 27 nov. – 4, 11, 18 déc. 2024

Programme détaillé dans le lien d'inscription

## Atelier de multi-activités

[Je m'inscris !](#)

**Objectifs : Pratiquer différentes activités culturelles, manuelles, culinaires ou d'art-thérapie, sophrologie, groupes de paroles, etc., le tout dans une totale bonne humeur !**

**Lieu :** Salle Orange, Place de la Mairie Vieille 31320 Auzeville-Tolosane

**Jour et Horaires :** jeudi de 14h à 16h, hors vacances scolaires

**Dates :** 12, 19, 26 sept. – 3, 10, 17 oct. – 7, 14, 21, 28 nov. – 5, 12, 19 déc. 2024

Programme détaillé dans le lien d'inscription

## Balades du dimanche

[Je m'inscris !](#)

**Objectifs :** "sortir de chez nous !", se retrouver et marcher ensemble dans un parc toulousain.

**Lieu :** Jardin des plantes, RDV au Restaurant Le Moaï

**Jour et Horaires :** dimanche, RDV toujours à 10h00 pour un départ à 10h30

Les aidants ou proches sont bien évidemment les bienvenus et invités à y participer.

**Dates :** 22 septembre, 13 octobre, 24 novembre et 15 décembre 2024

## Découverte et initiation au billard

[Je m'inscris !](#)

**Objectif :** découvrir et prendre plaisir à jouer au billard

**Participation :** 5 € pour le Club de billard à apporter le jour-même

**Lieu :** Club de billard de Castanet-Tolosan, 6 rue Jean-Marie Arnaud, 31320 Castanet-Tolosan

**Intervenants :** Patrick Lemarié animateur diplômé du club de billard

**Jour et Horaires :** samedi 17h15 à 19h00

**Dates :** 28 septembre et 7 décembre 2024

Accès + accompagnement à la pratique pour personnes à mobilité réduite

\*\*\*\*\*

*L'adhésion est valide de septembre 2024 à juin 2025, payable par HelloAsso en cliquant sur le lien correspondant ou par chèque(s) en plusieurs modalités*

Adhésion de soutien	Adhésion simple	Adhésion APA
<b>20 €</b>	<b>20 €</b>	<b>60 €</b>
Réservée pour les personnes qui <b>nous soutiennent sans participer aux activités</b>	<i>Comprend :</i> Ateliers multi-activités Balades du dimanche Billard	<i>Comprend :</i> Adhésion simple Gym douce APA, Marche par tous les temps ! Licence HandiSport
<i>Cette adhésion ouvre droit à un reçu fiscal déductible</i>		

[J'ADHERE](#)

[JE FAIS UN DON](#)

**Plus d'infos sur : [www.amisplegiques.fr](http://www.amisplegiques.fr)**

**Contact :** Nadine - Tél : 06.20.40.98.50 - [contact.amisplegiques@sfr.fr](mailto:contact.amisplegiques@sfr.fr)

**Interruption de toutes les activités pendant les vacances scolaires**