

# La Gazette du SAJ ALHPI

*Antre-Temps*

**OCTOBRE 2018**

## Edito

Voici un mois que vous êtes inscrits en activités en permanent. Toute l'équipe espère que chacun puisse participer aux activités en fonction de ses centres d'intérêts. Pour cela je vous rappelle l'importance que vous nous préveniez de vos absences. Ceci nous permet d'avoir de vos nouvelles mais également de proposer à une autre personne l'activité.

Par soucis de prendre en compte votre accueil et votre participation aux activités du SAJ, nous sommes amenés parfois à vous proposer une activité lorsqu'il n'a plus de place dans celle choisie. Cette démarche vous permet de découvrir certaines activités et de rencontrer de nouvelles personnes : nous vous y encourageons tous.

Certaines personnes du SAJ nous quittent du fait de leur âge ou pour d'autres projets. Ces départs nous permettent d'accueillir de nouvelles personnes. Aussi nous pourrions parfois vous interrompre en activité, un membre du CVS et moi-même, pour faire visiter les locaux à des personnes intéressées par le SAJ.

Bonne lecture à tous...

Anne MARION,  
Coordinatrice

## Encart CVS

*Venez-vous exprimer mardi 2 octobre de 13h à 14h pour  
l'aménagement de l'espace extérieur et proposer vos idées  
pour la fête de fin d'année !*

*Ce sera également l'occasion de faire connaissance avec  
les nouveaux membres du CVS !*

## Activité vidéo mardi

Ça tourne ! Tous les mardis matin nous vous proposons une activité vidéo où le seul objectif est...de s'amuser ! En construisant le journal télévisé du SAJ ALHPI Antre-Temps avec des « news », des pubs parodiées ainsi que des chroniques diverses ! Déguisement et maquillage attendent tous les acteurs !



Vous ne voulez pas être filmé mais souhaitez passer un moment convivial avec nous ? Vous pourrez nous aider à l'écriture des scénarios, la mise en scène, au montage...

Oriane et Marine

## Echanges autour de lectures mercredi



Le 10 octobre prochain, cette activité migrera vers la bibliothèque Centre Ville et aura donc lieu exceptionnellement l'après-midi (en raison des heures d'ouverture). Ce sera peut-être l'occasion pour certains de s'inscrire à la bibliothèque, pour d'autres d'emprunter ou juste de profiter de l'instant pour lire sur place magazines, livres, BD. Sachez qu'il est possible également d'emprunter des CD et DVD ! RDV à 13h30 au SAJ

ou 14h30 sur place.

Marielle

## Thèmes de l'atelier déco mercredi

A partir du mois d'octobre, l'atelier déco du mercredi proposera une initiation sur un thème ou une technique en particulier. Nous commencerons avec une session « fabrication d'un attrape rêve » le mercredi 3 octobre, puis une session origami le 17 octobre.



Si le thème abordé ces après-midi-là ne vous convient pas, vous serez évidemment les bienvenus pour créer vos propres envies.

Céline et Marine

## Aménagement de la salle bien-être vendredi 5 octobre



A vos pinceaux ! Vendredi 5 octobre, nous continuons l'aménagement de la salle bien-être en repeignant le mur (côté évier). Nous réfléchissons ensemble à la couleur souhaitée et comptons sur votre aide pour peindre le mur. Inscription auprès de Madeleine !

Oriane

## Atelier FITNESS vendredi matin à partir du 19 octobre

Vendredi 12 octobre commence l'activité FITNESS ! Venez transpirer pour remuscler et étirer votre corps : gainage, renforcement musculaire, étirement, sont à l'ordre du jour dans un objectif de santé et de bien-être. Pas besoin d'être Schwarzenegger pour participer, chacun va à son rythme et en fonction de ses envies !



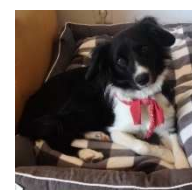
Oriane

## Médiation animale et équitation



A partir du 5 octobre, je vous propose un vendredi matin spécial animal ! Une activité équitation aux écuries de Sassenage le vendredi matin en alternance avec une activité médiation animale le vendredi suivant.

Dans ce cadre-là, mon chien SAM sera présent et fera partie intégrante de l'activité.



Première rencontre avec SAM vendredi 12 octobre de 10h à 12h30.

Céline