

# Planning activités du CRT La Bessède

04 - 08 MAI



## Lundi 04

**Pause Bien-être**  
(10 à 20 min, sur  
inscription - Massage  
doux au choix : mains,  
épaules, crâne ou pieds-  
mollets).

**14H00-16H00**

**Lieu : 2ème étage  
EHPAD Belvès**

## Mardi 05

**Spectacle humour  
et chansons :**  
**Anne La Belge**

**14H30 - 15H30**

**Lieu : RDC Salle  
animation EHPAD  
Belvès**

## Mercredi 06

**Gym douce &  
Equilibre**

**15H00 - 16H00**

**Lieu : 2ème étage  
salle bibliothèque  
EHPAD Belvès**

## Jeudi 07

**Jeux de société**

**16H00 - 17H00**

**Lieu : RDC Salle  
animation EHPAD  
Belvès**

## PLUS D'INFORMATIONS

[crt-labessede@hl-belves.fr](mailto:crt-labessede@hl-belves.fr)

05.53.31.42.54



## Vendredi 08

**FERIE**

# Planning activités du CRT La Bessède

11 - 15 MAI



**Lundi 11**

**Atelier :  
Respiration guidée**

**15H00 -16H00**

**Lieu : 2ème étage  
salle bibliothèque  
EHPAD Belvès**

**Mardi 12**

**Mouvement,  
équilibre &  
prévention des  
chutes**

**14H00-15H00**

**Lieu : 2ème étage  
salle bibliothèque  
EHPAD Belvès**

**Mercredi 13**

**Jeudi 14**

**Atelier :  
"Au fil des mots"**

**14H15 - 15H30**

**Lieu : 2ème étage  
salle bibliothèque  
EHPAD Belvès**

**PLUS D'INFORMATIONS**

**crt-labessede@hl-belves.fr**

**05.53.31.42.54**



**Vendredi 15**

**Pause Bien-être - relaxation individuelle  
(10 à 20 min, sur inscription - Massage doux au  
choix : mains, épaules, crâne ou pieds-mollets).**

**Lieu : 2ème étage  
EHPAD Belvès**

**14H00-15H00**

# Planning activités du CRT La Bessède

18 - 22 MAI



## Lundi 18

Atelier :  
"Au fil des mots"

15H00 - 16H00

Lieu : 2ème étage  
EHPAD Belvès

## Mardi 19

Mouvement,  
Equilibre &  
Prévention des  
chutes

14H00 - 15H00

Lieu : 2ème étage  
salle bibliothèque  
EHPAD Belvès

## Mercredi 20

Gym douce &  
Equilibre

15H00 - 16H00

Lieu : 2ème étage  
salle bibliothèque  
EHPAD Belvès

## Jeudi 21

LOTO

14H15 - 15H15

Lieu : Salle  
animation accueil  
EHPAD Belvès

## PLUS D'INFORMATIONS

[crt-labessede@hl-belves.fr](mailto:crt-labessede@hl-belves.fr)

05.53.31.42.54



## Vendredi 22

Atelier : "Si on chantait"

Lieu : Salle  
animation accueil  
EHPAD Belvès

14H30 - 15H30

# Planning activités du CRT La Bessède

25 - 29 MAI



**Lundi 25**

**FERIE**

**Mardi 26**

**Atelier Lien Social :  
Au fil des mots**

**14H00 - 15H00**

**Lieu : 2ème étage  
salle bibliothèque  
EHPAD Belvès**

**Mercredi 27**

**Gym douce &  
Equilibre**

**15H00 - 16H00**

**Lieu : 2ème étage  
salle bibliothèque  
EHPAD Belvès**

**Jeudi 28**

**Café Rencontre**

**14H00 - 16H00**

**Lieu : Salle réunion  
accueil EHPAD  
Belvès**

**PLUS D'INFORMATIONS**

**crt-labessede@hl-belves.fr**

**05.53.31.42.54**



**Vendredi 29**

**Mouvement, Equilibre &  
Prévention des chutes** **14H00 - 15H00**

**Lieu : 2ème étage salle  
bibliothèque EHPAD Belvès**