

Bonjour à toutes et à tous,

Vous trouverez joint le calendrier des activités à Fourqueux pour les mois de décembre 2022 ainsi que janvier et février 2023.

Les activités se poursuivront selon les plannings habituels.

Les séances de Taiji Gong et de Yoga Sophrologie se dérouleront en présentiel et en distanciel le mardi de 14H00 à 15H00 pour le Taiji Gong et le vendredi de 14H15 à 15H15 pour le Yoga-Sophrologie. Si vous êtes intéressé par les séances en distanciel, veuillez envoyer un message à l'adresse de l'antenne ([antenne78saintgermain@franceparkinson.fr](mailto:antenne78saintgermain@franceparkinson.fr)) afin que le lien nécessaire à la connexion puisse vous être transmis.

Le chant se poursuivra tous les jeudis de 11H00 à 12H00.

Pour l'informatique, nous continuons à proposer de rejoindre **Le numérique pour tous** dont les ateliers sont organisés par l'Espace Pierre Delanoë un lundi par mois de 14H00 à 16H00. Le prochain atelier est prévu le lundi 5 décembre 2022. Pour participer, il convient de s'inscrire auprès de l'Espace Delanoë :

- par téléphone : 01 39 73 53 88
- par courriel : [espace.pierre.delanoe@saintgermainenlaye.fr](mailto:espace.pierre.delanoe@saintgermainenlaye.fr)

Notre prochaine réunion bimestrielle d'échanges est prévue le mardi 6 décembre 2022 à 15H15.

La prochaine réunion du groupe de paroles, qui est réservé aux aidants, se déroulera le samedi 3 décembre de 10H00 à 12H00. Le groupe est animé par une psychologue.

Nous rappelons que toutes les activités :

- cessent durant les périodes de congés scolaires
- en dehors de la marche, se déroulent à l'Espace Pierre Delanoë, 2 place Victor Hugo à Fourqueux Saint-Germain.

Pour ce qui concerne les conditions sanitaires

- le port du masque et le pass vaccinal ne sont plus obligatoires dans l'Espace
- il est néanmoins important de conserver les bons réflexes, notamment se laver les mains régulièrement, aérer les salles et porter un masque pour les personnes fragiles.

Pour terminer nous souhaitons rappeler que des séances d'Activité Physique Adaptée sont organisées en distanciel le lundi de 10H00 à 11H00 et le jeudi de 18H00 à 19H00. Si vous êtes intéressé, veuillez envoyer un message à l'adresse de l'antenne ([antenne78saintgermain@franceparkinson.fr](mailto:antenne78saintgermain@franceparkinson.fr)) afin que toutes les informations utiles puissent vous être transmises.

Bien cordialement.

Michel Ayllon