



## A l'attention des adhérents de l'association

Nous avons le plaisir de vous inviter à participer à nos **Ateliers d'auto drainage et/ou auto bandage pour membres supérieurs et inférieurs, ateliers gymnastique-pilates.**

Ces ateliers ont lieu au CHU SAINT ELOI de Montpellier MEDECINE B, service de kinésithérapie, rez de chaussée à gauche en entrant.

Les ateliers débutent à **14 heures pour les auto-drainage et 14h15 pour la gymnastique.** Ils sont assurés par des kinésithérapeutes spécialisés dans le traitement du lymphœdème. Ils sont indemnisés par l'association AVML pour leur prestation. Les dates proposées sont les suivantes :

- Mardi 11 février 2020 : Atelier gymnastique- pilâtes**
- Mardi 18 février 2020 : Auto-drainage et auto-bandage des membres supérieurs**
- Mardi 3 mars 2020 : Atelier gymnastique- pilâtes**
- Mardi 17 mars 2020 : Auto-drainage et auto-bandage des membres inférieurs**
- Mardi 7 avril 2020 : Atelier gymnastique- pilâtes**
- Mardi 5 mai 2020 : Auto-drainage et auto-bandage des membres supérieurs**
- Mardi 12 mai 2020 : Atelier gymnastique-pilâtes**
- Mardi 2 juin 2020 : Atelier gymnastique-pilâtes**
- Mardi 9 juin 2020 : Auto-drainage et auto-bandage des membres inférieurs**
- Mardi 30 juin 2020 : Atelier gymnastique-pilâtes**

Les places à chaque atelier étant limitées, **merci de bien vouloir vous inscrire.**

⇒ **ECOUTE ET CONSEILS** : Permanences téléphonique assurées par une Assistante Sociale / Psychologue : 06 68 02 67 67. N'hésitez pas à la contacter et lui laisser vos messages.

⇒ **AQUAGYMN** Les cours d'aquagym reprennent tous les lundis de **11h à 12h et les vendredis de 11h30 à 12h30 au centre PROPARA 263, rue du caducée Montpellier (parc Euromédecine)** : 20 euros par trimestre pour un cours ou 40 euros pour deux cours par semaine.

**Pour vous inscrire, Renvoyez du bulletin ci-dessous à AVML (par courrier ou email)**

✂ \_\_\_\_\_

M ou Mme .....

Téléphone(s).....

S'inscrit aux ateliers suivants :

- Mardi 11 février 2020 : Atelier gymnastique- pilâtes**
- Mardi 18 février 2020 : Auto-drainage et auto-bandage des membres supérieurs**
- Mardi 3 mars 2020 : Atelier gymnastique- pilâtes**
- Mardi 17 mars 2020 : Auto-drainage et auto-bandage des membres inférieurs**
- Mardi 7 avril 2020 : Atelier gymnastique- pilâtes**
- Mardi 5 mai 2020 : Auto-drainage et auto-bandage des membres supérieurs**
- Mardi 12 mai 2020 : Atelier gymnastique-pilâtes**
- Mardi 2 juin 2020 : Atelier gymnastique-pilâtes**
- Mardi 9 juin 2020 : Auto-drainage et auto-bandage des membres inférieurs**
- Mardi 30 juin 2020 : Atelier gymnastique-pilâtes**