



Livret 2026

# Ateliers & Animations

**SUIVEZ-NOUS**



**SIÈGE SOCIAL**

182 Avenue d'Épernay  
51100 REIMS

**SITE INTERNET**

[www.arfo.fr](http://www.arfo.fr)



# PRÉAMBULE

L'animation est un élément important de la vie des Résidences Autonomie de l'ARFO, qui favorise les échanges et permet à chacun, en fonction de ses goûts et de ses aptitudes, de continuer à avoir une vie et une identité sociale.

L'animation favorise également l'autonomie et la stimulation sur tous les champs : physique, psychique, culturel, affectif, social...

L'animation est accessible à tous : retraités résidents à l'ARFO et retraités extérieurs.

À la lecture de ce livret, vous découvrirez une présentation complète d'ateliers, d'animations et de temps festifs au sein des résidences tels que :

## Des ateliers de stimulation et de prévention adaptés aux seniors

Financés par le département, via la journée de solidarité et offerts aux résidences et seniors extérieurs : ateliers mémoire, relaxation, aquagym, théâtre...

Ils permettent notamment de maintenir le lien social, de lutter contre l'ennui et l'isolement et de prévenir les fragilités liées à l'avancée en âge.

## Des animations

Des activités de loisirs diverses et ludiques : jardinage, sorties au cinéma ou au restaurant, chorale, repas ou goûters à thème, les incontournables jeux de société, lotos, jeux de cartes... sont également proposées régulièrement dans chaque résidence, ainsi que des rencontres intergénérationnelles en partenariat avec la Ville de Reims, les Maisons de Quartier, les établissements scolaires, les crèches ou associations diverses.

## Des animations Inter-Résidences

L'ARFO vous invite également à participer ponctuellement à des semaines de prévention (Semaine Bleue, Semaine du Bien Manger Seniors) et des sorties diverses : journées à la mer, visites culturelles, pique-niques...

## Des actions de solidarité

En soutien aux différentes associations (Papillons Blancs, Octobre Rose, Téléthon...) sont organisées occasionnellement.

Les fêtes calendaires (Pâques, Noël, Épiphanie...), la fête de l'ARFO, vous permettent de retrouver familles et amis le temps d'une journée festive.

# ATELIERS

## Bien-être

### ATELIERS SPORTIFS

8

|                      |    |
|----------------------|----|
| Aquagym              | 8  |
| Corps & Cœur         | 9  |
| Gym douce sur chaise | 10 |
| Gym équilibre        | 11 |
| Salle de Sport       | 12 |
| CYCLEO               | 13 |

### ATELIERS ES-SENS-TIEL

14

|                   |    |
|-------------------|----|
| Atelier mémoire   | 14 |
| Médiation animale | 15 |
| Relaxation        | 16 |
| Yoga sur chaise   | 17 |

### ATELIERS MANUELS

18

|                  |    |
|------------------|----|
| Art thérapie     | 18 |
| Jardin - potager | 19 |

### ATELIERS ARTISTIQUES

20

|                    |    |
|--------------------|----|
| Mémoire de musique | 20 |
| Théâtre            | 21 |

### FORMULAIRE DE PRÉ-INSCRIPTION

23

# ANIMATIONS

## Résidences ARFO

### **25 ANIMATIONS EN RÉSIDENCE**

27–38 Plannings annuels 2026


### **41 ANIMATIONS INTER-RÉSIDENCES**

- 40 Matchs de Foot – Stade de Reims
- 41 Quiz des Champions
- 42 L’envol du bouchon de Champagne
- 43 Destination inconnue
- 44 Semaine du Bien Manger Sénior
- 45 Semaine Bleue
- 46 Goûter intergénérationnel

### **47 LES RÉSIDENCES**

### **52 CONTACTS**



A photograph of four elderly people (two men and two women) standing on a wooden bridge in a park. They are dressed in casual, colorful clothing and are engaged in conversation, smiling and looking at each other. The background is filled with lush green trees under a bright sky.

# ATELIERS BIEN-ÊTRE



**Marne**  
LE DÉPARTEMENT

# AQUAGYM

Encadré par CF Sport

L'aquagym repose sur un ensemble d'exercices de gymnastique effectués dans une piscine ou dans un bassin d'eau où l'on a généralement pied.

L'aquagym ne requiert pas de condition physique particulière.

## Les bienfaits :

- Augmenter son tonus musculaire
- Améliorer sa circulation sanguine
- Tonifier son rythme cardiovasculaire
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



1 heure

### Nombre de participants



16 personnes

### Matériel nécessaire



- Maillot de bain
- Serviette de bain

**LUNDI de 15H00 à 16H00**

Aqua-Attitude – 59 rue du Vieux Colombier – 51100  
REIMS

# CORPS & COEUR

Encadré par ÉTÉ INDIEN

Un programme innovant qui traite le corps, le cœur et l'esprit, articulé autour de 4 cycles représentant chacun une saison et abordant 4 thèmes : bien-être mental, nutrition, les cinq sens et le cognitif.

## Les bienfaits :

- Diminuer ses douleurs dorsales
- Améliorer sa forme (équilibre, endurance, force musculaire)
- Stimuler le corps et l'esprit
- Améliorer le sentiment de bien-être

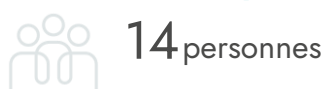


## Informations pratiques

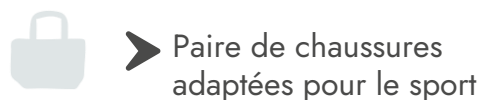
Durée de l'activité



Nombre de participants



Matériel nécessaire



|                 |               |                           |
|-----------------|---------------|---------------------------|
| <b>LUNDI</b>    | 10H15 – 11H15 | Résidence JACQUES RICHARD |
| <b>MARDI</b>    | 10H30 – 11H30 | Résidence JEANNE D'ARC    |
| <b>MERCREDI</b> | 10H45 – 11H45 | Résidence ROLAND DORGELES |
| <b>JEUDI</b>    | 16H00 – 17H00 | Résidence COUBERTIN       |

# GYM DOUCE SUR CHAISE

Encadré par SIEL BLEU

La gym douce constitue une alliée de taille pour enrichir son capital santé et rester en forme.

Le principe est de solliciter en douceur les différents muscles en invitant les pratiquants à prendre leur temps pour bien réaliser les mouvements.

## Les bienfaits :

- Renforcer ses muscles en profondeur
- Améliorer sa posture
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité

 1 heure

### Nombre de participants

 15 personnes

### Matériel nécessaire

 ➤ Matériel fourni

|                  |               |                           |
|------------------|---------------|---------------------------|
| <b>LUNDI</b>     | 9H45 – 10H45  | Résidence CHATILLONS      |
|                  | 15H00 – 16H00 | Résidence AVRANCHES       |
| <b>MARDI</b>     | 9H00 – 10H00  | Résidence CHARLES ARNOULD |
|                  | 10H15 – 11H15 | Résidence BETHENY         |
| <b>MERCREDI</b>  | 14H00 – 15H00 | Résidence JEANNE D'ARC    |
|                  | 15H15 – 16H15 | Résidence PONSARDIN       |
|                  | 16H30 – 17H30 | Résidence COUBERTIN       |
| <b>JEUDI</b>     | 9H30 – 10H30  | Résidence DOYEN           |
|                  | 9H15 – 10H15  | Résidence ROLAND DORGELES |
|                  | 10H30 – 11H30 | Résidence AVENUE DE LAON  |
| <b> VENDREDI</b> | 9H00 – 10H00  | Résidence JACQUES RICHARD |
|                  | 14H45 – 15H45 | Résidence GOBELINS        |



**Les horaires sont en cours de modification.  
Veillez à contacter M. LECLERC avant inscription.**

# GYM ÉQUILIBRE

Encadré par SIEL BLEU

Les personnes âgées sont plus sujettes à des pertes d'équilibre entraînant des chutes. La gym équilibre, par des exercices adaptés, peut leur permettre de retrouver équilibre et coordination des mouvements.

## Les bienfaits :

- Mieux appréhender un obstacle
- Assouplir ses articulations
- Favorise le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



1 heure

### Nombre de participants



12 personnes

### Matériel nécessaire



➤ Matériel fourni

|                 |               |                           |
|-----------------|---------------|---------------------------|
| <b>LUNDI</b>    | 9H30 – 10H30  | Résidence DOYEN           |
|                 | 13H45 – 14H45 | Résidence ROLAND DORGELES |
|                 | 15H15 – 16H15 | Résidence JEANNE D'ARC    |
|                 | 16H15 – 17H15 | Résidence PONSARDIN       |
| <b>MARDI</b>    | 13H45 – 14H45 | Résidence JACQUES RICHARD |
|                 | 15H00 – 16H00 | Résidence GOBELINS        |
|                 | 15H15 – 16H15 | Résidence AVENUE DE LAON  |
|                 | 16H15 – 17H15 | Résidence COUBERTIN       |
| <b>MERCREDI</b> | 9H00 – 10H00  | Résidence BETHENY         |
|                 | 9H45 – 10H45  | Résidence CHARLES ARNOULD |
| <b>VENDREDI</b> | 13H30 – 14H30 | Résidence CHATILLONS      |
|                 | 15H15 – 16H15 | Résidence AVRANCHES       |



**Les horaires sont en cours de modification.  
Veillez à contacter M. LECLERC avant inscription.**

# SALLE DE SPORT

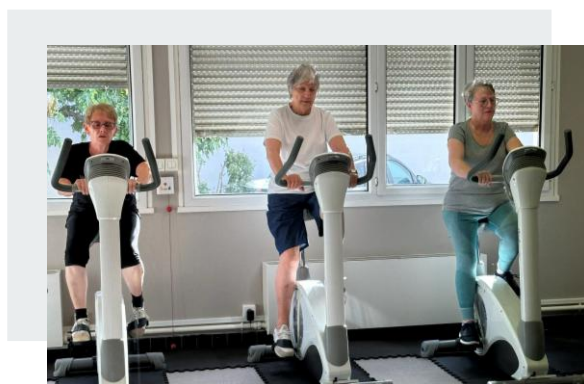
Encadré par CF SPORT

*La salle de sport offre de nombreux bienfaits pour la santé physique et mentale.*

*En fréquentant régulièrement une salle de sport, vous pouvez développer vos muscles, améliorer votre santé cardiaque, gérer votre poids, réduire le stress... grâce aux différents équipement (vélos, rameurs, tapis, etc.).*

## Les bienfaits :

- Gagner en souplesse et en équilibre
- Coaching adapté aux séniors
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



1 heure

### Nombre de participants



10 personnes

### Matériel nécessaire



- Tenue de sport
- Serviette

### Salle de sport Résidence Gobelins

58 rue des Gobelins – REIMS

LUNDI, MARDI et VENDREDI

De 10H00 à 11H00

# CYCLEO

*Le CYCLEO apporte aux résidents le moyen de repousser certains états liés à la montée en âge, tels que la baisse de forme physique ou mentale et le repli sur soi.*

*Un objectif qui correspond totalement aux enjeux que s'est fixé Cottos Médical : activer simultanément le corps, le cœur et l'esprit des séniors !*

## Les bienfaits :

- Gagner en tonicité musculaire
- Gagner en équilibre et en endurance



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



De 10 min à 1 heure

### Matériel nécessaire



➤ Serviette

Résidence  
AV. DE  
LAON

Résidence  
COUBERTIN

Résidence  
ROLAND  
DORGELES

Résidence  
DOYEN

Résidence  
J. D'ARC

Résidence  
J. RICHARD

# ATELIER MÉMOIRE

Encadré par Magalie DAENS &  
Marion LOE MIE

*Un atelier mémoire est une activité structurée conçue pour stimuler les fonctions cognitives. Ces ateliers utilisent de nombreux jeux, exercices ou fiches d'activités afin d'engager les participants dans des tâches qui sollicitent et renforcent leurs capacités cognitives.*

## Les bienfaits :

- Stimulation cognitive
- Discussion de groupe
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



1 heure

### Nombre de participants



10 personnes

### Matériel nécessaire



➤ Matériel fourni

|                 |               |                           |
|-----------------|---------------|---------------------------|
| <b>LUNDI</b>    | 14H00 – 15H00 | Résidence DOYEN           |
|                 | 15H45 – 16H45 | Résidence AVENUE DE LAON  |
| <b>MARDI</b>    | 14H45 – 15H45 | Résidence PONSARDIN       |
| <b>JEUDI</b>    | 9H30 – 10H30  | Résidence CHATILLONS      |
|                 | 14H00 – 15H00 | Résidence AVRANCHES       |
|                 | 15H45 – 16H45 | Résidence CHARLES ARNOULD |
| <b>VENDREDI</b> | 9H15 – 10H15  | Résidence COUBERTIN       |
|                 | 10H30 – 11H30 | Résidence ROLAND DORGELES |
|                 | 13H45 – 14H45 | Résidence GOBELINS        |
|                 | 15H00 – 16H00 | Résidence JEANNE D'ARC    |

# MÉDIATION ANIMALE

Encadré par La Ferme  
Pédagogique des Iriselles

*La médiation par l'animal ou zoothérapie constitue une approche globale de la santé et du maintien de l'autonomie chez la personne âgée, elle procure une grande variété de stimulations grâce à l'animal, capable de réciprocité et d'affectivité.*

## Les bienfaits :

- Bien-être psychologique
- Développe de l'estime de soi
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



1 heure

### Nombre de participants



12 personnes

### Matériel nécessaire



➤ Matériel fourni

## 1 VENDREDI SUR 2

|               |                 |
|---------------|-----------------|
| SEMAINE PAIRE |                 |
| 14H30 – 15H30 | Résidence DOYEN |

# RELAXATION

Encadré par Léa PASSERI

*C'est une méthode thérapeutique de détente par des procédés psychologiques actifs.*

*La relaxation physique vise à défaire les tensions et à détendre progressivement les muscles et les groupes musculaires.*

## Les bienfaits :

- Apprendre à se relaxer
- Améliorer son sommeil
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



1 heure

### Nombre de participants



10 personnes

### Matériel nécessaire



➤ Matériel fourni

|                  |               |                           |
|------------------|---------------|---------------------------|
| <b>LUNDI</b>     | 9H00 – 10H00  | Résidence CHARLES ARNOULD |
|                  | 10H30 – 11H30 | Résidence ROLAND DORGELES |
|                  | 13H00 – 14H00 | Résidence COUBERTIN       |
| <b>MARDI</b>     | 13H00 – 14H00 | Résidence JEANNE D'ARC    |
|                  | 14H45 – 15H45 | Résidence AVRANCHES       |
| <b> VENDREDI</b> | 10H00 – 11H00 | Résidence JACQUES RICHARD |
|                  | 15H00 – 16H00 | Résidence GOBELINS        |

# YOGA SUR CHAISE

Encadré par Laureenne REGAZZONI

*Le yoga sur chaise est une forme de yoga adaptée qui permet à chacun(e) de profiter des bienfaits de cette pratique ancienne.*

*L'utilisation de la chaise comme support offre également un sentiment de sécurité.*

## Les bienfaits :

- Entretien des capacités cognitives
- Renforcer son équilibre
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



1 heure

### Nombre de participants



10 personnes

### Matériel nécessaire



➤ Matériel fourni

|              |               |                          |
|--------------|---------------|--------------------------|
| <b>LUNDI</b> | 10H30 – 11H30 | Résidence AVENUE DE LAON |
| <b>MARDI</b> | 10H15 – 11H15 | Résidence DOYEN          |
|              | 13H45 – 14H45 | Résidence BETHENY        |

# ART THÉRAPIE

Encadré par Sabine MINEUR

*L'art thérapie est une forme de psychothérapie qui utilise la création artistique pour prendre contact avec sa vie intérieure et antérieure, l'exprimer et se transformer.*

## Les bienfaits :

- Favoriser la communication
- Gagner en agilité des doigts et des poignets
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



2 heures

### Nombre de participants



12 personnes

### Matériel nécessaire



➤ Matériel fourni

|                  |               |   |
|------------------|---------------|---|
| <b>LUNDI</b>     | 9H30 – 11H30  | Résidence Gobelins                      |
| <b>MARDI</b>     | 9H00 – 11H00  | Résidence PONSARDIN (semaines impaires) |
|                  | 9H30 – 11H30  | Résidence COUBERTIN (semaines paires)   |
|                  | 14H30 – 16H30 | Résidence DOYEN                         |
| <b> VENDREDI</b> | 9h15 – 11h15  | Résidence BETHENY (1 vendredi sur 2)    |

# JARDIN POTAGER INTERGÉNÉRATIONNEL

Encadré par Alexandra DEVAUX  
Avec l'École maternelle Vasco de Gama

*Un jardin potager est un jardin où se pratique la culture vivrière de plantes potagères destinées à la consommation familiale, soit principalement des légumes, des fruits non cultivables en verger et des plantes aromatiques.*

## Les bienfaits :

- Stimulation cognitive (mémoire, concentration)
- Mobilise les articulations (planter, arroser, récolter)
- Entretien de la motricité fine
- Création de lien social
- Diminution du stress et de l'anxiété



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



1 heure

### Nombre de participants



10 personnes

### Matériel nécessaire



➤ Matériel fourni

| Résidence CHATILLONS       |       |       |       |
|----------------------------|-------|-------|-------|
| Les Mardis de 9H45 à 11H15 |       |       |       |
| 17/03                      | 31/03 | 28/04 | 12/05 |
| 26/05                      | 16/06 | 30/06 | 21/07 |
| 8/09                       | 22/09 | 6/10  | 20/10 |

# MÉMOIRE DE MUSIQUE

Encadré par Ophélie LEBRUN

*La musique a de nombreux bienfaits sur la mémoire.*

*Selon des études, la musique peut stimuler différents aspects cognitifs (attention, mémoire, mémoire de travail), de la perception, de la motricité et du réseau émotionnel.*

## Les bienfaits :

- Regagner l'estime de soi
- Maintenir l'autonomie
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

Durée de l'activité



1 heure

Nombre de participants



15 personnes

Matériel nécessaire



Matériel fourni

|                  |               |                           |
|------------------|---------------|---------------------------|
| <b>LUNDI</b>     | 15H00 – 16H00 | Résidence PONSARDIN       |
|                  | 13H45 – 14H45 | Résidence GOBELINS        |
| <b>MARDI</b>     | 13H45 – 14H45 | Résidence ROLAND DORGELES |
|                  | 15H00 – 16H00 | Résidence CHARLES ARNOULD |
| <b> VENDREDI</b> | 9H00 – 10H00  | Résidence DOYEN           |
|                  | 10H15 – 11H15 | Résidence CHATILLONS      |

# THÉÂTRE

Encadré par Delphine WAGNER

*Le théâtre permet l'épanouissement de l'individu en faisant fonctionner son intellect.  
Il permet également d'améliorer son empathie, de travailler son émotion, d'exercer sa créativité, de lutter contre le stress et de vaincre sa timidité.*

## Les bienfaits :

- Développer la cohésion de groupe
- Favoriser la dynamique cérébrale
- Favoriser le lien social



## Informations pratiques

### Durée de l'activité



2 heures

### Nombre de participants



10 personnes

### Matériel nécessaire



➤ Matériel fourni

|   |               |                     |
|---|---------------|---------------------|
| <b>LES VENDREDIS</b><br>1 semaine sur 2<br>Selon calendrier | 09H30 – 11H30 | Résidence COUBERTIN |
|---|---------------|---------------------|

| REPRÉSENTATIONS EN RÉSIDENCE |                           |               |
|------------------------------|---------------------------|---------------|
| <b>24 Avril</b>              | Résidence JEANNE D'ARC    | 15H00 – 16H30 |
| <b>19 Juin</b>               | Résidence COUBERTIN       |               |
| <b>20 Novembre</b>           | Résidence CHARLES ARNOULD |               |
| <b>18 Décembre</b>           | Résidence AVENUE DE LAON  |               |

# ATELIERS

## Bien-être

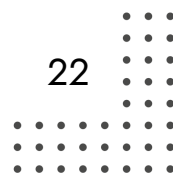
Les ateliers Bien-être et les animations sont accessibles aux Séniors Extérieurs.

Les Ateliers Bien-être (page 8 à 21) sont susceptibles de changement en cours d'année (jours/horaires).

Nous vous invitons à vérifier en amont de votre pré-inscription les informations auprès de M. LECLERC Florent (coordonnées au verso du livret).

Pour rappel, la pré-inscription (formulaire ci-après) est **obligatoire** auprès du siège.

L'inscription ne sera confirmée qu'après réception des documents administratifs à joindre et de la disponibilité des places.





## Liste des pièces obligatoires à fournir en complément du formulaire de pré-inscription.

- Carte d'identité (recto-verso) ;
- Justificatif de domicile (de moins de 3 mois) ;
- Certificat médical pour une activité sportive (aquagym et salle de sport).

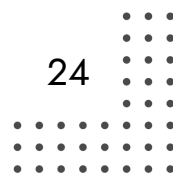
↳ *À renouveler tous les ans.*

- Attestation de droit à l'image (disponible sur le site internet)

A retourner par mail :  
[f.leclerc@arfo.fr](mailto:f.leclerc@arfo.fr)

Ou par courrier au siège :  
182 Avenue d'Epernay,  
51100 Reims.

Pour tout renseignement  
complémentaire :  
Florent LECLERC au 03 26 79 72 58





# ANIMATIONS EN RÉSIDENCE



# ANIMATIONS

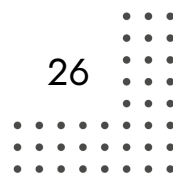
## En Résidence

Les animations en résidence sont accessibles à toutes et tous. Pour les non-résidents, une cotisation annuelle de 18,15 € leur sera demandée pour participer aux animations de la Résidence ARFO choisie.

Les plannings annuels en résidence sont prévisionnels et sont susceptibles de changement en cours d'année.

Nous vous invitons à vérifier au préalable les informations auprès de l'équipe de la résidence.  
(numéros de téléphone disponibles page 47)

**Adhésion annuelle obligatoire**



# ANIMATIONS

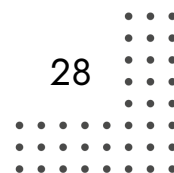
## Résidence PONSARDIN

|           |  |  |
|-----------|--|--|
| JANVIER   | 8 : Sortie inter-résidences Restaurant L'EVEIL<br>29 : Goûter dansant de l'épiphanie + animation Gervais   |  |
| FÉVRIER   | 4 : Petit déjeuner en chanson<br>13 : Quiz des champions avec Florent  | 19 : Goûter Crêpes<br>26 : Atelier soupes diététiques  |
| MARS      | 12 : Goûter musical « la flûte enchantée » (Cécile JEANBLANC)  | 19 : Petit-déjeuner en musique<br>26 : Sortie inter-résidences au bowling  |
| AVRIL     | 2 : Repas dansant de Pâques + animation musicale (Les Amis de Georges)<br>29 : Petit-déjeuner  |  |
| MAI       | 16 : Petit-déjeuner collectif<br>21 : Sortie restaurant « Le Square » (résidents & familles)   |  |
| JUIN      | <u>Semaine du Bien Manger Séniors (du 1<sup>er</sup> au 7)</u><br>1 : Petit-déjeuner « sucres lents et sucres rapides »<br>3 : Atelier dégustations Smoothies aux fruits | 4 : Goûter dansant fête des mères et fête des pères (ACCORD PARFAIT)<br>5 : Conférence alimentation<br>11 : Sortie restaurant (résidents & familles)<br>25 : Fête annuelle de l'ARFO |
| JUILLET   | 1 : Petit-déjeuner   | 16 : Sortie inter-résidences   |
| AOÛT      | 12 : Petit-déjeuner  | 22 : Sortie inter-résidences   |
| SEPTEMBRE | 17 : Repas des vendanges   | 24 : Atelier soupe et dégustation  |
| OCTOBRE   | <u>Semaine Bleue</u><br>14 : Petit-déjeuner<br>15 : Sortie au restaurant (résidents & familles)<br>22 : Conférence sur l'alimentation                                    | 24 : Atelier pâtisserie<br>29 : Goûter dansant avec animation musicale (L'ACCORD PARFAIT)  |
| NOVEMBRE  | 12 : Sortie inter-résidence – Marché de Noël à Floralie's Garden<br>19 : Repas Savoyard / Beaujolais   |  |
| DÉCEMBRE  | 3 : Sortie Marché de Noël<br>10 Goûter dansant de Noël avec animation musicale (ACCORD PARFAIT)<br>24 & 25 : Goûters de Noël (gratuits) avec chants de Noël              |  |

# ANIMATIONS

## Résidence CHARLES ARNOULD

|                  |   |   |
|------------------|---|---|
| <b>JANVIER</b>   | <b>9: Goûter Epiphanie<br/>16: Petit-déjeuner</b>   | <b>20: Goûter Club<br/>29: Raclette Party</b>           |
| <b>FÉVRIER</b>   | <b>6 : Petit-déjeuner<br/>19: Goûter Chandeleur<br/>20: Loto</b>  | <b>23: Atelier cuisine<br/>27 : Petit-déjeuner</b>      |
| <b>MARS</b>      | <b>3: Goûter Club<br/>9: Repas Italien</b>  | <b>16: Sortie restaurant<br/>18: Sortie supermarché</b> |
| <b>AVRIL</b>     | <b>9: Repas de Pâques<br/>10: Petit-déjeuner</b>  | <b>14: Goûter Club<br/>27: Atelier cuisine</b>          |
| <b>MAI</b>       | <b>15: Repas Espagnol<br/>18: Atelier cuisine</b>   | <b>20: Sortie supermarché<br/>26: Goûter Club</b>       |
| <b>JUIN</b>      | <b><u>Semaine du Bien Manger<br/>Séniors (du 1<sup>er</sup> au 7)</u><br/>25: Fête annuelle de l'ARFO</b> | <b>26: Loto<br/>29: Sortie restaurant</b>               |
| <b>JUILLET</b>   | <b>3: Petit déjeuner<br/>7: Goûter Club</b>   | <b>16: Barbecue<br/>20: Atelier cuisine</b>             |
| <b>AOÛT</b>      | <b>6: Atelier cuisine<br/>7: Petit-déjeuner</b>   | <b>13: Goûter Club</b>                                  |
| <b>SEPTEMBRE</b> | <b>3 Repas des vendanges<br/>8: Goûter Club</b>   | <b>21: Atelier cuisine<br/>23: Sortie supermarché</b>   |
| <b>OCTOBRE</b>   | <b><u>Semaine Bleue</u><br/>8: Repas Moules-Frites</b>  | <b>12: Sortie restaurant<br/>14: Sortie supermarché</b> |
| <b>NOVEMBRE</b>  | <b>2: Atelier cuisine<br/>4: Sortie supermarché</b>   | <b>19: Goûter Beaujolais<br/>20: Repas Oriental</b>     |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | <b>3: Sortie Floralies Garden<br/>11: Sortie au marché de Noël</b>  | <b>17: Repas de Noël<br/>25: Goûter de Noël</b>         |



# ANIMATIONS

## Résidence COUBERTIN

|                  |   |  |
|------------------|---|--|
| <b>JANVIER</b>   | 1 : Goûter Nouvel An<br>9 : Epiphanie   | 26 : Petit-déjeuner<br>31 : Atelier cuisine                    |
| <b>FÉVRIER</b>   | 7 : Goûter Crêpes<br>19 : Repas Croque-Monsieur   | 26 : LOTO  |
| <b>MARS</b>      | 9 : Goûter Gaufres<br>12 : Repas Cassoulet  | 30 : Petit-déjeuner  |
| <b>AVRIL</b>     | 2 : Repas de Pâques<br>11 : Goûter Crêpes   | 23 : LOTO<br>25 : Atelier cuisine                              |
| <b>MAI</b>       | 11 : Petit-déjeuner<br>15 : Goûter musical  | 28 : Goûter glacé  |
| <b>JUIN</b>      | <u>Semaine du Bien Manger</u><br><u>Séniors (du 1<sup>er</sup> au 7)</u><br>13 : Goûter glacé | 25 : Fête annuelle de l'ARFO<br>26 : LOTO                      |
| <b>JUILLET</b>   | 6 : Petit-déjeuner<br>16 : Repas froid  | 23 : Goûter glacé<br>25 : LOTO                                 |
| <b>AOÛT</b>      | 6 : Repas BBQ<br>24 : Petit-déjeuner  | 27 : Goûter glacé  |
| <b>SEPTEMBRE</b> | 5 : Atelier cuisine<br>14 : Goûter gaufres  | 17 : Repas des vendanges<br>24 : LOTO                          |
| <b>OCTOBRE</b>   | <u>Semaine Bleue</u><br>8 : Repas Moules-frites   | 22 : Conférence<br>29 : Goûter gaufres                         |
| <b>NOVEMBRE</b>  | 5 : LOTO<br>7 : Atelier cuisine<br>16 : Petit-déjeuner  | 19 : Repas Beaujolais<br>28 : Goûter Crêpes                    |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | 10 : Repas de Noël<br>21 : Petit-déjeuner   | 24 & 25 : Goûters de Noël<br>31 : Goûter « Au revoir<br>2026 » |

# ANIMATIONS

## Résidence Gobelins

|                  |  |   |
|------------------|--|---|
| <b>JANVIER</b>   | 5 : Atelier soupe : 3€<br>8 : Galette des Rois : 8€<br>17 : Goûter Crêpes                      | 22 : Campagne prévention<br>« Arnaques »<br>29 : Repas Pizzas : 13€       |
| <b>FÉVRIER</b>   | 7 : Goûter : 3€<br>15 : Goûter & Quiz : 5€<br>18 : Atelier santé « cœur & poumons »            | 19 : Repas Raclette + animation<br>magie : 25€<br>20 : Atelier soupe : 3€ |
| <b>MARS</b>      | 8 : Juste prix : 8€<br>11 : Atelier soupe 3€   | 12 : Repas Raclette : 16€<br>21 : Goûter Gaufres : 4€                     |
| <b>AVRIL</b>     | 2 : Repas de Pâques + animation MC : 38€<br>11 : Goûter : 3 €<br>19 : Goûter + jeux borne : 3€ |   |
| <b>MAI</b>       | 10 : Goûter : 3€<br>21 : Atelier cuisine : 4€  | 24 : Goûter : 4€  |
| <b>JUIN</b>      | <u>Semaine du Bien Manger Senior (du 1<sup>er</sup> au 7)</u><br>13 : Goûter : 3€              | 21 : LOTO + Goûter : 13€<br>25 : Fête annuelle de l'ARFO                  |
| <b>JUILLET</b>   | 4 : Goûter : 3€<br>12 : Goûter + jeux borne : 3€   | 16 : Repas BBQ : 16€<br>27 : Atelier cuisine : 4€                         |
| <b>AOÛT</b>      | 2 : Goûter : 3€<br>6 : Repas froid : 16€   | 15 : Goûter : 3€<br>27 : Atelier soupe : 3€                               |
| <b>SEPTEMBRE</b> | 5 : Goûter : 3€<br>12 : Goûter : 3 €   | 17 : Raclette : 16€<br>24 : Atelier soupe : 3€                            |
| <b>OCTOBRE</b>   | <u>Semaine Bleue</u><br>8 : Atelier soupe : 3€   | 15 : Repas Choucroute +<br>Animation Gervais : 26€                        |
| <b>NOVEMBRE</b>  | 7 : Goûter : 3€<br>15 Juste prix + goûter : 8€   | 19 : Repas raclette : 16€<br>26 : Goûter : 3€                             |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | 7 : Atelier Soupe : gratuit<br>17 : Goûter de Noël + Animation Starlight : prix à venir        |   |

# ANIMATIONS

## Résidence AVRANCHES

|                  |   |  |
|------------------|---|--|
| <b>JANVIER</b>   | Le 5 : Petit déjeuner<br>Le 8 : Thé dansant et galette des rois | Le 15 : Centre de soin<br>Le 17 : Repas raclette<br>Le 22 : LOTO suivi d'un goûter |
| <b>FÉVRIER</b>   | Le 5 : Repas crêpes<br>Le 11 : Petit déjeuner                   | Le 20 : Goûter magique   |
| <b>MARS</b>      | Le 9 : Petit déjeuner   | Le 12 : Repas Mexicain<br>Le 19 : Centre de soin                                   |
| <b>AVRIL</b>     | Le 2 : Repas de Pâques<br>Le 13 : Petit déjeuner                | Le 16 : LOTO suivi d'un goûter<br>Le 23 : ARFO'LYMPIQUE spé Far West               |
| <b>MAI</b>       | Le 11 : Petit déjeuner<br>Le 13 : Pétanque                      | Le 14 : Guinguettes des voisins<br>Le 21 : Centre de soin                          |
| <b>JUIN</b>      | <u>Semaine du Bien Manger Senior (du 1<sup>er</sup> au 7)</u>   | Avec conférence, Petit déjeuner et Repas froid<br>25 : Fête annuelle de l'ARFO     |
| <b>JUILLET</b>   | Le 9 : LOTO suivi d'un goûter<br>Le 13 : Petit déjeuner         | Le 16 : Repas pizza<br>Le 30 : Repas BBQ   |
| <b>AOÛT</b>      | Le 26 : Centre de soin  |  |
| <b>SEPTEMBRE</b> | Le 14 : Petit déjeuner<br>Le 17 : Repas Vendanges               | Le 23 : Centre de soin   |
| <b>OCTOBRE</b>   | <u>Semaine Bleue</u>  | Le 29 : Repas choucroute   |
| <b>NOVEMBRE</b>  | Le 7 : Repas moules frites<br>Le 12 : LOTO suivi d'un goûter    | Le 16 : Petit déjeuner<br>Le 19 : Repas beaujolais                                 |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | Le 10 : Repas de Noël<br>Le 11 : Marché de Noël                 | Le 15 : Petit déjeuner<br>Le 25 : Goûter de Noël                                   |

\* Les ateliers soupes/ quiches, atelier manuel, vente de gâteaux / salades de fruit auront lieu 1 à 3 fois par mois.

# ANIMATIONS

## Résidence BETHENY

|                  |   |                                   |
|------------------|---|-----------------------------------|
| <b>JANVIER</b>   | 17 : Epiphanie  |                                   |
| <b>FÉVRIER</b>   | 19 : Repas Chandeleur   | 07 : Goûter crêpes                |
| <b>MARS</b>      | 01 : Apéritif fêtes des grand-mères                           | 21: Marché de Pâques              |
| <b>AVRIL</b>     | 02 : Repas de Pâques avec animation                           |                                   |
| <b>MAI</b>       | 14: Repas club  | 31 : Goûter fête des mères        |
| <b>JUIN</b>      | <u>Semaine du Bien Manger Senior (du 1<sup>er</sup> au 7)</u> | 25 : Fête annuelle de l'ARFO      |
| <b>JUILLET</b>   | 23 : Repas d'été avec animation                               |                                   |
| <b>AOÛT</b>      | 06 : Repas club   |                                   |
| <b>SEPTEMBRE</b> | 17: Repas des Vendanges                                       |                                   |
| <b>OCTOBRE</b>   | 04 : Goûter fête des G-P                                      | <u>Semaine Bleue</u>              |
| <b>NOVEMBRE</b>  | 19 : Beaujolais nouveau                                       |                                   |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | 05 : Marché de Noël   | 10 : Repas de Noël avec animation |

# ANIMATIONS

## Résidence LUCIEN DOYEN

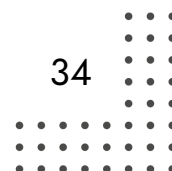
|                  |  |   |
|------------------|--|---|
| <b>JANVIER</b>   | 1 : Goûter du Nouvel An en musique offert<br>9 : Repas Epiphanie + animateur   | 17 : Atelier cuisine + goûter & Club tricot   |
| <b>FÉVRIER</b>   | 19 : Repas Chandeleur<br>28 : Atelier cuisine + goûter & Club tricot   |   |
| <b>MARS</b>      | 12 : Repas Quiches<br>21 : Atelier cuisine + goûter & Club tricot  |   |
| <b>AVRIL</b>     | 11 : Atelier cuisine + goûter & Club tricot<br>22 : Repas de Pâques avec animation   |   |
| <b>MAI</b>       | 23 : Atelier cuisine + goûter & Club tricot  |   |
| <b>JUIN</b>      | <b>Semaine du Bien Manger Senior (du 1<sup>er</sup> au 7) :</b><br>1 : Petit déjeuner sucré-salé<br>2 : Conférence « Alimentation et douleurs inflammatoires » avec Anaïs MARCE<br>3 : Loto des Odeurs | 4 : Atelier crêpe Party avec Mathilde DEMONCEAUX<br>9 : Conférence avec le Docteur KARIGER « L'oreille vieillissante »<br>13 : Atelier cuisine + goûter & Club tricot<br>25 : Fête annuelle de l'ARFO |
| <b>JUILLET</b>   | 16 : Repas Barbecue<br>25 : Atelier cuisine + goûter & Club tricot   |   |
| <b>AOÛT</b>      | 6 : Repas Croque-monsieur Maison<br>22 : Crêpes party  |   |
| <b>SEPTEMBRE</b> | 17 : Goûter amélioré des vendanges<br>26 : Atelier cuisine + goûter & Club tricot  |   |
| <b>OCTOBRE</b>   | 8 : Repas Moules-frites<br><b>Semaine Bleue</b><br>12 : Petit-déjeuner<br>14 : Quiz musical<br>15 : Conférence « Hygiène de vie les 3 Piliers de la santé » avec les Actiphiles                        | 16 : Atelier découverte « Mémoire de musique »<br>17 : Atelier cuisine + goûter & Club tricot<br>22 : Concours de belote<br>23 : Atelier découverte « Médiation animale »<br>25 : Loto                |
| <b>NOVEMBRE</b>  | 19 : Repas Beaujolais Nouveau<br>28 : Atelier cuisine + goûter & club tricot   |   |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | 15 : Goûter de Noël + animateur<br>25 : Goûter de Noël en musique offert   |   |

**MESSES** tous les derniers vendredis du mois.

# ANIMATIONS

## Résidence ROLAND DORGELES

|                  |   |   |
|------------------|---|---|
| <b>JANVIER</b>   | 8 : Galette des rois<br>29 : Atelier cuisine autour de la crêpe + repas                       |   |
| <b>FÉVRIER</b>   | 6 : Petit déjeuner<br>19 : Chandeleur   |   |
| <b>MARS</b>      | 12 : Repas paella<br>19 : Concours belote + goûter inter résidence<br>20 : Petit déjeuner     |   |
| <b>AVRIL</b>     | 2 : Repas de pâques +<br>Animation musicale   | 11 : Goûter club<br>23 : Gaufres maison |
| <b>MAI</b>       | 2 : Goûter club<br>14 : Goûter danse country  |   |
| <b>JUIN</b>      | <u>Semaine du Bien Manger Senior (du 1<sup>er</sup> au 7)</u><br>25 : Fête annuelle de l'ARFO |   |
| <b>JUILLET</b>   | 3 : Petit déjeuner<br>16 : Repas froid  |   |
| <b>AOÛT</b>      | 6 : Loto + goûter<br>26 : Atelier cuisine + repas   |   |
| <b>SEPTEMBRE</b> | 4 : Petit déjeuner<br>17 : Repas choucroute + Animation musicale<br>26 : Quiz + goûter        |   |
| <b>OCTOBRE</b>   | 8 : Repas tartiflette<br>29 : Atelier cuisine + repas   | <u>Semaine Bleue</u>                    |
| <b>NOVEMBRE</b>  | 19 : Repas pizzas<br>26 : Goûter maison + jeu sur la borne                                    |   |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | 10 & 11: Marché Noel<br>15 : Repas de Noel + Animation musicale<br>24 & 25 : Goûter de Noel   |   |



# ANIMATIONS

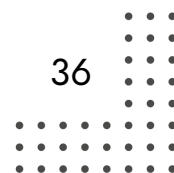
Résidence AVENUE DE LAON

|                  |  |   |
|------------------|--|---|
| <b>JANVIER</b>   | 8 : Epiphanie<br>29 : Loto   |   |
| <b>FÉVRIER</b>   | 14 : Chandeleur<br>19 : Repas couscous   |   |
| <b>MARS</b>      | 7 : Goûter maison<br>19 : Atelier mémoire  | 12 : Repas traiteur « langue de bœuf »                            |
| <b>AVRIL</b>     | 2 : Repas de pâques avec animation   | 23 : Collation dinatoire maison                                   |
| <b>MAI</b>       | 9 : Goûter brioche   | 23 : Collation maison   |
| <b>JUIN</b>      | <u>Semaine du Bien Manger Senior</u><br>(du 1 <sup>er</sup> au 7)<br>4 : Conférence diététique et TBLE | 13 : Collation maison<br>25 : Fête annuelle de l' ARFO            |
| <b>JUILLET</b>   | 23 : Apéro champêtre   |   |
| <b>AOÛT</b>      | 6 : Goûter estival   |   |
| <b>SEPTEMBRE</b> | 17 : Repas vendanges   | 12 : Goûter gaufres maison  |
| <b>OCTOBRE</b>   | <u>Semaine Bleue</u><br>8 : Repas gaufres maison<br>15 : Loto  | 17 : Atelier mémoire<br>22 : Conférence stress comprendre et agir |
| <b>NOVEMBRE</b>  | 14 : Goûter croque monsieur chocolat maison  | 19 : Repas beaujolais   |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | 3 : Marché de Noël   | 10 : Repas de Noël avec animation                                 |

# ANIMATIONS

## Résidence CHÂTILLONS

|                  |   |   |
|------------------|---|---|
| <b>JANVIER</b>   | 8 : Galette des rois<br>22 : LOTO<br>29 : Repas amélioré                    |   |
| <b>FÉVRIER</b>   | 2 : Chandeleur<br>4 : Quiz avec Florent<br>12 : Sortie Goûter               | 14 : Café douceur St Valentin<br>17 : Goûter beignet<br>19 : Repas amélioré |
| <b>MARS</b>      | 19 : Repas amélioré<br>23 petit déjeuner                                    |   |
| <b>AVRIL</b>     | 2 : Goûter de Pâques<br>11 : Sortie Restaurant                              | 17 : LOTO<br>23 : Jeu du « <i>Juste Prix</i> »                              |
| <b>MAI</b>       | 11 : Petit-déjeuner<br>15 : Thé dansant à ARFO<br>Résidence Gobelins        | 23 : Goûter chausson aux<br>pommes<br>29 : Goûter des voisins               |
| <b>JUIN</b>      | Semaine du Bien Manger<br>Senior (du 1 <sup>er</sup> au 7)                  | 4 : Repas amélioré<br>25 : Fête annuelle de l'ARFO                          |
| <b>JUILLET</b>   | 4 : Goûter estival<br>9 : LOTO  | 16 : Repas amélioré<br>30 : Petit-déjeuner                                  |
| <b>AOÛT</b>      | 21 : Goûter pâtisserie<br>27 : Repas amélioré                               |   |
| <b>SEPTEMBRE</b> | 17 : Repas amélioré<br>20 : Journée du patrimoine<br>26 : Sortie restaurant |   |
| <b>OCTOBRE</b>   | <u>Semaine Bleue</u><br>5 : Petit-déjeuner<br>8 : Sortie culturelle         | 22 : LOTO<br>29 : Repas amélioré  |
| <b>NOVEMBRE</b>  | 5 : Goûter Halloween<br>12 : Sortie Goûter                                  | 19 : Repas Beaujolais   |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | 7 : Petit-déjeuner<br>10 : Sortie Marché de Noël                            | 17 : Repas de Noël  |



# ANIMATIONS

## Résidence JACQUES RICHARD

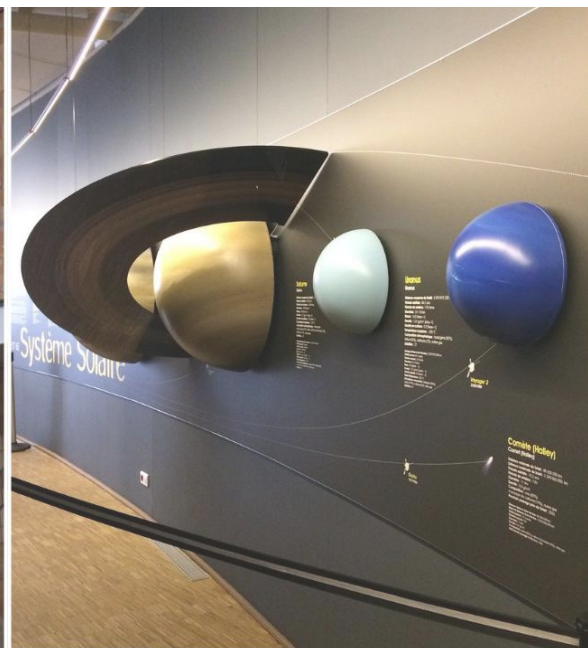
|                  |   |   |
|------------------|---|---|
| <b>JANVIER</b>   | 1 : Pot de l'An gratuit<br>8 : Goûter de l'Épiphanie<br>9 : Spectacle Chorale                             | 14 : Petit-déjeuner<br>17 : Spectacle de Théâtre + goûter                       |
| <b>FÉVRIER</b>   | 7 : Rencontre entre 2 Chorales + Goûter<br>10 : Concours Quiz des Champions                               | 17 : Atelier manuel St Valentin<br>19 : Repas Chandeleur<br>25 : Petit-déjeuner |
| <b>MARS</b>      | 12 : Repas en musique avec Starlight<br>13 : Loto   | 16 : Goûter maison à thème St Patrick   |
| <b>AVRIL</b>     | 8 : Atelier manuel Pâques<br>23 : Repas de Pâques en musique avec L'Accord Parfait<br>29 : Petit-déjeuner |   |
| <b>MAI</b>       | 11 : Goûter maison à thème<br>20 : Petit-déjeuner   |   |
| <b>JUIN</b>      | <u>Semaine du Bien Manger Senior (du 1<sup>er</sup> au 7)</u><br>10 : Petit-déjeuner                      | 22 : Goûter maison à thème fête de la musique<br>25 : Fête annuelle de l'ARFO   |
| <b>JUILLET</b>   | 16 : Repas froid<br>22 : Petit-déjeuner   |   |
| <b>AOÛT</b>      | 12 : Petit-déjeuner<br>27 : Repas Pizza   |   |
| <b>SEPTEMBRE</b> | 17 : Repas des Vendanges en musique avec Mr GERVAIS   | 18 : Loto<br>23 : Petit-déjeuner  |
| <b>OCTOBRE</b>   | <u>Semaine bleue (du 5 au 11)</u><br>8 : Repas choucroute<br>14 : petit-déjeuner                          | 29 : Marché solidaire Octobre Rose<br>30 : Atelier manuel Halloween             |
| <b>NOVEMBRE</b>  | 4 : Petit-déjeuner<br>19 : Repas Beaujolais   | 25 : Atelier manuel Noël  |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | 10 : Repas de Noël en musique avec Titus<br>16 : Petit-déjeuner   | 19 : Marché de Noël à la résidence<br>24 & 25 : Goûter de Noël gratuit          |

Goûters tous les lundis.

# ANIMATIONS

## Résidence JEANNE D'ARC

|                  |  |  |
|------------------|--|--|
| <b>JANVIER</b>   | 9 : Goûter des Rois<br>22 : Gouter Gaufres   | 29 : Repas Raclette  |
| <b>FÉVRIER</b>   | 5 : Rencontre intergénérationnelle jeux avec UNISCITE<br>7 : Goûter crêpes<br>12 : Repas nouvel an Chinois<br>19 : Rencontre intergénérationnelle jeux avec UNISCITE                 |  |
| <b>MARS</b>      | 1 : Goûter fête des grand-mères<br>17 : Quiz des champions<br>19 : Repas du printemps  |  |
| <b>AVRIL</b>     | 3 : Repas de Pâques + animation L'Accord Parfait<br>11 : Concours « Lancer de bouchon de champagne »<br>19 : Rencontre intergénérationnelle QUIZ avec UNISCITE<br>23 : Loto + Goûter |  |
| <b>MAI</b>       | 15 : Repas Moules/Frites<br>28 : Goûter fait maison  |  |
| <b>JUIN</b>      | <u>Semaine du Bien Manger Senior (du 1<sup>er</sup> au 7)</u><br>4 : Sortie restaurant   | 15 : Petit-déjeuner fait maison<br>25 : Fête annuelle de l'ARFO      |
| <b>JUILLET</b>   | 9 : Goûter coupe glacée<br>16 : Barbecue   |  |
| <b>AOÛT</b>      | 28 : Buffet froid  |  |
| <b>SPETEMBRE</b> | 10 : Goûter tartes<br>17 : Repas d'automne   | 28 : Petit-déjeuner maison   |
| <b>OCTOBRE</b>   | <u>Semaine Bleue</u><br>15 : Repas raclette<br>29 : Loto + Goûter  | 22 : Goûter spécial semaine bleue et spectacle avec L'Accord Parfait |
| <b>NOVEMBRE</b>  | 12 : Goûter Gaufres<br>19 : Repas Beaujolais   |  |
| <b>DÉCEMBRE</b>  | 17 : Repas de Noël<br>19 : Spectacle de flûte traversière + goûter<br>24 & 25 : Goûters de Noël gratuits   |  |



# ANIMATIONS INTER-RÉSIDENCES

# MATCH DE FOOT



La Ville de REIMS offre des places réservées aux résidents de l'ARFO, pour assister à 8 matchs par an (de septembre à juin), du stade de Reims :

|          |               |
|----------|---------------|
| RED STAR | 17 avril 2026 |
| PAU      | 8 mai 2026    |

Les quantités étant limitées, ces places seront distribuées par tirage au sort si nécessaire.

Pour plus d'informations et réservation, veuillez prendre contact avec Florent LECLERC – Référent Animation au **03.26.79.72.58**



**Stade Auguste Delaune – 37 Chaussée Bocquaine – 51100 REIMS**

# QUIZ DES CHAMPIONS

## La démarche :

Cette troisième édition du Quiz des Champions oppose nos 12 résidences. Cette année, édition spéciale « **La ville de Reims et son champagne** ». Quelle résidence réussira à répondre juste au plus grand nombre de question ? Tous les résidents et les externes voulant représenter leur résidence sont les bienvenus !

|                     |         |                 |
|---------------------|---------|-----------------|
| Mardi 3 février     | A 15H00 | Avranches       |
| Mercredi 4 février  |         | Châtillons      |
| Jeudi 05 février    |         | Doyen           |
| Mardi 10 février    |         | Jacques Richard |
| Vendredi 13 février |         | Ponsardin       |
| Mardi 24 février    |         | Coubertin       |
| Mercredi 25 février |         | Dorgelès        |
| Jeudi 26 février    |         | Charles Arnould |
| Mardi 03 mars       |         | Avenue de Laon  |
| Vendredi 06 mars    |         | Bétheny         |
| Mardi 17 mars       |         | Jeanne d'Arc    |
| Mercredi 18 mars    |         | Gobelins        |

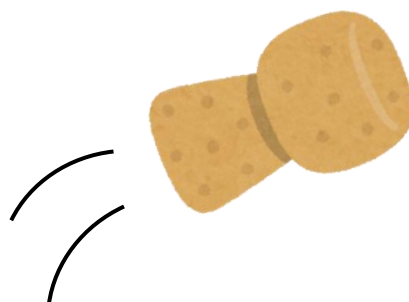
Remise de trophée le **24 mars 2026**

# L'ENVOL DU BOUCHON DE CHAMPAGNE

Rendez-vous le 30 juillet à la  
Résidence CHARLES ARNOULD  
à 14H30

## Le concept :

Vous souhaitez animer votre journée en tentant votre chance à  
**L'Envol du Bouchon de Champagne ?**  
Rejoignez le jeu, marquez le plus de points en visant au mieux le  
sceau de champagne !  
Renforcez votre adresse et votre patience (ou pas !) et remportez le  
trophée !



# DESTINATION INCONNUE

Plusieurs destinations tout au  
long de l'année

## Le concept :

Vous êtes résident à l'ARFO et vous avez envie de changer d'air et de vivre une sortie pas comme les autres ?

Avec **Destination inconnue**, montez à bord et laissez-vous surprendre !

Vous partez pour une escapade dont le lieu reste secret jusqu'à l'arrivée.

Partagez un moment de découverte et vivez une expérience inédite !



Quelle sera la  
prochaine  
destination ?

# SEMAINE du Bien Manger Séniors

Du 1er au 7 juin 2026

## La démarche :

Alimentation, bien-être, plaisirs gustatifs, équilibre, activités physique, transition bio, jardins partagés... Pendant la semaine du Bien Manger Séniors, c'est l'occasion de découvrir, tester et comparer ! Tout un programme d'ateliers cuisine et de conférences est proposé aux résidents et aux extérieurs !



Programmation à venir

# SEMAINE BLEUE

Du 5 au 11 octobre 2026 à Tinquieux

Dates de 2026 pour Reims à venir

## La démarche :

La Semaine Bleue 2026 est une campagne nationale qui vise à débattre et à promouvoir la valorisation de la place des aînés et des liens intergénérationnels dans la société.



Programmation à venir

# GOÛTER DE NOËL INTERGÉNÉRATIONNEL De la Ville de Reims

Décembre 2026

## Le concept :

Un moment partagé entre enfants et seniors pour lutter contre l'isolement social et offrir à tous des moments magiques pour les fêtes de Noël !



## R02 RÉSIDENCE PONSARDIN

130 rue Ponsardin – 51100 REIMS  
03.26.85.19.66

Bus O1 : Station St Maurice

## R03 RÉSIDENCE CHARLES ARNOULD

83 bld Charles Arnould – 51100 REIMS  
03.26.09.32.14

TRAM T1 & T2 : Station Danton Rauséo

Bus U3 : Station Raphael

## R05 RÉSIDENCE COUBERTIN

APL

10 rue Léopold Charpentier – 51100 REIMS  
03.26.87.05.88

TRAM T1 & T2 : Station Belges

Bus U3 : Station Belges

## R06 RÉSIDENCE GOBELINS

58 rue des Gobelins – 51100 REIMS  
03.26.07.17.21

Bus U3 : Station Strasbourg

## R08 RÉSIDENCE AVRANCHES

APL

3 rue d'Avranches – 51100 REIMS  
03.26.08.31.79

TRAM T1 & T2 : Station Franchet d'Esperey

Bus U7 : Station Avignon

## R09 RÉSIDENCE BETHENY

40 bis rue de Betheny – 51100 REIMS  
03.26.07.06.04

Bus 20 : Station Bel Air

## R10 RÉSIDENCE LUCIEN DOYEN

APL

7 rue du Docteur Billard – 51100 REIMS  
03.26.08.18.46

TRAM T1 & T2 : Station Campus Croix-Rouge

## R11 RÉSIDENCE ROLAND DORGELES

16 rue Roland Dorgelès – 51100 REIMS  
03.26.09.08.76

TRAM T1 & T2 : Station Danton Rauséo

## R13 RÉSIDENCE AVENUE DE LAON

49 avenue de Laon – 51100 REIMS  
03.26.47.47.41

TRAM T1 & T2 : Station St Thomas

## R15 RÉSIDENCE CHATILLONS

APL

72 bld Vasco de Gama – 51100 REIMS  
03.26.06.21.50

Bus U4 : Station Ponce de Léon

## R17 RÉSIDENCE JACQUES RICHARD

APL

45 allée Jacques Richard – 51430 TINQUEUX  
03.26.04.20.60

Bus U8 : Station Grémillon

## R19 RÉSIDENCE JEANNE D'ARC

102 avenue Georges Clémenceau- 51100 REIMS  
03.26.05.61.91

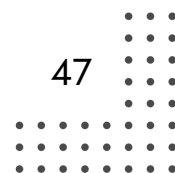
Bus U1 : Station Yser

## ASSOCIATION RESIDENCES AUTONOMIE

182, Avenue d'Eprenay – 51100 Reims / 03 26 79 72 50 / [www.arfo.fr](http://www.arfo.fr) / [association@arfo.fr](mailto:association@arfo.fr)

TRAM T1 : Station : Médiathèque Croix Rouge

BUS U7 : Station : Chaise au plafond



# Retrouvez toutes nos résidences Reims et Tinquieux

**01** SIEGE

**R02** PONSARDIN

**R03** CHARLES ARNOULD

**R05** COUBERTIN

**R06** GOBELINS

**R08** AVRANCHES

**R09** BETHENY

**R10** DOYEN

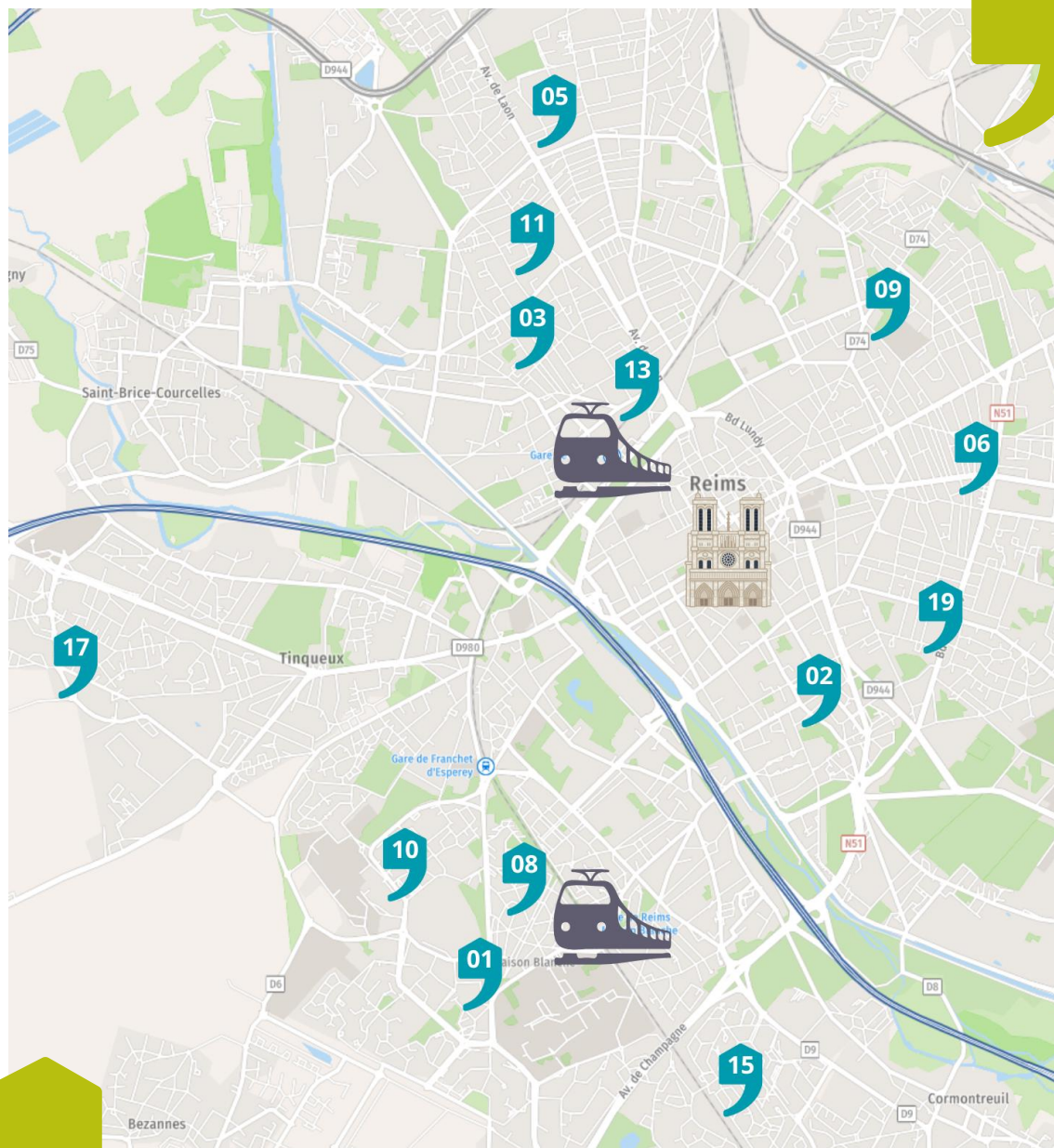
**R11** DORGELES

**R13** AV. DE LAON

**R15** CHATILLONS

**R17** J. RICHARD

**R19** J. ARC



**Découvrez nos  
résidences sur le  
site internet !**

**Association Résidences Autonomie**

182, Avenue d'Épernay – 51100 REIMS

03 26 79 72 50

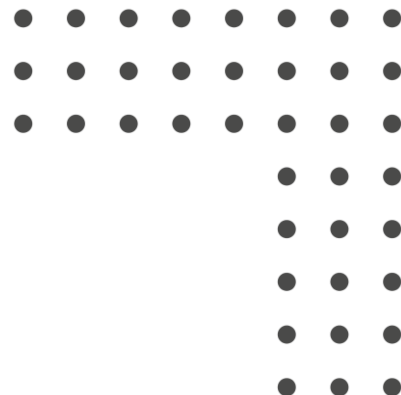
[www.arfo.fr](http://www.arfo.fr) / [association@arfo.fr](mailto:association@arfo.fr)











# CONTACT

Florent  
**LECLERC**


RÉFÉRENT  
ANIMATION

 03.26.79.72.58

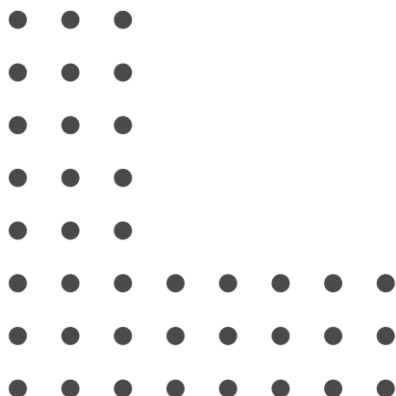
 f.leclerc@arfo.fr

Jasminka  
**ROBINET**

RESPONSABLE PÔLE  
SOCIAL PRÉVENTION  
ANIMATION

 03.26.79.72.55

 j.robinet@arfo.fr



**SITE INTERNET**

[www.arfo.fr](http://www.arfo.fr)

