

# ANIMATIONS GRATUITES POUR NOS SENIORS à la Résidence des Cytises

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>11h</b> Atelier Gymnastique douce	<b>9h30 - 10h30</b> <b>10h45 - 11h45</b> Atelier Cyclisme- Santé avec la Fédération Française de Cyclisme	<b>10h45 - 11h45</b> Atelier Equilibre	<b>10h - 11h45</b> Atelier du « Bien vieillir » Conférence ou atelier mémoire	<b>9h30-10h30</b> <b>10h45-11h45</b> Atelier Cyclisme- Santé avec la Fédération française de Cyclisme
12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)
<b>14h - 16h</b> Café - rencontre avec Nadia* ou Conférence	<b>14h</b> Transport courses Panier frais ou Grand frais	<b>14h</b> Atelier via GRAND ECRAN INTERACTIF Conférence ou Jeux à distance	<b>14h</b> Transport courses Carrefour Market	<b>14h - 16h</b> Café - rencontre avec Nadia* ou Conférence

\* 2 ou 3 fois par mois. Pour connaître les dates et les thèmes, contactez le CCAS au 01 30 95 05 10. Le thème du « Café - rencontre » est variable : chorale, atelier créatif, jeux de mémoire et rapidité, loto, cinéma/film, jeux de dés, anniversaires du mois, restaurant, etc ...

Dates	Horaires	Animations
<b>Jeudi 7 octobre</b>	15h - 16h30	Grand Quizz « Questions pour un senior » - Ecran interactif
<b>Jeudi 14 octobre</b>	15h - 16h30	Magie à distance - Ecran interactif
<b>Mardi 19 octobre</b>	15h - 17h	Atelier Haikus avec Madame Cohen

INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS  
CONTACTEZ LE CCAS AU 01 30 95 05 10

Résidence des Cytises : 12 chemin de l'Aumône