

ANIMATIONS GRATUITES ET OUVERTES À TOUS LES SENIORS ÉPÔNOIS

| Octobre à la Maison des seniors |

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10h30 Groupe de parole	10h00-10h30 Vélo Santé	10h45 -11h45 Gym Equilibre	10h - 11h00 Activités diverses	10h-10h30 Vélo santé ou marche
12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)	12h - 13h Restauration (payant)
14h -16h Anniversaires Jeux de mémoire	14h Activités et jeux de société en libre accès	14h Atelier sur GRAND ECRAN INTERACTIF Et/ou Cinéma Cytises	14h Activités et jeux de société en libre accès	14h -16h Médiathèque et Chorale

SEMAINE BLEUE DU 3 AU 9 OCTOBRE 2022

Changeons notre regard sur les aînés, brisons les idées reçues

Et Animations complémentaires ...

Dates	Horaires	Animations
Jeudi 6 octobre	10h30	Information dispositif de maintien d'aide à domicile
Vendredi 7 octobre	14h-16h	Loto
Jeudi 13 octobre	10h30	Projet CLEA 2022/2024
Mardi 18 octobre	15h30	Permanence France Services, aide aux démarches administratives
Jeudi 20 octobre	10h00	Action tri des déchets et tri sélectif
Vendredi 21 octobre	15h30	Sophrologie
Jeudi 27 octobre	16h-17h30	Café Littéraire
Vendredi 28 octobre	13h15	Sortie au marché du Val-Fourré