



Sortir pour bien vieillir

Ateliers 2023

fin d'année



Animation ludique collective

par Chauffe-Citron

JEUDI

10h30 - 11h30

MAPEJE

26 rue du 4ème BCP

20 places

10 séances

07/11/23

Des séances d'activité collective liant **numérique**, réflexion et travail de la **mémoire** pour s'assurer de rester en forme



Gymnastique découverte

par le Comité Olympique Départemental

SEANCES TEST

MARDI

07/11/2023

14/11/2023

L'Autre Filature

8 rue du Champy

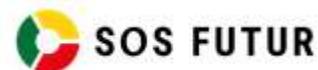
12 places

par séance

14h - 15h30

Découvrir ou redécouvrir les bienfaits de la **gymnastique** avec un **éducateur sportif** professionnel

Perfectionnement informatique



par SOS Futur

JEUDI

14h00 - 16h00

L'Autre Filature

8 rue du Champy

3 places
disponibles

Suite de l'initiation informatique, atelier s'adressant aux personnes ayant des bases sur une tablette tactile

INSCRIPTION :

- Le **13/10/2023** entre 9h et 12h et entre 14h et 16h30 en vous rendant au CCAS (13A rue Anatole France)
- Par téléphone au **03 83 45 14 17**
- Par mail via **inscriptions.seniors@saintnicolasdeport.fr**

Ces ateliers sont **entièrement gratuits**. En revanche toute inscription vous engage à participer aux ateliers que vous avez sélectionnés. Le service se réserve le droit **d'annuler et de réattribuer votre inscription** si vous ne respectez pas cet engagement.

