

JOURNÉE DES SENIORS

**6 mardi
nov. 2018**

de 10h à 17h
salle des fêtes
Saint-Jean-de-Muzols

stands, ateliers

GRATUIT
ET OUVERT À TOUS

**Une journée
pour se faire plaisir**

D'ARDECHE EN HERMITAGE



EN PARTENARIAT AVEC



ardèche
LE DÉPARTEMENT

Des stands tenus par des acteurs locaux afin de faire connaître le territoire : résidences, services d'aide à domicile, associations...

Des ateliers animés : cuisine • couture • bien-être (sophrologue, reflexologue...) • couture • multimédia • interview et animation radio • lecture à voix haute • jeu de mots • activité physique adaptée (vélo) • expo photos espaces naturels sensibles Doux • prévention routière • coaching canin • réalité virtuelle • grand jeu récréatif • mémoire • prévention thérapeutique • prévention des arnaques

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AUX ATELIERS SUIVANTS

CUISINE	10h30 - 11h30 14h30 - 15h30
BOULES DE POILS (médiation animale)	Toutes les 30 minutes entre 10h - 11h30 et 13h - 16h30
MÉMOIRE EN PLEINE FORME	14H - 14H45
NUMÉRIQUE	14H - 15H30
COUTURE	10H30 - 11H30 13H - 13H45 14H15 - 15H 15H15 - 16H 16H15 - 17H
GARDER LA FORME (vélo adapté)	14h30 - 16h
LECTURE (occitan)	15h - 16h
JEU DE MOTS	14h15 - 15h

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS 06 60 87 68 20
du 15 octobre au 2 novembre 2018 de 10h à 12h