

Animations seniors

> **Décembre 2024 • n°37**
Loisirs - Sorties - Ateliers...

Dates à retenir

Semaine bleue du lundi 30 septembre au vendredi 4 octobre

Après-midi dansant **vendredi 11 octobre**

Semaine du goût du 14 au 18 octobre « Balade dans les îles »

L'amour n'a pas d'âge, le plaisir non plus

Mardi 8 octobre 14h30 à 16h30 - Salon Campant à l'Espace Jean Vilar - Gratuit sur inscription

Cette conférence se veut un voyage à travers les différents aspects de l'amour, de l'intimité chez les seniors en abordant divers sujets (changements physiologiques, émotionnels...)

Bien dans sa voix **Mardi 8 octobre jusqu'au 3/12** de 9h30 à 10h30 à la Maison de la musique - Gratuit
Renforcer le souffle – Goûter au plaisir de chanter – Améliorer l'émission vocale et l'élocution etc...

Pause des aidants Un répit pour les aidants familiaux

Lundis 14 octobre, 18/11 et 16/12 10h à 12h au salon de la résidence - Gratuit - Sans inscription

Qi gong (10 séances)

Jeudis du 17 octobre (jusqu'au 17/01 hors vacances scolaires) 10h à 11h - Salle MJC - 20 € (les 10 séances)

Le Qi Gong est une pratique qui combine des mouvements doux, des techniques de respiration et de la méditation pour harmoniser le corps et l'esprit

Chez moi « j'y suis, j'y reste » **Jeudi 24 octobre 14h30 à 16h30** - Salon Campant à l'Espace Jean Vilar - Gratuit
Dans un cadre convivial, cette conférence vous invite à redécouvrir et repenser votre logement

Invitation à un atelier créatif
« préparation des centres de table pour le Noël des aînés »

Lundis 4 et 18 novembre 14h à 16h30 - Salon Campant à l'Espace Jean Vilar - Gratuit

En vue des festivités de Noël, nous avons le plaisir de vous inviter à participer à un atelier créatif dédié à la préparation des centres de table pour le Noël des aînés. Tout le matériel nécessaire sera fourni.

Inscriptions « chèques de Noël » **Du 4 au 29 novembre** de 8h30 à 12h auprès du CCAS

Pour les personnes de plus de 65 ans, habitant Neuville-sur-Saône depuis plus de 3 ans (justificatif de domicile)

Selon les conditions de ressources ci-dessous : 1 012,02€/mois pour une personne seule. 1 492,08€/mois pour un couple

Déjeuner à la brasserie Georges

Mercredi 13 novembre, rendez-vous devant la résidence à 10h30 (départ à 10h45)

C'est l'occasion parfaite pour se retrouver, partager, échanger autour d'un bon repas dans une ambiance détendue et festive - Tarif : 40 €

Repas beaujolais **Jeudi 21 novembre** au restaurant de la résidence à 12h - Tarif : 14,55 €

Marché de Noël

Vendredi 22 et samedi 23 novembre de 10h à 12h et de 14h à 16h30 à la chapelle d'Ombreval - Entrée gratuite

Atelier D'Marche **Lundis 25 novembre, 16/12, 16/01** 14h à 17h - Salon Campant à l'Espace Jean Vilar

Ce programme est une invitation à augmenter durablement son nombre de pas au quotidien - Gratuit

Noël des aînés **Mercredi 4 décembre** 15 h à l'Espace Jean Vilar – À partir de 70 ans - Gratuit

Inscription obligatoire sur présentation d'un justificatif de domicile avant le 30 novembre

Atelier vannerie, décoration de Noël

Jeudi 12 décembre - 14h à la salle de loisirs résidence - Tarif : 8 €

Visite enchantée au « hameau Duboeuf »

Jeudi 19 décembre, rendez-vous devant la résidence à 7h45 (départ à 8h - retour aux alentours de 18h) - Tarif : 45 €

Visite accompagnée du Hameau suivie d'une dégustation, déjeuner suivi de la découverte de l'ancienne gare

Toutes les animations sont sur inscription auprès du CCAS et se déroulent à la résidence autonomie Bertrand-Vergnais, sauf mention contraire.

Les animations sont réservées aux Neuillois et, sous réserve de places disponibles, aux seniors extérieurs inscrits sur la liste d'attente.

Tarifs avec participation du CCAS déduite ou gratuit si prise en charge complète par le CCAS

Les règlements doivent être effectués à l'inscription uniquement par chèque bancaire ou postal à l'ordre de la Résidence Bertrand-Vergnais

