

ATELIERS CONVIVIALITÉ SENIORS



- Activités ludiques
- Activité physique et bien-être
- Activités créatrices, nouvelles technologies



*Cultivez
votre
bien-être*

Vous avez plus de 60 ans et vous résidez dans la communauté de communes de la Porte Océane du Limousin.

Partagez de bons moments, entretenez votre forme et votre mémoire en participant à l'un des 3 ateliers conviviaux de votre choix. Chaque atelier est composé de 13 séances qui se terminent par un goûter.

CHAQUE SEMAINE UN ATELIER 3 THÉMATIQUES PROPOSÉES :



Activités ludiques

▼
Jeux anciens
et de société

▼
Jeux créatifs et autour
du chant



Activité physique & bien-être

▼
Gym douce



Activités nouvelles technologies

▼
Outils informatiques,
internet, réseaux sociaux...
à partir de septembre



2€
**SEULEMENT
LA SÉANCE!**
SOIT 26€
LES 13 SÉANCES

Ces ateliers se déroulent dans une salle mise à disposition par la Mairie de Saint-Junien de 14 h à 16 h 15.

Renseignez-vous vite, les places sont limitées !

Tél. : 05 55 02 46 01 - Contact : Lydia MAUTRET

Vous êtes intéressé(e)s mais vous ne pouvez pas vous déplacer seul(e)s ? UNA Ouest 87 peut organiser votre transport selon votre situation.

UNA Ouest 87
Mon aide à domicile, c'est UNA

10, boulevard de la République
Boîte Postale n° 16
87 201 St Junien Cedex
Mail : unasaintjunien@orange.fr
Site : <http://unasaintjunien.fr>
Retrouvez-nous aussi sur Facebook