

Inscription obligatoire pour chaque atelier

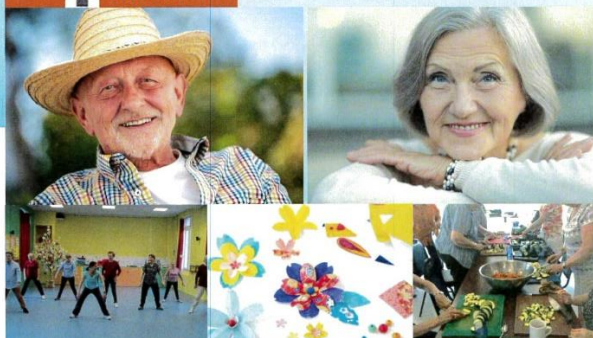


04 75 37 76 88
accueil@centresocialrevivre.fr
centresocialrevivre.fr



Conception et réalisation MSA Ardeche Drôme Loire - Action sanitaire et sociale - juillet 2021

Vous informer



SEMAINE DES SENIORS
du 04 au 08 OCTOBRE 2021

Pays des Vans en Cévennes



PROGRAMME

Susceptible d'évaluer en fonction de la crise sanitaire

établi dans le cadre de la Charte Territoriale de Solidarité avec les Aînés des Vans
animée par la MSA

Co-voiturage : départ parking Vivans

Lundi 04 octobre			
10h00 à 12h00 Départ 9h30	Atelier « Yoga traditionnel » avec Florian ORTIN professeur de Yoga diplômé de l'école SHIVANANDA Salle des Fêtes de BERRIAS	gratuit	
		14h00 à 16h00 Départ 13h45	Atelier « La maison : Bouger plus » Salle des Fêtes SAINTE-MARGUERITE-LAFIGERE <i>La plateforme sport santé vous invite à découvrir l'activité physique pour votre santé. Ce temps de convivialité vous permettra d'avoir des repères dans la reprise des activités physiques du territoire (Siel bleu, Centre social, Ligue contre le cancer, etc...).</i>
			gratuit
Mardi 05 octobre			
11h00 à 12h00	Découverte Activité physique adaptée avec Siel Bleu Salle corporelle Espace sportif et culturel LES VANS	13h30 à 16h30	Balade accompagnée de 4-5 Kms à MONTESELGUES avec l'Association « Sentier d'envie ».
		Départ 13h parking de Vivans Retour 17h	gratuit
Mercredi 06 octobre			
10h00 à 12h00 Départ 9h45	Atelier « Prévention des chutes et habitat » Salle des Fêtes de GRAVIERES	gratuit	
		14h30 à 17h Départ 14h15	Animation intergénérationnelle autour de la thématique des métiers et des jeux en bois. Centre hospitalier Léopold Ollier
			gratuit
Jeudi 07 octobre			
09h45 à 11h45 Départ 9h30	Atelier créatif « Papier recyclé avec fleurs et plantes séchées » avec Claire SORAIS Centre Hospitalier Léopold Ollier	gratuit	
		15h00	Séance cinéma Cinéma Vivans
			5,50 €
Vendredi 08 octobre			
09h30 à 12h00 Départ 9h15	Atelier Cuisine « Anti-gaspillage alimentaire avec La cuisine d'Edith » Salle des Fêtes LES ASSIONS	gratuit	
		14h00 à 16h00 Départ 13h30	« Yoga du rire » avec Marie PINET Salle des Fêtes SAINT-ANDRE-DE-CRUZIERES <i>Une pratique basée sur le rire sans raison, visant à libérer et renforcer son rire, sa joie, son enthousiasme, son expression. Simple, ludique et accessible à toutes et à tous, osez vous laisser embarquer par votre propre rire et celui des autres !</i>
		18h00 à 21h00 Départ 17h45	Apéro/buffet et bal intergénérationnel avec « La Muse » Salle des Fêtes LES ASSIONS