

MERCREDI 13 NOVEMBRE

📍 SALLE DES FÊTES - LA COMBE

SÉCURITÉ ROUTIÈRE



▶ 9h30 - 16h30

Ateliers pratiques (1ère partie)*

Inscription obligatoire

*La 1ère partie "Réactualisation code de la route" aura lieu le **mercredi 06 novembre** de 14h30 à 16h30 à la Mairie.

JEUDI 14 NOVEMBRE

📍 MAIRIE

FORMATION AUX GESTES QUI SAUVENT



▶ 10h00 - 12h00

Inscription obligatoire

05 45 38 51 94

SENSIBILISATION CAMBRIOLAGES ET ARNAQUES



▶ 14h30 - 16h30

Inscription obligatoire

05 45 38 51 94

VENDREDI 15 NOVEMBRE

📍 ESPLANADE

APRÈS-MIDI RÉCRÉATIF

▶ 14h00 - 17h30



- Jeux de société (ludothèque), lecture (médiathèque), karaoké, atelier créatif, belote, tarot, danses....
- Goûter avec animation de la Crazy Chorale.



Mise à disposition d'un **transport à la demande** pour les après-midi de mardi, jeudi et vendredi.

Renseignements et inscriptions :

05 45 38 51 94

DU 12 AU 15
NOVEMBRE
2024



SEMAINE SENIORS

SANTÉ • BIEN-ÊTRE • LOISIRS
SOLIDARITÉ • SOUTIEN À DOMICILE



Centre Social
Culturel et Sportif
AMICALE LAÏQUE
Saint-Yrieix-sur-Charente

La Mairie de Saint-Yrieix
et son Centre Communal d'Action
Sociale vous invitent
à la 2ème édition de la
SEMAINE SENIORS
du 12 au 15 novembre 2024.

Cet événement, grâce à la présence de nombreux partenaires, tentera de répondre aux questions liées

au **bien-vieillir** :

- **santé,**
- **bien-être,**
- **loisirs,**
- **solidarité,**
- **soutien à domicile...**



PROGRAMME

Toute la journée :

**BILAN GRATUIT
POUR VIEILLIR EN
BONNE SANTÉ**

avec DAC PTA

MARDI 12 NOVEMBRE

📍 **ESPLANADE**

FORUM ▶ 10h00 - 12h00 / 14h00 - 17h00

• **Stands d'informations**

PARTENAIRES

- Ma maison A'Venir
- La maison de Léa
- Charente Alzheimer
- DAC PTA
- UNA 16
- Maison Sport et Santé
- Soliha Charente
- CCAS
- Réseau Solidarité
- Centre Social Culturel et Sportif Amicale Laïque
- Atelier de lien
- Atelier mémoire
- Randonnée

**ASSOCIATIONS
ARÉDIENNES**

- Club de l'âge d'Or
- Expressions
- Cœur et Santé
- Les Amis de l'Arédie
- Danser en Arédie

• **Animations (Salle Jean-Ferrat)**

- ▶ 10h15 : **Atelier cœur et santé**
- ▶ 11h00 : **Atelier mémoire**
- ▶ 12h00 : **Signature de la charte "Ville Aidante"** avec France Alzheimer
- ▶ 14h00 : - **Sophrologie**
- **Randonnée pédestre**
- ▶ 14h40 : **Yoga**
- ▶ 15h30 : **Conférence "Bien se nourrir"**

