

ANIM'SENIORS

LES ATELIERS DE PRÉVENTION DU CIAS

GRATUIT

14H
16H

ATELIERS RÉSERVÉS AUX + 60 ANS



- LA MAISON À JOUER
- LA MÉMOIRE EN JEU
- INSTANTS BIEN-ÊTRE
- JEUX DE PLATEAU



INSTANT BIEN-ÊTRE

Profitez d'un massage, d'un instant de détente

Les jeudis :

9 avril (SUD),
21 mai (NORD),
25 juin (SUD)

SUD : 31 rue de la gare
Châtaudren-Plouagat

NORD : 3 Zone de Kercadiou
Lanvollon



LA MAISON À JOUER

Se sensibiliser et échanger sur la santé, l'alimentation, l'hygiène... à travers un jeu de société

Les mardis :

7 avril,
16 juin

3 Zone de Kercadiou
Lanvollon



LA MÉMOIRE EN JEU

Entraîner son cerveau à partir d'une méthode amusante et ludique sur tablette tactile (*cycle de 6 séances obligatoire*)

Les lundis :

27 avril,
4, 11 et 18 mai,
1 et 8 juin

La Salamandre (Route de la gare) - Pléguien



JEUX DE PLATEAU

Découvrez des jeux pour stimuler concentration, logique, raisonnement...

Les mardis :

28 avril,
12 et 19 mai,
2 et 9 juin

3 Zone de Kercadiou
Lanvollon

