

CEMEA

OCCITANIE PYRÉNÉES-MÉDITERRANÉE

L'ÉLAN FORMATION

DES ATELIERS POUR MIEUX VIEILLIR

LES MERCREDIS DE 14h A 17h
à partir du 18 avril

CARNON POLE DES SOLIDARITES
MAUGUIO & COMMUNES ALENTOUR

Les CEMEA proposent des ateliers aux personnes de 60 ans et +
* pour favoriser le lien social
* pour apprendre à tout âge

ARTS PLASTIQUES - BIEN ETRE
MEDIATION PAR L'ANIMAL - NUMERIQUE
SPORT DOUCEUR - SORTIES & JEUX
CUISSINE - ECHANGES DE SAVOIRS

A travers des ateliers collectifs, nous accompagnons les personnes de plus de 60 ans pour :

- * Partager leurs expériences, leurs vécus, et les valoriser,
- * Découvrir de nouvelles pratiques,
- * S'exprimer, échanger, renouer du lien social.

Les points forts de notre action :

- * Lutter contre la fracture numérique à travers des ateliers informatiques
- * Stimuler socialement, de manière cognitive, à travers des jeux et des ateliers mémoire
- * Accompagner les personnes lors de sorties ou lors de leurs promenades au quotidien

Information collective et identification des besoins le 18 avril
Possibilité de rendez vous individuels

Renseignements : 04 67 93 72 07 (secrétariat) / 06 81 33 44 89