

# SEMAINE DU 06 AU 10 OCTOBRE 2025

## VIEILLIR UNE FORCE À PARTAGER !



**Lundi 06 octobre de 13h30 à 15h** : Café part'âge.

Atelier boîte à souvenirs : chaque participant apporte une photo, un objet ou une anecdote pour nourrir la discussion et créer du lien !

*Animé par Sana et Maysoum*

**Mardi 07 octobre de 14h à 17h** : Forme et santé : Venez rencontrer les partenaires du territoire pour vous **informer et échanger sur les dispositifs existants** :

**"Pour que chaque sénior vive mieux chez lui.."** Salle des fêtes

**Mercredi 08 octobre** : Ateliers chauffe-citron **(2 créneaux) 14h/15h - 15h/16h**

Un atelier ludique et interactif pour stimuler la mémoire à travers des jeux, énigmes et découvertes culturelles dans une ambiance conviviale.

*Animé par Sana et Mavssoum*

**Jeudi 09 octobre de 11h à 12h** - Atelier mémoire avec des jeux et des quizz pour stimuler ses capacités tout en s'amusant. Animé par Michelle G.

Démonstration et initiation **COUNTRY (2 créneaux) 14h/15h - 15h/16h**

*Animé par PAUL*

**Vendredi 10 octobre de 10h à 12h** : Marche adaptée dans le parc des Floralies pour profiter d'un moment convivial en plein air. *Animé par Maysoum (service civique).*

Marche dynamique et sportive **départ des Floralies 09h30** pour le parcours du cœur **retour 11h** Animé par Ahmed et Sana

**Karaoké de 14h à 16h** : Venez chanter et partager un après-midi convivial  
Animé par Sana et Maysoum.