

Programme



<p>▶ Mardi 1^{er} octobre 14h30-15h30</p>	<p>▶ Activité physique adaptée (APA) Séance initiation pour les séniors À l'Arche <i>Sur inscription, places limitées</i></p>
<p>▶ Mercredi 2 octobre 14h30-16h30</p>	<p>▶ Défi intergénérationnel, suivi d'un goûter partagé Au centre de loisirs Chartreuse <i>Sur inscription, départ groupé de l'Arche à 14h</i></p>
<p>▶ Mercredi 2 octobre À partir de 18h30</p>	<p>▶ Causerie de l'Arche « Comment penser le logement autrement ? » Habitat participatif, cohabitation intergénérationnelle ... À l'Arche <i>Sans inscription</i></p>
<p>▶ Jeudi 3 octobre 15h-17h</p>	<p>▶ Balade connectée : apprendre à utiliser un podomètre et se repérer avec Maps Atelier numérique en extérieur <i>Sur inscription, places limitées. Apportez vos smartphones !</i></p>
<p>▶ Vendredi 4 octobre 10h-11h15 : marche rapide 11h15-12h : marche modérée</p>	<p>▶ Matinée marche en extérieur Avec une infirmière Asalée <i>Sur inscription</i></p>



Le + SENIORS
Durant cette semaine bleue,
si vous êtes partant pour
rencontrer des élèves
Seyssinettois sur un
temps périscolaire,
faites-le nous
savoir !

Inscription pour les ateliers auprès du service
Prévention Santé Séniors
04 38 12 38 62
personnes-ages@seyssinet-pariset.fr