

Bouger ensemble...
pour entretenir la flamme !

Dans le cadre de la SEMAINE BLEUE,
le Centre Communal d'Action Sociale de la Ville de Cernay,
en partenariat avec l'association ATOUT AGE ALSACE,
le GHRMSA, site de Cernay, l'association LE LIEN,
l'Inserm, SOS FUTUR et la NEF des SCIENCES

PROPOSE

du Mercredi 2 au Vendredi 4 octobre 2024

Ateliers, animations et conférence

Informations et inscriptions
au C.C.A.S. de la mairie de Cernay
03 89 75 82 73

ACTIVITÉS GRATUITES

PROGRAMME de la SEMAINE BLEUE du 2 au 4 octobre 2024

MERCREDI 2 OCTOBRE

🎵 KARAOKÉ Hôpital gériatrique 7 rue Georges Risler à partir de 14h30



Places limitées - inscriptions souhaitées

(en partenariat avec l'EHPAD du GHRMSA et l'association « Le Lien »)
« Un moment de convivialité autour du chant, cet atelier tend à réveiller des souvenirs lointains et à faire travailler la mémoire, tout cela dans la bonne humeur ! »



*Bouger ensemble...
pour entretenir la flamme !*

ACTIVITÉS GRATUITES

JEUDI 3 OCTOBRE

📺 INITIATION À LA TABLETTE NUMÉRIQUE Résidence «La Forêt» 6 quai des Platanes de 10h à 12h



Places limitées - sur inscription

(animée par SOS FUTUR)
« 10 séances de 2 h permettant d'apprendre à utiliser une tablette numérique dans ses fonctionnalités principales et quotidiennes. »

🍴 PLAISIRS DE LA TABLE Résidence «La Forêt» 6 quai des Platanes de 14h30 à 16h



Places limitées - sur inscription

(en partenariat avec ATOUT AGE ALSACE)
« Atelier théorique et pratique sur la nutrition et l'alimentation, les habitudes alimentaires, l'organisation des repas, les allergies, la lecture des étiquettes. »

VENDREDI 4 OCTOBRE

🧠 CONFÉRENCE Résidence «La Forêt» 6 quai des Platanes de 15h à 17h



Places limitées - sur inscription

(animée par l'Inserm en partenariat avec LA NEF DES SCIENCES)
« La plasticité cérébrale : la capacité de notre cerveau à se remodeler en fonction de nos expériences de vie. »
L'intervenante est Anne Pereira de Vasconcelos, neuroscientifique, chargée de recherche à l'Inserm, au Laboratoire des neurosciences cognitives et adaptatives (LNCA) de Strasbourg.

**Informations & inscriptions au
C.C.A.S. de la mairie de Cernay
03 89 75 82 73**