

L'ASEPT PACA

CES ACTIVITES SONT RESERVEES UNIQUEMENT AUX ADHERENTS QUI N'ONT JAMAIS PARTICIPE AUX ACTIVITES DE L'ASEPT LES MOIS PRECEDENTS

****ATELIER INITIATION INFORMATIQUE (15 pers. max.) du 7 octobre au 16 décembre**
Inscriptions au Service au Bel Age du 26 août au 18 septembre

****ATELIER SOPHROLOGIE (14 pers. max.) du 27 septembre au 29 novembre**
Inscriptions au Service au Bel Age du 26 août au 20 septembre

LE CAFÉ DES AIDANTS (ASSOCIATION FRANÇAISE DES AIDANTS – CCAS)

GRATUIT ET OUVERT AUX AIDANTS FAMILIAUX

Dans les locaux du CCAS - 1 av. Général LECLERC, une psychologue et accompagnatrice sociale vous proposent d'échanger autour d'un café sur votre quotidien d'aidant familial. Sans jugement, avec une parole libérée, venez partager votre expérience de parents, d'enfants, de conjoint, d'ami Aidant, que ce soit aux côtés d'un proche en situation de handicap de tout âge que d'un proche âgé.

LES MARDIS DE 14H30 À 16H00: 1ER OCTOBRE/ 3 DÉCEMBRE 2024 ET 4 FÉVRIER 2025

LA MAISON DU BEL AGE INTINÉRANTE DU CDI3 GRATUIT - du 7 au 11 octobre inclus

Place du Champ de Mars

Cette année encore venez rencontrer les agents du Département pour les questions autour des aides au maintien à domicile, au placement en établissement, à l'adaptation de votre logement, mais également aux différentes ACTIVITÉS GRATUITES proposées par les Maisons du Bel Age. Le mercredi 9 octobre une activité intergénérationnelle autour des lunettes de réalité virtuelle sera proposée.

ET 2025???

****LA NOUVELLE ANNÉE DÉBUTERA AVEC LE THÉ DANSANT GALETTE DES ROIS POUR LES + 65 ANS**
****EN JANVIER : LA MAISON SPORT SANTÉ ET TROIS EN FORME PROPOSERONT UNE NOUVELLE SESSION DE BOUGER AGÉ POUR LES NOUVEAUX ENTRANTS UNIQUEMENT**
****ENTRE JANVIER ET JUIN: L'ASEPT PACA PROPOSERA DEUX NOUVELLES ACTIVITÉS**

ET BIEN SÛR LE SERVICE AU BEL AGE CONTINUERA À VOUS GÂTER AVEC SES ACTIVITÉS EN TOUT GENRE!



LES PETITS POTINS DU SERVICE AU BEL AGE...

ÉDITION - ÉTÉ 2024



LE MOT DES ÉLUS DU CONSEIL D'ADMINISTRATION DU CCAS

Bientôt le 1er anniversaire!

Après 10 mois d'ouverture, le Service au Bel Age du CCAS a rempli bravement ses missions!

La 1ère: être un espace ouvert à Tous nos Jeunes Langonnais de plus de 60 ans du lundi au vendredi.

Mais surtout devenir un lieu de vie où rencontres, partages, échanges entre générations, respect et bienveillance soient les maîtres-mots des instants passés ensemble.

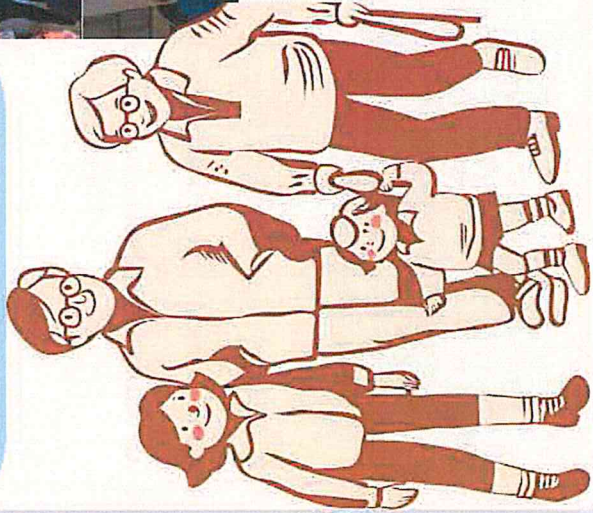
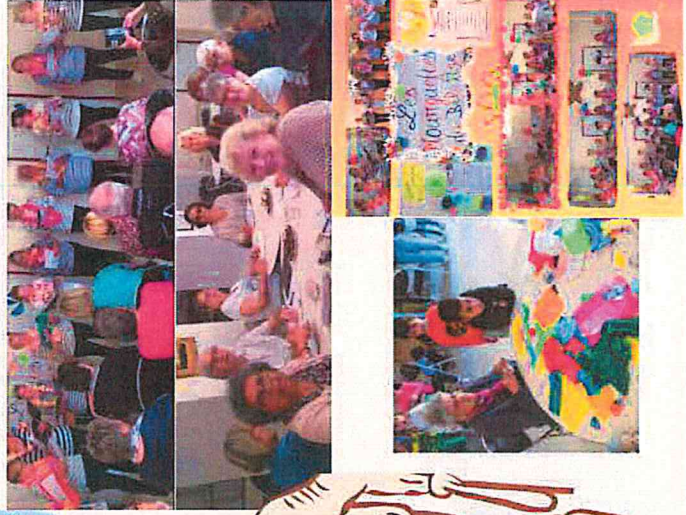
Ensemble, nous avons commencé à écrire de belles histoires et partager de beaux moments, nous comptons sur Vous pour poursuivre ce roman d'aventures...

LE MOT DES ADHÉRENTS

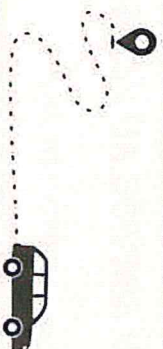
"CE NOUVEAU SERVICE EST TRÈS BIEN! ON FAIT DE NOUVELLES ACTIVITÉS ET IL Y A UNE BONNE AMBIANCE!"

"JE SUIS RAVIE DE LA MISE EN PLACE DES THÉS DANSANTS, L'AMBIANCE EST AU TOP!"

"CE QUI EST SUPER C'EST QU'ON PARTAGE DES ACTIVITÉS AVEC LES ENFANTS ET NOS PETITS-ENFANTS!"



EN ROUTE POUR LE 2ÈME SEMESTRE 2024... ET AU-DELÀ!



LES ACTIVITÉS DU SERVICE AU BEL AGE

****LES THÉS DANSANTS OFFERTS AUX ADHÉRENTS LANÇONNAIS**

Les 27 septembre et 29 novembre 2024

****LES ATELIERS MANUELS:** créations diverses (vannerie, peinture, décoration, bougeoirs, cadres...)

****L'ACTIVITÉ CHORALE** du groupe de chant Les Mourguettes du Bel Age

****LES ATELIERS DICTÉE ET QUIZ**

****LES ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES**

****LES ACTIVITÉS EN LIBRE ACCÈS:** bibliothèque, jeux de société, tricot, couture...

****LES MINIS CONFÉRENCES:** la transhumance (par les Amis du Vieux Lançon)...

****LE REPAS À LA VILLA MARIE:** tous les midis du lundi au vendredi (à compter du mois d'octobre 2024)

****LE GÔTER DE PRINTEMPS** et sa chorale

****LA FÊTE DE LA MUSIQUE** et sa chorale

ET DE NOUVELLES ACTIVITÉS!

****L'ACTIVITÉ CHORÉGRAPHIE:** venez vous essayer au madison, kuduro, danse en ligne...

****LES SORTIES DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE LOCAL** avec l'ASSOCIATION DES AMIS DU VIEUX LANÇON

****LES FOODS TRUCKS DU BEL AGE:** VENEZ PARTAGER DANS UNE AMBIANCE FESTIVE UN REPAS SIMPLE EN DÉCOUVRANT LA "GASTRONOMIE DE RUE"

On n'oublie pas les festivités de fin d'année réservées aux Lançonnaïsiens
*Colis de Noël dès 68 ans
Inscriptions du 1er au 18 oct. 2024
*Thé dansant galette des Rois dès 65 ans
(priorité aux 65-68 ans)
Inscriptions du 6 au 17 janvier 2025

LE CDOMS13 ET LE CCAS
PORTENT LE DISPOSITIF
MAISON SPORT SANTÉ
SUR LA COMMUNE



13^e en Forme

Lançon-Prevention

La "Maison Sport Santé" est le nom donné aux différentes actions de sport adapté qui sont proposées gratuitement aux Séniors de + 60 ans depuis plus de 3 ans par le CDOMS13 et le CCAS: sport et équilibre, Bouger Agé, Bouger pour Tous et Sport sur Prescription...

Ces actions dites "passerelle" sont destinées à un public éloigné de la pratique sportive et ne peuvent pas se cumuler entre elles: chaque senior ne peut participer qu'UNE SEULE FOIS et s'il le souhaite, poursuivre l'activité physique de son choix en adhérant à l'association sportive qu'il aura choisi.

Nouveau programme en septembre 2024

"En forme et Plus: bien manger, bien bouger, autrement!"

CETTE ACTIVITÉ EST RÉSERVÉE UNIQUEMENT AUX ADHÉRENTS QUI N'ONT JAMAIS PARTICIPÉ AUX ACTIVITÉS DU CDOMS 13 LES MOIS PRÉCÉDENTS

Randonnée découverte du patrimoine local, randonnée découverte faune et flore, ateliers pique-nique et nutrition, atelier sommeil et mémoire, jeux intergénérationnels.

Inscription auprès du Service au Bel Age du 26 août au 18 septembre

SPORT SUR PRESCRIPTION - BOUGER POUR TOUS

Sur orientation médicale uniquement - à partir de 18 ans

Patients atteints d'affections longue durée

Programme de 24 semaines

Reprise de l'activité dès le 3 septembre 2024

Inscriptions au: 06.52.21.01.61 (TREIZ'EN FORME)

2 créneaux possibles en fonction de votre état de santé