

CLIQUER

Permanences informatiques - animées par nos bénévoles Cyber Seniors

Jeudis 6, 13, 20, 27 juin et 4 juillet à partir de 9h

Un petit souci informatique, on peut vous aider !

Gratuit, sur inscription / places limitées.

JOUER

Après-midi jeux

Vendredi 7 juin de 14h30 à 16h30

Partager, se rencontrer, s'offrir un moment de récréation autour de jeux variés.

Gratuit, sur inscription / places limitées.

Maison des Seniors

PROGRAMME
MAI
2024

Permanences Animations Seniors :

Mardi après-midi de 13h30 à 17h
Jeudi matin de 9h à 12h30

Sauf le mardi 1^{er} et le jeudi 9 mai

CCAS – Espace des Solidarités
18 rue Jules Verne – 44470 Carquefou
animations.seniors@mairie-carquefou.fr
02 28 22 20 00 – www.carquefou.fr

CCAS fermé les 1^{er}, 8, 9, 10 et 20 mai

JOUER

Après-midi jeux

Les vendredis 3 et 24 mai de 14h30 à 16h30

Partager, se rencontrer, s'offrir un moment de récréation autour de jeux variés.

Gratuit, sur inscription / places limitées.

PARTAGER

Projet solidaire

Le lundi 6 et le mardi 28 mai de 14h30 à 16h30

Confection de petites créations solidaires.

Gratuit, sur inscription / places limitées.

PRENDRE SOIN DE SOI

Ateliers « Stimulez vos neurones ! » - Au Domicile Collectif Florilège

Les lundis 13 et 27 mai de 15h à 16h

Des exercices ludiques pour galvaniser votre aptitude logique, votre mémoire, votre sens de l'observation... Bref, tout ce qu'il faut pour entraîner votre cerveau en vous amusant.

Gratuit, sur inscription / places limitées.

CRÉER



Atelier Brico-créatif « Vase en 3D » Les mardis 14 et 21 mai de 14h30 à 16h30 – Au CCAS Mardi 28 mai de 10h à 12h – A la Médiathèque

Initiez-vous à l'imprimante 3D de la Médiathèque ! Cet outil de création numérique vous permettra de fabriquer votre petit vase en 3D.

Gratuit, sur inscription / places limitées, disponibilité à toutes les séances.

CLIQUER

Permanences informatiques - animées par nos bénévoles Cyber Seniors

Jeudis 16, 23 et 30 mai à partir de 9h

Un petit souci informatique, on peut vous aider !

Gratuit, sur inscription / places limitées.

CHANTER ET DANSER

Initiation danse en ligne

Vendredi 17 mai à 14h15 (débutant) ou à 15h30 (intermédiaire)

Olivier vous proposera un cours de 1h afin de vous initier à la danse en ligne.

Gratuit, sur inscription / places limitées / animée par l'Association Happy Feet.

SORTIR



Sortie végétale « Les Florales Internationales 2024 » Mercredi 22 mai de 9h à 18h

Plongez dans un univers floral et végétal lors de la prochaine édition des **Florales Internationales 2024 au Logis de la Chabotterie** !

Les 13^e Florales Internationales, en clin d'œil aux Jeux Olympiques, déclineront le thème « Jeux de fleurs » autour de 5 thématiques :

jeux d'eau, de l'enfance, de l'esprit, de plantes et de l'effort.

Sur inscription à partir du mardi 7 mai à 13h30, tarifs selon ressources / places limitées / déjeuner à la charge des participants (possibilité de ramener son pique-nique) / trajet en minibus.



Sortie locale « Des Renaudières à Port-Jean » Mercredi 29 mai de 14h30 à 17h

Au départ des Renaudières, faites un bon dans le temps et découvrez les métiers d'autrefois à travers cette nouvelle balade numérique Baludik jusqu'à Port-Jean.

Gratuit, sur inscription / rdv à 14h30 au CCAS pour un départ à pieds / prévoir de bonnes chaussures de marche / si possible, venir avec son smartphone préalablement chargé.

Prochainement...

GRANDS RENDEZ-VOUS



PLAN DE PRÉVENTION CANICULE Du 1^{er} juin au 15 septembre

Vous avez plus de 65 ans, vous êtes seul et/ou en situation de handicap, pensez à vous inscrire sur le registre nominatif confidentiel tenu par le CCAS.

Vous bénéficierez alors d'appels téléphoniques en cas de déclenchement d'alertes chaleur.

Renseignements auprès du service Animations Seniors / formulaire d'inscription à retirer à l'accueil du CCAS, à compléter et à retourner sous pli confidentiel au CCAS.



PIQUE-NIQUE FESTIF – salle du Puy d'Arlèze Mardi 4 juin à 12h

Le pique-nique aura lieu **le mardi 4 juin à 12h**, salle du Puy d'Arlèze, à côté du site de la Fleuriaye.

Apportez votre pique-nique, la municipalité offrira boissons et dessert ! Accessible aux 60 ans et plus.

Sur inscription du mercredi 17 au mardi 23 avril au CCAS (sur horaires d'ouverture), dans la limite des places disponibles.