

SERVICE AU BEL-ÂGE


06.72.07.45.03

JANVIER 2024



- Activités libres gratuites
- ❖ Activités gratuites sur inscription
 - € Activités payantes sur inscription
 - € Inscriptions repas du Mardi Villa Marie



| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|--|-----------------------------|--|--|---|--|
| ACCUEIL A LA JOURNEE | | | | | |
| Accueil à la journée : le foyer Escapade reste ouvert toute la journée de 9h à 12h et de 14h à 16h30 Fermé le jeudi après-midi <i>(hors période de vacances et fermetures exceptionnelles préalablement indiquées)</i> | | | | | |
| € Repas à la Villa Marie Repas confectionné par le cuisinier de la Résidence : apéritif-entrée-plat- accompagnement-fromage- dessert - vin | | REPAS - 12h-14h 10€/pers. Après-midi : € Activités à la Résidence (règlement sur place) | | | |
| ➤ ATELIERS CREATIFS | | | | | |
| Travaux manuels libres : Peinture/cartes de vœux /création d'objets décoratifs | | | |  | 05 janv. 14h-16h Cadre en carton 12 janv. 14h-16h Cadre en carton |
| Tricot/couture (matériel personnel) | Du lundi au vendredi | | | | |
| Jardinage (jardinières aromatiques partagées) | 10h-12h | | | | |
| ➤ ATELIERS CULTURELS en libre-service | | | | | |
| Jeux de société | Du lundi au vendredi | | | | |
| Bibliothèque | Du lundi au vendredi | | | | |
| Atelier dictée | | | | 10h-11h | |
| ➤ CYCLE DES MINIS CONFERENCES - Gratuit | | | | | |
| « Parcours de soin » Comprendre son compte Améli, mon espace santé...avec la CPAM (intervenant professionnel) | | | | | 26 janv. Foyer escapade 14h à 16h |
| ❖ ACTIVITES INTERGENERATIONNELLES | | | | | |
| Ateliers avec les crèches | | | | | 9h30-10h30 |
| Activités avec les 6-14 ans ET avec les Petits-enfants des adhérents | | | 14h30-16h30 + goûter partagé | | |
| Goûter d'anniversaire des adhérents (<i>apporter 1 gâteau industriel à partager</i>) | | | Dernier mercredi de chaque mois 15h-16h | | |

- Activités libres gratuites
- ❖ Activités gratuites sur inscription
 - € Activités payantes sur inscription
 - € Inscriptions repas du Mardi Villa Marie



| ACTIVITES | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENREDI |
|--|--------------------------|-------|----------|-------|--|
| ❖ ACTIVITES GRATUITES SUR INSCRIPTION PREALABLE | | | | | |
| Bouger Agé Atelier mémoire | Auditorium 9h30-11h30 | | | | A partir du 26 janv. Auditorium 14h-16h |
| Réservés aux inscrits | | | | | |



❖ Thé dansant et galette des rois vendredi 19 janvier offerts aux Lançonnais 🎵

Afin de célébrer la nouvelle année, sur fond musical, Mme le Maire et les élus accueillent les Lançonnais autour de la traditionnelle Galette des Rois

INSCRIPTION du 04 au 15 janvier 2024 (les personnes de 65 à 68 ans n'ayant pas eu le colis de Noël seront prioritaires)

❖ LES ATELIERS INTERGÉNÉRATIONNELS



Rencontre avec les enfants des ACM le **mercredi 17 janvier de 14h à 16h**
Activités « jeux de société ». N'hésitez pas à vous inscrire et venir partager un moment agréable avec eux !!!

Rencontre avec les enfants des crèches les **vendredis 12 et 26 janvier**
De 9h30 à 10h30 Activités ludiques au programme !!

ATELIER MEMOIRE « Association BAIN UP » avec la présence d'un conseiller en psychologie:

« Où ai-je bien pu mettre mes clés ? » « Qu'est-ce que je suis venu chercher ici ? » ou encore « Ah ! Comment s'appelle cette comédienne ? », « J'ai le mot sur le bout de la langue ! »

Autant de situations du quotidien qui nous interpellent, nous inquiètent et finissent par nous faire douter de notre mémoire. D'où viennent ces petits trous de mémoire tellement agaçants ? Pourquoi avons-nous l'impression de moins bien mémoriser avec l'âge ?

Venez apprendre les méthodes et les techniques pour entraîner et préserver votre mémoire ; échanger et travailler votre mémoire grâce à des jeux d'attention et d'observation, à des exercices de logique et de vocabulaire ; et partager vos expériences de vie.