

Espace Seniors **FEVRIER 2020**

Programme des animations

MARDI 4 FEVRIER

Rencontre avec les enfants de la crèche Castelmoutou, atelier contes et comptines. Sur inscription, 10h, Espace Seniors de la Platé, gratuit.

Intergénérationnel

MARDI 4 FEVRIER

Module de prévention, animé par l'association Brain Up, « Sérénité au volant » pour une meilleure autonomie au volant, module de 4 séances. Sur inscription, 10h à l'Espace Seniors de la Platé, gratuit.

Prévention

MARDI 4 FEVRIER

Grand loto. 14h, Espace Seniors de la Platé, 9,60€ les trois cartons.

Loisirs

JEUDI 6 FEVRIER

Conférence « l'Histoire du Canal du Midi » animée par M. Guy CAILLENS, écrivain Castrais. Sur inscription, 14h à l'Espace Seniors de la Platé, gratuit.

Culture

JEUDI 6 FEVRIER

Nous vous attendons nombreux pour partager un moment de convivialité en dégustant quelques crêpes. 15h30 à l'Espace Seniors de la Platé, gratuit.

Festif

JEUDI 6 FEVRIER

Module de prévention, animé par l'association Brain Up, « Gymnastique cérébrale » pour travailler sa mémoire tout en prenant plaisir, module de 5 séances. Sur inscription, 14h à l'Espace Seniors de la Platé, gratuit.

Prévention

VENDREDI 7 FEVRIER

Films et conférence « Quand le petit train de Lacaune fait son cinéma ». Sur inscription, 14h30 à l'Espace Seniors de la Platé, gratuit.

Culture

JEUDI 13 FEVRIER

Repas des anniversaires. 12h restaurants Seniors, payant.

Festif

JEUDI 27 FEVRIER

Rencontre avec les enfants de la crèche Castelmoutou, atelier cuisine. Sur inscription, 10h à la crèche Castelmoutou, gratuit.

Intergénérationnel

JEUDI 27 FEVRIER

Atelier fabrication de produits cosmétiques à base d'ingrédients naturels, animé par Stéphanie Garcel, praticienne en naturopathie. 14h à l'Espace Seniors de la Platé, 25 euros.

Bien-être et beauté

JEUDI 27 FEVRIER

Caméra Club, « la Cantabrie » présentée par M. et Mme Mas. 14h à l'Espace Seniors de la Platé, gratuit.

Découverte

JEUDI 27 FEVRIER

Module détente avec O'Top, pour apprendre à évacuer les tensions, à respirer et prendre du temps pour soi, module de 5 séances. 14h, à l'Espace Seniors de la Platé, gratuit.

Prévention

JEUDI 27 FEVRIER

Ciné-Seniors avec le film « l'Appel de la Forêt », un film de Chris Sanders avec Harrison Ford et Omar Sy. 13h30 au cinéma CGR, 5,50€.

Ciné-Seniors

VENDREDI 28 FEVRIER

Atelier d'Art Floral et atelier cuisine. Sur inscription, 14h à l'Espace Seniors de la Platé, 4,80€

Loisirs