

PROGRAMME SENIORS FORM'

*Journée de découverte
d'activités physiques
douces pour les seniors*

Mardi 3 octobre 2017

9h30- 12h et 14h-17h

**Salle Jeanne d'Arc
43000 Le Puy en Velay**



- **ATELIERS* :**

Activités physiques douces : atelier équilibre, gym-mémoire, pétanque d'intérieur, danse, etc.
Relaxation / bien-être

Santé : test de vue, inscription bilan de santé, conseil nutrition, etc.

* certains ateliers ne seront pas accessibles aux personnes à mobilité réduite

- **INFORMATIONS GENERALES**

Sur les aides et les services aux personnes âgées : présence des caisses de retraite, du CCAS, du Conseil Départemental, etc.

*Conseils : pour profiter au mieux de **Seniors Form'** et être à l'aise dans vos pratiques : nous vous conseillons d'adopter une tenue vestimentaire confortable.*

✂.....

COUPON-REPONSE

Senior Form' Mardi 3 octobre 2017

à renvoyer à :

UNA Sainte Elisabeth

4, avenue G. Clémenceau

43000 Le Puy en Velay

ou contact@una43.fr

Nom, Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal et Ville : _____

N° de téléphone : _____

E-mail : _____

Je souhaite venir le matin ou l'après-midi. Je serai accompagné(e) de _ personnes.

Association UNA Sainte Elisabeth

4, av. G. Clémenceau – 43000 LE PUY EN VELAY

Tél. : 04 71 09 10 47 • Fax : 04 71 04 12 74 • E-mail : contact@una43.fr • Site : www.una43.fr

MEMBRE DE L'UNA, UNION NATIONALE D'AIDE, DES SOINS ET DES SERVICES AUX DOMICILES

 Services aux personnes à domicile (NF 311) - www.marque-nf.com