



*Printemps  
des seniors  
et  
des générations*

**Du 03 au 05 avril**

**Animations gratuites et ouvertes à tous**  
(sur inscription pour certaines)

**à Pulnoy**

Centre de rencontre - 12, avenue Léonard de Vinci



## Mercredi 03 avril

---

### Convivialité

---

#### De 10h à 12h

- Atelier cuisine \*

#### De 10h à 11h30

- Ces drôles d'histoires qui nous font du bien \*

#### De 14h à 17h

- Après-midi musical \*
- Goûter



## Jeudi 04 avril

---

### Prévention

---

#### De 10h à 11h30

- Atelier mémoire et découverte de la sophrologie \*



#### De 14h à 17h

#### Aide et service à la personne

- Maison de l'habitat et du développement durable
- Un toit 2 générations
- ADAVIE
- ADAPA
- Âge d'or service
- Conseil départemental 54 (bus de l'autonomie)
- Professionnels paramédicaux (ergothérapeute, diététicienne)
- Dépistages gratuits avec le Réseau Nancy Santé Métropole : diabète, insuffisance rénale, audition\* (AUDIKA)
- CPAM 54 : présentation du dépistage organisé des cancers
- France Alzheimer 54

#### À 17h

- Goûter convivial en présence des partenaires



Vendredi 05 avril



---

## Bien-être

---

### De 10h à 12h

- Animation KINE \*

Tout pour se sentir mieux dans le quotidien (amener une serviette)

### De 10h à 11h30

- Ces drôles d'histoires qui nous font du bien \*

### De 13h à 16h

- Brushing - Mise en forme (coiffure) \*

avec les élèves du Lycée Claude DAUNOT de Nancy

### De 14h à 17h

- Modelage des mains, soin du visage \*

avec les élèves du Lycée Marie Marvingt de Tomblaine

- Goûter



---

## Date supplémentaire

---

Dimanche 12 mai

### De 9h à 11h30

- Balade nature

Observations des oiseaux avec la Ligue de protection des oiseaux (LPO)

RDV sur le parking du parcours de santé à 9h.



# Nos partenaires

ADAVIE

Âge d'or services

Audika

Conseil départemental de Meurthe-et-Moselle

Direction départementale de Meurthe-et-Moselle

Ligue de protection des oiseaux

Lycée de métiers Marie Marvingt de Tomblaine

Lycée Claude Daunot de Nancy

Maison de l'habitat et du développement durable

ADAPA

Réseau Nancy santé Métropole

Un toit 2 générations

CPAM 54

Graziella FAVORITO

Mathias FISCHER

France Alzheimer 54

---

\* Cette animation nécessite la réservation d'un créneau horaire précis ou ne peut accueillir qu'un nombre limité de participants.

Informations et inscriptions en mairie, auprès du service toutes générations

(2 rue du Tir - 03 83 29 87 90 - [contact@pulnoy.fr](mailto:contact@pulnoy.fr)).

**Pulnoy**

