



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

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

Samedi 11 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.

