CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

AUBIGNY-SUR-NERE

SÉNIORS

PROGRAMME ANIMATIONS
[1er semestre 2024]

CCAS-France Services
6 avenue du 8 mai, 18700 Aubigny-sur-Nère
Tél. 02 48 58 44 02
france.services@aubigny-sur-nere.fr
ccas.mairie@aubigny-sur-nere.fr

AUBIGNY SUR NÈRE
CITÉ DES STUARTS

Madame, Monsieur,

J’ai le plaisir de vous proposer le nouveau programme des animations séniors pour le premier semestre 2024.

Une fois de plus ce sont des ateliers et activités variés qui vous sont proposés, entre jeux, cuisine, formations…

Une formation pour les aidants en partenariat avec France Alzheimer a été élaboré ; parce que cette maladie neurodégénérative touche plus d’un million de personnes en France ; parce qu’elle est éprouvante notamment pour les proches, les aidants qui jouent un rôle essentiel au quotidien pour accompagner les malades. Cet engagement de chaque instant peut générer un épuisement, un découragement, un isolement. Les aidants doivent être soutenus et accompagnés.

Alors à vos agendas ! Inscrivez-vous et profitez de moments partagés riches en échanges !

Belle journée,

Laurence RENIER
Maire d'Aubigny-sur-Nère

PROGRAMME DES ANIMATIONS SENIORS (1ER SEMESTRE 2024)

MARS 2024

SENSIBILISATION À LA MALADIE D'ALZHEIMER

- ***Ciné-débat « La mémoire de mon père » (45 minutes)***

Le lundi 25 mars à 14h à l'Atomic Cinéma

Débat animé par un gériatre, la psychologue de France Alzheimer et des bénévoles.

- ***Formation des aidants en partenariat avec France Alzheimer***

La maladie d'Alzheimer ou apparentée bouscule votre quotidien ?
Le CCAS en partenariat avec France Alzheimer vous propose gratuitement des solutions. Ne restez pas seul(e) !
Venez participer aux 14 heures de formation co-animées par un psychologue et un bénévole formé.

***> Informations et inscriptions auprès du CCAS* : 02 48 58 44 02**
(Organisée en fonction du nombre d'inscrits)

MARS 2024

FORMATION AUX RISQUES ROUTIERS

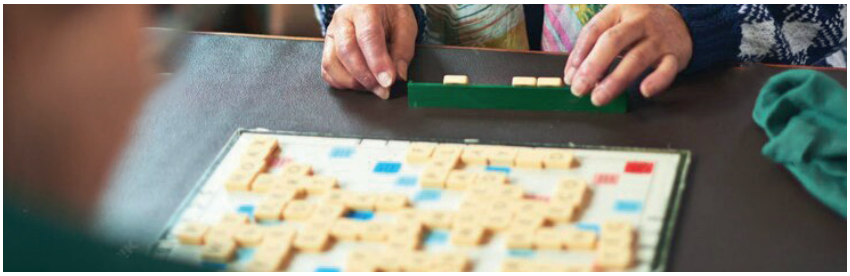
- **Le mardi 19 mars**
de 14h à 15h30
Au CCAS (20 personnes max)
> Sur inscription : 02 48 58 44 02

En partenariat avec la MAIF, ISA Groupe et la Mission Locale. Pour mieux agir et anticiper les dangers, nous vous proposons d'échanger autour des risques routiers déjà rencontrés.

AVRIL 2024

4 SÉANCES DE SCRABBLE

- ***Les mardis 2-9-16 et 23 avril***
à partir de 14h
> Sur inscription : 02 48 58 44 02
***Au Cloître* (10 personnes max)**
En partenariat avec l'association Aubigny Scrabble.



AVRIL ET MAI 2024

3 RDV IMPÔTS

- ***Les mardis 23 et 30 avril et 14 mai***

> Sur RDV uniquement :
02 48 58 44 02
À France Services

Ces rendez-vous ont pour objectif de renseigner les usagers les plus en difficulté, dont la situation nécessite la présence d'un agent des Finances Publiques.

AVRIL ET JUIN 2024

ATELIERS CUISINE ET REPAS PARTAGÉS

- **Les mardis 16 avril et 11 juin de 10h à 14h**

Au CCAS (8 personnes max)
> Sur inscription : 02 48 58 44 02

Séniors et jeunes de la Mission Locale sont invités à préparer le repas complet (composé de plats simples et équilibrés, à partir de produits de saison, qu'ils partageront ensuite en toute convivialité.

MAI 2024

BUS NUMÉRIQUE

- ***Le jeudi 23 mai***

> Sur inscription auprès du CCAS
02 48 58 44 02 (12 personnes max)
Parking du Pré qui danse

Ateliers gratuits et accessibles à tous, pour tous les niveaux !

Les ateliers se déroulent en groupe, dans un bus aménagé, équipé de PC, tablettes et smartphones.

JUIN 2024

4 SÉANCES ANTI-ARNAQUES

- ***Les lundis 3-10-17 et 24 juin de 14h à 16h***

> Sur inscription auprès du CCAS
02 48 58 44 02 (15 personnes max)
Au CCAS

Les séniors sont souvent victimes d'arnaques et d'abus en tout genre : appels téléphoniques, publicités agressives...

Face à ces dangers nous vous proposons un atelier de 4 séances de 2 heures chacune, visant à vous donner les conseils, règles et astuces pour les repérer et les éviter.

Brain Up Association

POUR BIEN VIEILLIR

Le Bus numérique

LBN

INFORMATIQUE • INTERNET • E-MAIL • SERVICES EN LIGNES • RÉSEAUX SOCIAUX

Des ateliers pour rester connecté

en Centre - Val de Loire

Contact : Tél 07 69 47 39 15 - Mail : contact45@sas-svp.fr

GRATUIT ET RÉSERVÉ AUX SÉNIORS

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS

Aubigny-sur-Nère - Parking Le mail Guichard

Jeudi 23 Mai 2024 - 2 Ateliers : 09h30/12h30 - 14h00/17h00

Renseignements auprès de France Services : 02 48 58 44 02

e-mail : france.services@aubigny-sur-nere.fr

Sécurité sociale l'Assurance Retraite | Carsat Retraite & Santé au travail Centre-Val de Loire | msa santé famille retraite services L'essentiel & plus encore | Retraite complémentaire agirc-arrco | CHER Département 18 Conférence des Financeurs

SERVICE DE CONFÉRENCES ET D'ATELIERS EN LIGNE

Un grand nombre d'activités à suivre en visioconférence, en direct ou en replay, avec des professionnels sur les sujets qui vous intéressent (santé, bien-être, cuisine/nutrition, vie pratique, aidants, activités physiques, culture et prévention des risques...).

INSCRIPTION GRATUITE

RENDEZ-VOUS SUR LE SITE :

www.happyvisio.com

Participez aux conférences de votre choix depuis chez vous !

HappyVisio est un service soutenu par un grand nombre de partenaires : des collectivités locales dont le conseil départemental du Cher, les caisses de retraite et de prévoyance, les mutuelles, des acteurs de la santé et de la prévention...