










<b>Ateliers</b> « <b>Sophrologie</b> »	Les mardis 10 17 24 31/01 07/02		<b>De 14h à 16h</b>	Salle du Lavoir	<b>Inscriptions</b> Le 15/12 à partir de 8h30
<b>Ateliers</b> « <b>Yoga</b> »	A Venir				
<b>Théâtre interactif</b> « <b>Médicaments</b> »	Mercredi 15/02		De 14h à 17h	Espace Culturel Pierre Bel	<b>Inscriptions</b> Le 09/01 à partir de 8h30
<b>Thés dansant</b>	06/02 06/03 03/04 22/05 19/06		De 14h – 16h	Salle Charles Couros	<b>Inscriptions</b> A l'accueil du CCAS
<b>Ateliers</b> « <b>Equilibre</b> »	Les mardis et vendredis 28/02 03 07 10 14 17 21 24 28 31/03 04 07/04		De 9h30 à 11h	Salle du Lavoir	<b>Inscriptions</b> Le 09/02 à partir de 8h30
<b>Ateliers</b> « <b>Numérique</b> »	Les mercredis 01 08 15 22 29/03 05 12 19 26/04 03/05		De 10h à 12h	Horizon Multimédia La Garde	<b>Inscriptions</b> Le 09/02 partir de 8h30
<b>Atelier</b> « <b>Nutrition</b> »	Les mardis 12 18 25/04 02 09 16/05		De 14h à 16h30	Résidence Autonomie les Genêts	<b>Inscriptions</b> Le 09/02 partir de 8h30
<b>Journée Repérage</b>	Lundi 15/05		De 9h à 16h	Espace Culturel Pierre Bel	<b>Inscriptions</b> Le 17/04 à partir de 8h30
<b>Ateliers</b> « <b>Estime de soi</b> »	Les mercredis 24 31/05 04 14/06		De 9h à 12h	Salle du CCAS	<b>Inscriptions</b> Le 17/04 à partir de 8h30

**Programme susceptible de changement**

**Merci à  
nos partenaires**



Programme susceptible de changement



**Le Centre Communal d'Action Sociale  
de La Valette-du-Var**

**PROGRAMME DES ANIMATIONS  
ET ACTIONS GRATUITES  
PRÉVENTION SANTÉ SENIORS**



**Informations et inscriptions au CCAS  
04 94 20 92 70 – [animation.ccas@lavellette83.fr](mailto:animation.ccas@lavellette83.fr)**