



PROGRAMME DES ACTIVITES SENIORS DE LA VILLE DE BEAUSOLEIL OCTOBRE 2020

Les règles sanitaires d'usage et les gestes barrières devront être appliqués, pour garantir la sécurité de tous. Le port du masque est obligatoire.

Les ateliers sont limités aux places disponibles selon la réglementation en vigueur. Les inscriptions sont obligatoires, n'oubliez pas de nous contacter au :

04.93.51.31.29 – ateliers Jardin Solidaire

04.93.78.15.20 – ateliers Résidence Moneghetti

04.92.10.66.01 – ateliers FRC, Salle 93, Petit René et Halte Seniors

JEUDI 1/10

🕒 9h30 au Jardin Solidaire
INITIATION A LA MEDITATION

LUNDI 5/10

🕒 14h au Petit René
JEUX EN SOCIETE AU MONEGHETTI

MARDI 6/10

🕒 10h à la Halte Seniors
SENSIBILISATION Soutien aux Aidants
🕒 14h au F-R Centre
ATELIER OPTICOURSES

MERCREDI 7/10

🕒 9h30 à la Salle 93
ATELIER PREVENTION Equilibre
🕒 14h au F-R Centre
CHASSE AUX TRESORS à Beausoleil
👣 👣

JEUDI 8/10

🕒 9h30 au Jardin Solidaire
YOGA DU RIRE

LUNDI 12/10

🕒 14h au Petit René
ATELIER CREATIF AU MONEGHETTI

MARDI 13/10

🕒 12h Résidence Moneghetti
PIQUE NIQUE AU JARDIN
🕒 14h au F-R Centre
ATELIER OPTICOURSES

MERCREDI 14/10

🕒 9h30 à la Salle 93
ATELIER PREVENTION Equilibre
🕒 14h au F-R Centre
ANIMATION QUIZZ

JEUDI 15/10

🕒 9h30 au Jardin Solidaire
INITIATION A LA MEDITATION

LUNDI 19/10

🕒 14h au Petit René
ANIMATION QUIZZ AU MONEGHETTI

MARDI 20/10

🕒 10h à la Salle 93
INITIATION AU NUMERIQUE
🕒 14h au F-R Centre
KARAOKE

MERCREDI 21/10

🕒 9h30 à la Salle 93
ATELIER PREVENTION Equilibre
🕒 14h au F-R Centre
ATELIER CREATIF

JEUDI 22/10

🕒 9h30 à la Maison de l'Initiative et des Projets
COACHING MUNMERIQUE

LUNDI 26/10

🕒 14h au Petit René
JEUX EN SOCIETE AU MONEGHETTI

MARDI 27/10

🕒 10h à la Salle 93
INITIATION AU NUMERIQUE
🕒 14h Résidence Moneghetti
GOÛTER D'HALLOWEEN

MERCREDI 28/10

🕒 9h30 à la Salle 93
ATELIER PREVENTION Equilibre
🕒 14h au F-R Centre
ANIMATION QUIZZ

JEUDI 29/10

🕒 10h à la Halte Seniors
SENSIBILISATION Soutien aux Aidants

LES BALADES DU JEUDI

🕒 Départ 13h30 au FRC - Sur inscription – places limitées

1/10 : PLATEAU DE LA JUSTICE à Eze 👣 👣 👣

8/10 : SENTIER DU LITTORAL à Cap d'Ail 👣 👣

15/10 : SANCTUAIRE NOTRE DAME DE LAGHET à la Trinité 👣

22/10 : CHEMIN DES DOUANIERS à St Jean Cap Ferrat 👣 👣 👣

29/10 : MONT BORON à Nice 👣

LES VENDREDIS EN PLEIN AIR

🕒 Rendez-Vous à 9h30 au Jardin Solidaire

ATELIER JARDINAGE EN PERMACULTURE

🕒 Rendez-Vous à 13h30 au Devens

BALADE & PETANQUE





FOCUS NUMERIQUE

Le CCAS de Beausoleil lance son programme

« Les Seniors et le numérique »
De nombreux ateliers adaptés à tous les niveaux vous seront proposés tout au long de l'année.

INITIATION AU NUMERIQUE

2 séances pour nous permettre d'évaluer vos besoins, les mardis 20 et 27 octobre, à la Salle 93, en vue de la mise en place des ateliers adaptés aux seniors sur tablette et sur PC.

COACHING NUMERIQUE

Une séance proposée le 22 octobre par les animateurs de la Maison de l'Initiative et des Projets

LES SEANCES HAPPY VISIO

HappyVisio est un site internet qui vous permet de participer facilement à des conférences et des ateliers en visioconférence.



Le CCAS de Beausoleil vous propose les séances Happy Visio pour pouvoir partager ensemble l'expérience du numérique.

Pour s'inscrire et suivre les conférences de votre domicile, n'hésitez pas à nous contacter au 04.92.10.66.01.

Vendredi 2/10 à 17h – Résidence des Moneghetti

LACHONS PRISE AVEC L'HYPNOSE

Mercredi 7/10 à 11h – Résidence des Moneghetti

LA MEMOIRE A LONG TERME

Judi 8/10 à 15h – Résidence des Moneghetti

A LA DECOUVERTE DES CHAMPIGNONS

Vendredi 9/10 à 11h – Résidence des Moneghetti

LEGUMINEUSES, SOURCES DE PROTEINES DELICIEUSES

Lundi 12/10 à 11h – Résidence des Moneghetti

PERCEPTION SENSORIELLE DES SENIORS

Mercredi 14/10 à 11h – Résidence des Moneghetti

LE FONCTIONNEMENT DE LA MEMOIRE

Judi 15/10 à 11h – Résidence des Moneghetti

SENIORS SOUS LA COUETTE

à 14h – Résidence des Moneghetti

DEPISTAGE CANCER DU SEIN

Lundi 19/10 à 10h – Foyer Restaurant du Centre

LA DICTEE DU MOIS

Judi 22/10 à 11h – Résidence des Moneghetti

EVASION A VENISE

Mardi 27/10 à 15h – Résidence des Moneghetti

GREAT GARBO, LA DIVINE

SUIVEZ TOUTES LES ACTIVITES SUR NOTRE PAGE FACEBOOK
SICAS – CCAS BEAUSOLEIL



Le Foyer Restaurant du Centre est ouvert à tous les membres du Club Animations Seniors du lundi au vendredi de 14h à 17h30 pour partager, échanger, se rencontrer.

Vous avez la possibilité de vous divertir avec différents jeux de société.

Des offres d'**animations à domicile** adaptées et individualisées sont également proposées sur rendez-vous au 04.92.10.66.01.

Le CCAS met à votre disposition **un service de transport pour vous accompagner au recueillement au Cimetière de Beausoleil.**

Un accompagnement adapté des personnes ayant des difficultés à se déplacer est possible.

Le service est disponible sur réservation
Au 04.92.10.66.01.



LES ATELIERS HEBDOMADAIRES BIEN-ETRE

&

REMISE EN FORME

Les lundis ...

- à 9 h 30 : **COURS DE REMISE EN FORME**

Proposé par l'association MOUV'AZUR
à la Salle 93

Les mardis ...

- à 14 h : **ATELIER BIEN-ETRE & BEAUTE DES MAINS**
au Foyer Restaurant du Centre

Les mercredis ...

- à 9 h 30 : **COURS DE GYMNASTIQUE DOUCE**
à la Résidence des Moneghetti

Les Jeudis ...

- à 13 h 30 : **ATELIER « SE FAIRE BELLE »**
à la Résidence des Moneghetti

Les vendredis ...

- à 9 h 30 : **COURS DE REMISE EN FORME**
Proposé par l'association MOUV'AZUR
à la Salle des Fêtes

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS CONTACTS CCAS

HALTE SENIORS 2 rue Jules Ferry 06240 Beausoleil	04.92.10.66.01 sicas@ccas-beausoleil.fr
RÉSIDENCE DES MONEGHETTI 26 Av. Paul Doumer 06240 Beausoleil	04.93.78.15.20 retraite@ccas-beausoleil.fr
EPICERIE SOCIALE 10 Av. Professeur Langevin JARDIN SOLIDAIRE Escalier Riviera 06240 BEAUSOLEIL	04.93.51.31.29 epiceriesociale@ccas-beausoleil.fr