



Mois bleu

Les seniors à l'honneur !

LE CCAS ET SES PARTENAIRES DONNENT RENDEZ-VOUS AUX PLUS DE 60 ANS.

Exposition «les fêtes à Vallet après 1950»

Exposition de Vallet Mémoires, à l'EHPAD des Pampres Dorés. Ouvert à tous. Du 1^{er} octobre après-midi au 12 octobre.

Atelier piscine «Osez vous mettre à l'eau pour y revenir»

Séance découverte du milieu aquatique le lundi 5 octobre à 15h30 à la piscine Naïadolis. Inscription au 02 51 71 95 89.



Ciné-rencontre

Cinéma Le Cep le 15 octobre à 14h30. Diffusion de *Justin le Juste* d'Eric Barbier.



Dictée inversée

Des erreurs se sont glissées dans le texte, à vous de les corriger !

Jeudi 8 octobre : Réservé aux résidents de l'EHPAD et aux écoliers

Vendredi 9 octobre : Gratuit et sans inscription à la médiathèque de Vallet à 16h30.

Après-midi rétro gaming

Le 7 novembre à la médiathèque, de 14h à 18h. Voyage convivial dans l'histoire du jeu vidéo en partenariat avec l'association La Boîte à Pixels.



Découvrez la suite du programme ! →

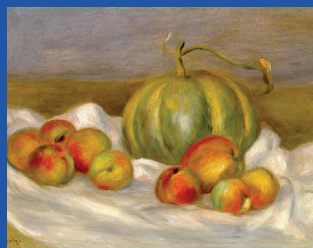
2 séances « gastronomiques »

Le 14 octobre de 15h à 16h30, rendez-vous à la Micro-Folie pour une programmation gourmande.

De 15h à 15h30 : Micro-conférence : Ce que nos assiettes racontent. Observez les multiples rôles de la gastronomie dans l'art !



De 15h30 à 16h : Visite libre : Quand l'art se met à table... Quelle place la gastronomie occupe-t-elle dans l'art ? Des tables festives aux natures mortes, des banquets aux objets de vaisselle, la nourriture inspire les artistes depuis des siècles.



Atelier yoga sur chaise

Animé par Delphine, professeure. L'atelier aura lieu le jeudi 19 novembre à partir de 9h30 (2 séances) salle Georges Brassens. Sur inscription auprès du CCAS au 02 28 03 39 00. Accessible à toutes et tous.

Atelier prévention routière

Mardi 13 octobre et 24 novembre à 10h en mairie animé par la police municipale. Places limitées, sur inscription auprès du CCAS 02 28 03 39 00.

Atelier prévention santé ICOPE

Le jeudi 5 novembre à 9h00 (sur la matinée) salle Georges Brassens (bd Pusterle). En partenariat avec la CPTS Sud Loire Vignoble. Rdv individuel de 15/20 minutes avec un professionnel de santé. L'outil ICOPE qui recoupe 6 domaines de questions : mobilité, audition, vision, nutrition / alimentation, fonctions cognitives mnésiques, état psychologique sera utilisé. Inscription conseillée auprès du CCAS au 02 28 03 39 00.

Atelier «bienvenue à la retraite»

À l'attention des futurs ou jeunes retraités : 6 séances collectives tous les lundis de 14h à 16h à partir du 9 novembre puis le 7 décembre et 11 janvier 2027. Places limitées sur inscription auprès du CCAS au 02 28 03 39 00.

**Le CCAS remercie
l'ensemble de ses
partenaires.**

**Pour plus d'informations,
contactez le CCAS
au 02 28 03 39 00.**

