

# Ateliers Prévention Santé Seniors

Différentes thématiques de prévention santé sont planifiées au fur et à mesure des demandes : inscrivez-vous au CCAS ! Nous vous contacterons...

**Pôle de l'action en faveur des retraités et des personnes âgées**

Priscilla DELANGUE - 03 20 51 75 51 - [seniors@ccas59350.fr](mailto:seniors@ccas59350.fr)

**Pôle de prévention santé**

Dorothée GERMAIN - [prevention.sante@ville-saint-andre.fr](mailto:prevention.sante@ville-saint-andre.fr)

✂ .....

Coupon à retourner au CCAS si vous souhaitez être contacté(e)  
67 rue du Général-Leclerc - 59350 Saint-André

Nom et Prénom : ..... Année de naissance : .....

Adresse : .....

N° de téléphone : .....

Adresse E-mail : .....

Je suis intéressé(e) par les offres suivantes :	Oui	Non
Ateliers informatique		
Activités d'arts plastiques		
Sorties culturelles : musées		
Sorties culturelles : théâtre, concert		
Sorties cinéma		
Gymnastique douce de remise en forme ou entretien		
Équilibre alimentaire (5 séances)		
Sommeil (2 séances)		
Mémoire (5 ou 12 séances)		
Yoga (12 séances)		
Sophrologie (12 séances)		
Gestes de 1 <sup>ers</sup> secours (2x2h30)		
Seniors au volant (6 séances dont 1 en auto-école)		
1001 bâches (prévention des chutes – 4 séances)		
Bien chez soi (aménagement du logement – travaux)		
Surmonter le deuil (4 séances)		

J'aimerais faire du bénévolat :  auprès d'autres seniors  auprès d'enfants (jardinage, cuisine, couture ...)