ACTU SÉNIORS

VOTRE LETTRE D'INFORMATION
EN ALSACE BOSSUE

MARS 2024

CAROLINE BIEBER
COORDINATRICE SÉNIORS
CENTRE SOCIO CULTUREL
DE SARRE-UNION
TÉL. 03 88 00 22 15

PRÉVENTION

LA D-MARCHE

À **SARRE-UNION**, au Centre Socio Culturel
Lundi 18 mars, de 9h à 12h
Lundi 15 avril, de 10h à 12h
Lundi 8 juillet, de 10h à 12h

Le programme D-marche vise à encourager chacun à augmenter son nombre de pas quotidiens afin de profiter pleinement des bienfaits de la marche. La première séance consiste en une session d'information sur la santé, suivie de la distribution d'un podomètre à chaque participant. Enfin, deux sessions d'accompagnement et de partage d'expérience sont prévues.
Gratuit - **PLACES LIMITÉES**
Inscription au 07 63 24 33 23.

AIDE AUX AIDANTS

GROUPE DE DISCUSSION LA BABBELSTUB

À **SARRE-UNION**, à la Maison France Services
Lundi 25 mars, de 14h à 16h30

Espace de soutien et d'échange, le groupe de discussion à destination des proches aidants, la Babbelstub, est ouvert à tous. La prochaine rencontre se déroulera en présence de Laetitia Glasser, secrétaire autonomie à la CeA, autour du thème " ***Maintien à domicile ou entrée en EHPAD, quelles aides mobiliser***".
Animé par Dre Catherine Grabherr, psychologue.

Gratuit - **PLACES LIMITÉES**
Inscription au 07 63 24 33 23

CULTURE

COURS DE TAILLE SUR ARBRES FRUITIERS

À **DRULINGEN**, Rdv devant la mairie
Vendredi 15 mars, à 13h30

Le Centre Socio Culturel, en partenariat avec l'association arboricole de Drulingen, vous propose une initiation à la taille d'arbres fruitiers. Accompagnés par un formateur certifié, venez apprendre ou perfectionner vos compétences en matière de taille d'arbres fruitiers!
Gratuit - Inscription au 07 63 24 33 23

CINÉ SÉNIORS

À **SARRE-UNION,** au Centre Socio Culturel

Mardi 5 mars, à 14h
Projection du film "Cocorico"
Tarif: 6€
Les élèves du collège étant en vacances, le café ne sera pas proposé à la suite de la projection ce mois-ci.

Jeudi 21 mars, à 14h
Projection du film "Maison de retraite 2"
Tarif: 6€

Avec le soutien de Communauté de Communes Alsace Bossue