

ACTU SÉNIORS

JUIN 2023

VOTRE LETTRE D'INFORMATION
EN ALSACE BOSSUE

CAROLINE BIEBER

COORDINATRICE SÉNIORS
CENTRE SOCIO CULTUREL
DE SARRE-UNION

TÉL. 03 88 00 22 15



PRÉVENTION

ATELIERS CUISINE

À LORENTZEN, à la Grange aux Paysages

ALIMENTATION VIVANTE

Mardi 6 juin, de 9h à 12h

Jus de légumes, graines germées et légumes lactofermentés n'auront plus de secrets pour vous.

PLANTES SAUVAGES

Mercredi 5 juillet, de 9h à 12h

Venez découvrir les principales plantes sauvages comestibles qui nous entourent et les cuisiner simplement.

Tarif: 5€ - PLACES LIMITÉES

Inscription au 07 63 24 33 23

AIDE AUX AIDANTS

FORMATION DES AIDANTS

LA PRÉVENTION DES CHUTES À DOMICILE

À SARRE-UNION, au Centre Socio Culturel

Les vendredis 9, 16 et 23 juin, de 14h à 16h

Quelles sont les conséquences d'une chute? Comment prévenir la chute au domicile de mon proche? Mélanie Munsch, ergothérapeute, vous donnera des conseils, des astuces et vous accompagnera aussi à l'utilisation des aides techniques et des aides aux transferts.

Gratuit - PLACES LIMITÉES

Inscription au 07 63 24 33 23

LE BON USAGE DES MÉDICAMENTS

À DRULINGEN, à la Maison France Services

Les 31 mai, 7 juin, 20 juin et 28 juin, de 14h à 16h

Dans un esprit convivial et participatif, vous aurez la possibilité d'échanger avec un professionnel de santé sur des questions telles que les effets des médicaments et leurs interactions, l'automédication, les traitements alternatifs, ou encore la relation avec le médecin. Animé par l'association Brain Up.

Gratuit - PLACES LIMITÉES

Inscription au 07 63 24 33 23

LES RENCONTRES SOLIDAIRES DU BÉNÉVOLAT

À SAVERNE, au Château des Rohans

Samedi 17 juin, de 10h à 18h

Cet événement vise à informer et sensibiliser autour du bénévolat et à promouvoir l'engagement bénévole auprès des personnes âgées ou en situation de handicap. Tout au long de la journée : des stands, un spectacle de théâtre forum par la compagnie La Luciole, une exposition photo, des ateliers bien-être, mais aussi des conférences et tables rondes pour débattre ensemble sur les questions économiques, juridiques et éthiques que pose l'action bénévole.

Entrée libre

CULTURE

CINÉ SÉNIORS

À SARRE-UNION, au Centre Socio Culturel

Mardi 6 juin, à 14h

Projection du film "Ce qui nous lie", dans le cadre du Festival des Paysages

Tarif: 6€

CINÉ SÉNIORS

À SARRE-UNION, au Centre Socio Culturel

Judi 22 juin, à 14h

Projection du film "Sur les chemins noirs"

Tarif: 6€

Avec le soutien de

