

Les rendez-vous spécial retraités

septembre/octobre 2023

Lundi 11/09

- RDV à 14h et à 15h à la salle de gym intercommunale

*Prévention des chutes
maintien de l'équilibre*

Choisissez votre horaire
lors de votre inscription au CCAS



Sortie Rodez



Vendredi 29/09

- RDV 9h au CCAS
- Marche nordique - visite du musée Soulage
prévoir un pique-nique

Réservé aux personnes participants aux ateliers prévention des chutes

Lundi 09/10

Sortie piscine

- Sur inscription au CCAS
- RDV à 14h et à 15h à la piscine intercommunale

Lundi 16/10

- RDV à 14h et à 15h à la salle de gym intercommunale

*Prévention des chutes
maintien de l'équilibre*

Choisissez votre horaire
lors de votre inscription au CCAS



CCAS Saint-Affrique
3 place Abbé Bessou
12400 St Affrique

☎ 05 65 98 29 10

Les rendez-vous spécial retraités

novembre/décembre 2023

Sortie chateau de Coupiac



Lundi 13/11

- Après-midi visite du château de Coupiac rendez-vous à 13h au CCAS
- transport et visite gratuits
- Inscription obligatoire places limitées

Lundi 27/11

- Sur inscription au CCAS
- RDV à 14h et à 15h à la salle de gym intercommunale

*Choisissez votre horaire
lors de votre inscription au CCAS*



Prévention des chutes maintien de l'équilibre

Lundi 11/12


- Sur inscription au CCAS
- RDV à 14h et à 15h à la salle de gym intercommunale

Prévention des chutes maintien de l'équilibre

*Choisissez votre horaire
lors de votre inscription au CCAS*



CCAS Saint-Affrique
place Abbé Bessou
12400 St Affrique

 05 65 98 29 10