

GÉNÉRATION Séniors

4^e Forum



jeudi 3 octobre

2024

9h00 > 17h00
Salle des fêtes

CONFÉRENCES - ATELIERS
ENTRÉE & ACCÈS : GRATUIT

**Faites le plein d'idées pour profiter
pleinement de la vie à L'Isle-sur-la-Sorgue !**

SÉCURITÉ . TOURISME . CADRE DE VIE & BIEN ÊTRE . NUMÉRIQUE . CULTURE . PATRIMOINE . VIE LOCALE

Bienvenue !

au 4^e Forum Génération Séniors

4 VILLAGES VOUS ACCUEILLENENT TOUTE LA JOURNÉE, DE 9H À 17H

→ **Bien dans sa vie**

Tout pour l'équilibre de votre vie

→ **Bien dans sa tête**

Loisirs & détente au cœur de votre vie

→ **Bien dans son corps**

*Vos questions sport & santé
pour garder la pêche*

→ **Bien dans sa ville**

*Répondre aux attentes de votre
quotidien*

Programme

9H30 > 10H30

Conférence « Grands-parents, bouclez vos ceintures : ça déménage ! »

par Aurélie Arias, psychologue

10H00 & 15H30

Atelier « Prévention Anti-arnaques »

par l'EDes (salle du Mille Club)

11H00

**Conférence « L'engagement citoyen et le lien social
garants de l'autonomie »**

par la Cigarette, centre social & culturel

11H>13H & 15H>17H

**Atelier cuisine : cuisinez avec les fruits et légumes
du marché agricole de Petit-Palais**

par Alae Eddine Hanafi, Diététicien Nutritionniste



12H00 **La halte musicale**

14H30

Atelier philo « Le bien vieillir »

par Christine Masse



16H30 **Tirage de la tombola**

VOUS ÊTES SÉNIOR,
VOUS N'ÊTES PAS VÉHICULÉ/E
ET VOUS SOUHAITEZ
VOUS RENDRE AU FORUM ?

Un service de transport gratuit est mis à votre disposition pour vous accompagner à la salle des fêtes et vous ramener à votre domicile à votre convenance.



Inscrivez-vous au 04 90 38 07 86