



**ATELIERS
ANIMATIONS
SENIORS
& INTER
GÉNÉRATION
2019**

Bron, **vivre ensemble !**

GRANDLYON
la métropole


BRON

LES ANIMATIONS SENIORS 2019

Toutes les animations proposées par le CCAS sont gratuites
et se dérouleront au lieu Intergénérationnel, Espace Roger Pestourie,
25 place du 11 novembre 1918, Bron

CAFÉ PHILO

Un espace de parole et d'échange autour d'un sujet vaste et recentré sur l'humain. Ce temps permet d'échanger des idées autour d'une question philosophique. Le philosophe essaie de faire émerger une vision plus claire et plus approfondie du sujet choisi.

Action intergénérationnelle,
ouvert à tous, sans inscription,
animée par un professeur de philosophie
du Collège supérieur de Lyon

LES THÈMES :

FAUT-IL CRAINDRE LES PROGRÈS DE LA SCIENCE ?

Mercredi 6 mars à 19h
animé par Bruno Roche,
professeur de philosophie,
Collège supérieur de Lyon

TOUTE VÉRITÉ EST-ELLE BONNE A DIRE ?

Mercredi 3 avril à 19h
animé par Xavier Dufour,
professeur de philosophie,
Collège supérieur de Lyon

VIVRE ENSEMBLE

Mercredi 15 mai à 19h
animé par Bruno Roche,
professeur de philosophie,
Collège supérieur de Lyon

**3 Cafés Philo thématiques
seront proposés pour
le 3^e trimestre 2019**

ATELIER ÉQUILIBRE ET MÉMOIRE

Prévenir son capital santé, préserver son autonomie, optimiser sa mémoire par la découverte et participer à des ateliers ludiques simples qui s'adressent à toute personne retraitée quels que soient son âge et sa condition physique.

Action réservée aux seniors,
groupe limité à 12 personnes,
inscription obligatoire et engagement pour
1 cycle (3 cycles/an), soit 3 séances,
animées par un ingénieur actiphysicien
d'ABC Prévention Santé

3 ATELIERS/CYCLE :

TOUCHER ET GESTION DU STRESS

MARCHE ET ORIENTATION

RYTHME ET DANSE

Les lundis, de 13h45 à 15h45

Cycle 1 : 18 février, 4 et 18 mars

Cycle 2 : 29 avril, 13 et 27 mai

Cycle 3 : 30 septembre,
14 et 28 octobre



ATELIER PARTICIPATIF CUISINE

Mieux s'alimenter en connaissant mieux son corps, tout en respectant l'environnement.

Groupe limité à 12 personnes, inscription obligatoire et engagement pour un cycle complet.

Le 1^{er} et le 3^e cycle sont réservés aux seniors.

Le 2^e cycle est ouvert en intergénération (mini-stages pendant les vacances de printemps, 3 cours sur la même semaine).

Coordonnés par un animateur du CCAS

3 ATELIERS/CYCLE :

CUISINE ANTI-GASPI

Animé par Sandy Schult de l'association Récup' et Gamelles

CUISINE SIMPLE ET PLAISIR

Animé par Philippe Rousseau, Chef au restaurant "Au fil des Saveurs"

CUISINE SANTÉ

Animé par Céline Leprince, diététicienne à l'association Sens et Saveur

Cycle 1 : les jeudis 28 février de 14h à 16h, 14 mars de 14h30 à 16h30, 28 mars de 10h à 13h

Cycle 2 : 1^{ère} semaine des vacances de printemps, lundi 15 avril de 14h à 16h, mercredi 17 avril de 14h30 à 16h30, vendredi 19 avril de 10h à 13h

Cycle 3 : les jeudis 26 septembre de 14h à 16h, 10 octobre de 14h30 à 16h30, 24 octobre de 10h à 13h



ESPACE LUDOTHÈQUE

Espace de jeux pour tous les âges : un tapis d'éveil pour les petits, une salle pour les jeux de rôles (pour les jeunes enfants), un espace construction pour les plus téméraires, un espace extérieur avec jeux en bois (selon le temps) et un large espace pour les jeux de société.

Action intergénérationnelle, sans inscription, espace ouvert de 14h30 à 17h, encadrée par une ludothécaire de l'association Quai des Ludes et un animateur du CCAS

Les mercredis, de 14h30 à 17h : 13 février, 13 mars, 10 avril, 15 mai, 11 septembre, 9 octobre, 13 novembre



KARAOKÉ

Karaoke et jeux autour de l'univers des chansons. Chacun pourra choisir d'écouter et/ou de chanter ses chansons préférées. Des quiz seront également organisés pour s'amuser ensemble sur de nombreux thèmes musicaux.

**Action intergénérationnelle,
sans inscription,
organisée par deux animateurs du CCAS,
espace ouvert de 14h à 16h30**

Les vendredis, de 14h à 16h30 :
8 février, 15 mars, 12 avril, 10 mai,
7 juin, 13 septembre, 11 octobre,
15 novembre



ATELIER BD

Venez témoigner de vos jeunes années et les imaginer en bande dessinée. Des élèves du lycée Jean-Paul Sartre à Bron travaillent également à la réalisation de planches dessinées. En juin, un temps d'échange avec les lycéens aura lieu à la médiathèque avec une exposition des œuvres des 2 groupes.

**Action intergénérationnelle,
sur inscription,
animée par Mathieu Bertrand,
auteur de bandes dessinées
groupe de 8 à 10 personnes**

Les mardis, de 13h45 à 16h15 :
5 et 19 mars, 9 et 30 avril, 14 mai

Pour tout renseignement :
**Centre Communal d'Action Sociale
de la Ville de Bron (CCAS)**
Espace Roger Pestourie
21, place du 11 novembre 1918 / Bron
Tél. : 04 72 36 13 71

+ d'infos : www.ville-bron.fr