

Creusot vacances seniors

ÉTÉ
2022

Cette année, Creusot Vacances Jeunes s'ouvre aux jeunes...
de plus de 60 ans !



le
creusot
EN BOURGOGNE



Un été dynamique...

AIKIDO

Lieu : Arcades

Responsables : M. MORETTO et M. FELIX

NOUVEAU : AIKIDO Senior, comment allier l'équilibre, la respiration, le relâchement, et la souplesse.

a - 18 au 22 juillet	18h00 / 19h00	Plus de 60 ans	10.00 euros
b - 25 au 29 juillet	18h00 / 19h00	Plus de 60 ans	10.00 euros

ATELIER CRÉATIF

Lieu : Maison des associations Saint-Henri, salle 3

Responsable : Mme LAUPRETRE

Scrapbooking : apporter 3 photos pour la réalisation de carterie et dépliant photo.

a - 11 au 13 juillet	15h30 / 17h00	Plus de 60 ans	24.00 euros
b - 16 au 18 août	15h30 / 17h00	Plus de 60 ans	24.00 euros

Couture : réalisation d'une corbeille tissu et lingettes

a - 18 et 19 juillet	16h00 / 17h30	Plus de 60 ans	20.00 euros
----------------------	---------------	----------------	-------------

RELAXINESIE

Lieu : Salle de sports du Complexe Aquatique

Responsable : Mme CLÉMENT

Prendre le temps de détendre votre corps tout en découvrant la morphologie.

PRÉVOIR : une serviette de plage.

a - 6 au 8 juillet	18h00 / 19h00	Plus de 60 ans	15.00 euros
b - 11 au 15 juillet sauf 14	15h00 / 16h00	Plus de 60 ans	20.00 euros
c - 22 au 26 août	15h00 / 16h00	Plus de 60 ans	25.00 euros

SCRAPBOOKING ET CALLIGRAPHIE

Lieu : École Charmille bâtiment B

Responsable : Mme MATHIS

Réalisation d'un album photo (fabrication et décoration, étiquettes calligraphiées) apporter une dizaine de photots personnelles. Un adulte peut venir accompagner un enfant.

PRÉVOIR : Apporter 10 clichés maximum à découper.

a - 22 au 26 août	14h15 / 15h45	Plus de 60 ans	26.00 euros
-------------------	---------------	----------------	-------------

INSCRIPTIONS : Mairie du Creusot, les Arcades 1^{er} étage.

Du 13 juin au 27 août 2022. Lundi, mercredi, vendredi de 9h à 17h.

...pour une rentrée en pleine forme !

Habitez bien, habitez malin

Mardi 13 septembre

L'ALTO de 13h à 18h30

Pour bien vieillir chez soi !

*Adapter son quotidien,
accompagner les aidants,
économiser et préserver la
planète, se relever d'une chute.*

Guinguette

Mercredi 21 septembre

L'ALTO de 15h à 19h

*Pour s'engager contre la
maladie, une guinguette sera
organisée lors de la journée
mondiale Alzheimer.*

Caravane "Tous aidants" !

Du 26 au 28 septembre

**Cœur de ville
de 9h30 à 19h**

*La tournée nationale pour
découvrir le rôle d'aidant
fera une étape pendant
3 jours au Creusot.*



www.le-creusot.fr

[f](#) [@](#) [villeducreusot](#)

