

Jeudi 21 octobre

9h30 - 11h : Salle des fêtes de Rosières
Conférence sur le sommeil et le stress avec
Dr Dufour et la MSA (40 places)

9h30 - 12h30 : Place de la Mairie
Découverte informatique par le Bus Numérique
(6 places)

11h - 12h : Salle des fêtes de Lunery
Atelier Numérique (tablette) proposé par la poste
(15 places)

13h - 20h : Salle des fêtes de Lunery
FORUM et mini-conférences (Ouvert à tous)

14h - 17h : Place de la Mairie
Découverte informatique par le Bus Numérique
(6 places)

Vendredi 22 octobre

9h15-12h : Ecole Maternelle
Atelier peinture, cuisine et gymnastique avec les
enfants (15 places)

14h -16h30 : Ecole primaire
**Chant par les enfants et Randonnée
intergénérationnelle** - Collation offerte (40 places)

18h - 18h30 : Salle des fêtes de Lunery
Présentation du Conseil des séniors (40 places)

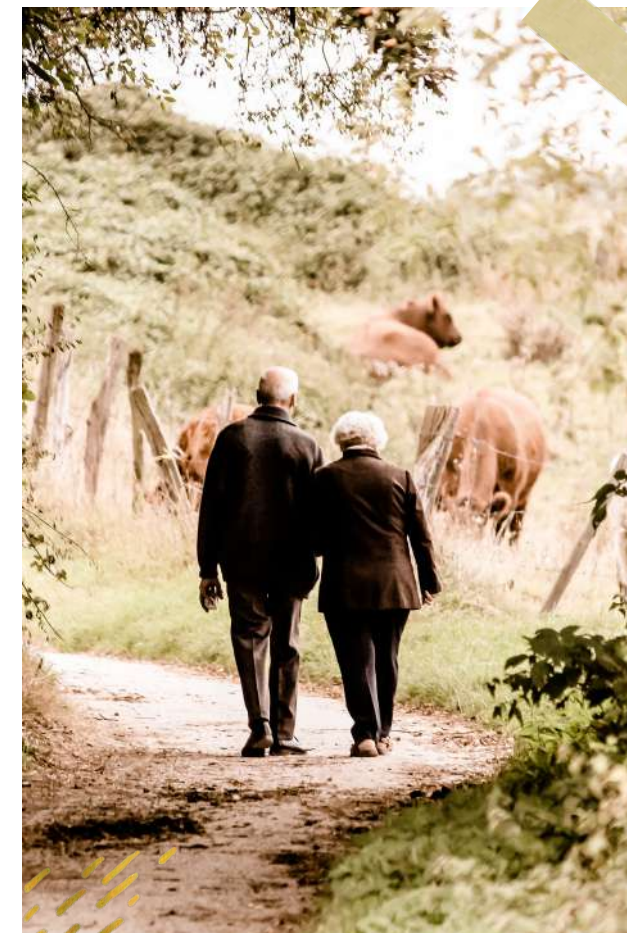
18h30 : Salle des fêtes de Lunery
Clôture de la semaine par la municipalité avec un
pot amical - **Exposition des œuvres de la semaine**

20h : **Concert de l'école de musique** de St Florent
sur Cher



Gym séniors, Loisirs et Culture, Bibliothèque BORIS VIAN,
Ecole de musique, Les ateliers de Victorine, Ecole René
Mariat et Gérard Jamet.

**Sous réserve de l'évolution de la
situation sanitaire et dans le respect des
consignes en vigueur.**



"Bien vieillir à
Lunery"

Du 18 au 22
octobre 2021



MOT DU CCAS

Parce qu'être attentif à nos aînés et leur permettre de s'épanouir dans notre commune est essentiel pour notre municipalité, le CCAS organise la semaine « Bien vieillir à Lunery ».

Les plus de 60 ans vont bientôt représenter le tiers de la population. L'espérance de vie s'allonge, les territoires vieillissent et particulièrement dans les communes rurales.

La majorité des personnes vieillissantes et leurs familles déclarent vouloir vieillir à domicile. Écouter ce désir de vieillir chez soi incite à s'interroger : Comment adapter son habitat ? Comment être aidé à domicile ? Quelles aides techniques, financières demandées ? Quelles sont les obligations de la famille ? Où trouver des conseils ? Comment éviter l'isolement ?

Cette semaine est l'occasion, pour les acteurs qui travaillent auprès des aînés de proposer tout au long de cette manifestation des animations qui permettent de s'informer et, plus que jamais, de créer du dialogue, vivre des moments de bien-être et de partage tout en favorisant le lien entre générations.

Avec une programmation répartie sur 5 jours du 18 au 22 octobre, en s'adaptant aux préconisations sanitaires, nous serons heureux de vous y accueillir.


Très belle semaine « Bien vieillir à Lunery » à toutes à tous

*Le Maire, Sylvain Joly
et son équipe*

INFOS PRATIQUES



Conditions d'inscription aux différentes manifestations de la semaine :

- Exclusivement réservé aux administrés de la commune de Lunery.
 - Il faut être âgé de plus de 60 ans.
 - Participation gratuite sur inscription auprès de la mairie au **02.48.23.14.20**
 - Navette gratuite : **L'échalusse** : 45 min avant l'atelier - **Rosières** : 30 min avant l'atelier - **Chanteloup** : 15 min avant l'atelier
-  Ouvert à tous.

Lundi 18 octobre

9h : Salle des fêtes de Lunery
Discours d'ouverture par la municipalité

9h15 : Salle des fêtes de Lunery
Petit déjeuner avec Pôle Nutrition (20 places)

10h - 12h : Salle des fêtes de Lunery
Atelier Mémoire avec la MSA (15 places)

13h - 16h30 : Ecole CP, CE1, CE2 (Départ en car)
Séance au cinéma Le Rio "Le potager de mon grand-père". Suivi de plantation avec les élèves (30 places)

17h30 - 19h : Salle des fêtes de Lunery
Atelier Gym avec l'association Gymnastique séniors de Lunery (20 places)

Mardi 19 octobre

10h - 12h : Salle des fêtes de Lunery
Atelier Sophrologie et Yoga avec l'association "Une bulle en équilibre" (20 places)

13h45 - 16h30 : Ecole de Rosières CM1, CM2
Atelier Cuisine, Lecture et Art Floral avec l'association Loisirs et Culture (15 places)

16h45 - 18h : Salle des fêtes de Lunery
Atelier "Sensibilisation des séniors aux risques routiers" et **"Comment remplir un constat"** avec Thèlem Assurance, MSA et la Prévention routière - Collation offerte (20 places)

18h15-20h : Salle des fêtes de Lunery
Soirée Jeux de société avec l'association "Les merveilleuses découvertes" et la Bibliothèque Boris VIAN (40 places)



Mercredi 20 octobre

9h - 12h : Salle des fêtes de Lunery
Atelier "Dessine - moi un souvenir" avec l'association "Les merveilleuses découvertes" et la participation des assistantes maternelles de la commune (10 places)

14h - 17h : Salle des fêtes de Lunery
Spectacle de danse, film sur la culture chorégraphique avec l'école de danse Arabesque et la Bibliothèque Boris VIAN
Collation offerte (40 places)

