

Activités et infos

Lundi 9 juillet - 15h - Café des habitants et présentation du mois - CSC les Merisiers

Mardi 10 juillet - 10h / 18h - Tounoi de Tarot et Barbecue - CSC les Merisiers

Jeudi 12 juillet - 10h / 12h - Visite de la boulangerie Gandhi - CSC les Merisiers

Vendredi 13 juillet - Après midi - Tournoi de pétanque ou jeux de société "rire et mémoire" - CSC les Merisiers

Lundi 16 juillet - Après-midi - Atelier jeux d'écriture / carte postale - CSC les Merisiers

Mardi 17 juillet - Journée - Visite dégustation et pêche à la Pisciculture de Vilette - CSC les Merisiers

Jeudi 19 juillet - Journée à la mer à Villers-sur-Mer - CSC les Merisiers

Vendredi 20 juillet - 10h / 18h - Atelier cuisine et repas partagé puis après-midi Karaoké-danses - CSC les Merisiers

Samedi 21 juillet - Après-midi "Partir en livres" en partenariat avec la médiathèque A. France - Commanderie des Templiers

Lundi 23 juillet - 10h / 18h - Journée à Paris Croisière sur la seine - CSC les Merisiers

Mardi 24 juillet - 7h / 19h - Journée à la mer à Deauville visite du centre ville et marché puis plage, quartier libre - CSC les Merisiers

Jeudi 26 juillet - 12h30 / 18h - Visite guidée de la Garde Républicaine de Vincennes

Vendredi 27 juillet Matinée à Trappes plage Tournoi de Molkky et barbecue - CSC les Merisiers

Lundi 20 août - 10h / 12 h - café rencontre - Foyer Burgard
14h / 17h : promenade, départ Foyer Burgard

Mardi 21 août - 10h / 12 h - atelier cuisine - CSC Luxereau
14h / 17h - activités manuelles et jeux de société - Foyer Burgard

Jeudi 23 août - 10h / 12h - atelier écriture - Foyer Burgard
14h / 17h - Visite de la fondation "good Planet" à Longchamp.

Vendredi 24 août - 10h / 12h - café rencontre/bilan - Foyer Burgard
13h / 18h - atelier cuisine et goûter collectif - CSC Luxereau

Inscriptions au service animation seniors : 01 30 69 19 18

FOYER BURGARD

Le foyer sera fermé du 1^{er} au 29 juillet. Les activités reprendront à partir de lundi 31 juillet, du lundi au vendredi de 14h à 17h.

BALADES

Les mercredis 4 et 18 juillet, 1^{er} août. Programme complet au service animation seniors
01 30 69 19 18

seniors

CANICULE : les bons gestes en cas de fortes chaleurs !

Pour prévenir les risques : boire fréquemment et abondamment, éviter de sortir aux heures les plus chaudes, se rafraîchir, mouiller son corps plusieurs fois par jour, passer plusieurs heures dans un endroit frais.

Les personnes âgées ou en situation de handicap et isolées peuvent, sur demande, être inscrites sur le registre canicule afin qu'une vigilance soit assurée en cas de canicule. Inscriptions auprès du CCAS en téléphonant au 01 30 69 19 58.



Mouiller son corps
et se ventiler



Maintenir sa maison
au frais : fermer
les volets le jour



Donner et prendre
des nouvelles
de ses proches



Manger en
quantité suffisante



Ne pas boire
d'alcool



Éviter les efforts
physiques

**BOIRE RÉGULIÈREMENT
DE L'EAU**