

**Du 04 au 08 octobre 2022**

Pôle seniors  
Résidence soleil – 4, allée des crotons

# Changeons notre regard sur les Aînés

**Brisons les idées reçues !**

## PROGRAMME À REMIRE-MONTJOLY

**Mardi 04**

10h00 à 17h00 -ART FLORAL (participation de 5,00 €)

*Chez Chris 'Art Floral Fleuriste situé à Carrefour Contact*

08h00 à 10h00 – MARCHÉ SPORTIVE au sentier VIDAL (animation CTG)

**Mercredi 05**

09h00 à 12h00 - CONFÉRENCE SUR LA NUTRITION ET L'IMPORTANCE DE L'HYDRATATION

*Intervenante : Madame Chrystel SUBIGER, Conseillère en nutrition à la Résidence soleil*

**Jeudi 06**

09h00 à 11h00 – PREVENTION CONTRE LES AGRESSIONS – *Police Municipale de Montjoly*

14h30 à 16h00 - JOURNÉE D'INFORMATION ET DE PRÉVENTION À LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

*Préfecture de Guyane à la Résidence soleil*

**Vendredi 07**

07h30 à 11h30 – SOPHROLOGIE

*Intervenante : Mme Yannick DARNIS, Sophrologue à la plage de Gosselin route des plages*

09h00 à 11h00 – ATELIER RELIURE SPÉCIAL GANGANS – (maison des cultures – CTG)

11h00 à 12h00 - YOGA DU RIRE – Intervenante : Mme JUBITANA Gladys, Sophrologue à la résidence soleil

**Samedi 08**

09h00 à 13h00 - BIEN ÊTRE INTERGÉNÉRATIONNEL *Association HERBE – résidence soleil*

08h00 à 14h30 – JOURNÉE SENSIBILISATION DES AIDANTS

Maison des cultures – animation CTG



**PLACES LIMITÉES – INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES AU PÔLE SENIORS**