

SENIOR



Programme des actions de novembre et décembre 2021

Santé- bien être numérique sorties-loisirs accessibles à tous les seniors de 60 ans et + de la Flandre Intérieure

Renseignements et inscription **Centre Socio Educatif**
place Degroote - 59190 Hazebrouck -

Téléphone 03 28 49 51 30 / 07 83 91 33 93

PARTENAIRES



Action portée par le **Centre Socio Educatif d'Hazebrouck**.

Action soutenue par la conférence des financeurs dans le cadre de crédits délégués par la CNSA "Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie"



ATELIERS SANTÉ / BIEN ÊTRE



les jeudis 18 et 25 novembre

activité physique pour travailler l'équilibre et la mémoire.

de 9h à 10h

ou de 10h15 à 11h15

Le lundi 22 novembre de 14h à 16h:

rencontre avec un cuisinier pour programmer des ateliers cuisines (cuisiner avec un petit budget, cuisine anti gaspi, se faire des repas quand on est seul...)

le jeudi 2 décembre de 9h30 à 11h30

temps d'échange et d'écoute sur les envies et les besoins actuels de liens sociaux

*L'atelier est animé par Mme Céline Florent psychologue et
Mme Karine Delaeter Référent Famille/adultes/Seniors*

Le lundi 6 décembre de 18h30 -20h30

A la maison des jeunes de steenvoorde

le mardi 14 décembre de 18h30 à

20h30 au CSE Hazebrouck

*atelier cuisine avec une diététicienne:
thématique : le diabète*

Inscription

Le nombre de places étant limité, inscription obligatoire: au CSE d'Hazebrouck ou au centre social de Steenvoorde

Gratuit

@TELIERS NUMÉRIQUES

***Les ateliers numériques sont animés par
les volontaires d'Unis-Cité***

Pour qui ?

*Pour toutes les personnes qui ont envie d'apprendre
ou de progresser en informatique.*

*Prise en main, création d'une boîte mail,
démarches administratives, utilisation de son smartphone
et /ou de la tablette.*

***Il vous est possible de venir avec votre propre matériel
informatique***

Les dates

Les jeudi 18 novembre, jeudi 25 novembre, jeudi 2
décembre, jeudi 9 décembre et 16 décembre.

13h30 -15h30 pour les hazebrouckois

16h00-18h00 pour les non hazebrouckois



Inscription

**Le nombre de
places étant
limité,
inscription
obligatoire au
CSE
d'Hazebrouck**

LOISIRS

le 11 décembre

départ du CSE 15h spectacle à 17h
ou 15h15 de l'école Jean de la Fontaine à
steenvoorde

" Le fabuleux anniversaire du père Noël ".

à Gayant expo Douai

retour vers 20h30



Inscription

Le nombre de
places étant
limité,
inscription
obligatoire au
CSE
d'Hazebrouck

**Un Grand Spectacle pour toute la famille !
Un Noël magique dans l'univers des Comédies Musicales**

2 heures féériques au service de la magie de Noël.
Plus de 30 artistes, 200 costumes, danseurs, comédiens,
chanteurs live, performers feu et aériens.

Une technique à vous couper le souffle, son, lumières,
décor vidéo mapping, canons à confettis, machines à fumée,
un spectacle complet qui ravira petits et grands.

**possibilité
d'être
accompagné
de vos petits
enfants**

tarif

5€

