

4
FEV.

PROMENADE EN RAQUETTE ET VISITE D'UNE FERME

Accompagnés d'un guide, nous découvrirons la vie d'un fermier et ses vaches pour un moment de partage et de culture.

Rendez-vous : renseignement auprès du CCAS. De 9h30 à 12h. Tarif : 5 €.

11
MAR.

INITIATION QI GONG

Gymnastique lente et douce issue de la Médecine traditionnelle chinoise, pour améliorer sa souplesse, combattre le stress, et retrouver son équilibre...

Rendez-vous : Salle Aiguille Croche du Palais. De 14h à 16h.

Tarif : 5 €.



RETOUR SUR

Les
après-Midis
Bleus

DE L'ÉTÉ




megève
C.C.A.S.

Les après-Midi Bleus

- HIVER 2019/2020 -

*Ces animations sont organisées
par le CCAS pour les habitants
de Megève de plus de 67 ans.*

Pour plus d'informations :

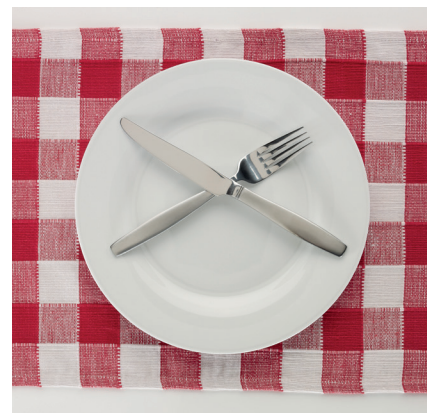
CCAS,
BP 23 - 74120 Megève
T. 04 50 93 29 14
ccas@megeve.fr


megève

7 OCT. RÉUNION D'INFORMATION & GÔTER

Présentation des après-midis bleus de l'hiver 2019/2020 et des événements à venir dans notre village.

Rendez-vous : 15h30, auditorium du Palais - Gratuit.



21 OCT. ATELIER CUISINE TOQUICIMES

Divisé en 2 groupes, venez fabriquer un farcement au Vieux Megève et le partager ensuite.

Premier groupe de 9h à 11h et deuxième groupe de 14h à 16h (groupes de 10 pers.) - Au Vieux Megève. Tarif : 5 €



10 OCT. DÉJEUNER DE LA FMA

Passez un moment convivial autour d'un déjeuner avec l'intervention d'une nutritionniste et de la présidente de l'association ADMR.

Gratuit - inscription obligatoire auprès du CCAS (places limitées).

NOUVEAU

LES MARCHES ADAPTÉES

Ces marches à thèmes sont encadrées par un professionnel et vous sont proposées de manière bimensuelle.

10 OCT.

LA MARCHÉ DE LA BONNE HUMEUR

De 14h à 17h, rendez-vous : Place de l'église

24 OCT.

LA MARCHÉ DE LA DÉCOUVERTE

De 14h à 17h, rendez-vous : Place de l'église



5 NOV.

LE LOTO DES AÎNÉS

Détente et divertissement assurés au loto des aînés.

Rendez-vous : 14h, Salle des Congrès du Palais. Gratuit.



14 NOV.

DÉJEUNER DE LA FMA

Passez un moment convivial autour d'un déjeuner.

Gratuit - inscription obligatoire auprès du CCAS (places limitées).



24 NOV.

LE REPAS DES AÎNÉS

Partagez un agréable déjeuner tous ensemble à l'occasion du traditionnel repas de fin d'année.

Rendez-vous : 12h15, Salle des Congrès du Palais. Gratuit.



10 DEC.

YOGA SENIORS ET BALNÉO

Un moment de détente qui se prolonge dans l'eau chauffée entre 32 et 34°C.

Rendez-vous : Salle Aiguille Croche du Palais. Yoga de 9h30 à 11h et balnéo de 11h à 12h. Tarif : 10 €.



7 JAN.

LES DANSES DU MONDE

Découverte des différentes musiques et danses du monde entier.

Rendez-vous : Salle Aiguille Croche du Palais. De 9h30 à 11h. Tarif : 5 €.

