



**VIVONS ENSEMBLE ET LONGTEMPS
DANS NOTRE VILLAGE !**

DU JARDIN À L'ASSIETTE

**ANIMATIONS PROPOSÉES PAR LES
ACTEURS LOCAUX
LA COMMUNE D'EULMONT**

&

GRATUIT

JUILLET 2023

**Bel été
à toutes et à tous !**

**DIMANCHE 2 JUILLET
10H**

RDV place de l'école

Petit déj' Mon village en transition

Autour d'un café ou thé, échanges sur les projets priorités lors de la réunion publique du 16 juin pour nous organiser ensemble et prévoir les suites à donner.

Contact : Foyer rural et Commune d'Eulmont
laurencevalentin1@gmail.com
commune-eulmont@wanadoo.fr

**1ÈRE SEMAINE DE JUILLET,
JOUR ET HEURE
À DÉFINIR AVEC VOTRE
ANIMATRICE SPORTIVE**

Activités physiques adaptées

A votre domicile et individualisées dans le respect des règles sanitaires

Inscription : Anne-Sophie Pichon
06 84 99 07 68

**LE LUNDI 3 JUILLET
10H30-11H30**

RDV au centre polyvalent

Travail de l'équilibre, prévention des chutes, renforcement musculaire

Tous les lundis

Inscription : Anne-Sophie Pichon
06 84 99 07 68

**LE MERCREDI
5 JUILLET
14H30-16H**

RDV au centre polyvalent

Stimulation de la mémoire

Bien vieillir nécessite d'entretenir sa forme physique, mais également sa mémoire. Des jeux variés nous permettront d'exercer les différentes formes de notre mémoire : lointaine, immédiate, visuelle, auditive, dans une ambiance conviviale.

Ateliers tous les 15 jours

Inscription : LACIM
Annie Burgevin 03 83 22 80 19
annieburgevin@wanadoo.fr

**VENDREDI 7 JUILLET
9H30-11H30**

Départ depuis la Compagnie des Ânes vers les bois où Amelie nous fera découvrir la sonothérapie.

Découverte de la sonothérapie

La sonothérapie est une thérapie de bien-être par le son et les vibrations des différents instruments utilisés.

Atelier limité à 6 personnes

Attention : activité interdite aux personnes ayant des problèmes cardiaques et psychiques.

Inscription : La Compagnie des *Ânes
Marie Jadelot : 06 85 28 62 80
lacompagniedesanes@gmail.com

