

FICHE DE DEMANDE D'INSCRIPTION

VILLE DE LA GARDE
SEMAINE
L'AGE D'OR
BIEN À LA GARDE

FICHE À DÉPOSER À L'ACCUEIL DE LA MAISON DES SENIORS ET DES FAMILLES ENTRE LE 18 SEPTEMBRE ET LE 6 OCTOBRE 2023

joindre les copies de votre carte d'identité et d'un justificatif de domicile récent

INDIQUEZ VOS COORDONNÉES EXACTES

M. : Prénom :

Mme : Prénom :

Adresse

N° de téléphone : Portable :

Mail :

INSCRIPTION AUX ACTIVITÉS À PLACES LIMITÉES cochez les cases d'activités auxquelles vous souhaitez participer

Lundi 9 octobre

- Randonnée Pédestre à la journée
(certificat médical obligatoire à fournir)
- Atelier créatif de cartonnage

Mardi 10 octobre

- Karaté santé
- Initiation à la marche nordique

Mercredi 11 octobre

Ateliers intergénérationnels

- Découverte de chorégraphies "éveil à la danse" :
 - 9H (avec vos petits-enfants de 6 à 10 ans)
 - 10H (avec vos enfants/petits-enfants adultes)
- Rencontre "Autour du jeu d'échecs"
- Atelier "Expression corporelle théâtrale"

Jeudi 12 octobre

- Tournoi de bowling
- Renforcement Musculaire
- Atelier découverte de l'aquarelle
- Découverte du Tai Chi et du Qi Gong

Vendredi 13 octobre

- Atelier créatif "carte de fin d'année"
- Initiation au billard
- Séance découverte du pilates
- Découverte yoga danse
- Atelier découverte autour du jeu d'échecs

Samedi 14 octobre

- Balade autour des contes au jardin
- Initiation aux danses traditionnelles de Provence

**Vos inscriptions aux activités seront validées, par courrier ou appel téléphonique,
en tenant compte de l'ordre de réception de la demande et du nombre de places.**

Conformément à la loi « informatique et libertés », vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données vous concernant et les faire rectifier en contactant le CCAS de La Garde : Service-Troisième_Age@ville-lagarde.fr

cadre réservé au service

N° de réception

.....