

# FOYER CHAVANEAU

## Mai 2022

### Animations, sorties, rencontres dès 60 ans



# Activités sportives

➔ **Gym douce \*** : Tous les lundis de 10h30 à 11h30

*Rendez-vous au dojo de la Halle des Sports*

➔ **Aquabike \*** : Tous les lundis de 16h30 à 17h30

*Rendez-vous à la piscine de l'Obraysie*

➔ **Aquafitness \*** : Tous les mercredis de 9h à 10h

*Rendez-vous à la piscine de l'Obraysie*

➔ **Marche douce** : Tous les mardis de 10h à 11h30

*Rendez-vous devant le foyer Chavaneau*

➔ **Marche modérée** : Tous les vendredis de 10h à 12h

*Rendez-vous devant le foyer Chavaneau*



**Marche en forêt de Charbonnière** : Vendredi 6 mai de 10h à 12h

*Rendez-vous à 10h sur le parking du site*

➔ **Marche rapide** : Tous les mardis de 9h30 à 11h30

*Rendez-vous devant la piscine de l'Obraysie*

➔ **Molkky / Pétanque** : Tous les mercredis de 10h à 12h

*Rendez-vous au foyer Chavaneau*

# Intergénérationnel

➔ **« Partageons nos pliages de papier avec les enfants suivi du déjeuner au foyer » \*** les mercredis de 10h à 13h30

*Rendez-vous au foyer Chavaneau*

➔ **« Chœur Intergénérationnel » avec Corinne Barrère, cheffe de chœur à la musique de Léonie \*** les mercredis 4, 11 et 25 mai + jeudi 2 juin de 14h à 15h30

*Rendez-vous au foyer Chavaneau*

## Santé

- « **Prévention des chutes par un renforcement musculaire et d'équilibre** »\*  
Programme du 1<sup>er</sup> avril au 24 juin 2022 (13 séances), encadrée par Elisa,  
étudiante en master Activité Physique Adaptée et Santé : **Les vendredis soit  
de 14h à 15h ou de 15h à 16h**

*Rendez-vous au dojo de la Halle des Sports*

## Ateliers créatifs

- « **Origami** » Création qui sera mise en valeur dans un Jardin de Papier lors  
du festival de l'Embrayage : **Tous les lundis 2022 de 14h à 16h**
- « **Rencontre créative avec Andy Kraft, l'artiste du Jardin de Papier** » \*  
**Le mercredi 19 mai de 14h à 16h**

*Rendez-vous au foyer Chavaneau*

## Loisirs

- **Jeux de société** : Tous les jeudis de 14h à 16h
- « **Jeu sur les économies d'énergie** » animé par les jeunes volontaires  
d'Unis-Cité \* **Le jeudi 12 mai de 14h à 16h**

*Rendez-vous au foyer Chavaneau*

***L'inscription est obligatoire  
pour les activités marquées d'une \* !***

Vous avez plus de 60 ans et vous êtes abraysien(ne)s : venez profiter de ce lieu de vie pour partager des activités sportives, créatives, de bien-être, mais aussi des ateliers mémoire, des sorties, des projets intergénérationnels... ou pour, tout simplement, vous détendre et échanger autour d'un jeu de société ou d'un livre !

Ce service de la ville est gratuit, il vous suffit juste de pousser la porte du foyer Chavaneau ou de prendre rendez-vous avec l'animatrice au 02 38 55 22 14.

Le restaurant du foyer vous propose de venir déjeuner du lundi au vendredi autour d'un repas complet, équilibré et en toute convivialité ! Le tarif sera adapté à vos ressources.

### Horaires d'ouverture :

- Lundi, mercredi et jeudi de 9h à 12h et de 14h à 16h
- Mardi de 9h à 12h

### Contacts :

- Cathy, l'animatrice du foyer : 02 38 55 22 14  
ou par mail : [cmontassier@ville-saintjeandebraye.fr](mailto:cmontassier@ville-saintjeandebraye.fr)
- Le CCAS : 02 38 52 40 93

**Nous vous attendons au 24 allée Pablo Picasso à Saint-Jean de Braye !**

