Vie sociale

Ateliers Brain up pour les seniors

L’association Brain up, en partenariat avec le CCAS, propose aux plus de 60 ans une série de quatre ateliers autour du thème « Mes sens, les alliés de mon quotidien ».

Publié le 7 mai 2024

Ce programme vise à sensibiliser les retraités sur l’importance de protéger les cinq sens et d’agir sur eux au quotidien. Les quatre ateliers de deux heures auront lieu les mercredis 5,12, 19 et 26 juin de 14h à 16h, salle Bérin, à la maison des associations. Au cours de la première séance, les participants aborderont la question des impacts du vieillissement des sens au volant. Grâce à des conseils et des exercices, ils auront l’occasion de partager leurs expériences et leurs habitudes pour garder une pleine autonomie au volant. La deuxième séance permettra d’aborder le thème « Mémoire auditive, mémoire visuelle, qui est le gagnant ? » puis les inscrits apprendront à prendre soin de leur peau, stimulant ainsi le sens du toucher. Enfin, la dernière séance sera consacrée au goût à travers la thématique « Le plaisir de manger, une affaire de goût et de qualité ». Ces ateliers sont ouverts aux personnes de plus de 60 ans habitants sur la commune, sur inscription auprès du CCAS. Tél : 03 83 18 34 61. Mail : ccas@esseylesnancy.fr.

HÔTEL DE VILLE

Place de la République
54270 Essey-lès-Nancy

Se rendre en mairie

Du lundi au vendredi
de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h
(fermeture à 16h30 le vendredi)
le samedi de 10h à 12h (état civil)

Horaires d'affluence