

COMMUNIQUE DE PRESSE



Du 14 au 18 septembre 2015, le CCAS organise, une découverte des ateliers seniors en accès gratuit

Le **Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)** de la Ville de Vichy propose depuis quelques années un panel d'ateliers à destination des seniors.

Ceux-ci sont de plus en plus nombreux à apprécier ces animations collectives. Destinées à maintenir l'autonomie et à favoriser le lien social, toutes les activités mises en place, qu'elles soient physiques, ludiques ou dédiées à la promotion de la santé permettent aux personnes du 3^{ème} âge et du 4^{ème} âge, de cultiver le « bien vieillir ».

Le programme des **Ateliers Seniors** s'enrichit d'année en année et la nouvelle saison 2015/2016 apporte son lot de nouveautés.



SEMAINE « PORTES OUVERTES » du 14 au 18 septembre 2015

Les seniors sont invités à découvrir gratuitement toutes les activités inscrites au programme de cette nouvelle saison.

*Les inscriptions sont obligatoires auprès du Service Animations Seniors
Résidence Les Mésanges 12 Rue du Onze novembre à Vichy
Tél 04 70 98 63 09*

Les programmes sont disponibles à l'accueil de la Mairie, à la Maison des Associations, au CCAS, à la Médiathèque, à la Résidence Les Mésanges et chez les commerçants

Programme de prévention : Mémoire, Equilibre, bien vieillir

Activités physiques : Gym douce, Gym Pilates, Tai Chi, Danse, Marche nordique, Randonnées

Activités ludiques : Secrets de plantes, Scrabble, Théâtre, atelier numérique

[HTTP://WWW.VILLE-VICHY.FR/DECOUVRIR-ET-SORTIR/LOISIRS/ATELIERS-ANIMATIONS/ATELIERS-SENIORS](http://www.ville-vichy.fr/decouvrir-et-sortir/loisirs/ateliers-animations/ateliers-seniors)

Le CCAS, toute l'année au service des personnes âgées

L'occasion également pour le CCAS de rappeler qu'il propose, tout au long de l'année, en plus de ce programme d'ateliers et animations, différents services aux Seniors et à leurs familles.

Pour faciliter la vie quotidienne des personnes âgées et aider à rompre l'isolement, son **Service de Maintien à Domicile** propose l'aide à domicile, la livraison de repas ou un service de téléassistance.

CONTACTS PRESSE

VILLE DE VICHY

CCAS - 04 70 97 18 50

Christine Caul-Futy

Anne Bassot

DIRECTION DE LA COMMUNICATION

Dominique Lagrange

04 70 30 17 02

Marie-Bénédicte Reynard

04 70 30 55 12

communication@ville-vichy.fr

www.ville-vichy.fr

CCAS – 21 rue d'Alsace - 04 70 97 18 50

<http://www.ville-vichy.fr/votre-ville/solidarite-et-sante/seniors-vichy>