

JOURNÉE NATIONALE DE L'AUDITION JEUDI 14 MARS 2019 À 14h30, AU PÔLE MICHELET

Alors que les mécanismes de l'audition représentent l'un des rouages de l'équilibre de santé et de vie sociale, encore 2 Français sur 3 n'ont jamais réalisé de bilan complet chez un médecin ORL.

À l'occasion de la Journée Nationale de l'Audition, plus de 3 000 acteurs de la santé et de la prévention organiseront des dépistages gratuits partout en France.

Selon les experts scientifiques et médicaux de l'association JNA, organisatrice de cette grande campagne nationale, l'audition est un facteur clé sous-estimé permettant pourtant au quotidien de contribuer à notre forme et à notre vitalité.

Le dépistage de l'audition fait partie des bonnes pratiques pour prendre soin de son capital santé.

Dépistage gratuit et information sur la BIM (Boucle à Induction Magnétique)



ATELIER « CRÉATION DE BIJOUX » À PARTIR DU LUNDI 18 MARS 2019 À 14h30, AU CRR JULES FERRY

Venez développer votre créativité avec perles et cotons perlés et réaliser de jolis bracelets selon vos goûts et vos envies.

SORTIE EN PAYS SAINT-POURÇINOIS MARDI 19 MARS 2019

Visite du Musée de la Vigne et du Terroir

Le Musée de la Vigne et du Terroir est installé dans la Maison du Bailli, témoignage du passé glorieux du monastère de Saint-Pourçain.

Ce bâtiment, remanié au XVIème siècle, abrite le magnifique escalier en colimaçon du beffroi, classé Monument Historique.

Les collections variées et les documents présentés dans les 11 salles du musée vous aident à pénétrer dans l'univers du vignoble de Saint-Pourçain, à comprendre la vie du vigneron et son travail. La dernière salle est consacrée à l'histoire de la ville.

Visite de Marionnettes Expo

L'exposition de marionnettes située à Monétay-sur-Allier vous propose une visite commentée avec animations, démonstrations et manipulations. La collection abrite 1 200 marionnettes de professionnels en provenance de 102 pays du monde. Unique en Auvergne !

Ce monde magique existe depuis 4 000 ans, il est donc grand temps de le découvrir.

Tarif : 29 € par personne. Ce tarif comprend les visites guidées et le déjeuner.

Départ : Club Jules Ferry à 08h15 (arrivée des participants à 08h00).

Nombre de places limitées à 40 personnes maxi.

Inscriptions au Pôle Michelet - Service Vie Sociale et Autonomie jusqu'au lundi 10 mars 2019.

LES DANGERS DU NUMÉRIQUE

MERCREDI 20 MARS 2019 DE 14h30 À 16h30, AU CRR AMBROISE CROIZAT

À l'occasion de la Semaine d'information sur la Santé Mentale, le Conseil Municipal des Jeunes vient à votre rencontre afin de vous sensibiliser aux dangers du numérique. Les arnaques téléphoniques et sur messagerie internet :

Quels sont les risques pour les données personnelles des utilisateurs ? Comment et pourquoi les protéger ?

REPAS FESTIF DU CARNAVAL DU BOEUF VILLÉ

JEUDI 28 MARS 2019

Inscription auprès du club jusqu'au mercredi 20 mars 2019

ATELIERS NUMÉRIQUES

DÉCOUVERTE ET INITIATION AUX TABLETTES NUMÉRIQUES SPÉCIALES SENIORS

Mardi 26 mars 2019 à partir de 14h30, au CRR Grands Prés

Mercredi 27 mars 2019 à partir de 14h30, au CRR Ambroise Croizat

Vendredi 29 mars 2019 à partir de 14h30, au CRR Jules Ferry

Affichage du programme d'AVRIL 2019 : JEUDI 21 MARS 2019

RENSEIGNEMENTS

Pôle de Maintien à Domicile Michelet - Service Vie Sociale et Autonomie - Secteur Clubs Restaurants de Retraités
26 rue Paul Constans - 03100 MONTLUÇON - Tél : 04 70 09 79 30



ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES PROPOSÉES DANS LES CLUBS RESTAURANTS DE RETRAITÉS

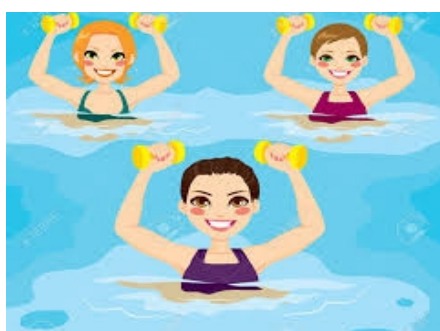
	TOUS LES JOURS	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	UNE FOIS PAR MOIS
CLUB AMBROISE CROIZAT 12 RUE MAZAGRAN ☎ 04 70 03 34 71	JEUX DE CARTES BELOTE, TAROT JEUX DE SOCIÉTÉ	GYM DOUCE JEUX DE LETTRES LOISIRS CRÉATIFS	JEUX DE LETTRES LOISIRS CRÉATIFS	MULTI ACTIVITÉS	GYM ADAPTÉE JEUX DE LETTRES QUIZ ATELIER BIEN-ÊTRE	YOGA JEUX DE LETTRES LOISIRS CRÉATIFS	ATELIER CULINAIRE LOTO CONCOURS DE BELOTE
CLUB JULES FERRY 14 TER AV JULES FERRY ☎ 04 70 05 40 60	JEUX DE CARTES BELOTE, TAROT JEUX DE SOCIÉTÉ	JEUX DE SOCIÉTÉ LOISIRS CRÉATIFS	CHIFFRES ET LETTRES LOISIRS CRÉATIFS	CHANTS ET DANSES LOISIRS CRÉATIFS	SCRABBLE COLLECTIF LOISIRS CRÉATIFS	ACTIVITÉ DANSANTE LOISIRS CRÉATIFS	ATELIER CULINAIRE LOTO CONCOURS DE BELOTE
CLUB GRANDS PRÉS 33 RUE DES GRANDS PRÉS ☎ 04 70 05 17 30	JEUX DE CARTES BELOTE, TAROT JEUX DE SOCIÉTÉ	JEUX DE LETTRES JEUX DE SOCIÉTÉ COUTURE	STIMULATION DE LA MÉMOIRE LOISIRS CRÉATIFS	JEUX DE LETTRES JEUX DE SOCIÉTÉ LOISIRS CRÉATIFS	JEUX DE CARTES, BELOTE, TAROT CHIFFRES ET LETTRES OU LE MOT LE PLUS LONG	JEUX DE SOCIÉTÉ LOISIRS CRÉATIFS	ATELIER CULINAIRE LOTO, CONCOURS DE BELOTE MARDI OU JEUDI



ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES DANS LES CLUBS RESTAURANTS DE RETRAITÉS

MARS 2019

	LUNDIS	MARDIS	MERCREDIS	JEUDIS	VENDREDIS	infos
GYMNASTIQUE AVEC ÉDUCATEUR CLUB JULES FERRY GROUPE 1 DE 14H00 À 15H00 GROUPE 2 DE 15H00 À 16H00	04, 11, 18 et 25 MARS 2019					
GYMNASTIQUE AVEC ÉDUCATEUR CLUB AMBROISE CROIZAT GROUPE 1 DE 14H00 À 15H00 GROUPE 2 DE 15H00 À 16H00	04, 11, 18 et 25 MARS 2019					
GYMNASTIQUE AVEC ÉDUCATEUR CLUB GRANDS PRÉS 1 GROUPE DE 14H00 À 14H45				07, 14, 21 et 28 MARS 2019		
CIRCUIT D'ATELIER GYMNASTIQUE ADAPTÉE CLUB AMBROISE CROIZAT 1 GROUPE DE 15H30 À 16H30				07, 14, 21 et 28 MARS 2019		
CHANT CLUB AMBROISE CROIZAT 1 GROUPE DE 14H30 À 15H30		05, 12, 19 et 26 MARS 2019				
YOGA CLUB AMBROISE CROIZAT GROUPE 1 DE 15H00 À 15H45 GROUPE 2 DE 15H45 À 16H30					08, 15, 22 et 29 MARS 2019	Pas de séance le 1er mars 2019 : vacances scolaires



ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES HORS CLUBS

MARS 2019

	MARDIS	MERCREDIS	infos
GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN ESPACE BORIS VIAN AUX ILETS 1 GROUPE DE 16H45 À 17H45	05, 12, 19 et 26 MARS 2019		
AQUAGYM CENTRE AQUALUDIQUE 1 GROUPE DE 13H15 À 14H15		06, 13, 20 et 27 MARS 2019	