

# PROGRAMME de la SEMAINE BLEUE du 2 au 4 octobre 2024



## MERCREDI 2 OCTOBRE

### 🎵 KARAOKÉ Hôpital gériatrique 7 rue Georges Risler à partir de 14h30



**Places limitées - inscriptions souhaitées**

(en partenariat avec l'EHPAD du GHRMSA et l'association « Le Lien »)  
« Un moment de convivialité autour du chant, atelier qui tend à réveiller des souvenirs lointains et à faire travailler la mémoire, tout cela dans la bonne humeur ! »

## JEUDI 3 OCTOBRE

### 📺 INITIATION À LA TABLETTE NUMÉRIQUE Résidence «La Forêt» 6 quai des Platanes de 10h à 12h



**Places limitées - sur inscription**

(animée par SOS FUTUR)  
« 10 séances de 2 h permettant d'apprendre à utiliser une tablette numérique dans ses fonctionnalités principales et quotidiennes. »

### 🍴 PLAISIRS DE LA TABLE Résidence La Forêt 6 quai des Platanes de 14h30 à 16h



**Places limitées - sur inscription**

(en partenariat avec ATOUT AGE ALSACE)  
« Atelier théorique et pratique sur la nutrition et l'alimentation, les habitudes alimentaires, l'organisation des repas, les allergies, la lecture des étiquettes. »

## VENDREDI 4 OCTOBRE

### 🧠 CONFÉRENCE Résidence La Forêt 6 quai des Platanes de 15h à 17h



**Places limitées - sur inscription**

(animée par l'Inserm en partenariat avec LA NEF DES SCIENCES)  
« La plasticité cérébrale : la capacité de notre cerveau à se remodeler en fonction de nos expériences de vie. »  
L'intervenante est Anne Pereira de Vasconcelos, neuroscientifique, chargée de recherche à l'Inserm, au Laboratoire des neurosciences cognitives et adaptatives (LNCA) de Strasbourg.

Informations & inscriptions au  
C.C.A.S. de la mairie de Cernay  
**03 89 75 82 73**

ACTIVITÉS GRATUITES

