



**ACTIVITÉS  
GRATUITES  
SENIORS**  
**RÉAUP-LISSE**  
du 08 au 12 avril 2024

**UNA**

LOT-ET-GARONNE

**Activités**

**GRATUIT**  
sur inscription



ACCÈS PMR

**SENIORS**

**+ 55 ans**

à bord du bus UNA 47

stationné sur le parking de la mairie - 190 Place Jules Laroze

**LUNDI 08 AVRIL**

10h à 12h = installation du bus, café d'accueil et inscription à bord

14h à 16h = atelier numérique CYBER SÉCURITÉ : arnaque, virus, comment se protéger ?

**MARDI 09 AVRIL**

10h à 12h = initiation et découverte de la sophrologie (technique thérapeutique)

14h à 16h = les bienfaits de l'aromathérapie, théorie et composition d'huiles essentielles

**MERCREDI 10 AVRIL**

10h à 12h = séance de réflexologie (autorégulation et auto-guérison du corps)

14h à 16h = informations sur l'aménagement du domicile et les aides techniques - Ergothérapeute

**JEUDI 11 AVRIL**

**BUS FERMÉ AU PUBLIC - JOURNÉE SPÉCIALE POUR LES AIDES À DOMICILE**

**VENDREDI 12 AVRIL**

10h à 12h = art thérapie (une touche de poésie, des notes de couleurs, un saupoudrage de rêverie...)

\*tenue et accessoires conseillés : tenue souple et tennis, bouteille d'eau

**INFORMATION  
& INSCRIPTION**



05 53 47 69 59



accueil@una47.fr



www.una47.fr



359 route du Canal 47240 CASTELCULIER

LOT-ET-GARONNE  
Le Département Cœur du Sud-Ouest  
Avec le soutien de la Conférence des Financiers

Carsat  
Retraite & Santé  
au travail  
Aquitaine

UNA  
LOT-ET-GARONNE

CICAT  
UNA LOT-ET-GARONNE

LA CELLULE NUMÉRIQUE  
UNA  
LOT-ET-GARONNE

