C C A S
Villiers-Sur-Orge
Centre Communal
d'Action Sociale
de Villiers-Sur-Orge

6 rue Jean-Jaures
91700 Villiers-Sur-Orge
Tel. : 01 69 51 71 03
Fax : 01 69 51 71 27

ATELIERS RELAXATION / ATELIERS EQUILIBRE ET MULTISPORTS

Madame, monsieur,

Dans la volonté de proposer une activité bien-être à destination des séniors, le Centre Communal d'Action Sociale renouvelle pour la rentrée 2023-2024, la mise en place des ateliers relaxation et des séances multisports.

Ateliers relaxation

Animés par une thérapeute en relaxation énergétique douce adaptée aux séniors.
Séances : en moyenne, **deux mardis après-midi par mois de 14h à 16h**, hors vacances scolaires, à la salle des fêtes René Vedel selon un planning préétabli d'octobre 2023 à juin 2024.
Coût : Entre 115 et 175€ / an, en fonction du nombre de participants inscrits (communiqué à la clôture des inscriptions).

Ateliers équilibre et multisports

Animés par un éducateur sportif formé aux techniques de gymnastique adaptée.
Séances : en moyenne **deux vendredis matin par mois de 10h à 11h**, hors vacances scolaires, à la salle des fêtes René Vedel selon un calendrier préétabli d'octobre 2023 à juin 2024.
Coût : Entre 84 et 157 € /an, en fonction du nombre de participants inscrits (communiqué à la clôture des inscriptions).

Attention, le nombre de places est limité. Les inscriptions seront reçues au CCAS ou en mairie **avant le mardi 12 septembre 2023.**

Le CCAS reste à votre entière disposition pour toute question ou compléments d'informations nécessaires
En vous souhaitant nombreux à ces activités.

Sincèrement
Votre Maire, Gilles FRAYSSE
Président du CCAS

✂----------

COUPON REPONSE à retourner au CCAS avant le 12 septembre 2023 par mail ccas@vso91.fr

❒ **Souhaite participer :** ❍ Session Ateliers Relaxation
❍ Session Multisports

NOM : ..... **PRÉNOM :** .....

ADRESSE : .....

MAIL :..... **TÉLÉPHONE :** .....

Les données sont conservées par la CCAS pour une utilisation exclusive « communication séniors ». Vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et de retrait. Demande à effectuer auprès du CCAS.