

INFOS !

SANTÉ

Bon usage du médicament

- Sept séances pour mieux gérer la prise médicamenteuse
- Les dangers cachés
- Vers une responsabilisation du patient

Séances accompagnées de professionnels / médecins, pharmaciens et l'assurance maladie

Les vendredis de 14h à 16h à partir du 26/09

Animé par la Mutualité Française de Bourgogne
Sur inscription

PROJET MEDUSE au C2

Deux ateliers possibles les mercredis d'octobre à Février : 10h à 12h

14h à 16h

Les premières séances auront lieu mercredi 01/10 et 15/10

Création plastique en collaboration avec des personnes en situation de handicap



En ouverture, conférence/spectacle « L'histoire de la marionnette »

RENCONTRE AVEC LES EGLANTINES

Trois rencontres de septembre à décembre De 09h30 à 16h

Mercredi
01/10
05/11
17/12

Partage de recettes et repas convivial avec des personnes en situation de handicap



ATELIERS « BIEN-ETRE » Animés par Nicole Dumanois

La respiration, notre meilleure alliée
Jeudi 9 octobre à 14h30

Les conditions du mieux être
(Les racines, la visualisation, la positivations...)
Jeudi 16 octobre à 14h30



Ouvert à tous

Maison des Familles
03 85 73 94 10



C.C.A.S TORCY
FAMILLE-PARENTALITE
71210 TORCY

Vos rendez-vous du 15 septembre au 17 octobre

Vos rendez-vous réguliers

- ✓ **Gymnastique** (salle de danse) animé par Monique Lattard

Les mardis à partir du 07/10

8h45-9h45 → gymnastique tonique
10h-11h → maintien en forme

- ✓ **La Courte Echelle** (centre de loisirs)

Lieu d'accueil et de rencontre pour les petits et leurs parents à partir du 11 septembre
Les jeudis entre 14h30 et 17 h au Centre de Loisirs sans formalité d'inscription

Accueil gratuit

↳ **Attention : sauf vacances scolaires**



- ✓ **Séance Qi Gong** : (maison des familles) Tous les mardis de 9h à 10h animé par Le Docteur Bernard Lamy

à partir du 09/09 Discipline millénaire chinoise basée sur un ensemble de mouvements précis qui font circuler l'énergie.

- ✓ **Equilibre, Souplesse, Défense (La Communale)** - (date à redéfinir)

10h à 11h30 à La Communale, animé par Angelo IANNO

- ✓ **Cours de français**: (maison des familles) Tous les jeudis de 14h à 16h à partir du 25/09
Sur inscription

Temps libre, pour pratiquer le loisir de votre choix

✧ RANC'ART TRICOT : les lundis de 14h et 17h à partir du 01/09, référent Yvette Labonde

✧ Atelier rythmique sur djembé : les vendredis de 10h et 11h30

✧ Jeux de société : les vendredis de 14h et 17h, référent Roland Garnaud

☺ Si vous souhaitez faire partager un savoir-faire, une salle peut être mise à votre disposition...Renseignez-vous !!!

L' Agenda

Mardi 16/09	18h	PRESENTATION DE SAISON suivie d'un apéritif dinatoire, vous êtes invité à apporter un plat ou une boisson à partager en toute simplicité Chaque intervenant vous présentera son atelier
Jedi 18/09	14h30	OSER SA VOIX, OSER SES EMOTIONS, séance n°2 Respirer, parler, chanter, rythmer, Intervention de Liliane VIENS
Mardi 23/09	14h30	ATELIER MEMOIRE
Mercredi 24/09	14h30	« LES ARNAQUES A DOMICILE, quelle conduite à tenir ? » Intervention du lieutenant de police CHABANI
Vendredi 26/09	14h	SANTE : Bon usage des médicaments – <i>sur inscription</i>
Samedi 27/09	18h	PRESENTATION DE SAISON DU C2 AU C2
Mardi 30/09	14h30	LIVRE ET VOUS : partage de lectures
	20h30	SPECTACLE CONFERENCE au C2
Mercredi 01/10	9h30-16h	RENCONTRE AVEC LES EGLANTINES Cuisine et repas à la maison des familles
Mercredi 01/10	10h à 12 14h à 16h	PROJET MEDUSE AU C2
Dimanche 05/10	17h	SPECTACLE MUSICAL AU C2
Mardi 07/10	14h30	RENCONTRE AUTOUR DES MOTS : Atelier d'écriture <i>animé par Claude Thomas</i>
Mercredi 08/10	9h	CUISINE : les raviolis de Maria que l'on dégustera pour le repas de midi
Jedi 09/10	14h30	ATELIER BIEN-ETRE : « la respiration, notre meilleure alliée ». Conférence-atelier de Nicole Dumanois
Mardi 14/10	8h	SORTIE A LAPALISSE – <i>Inscription le 30/09 de 9h à 12h</i>
Mercredi 15/10	10h à 12 14h à 16h	PROJET MEDUSE AU C2
Jedi 16/10	14h30	ATELIER BIEN-ETRE : « les conditions du mieux être par Nicole Dumanois (les racines, la visualisation, la positivations...)
Jedi 16/10	20h30	SPECTACLE DE MIME au C2
Vendredi 17/10	14h	JEUX A MONTCHANIN (<i>à confirmer</i>)

Les sorties culturelles

Au C2 - Torcy

- Samedi 27 septembre à 18h
PRESENTATION DE SAISON
gratuit
- Mardi 30 septembre à 20h30
SPECTACLE/CONFERENCE sur l'histoire de la marionnette en ouverture du
« Projet MEDUSE »
- Dimanche 05 octobre à 17h
CONCERT DANS LE CADRE DU TSB – « Cœur de Piaf »
Pour vibrer sur le répertoire intemporel d'Edith Piaf
Gratuit – sans réservation
- Jedi 16 octobre à 20H30
SPECTACLE DE MIME « Mozart, c'est toi » par la compagnie du Coléoptère
Retrouvez Maren et Yannick, réalisateurs du film muet de la saison passée
Tarifs : Torcéens adultes 6€ - enfants : 3€ sur réservation
Non torcéens : 8€
Bénéficiaires CAF ou RSA : 3€
- Vendredi 26 septembre à 20H30
SPECTACLE : « Plan B » : quatre acrobates jongleurs tentent d'échapper à la gravité.
Tarifs : Torcéens adultes 6€ - enfants : 3€ sur réservation
Non torcéens : 8€
Bénéficiaires CAF ou RSA : 3€

A L'ARC

