Novembre 2026

SPOT seniors

Sur inscription à l'accueil du Centre Social, ou au 04 72 61 97 43

Sport adapté avec Céline

Les lundis 2, 9, 16, 23 et 30 - de 14h30 à 15h30 **OU** de 15h30 à 16h30

au 5 rue Bonnefoi

Jeudi Bien-être

Les jeudis 12 et 26 - De 14h30 à 15h30 au **11 rue Turenne**

Yoga avec Loreleï le 12

Sophrologie avec Ingrid le 26

Se dépenser sans dépenser

Jeudi 5 - au 11 rue Turenne, de 9h30 à 10h30 (accueil café à partir de 9h)

Marche dans le quartier avec Faïcel, coach sportif

Inscription conseillée auprès de Yolène : 07 85 50 45 89

Danse

Jeudi 5 - de 14h30 à 15h30, au 11 rue Turenne

Jeudi 19 - de 14h30 à 15h30, au 11 rue Turenne

Un atelier pour éveiller le corps, mettre du mouvement, en musique !

Pour laisser la possibilité à tout le monde de participer, merci de choisir un créneau seulement.

Inscriptions auprès de Yolène : 07 85 50 45 89

Atelier Jeux et mémoire, avec Yolène

Jeudi 19 - de 15h à 16h30, au 11 rue Turenne

Un temps convivial pour stimuler ses neurones en jouant !

Inscriptions auprès de Yolène : 07 85 50 45 89

VILLE DE LYON | Centre Communal d'Action Sociale — Sécurité sociale L'Assurance Retraite — Groupe APICIL — Retraite complémentaire agirc-arrco — Commission des financeurs Prévention de la perte d'autonomie Métropole de Lyon — Un Centre Social, rue bonnefoi — Allocations Familiales Caf du Rhône