

# Seniors, et alors ? A la conquête des sens

De 10h à 11h30

Bibliothèque de Cerizay

Ouvert à tous  
à partir de 60 ans

L'ASSOCIATION APPUI ET  
VOUS ET LE CSC DU  
CERIZÉEN VOUS PROPOSENT  
UN PROGRAMME  
D'ANIMATIONS INTITULÉ  
« LES SAISONS DES SENS » :

UN PARCOURS MÉLANT  
RENCONTRES ARTISTIQUES,  
ACTIONS DE PRÉVENTION  
SANTÉ ET VALORISATION  
DES ACTEURS LOCAUX.

2 cycles de 4 séances / 2 ans



## MARDI 3 MARS 2026

### RENCONTRE PRÉVENTION SANTÉ : L'AUDITION

- Sensibilisation et information sur le handicap auditif, dans l'objectif de favoriser une meilleure inclusion des personnes sourdes et malentendantes.
- Prévention des risques liés à l'exposition au bruit avec la compagnie EQLAT et dépistage auditif avec notre partenaire Krys.



## MARDI 31 MARS 2026

### ANIMATION ARTISTIQUE AVEC PASCALE RAMBAULT

- Création de paysages sonores et relaxation auditive



## MARDI 5 MAI 2026

### RENCONTRE PRÉVENTION SANTÉ : LA VUE

- Présentation, par la bibliothèque, d'outils pour lire le plus longtemps possible.
- Dépistage visuel en partenariat avec les lunetiers de Cerizay.



## MARDI 2 JUIN 2026

### ATELIER ARTISTIQUE

- Collage, peinture et atelier artistique axé sur le bien-être et la créativité.

## RENSEIGNEMENTS AU CSC DU CERIZEEN

Inscription obligatoire une semaine avant chaque atelier.  
Places limitées.

Un problème de transport ? N'hésitez pas à nous contacter.

