

**ANIMATIONS.** La municipalité innove en organisant le 1<sup>er</sup> salon pour les aînés.

# Un week-end 100 % seniors

Le salon des seniors est le lieu de rencontre et d'échanges pour construire sa nouvelle vie après 50 ans et à la retraite. Les seniors pourront découvrir les nouveautés, faire le plein d'idées et rencontrer les meilleurs experts dans chacun des espaces proposés : bien-être, loisirs, voyages, culture, droits, patrimoine, logement, nouvelles technologies, etc. De nombreuses animations se dérouleront durant ces deux jours : conférences, démonstration de danse, initiation à la gym douce, dédicaces d'auteurs, concours de Scrabble, tarot, belote et bridge, dictée, etc. (entrée libre). Plusieurs associations seront présentes telles que l'Amicale des joueurs de cartes belote et tarot, le Bridge club, le Club de yoga, Dépistage cancer et accompagnement, le comité de jumelage Els amics cebrianencs, France bénévolat, France Alzheimer, Gym après cancer, Gym volontaire, Informatique SCIB, Informatique SCVA, Latitude yoga, Saint-Cyprien Scrabble, Saint-Cyprien danse Méditerranée et Country Dance Saint-Cyprien 66. Les services municipaux tels que l'espace

Aquasud, la police municipale et l'office de tourisme seront également présents pour répondre aux questions.

## ■ Super Mamie

Dimanche aura lieu l'élection de la mamie qui représentera la ville de Saint-Cyprien à l'élection régionale de Super Mamie du Roussillon le 18 février 2018 au gymnase des Capellans. Les mamies de Saint-Cyprien peuvent encore s'inscrire sur place et faire découvrir leur univers et leur famille.



► Deux jours consacrés aux seniors et à la présentation de la diversité des activités qu'offrent Saint Cyprien et le département.

## Au programme

### ● Samedi 2 décembre

À 10 h, ouverture du salon. À 11 h, conférence-débat « l'Art-thérapie » par Mélanie Rabat, art thérapeute. À 12 h, inauguration du salon suivie d'un verre de l'amitié. À 12 h 30, démonstration de danses de salon avec Julien Brugel. À 14 h, espace littérature en présence des auteurs Marie Urdiales pour son livre *Quinqua et alors ?*, Roger Blandignères pour *Le crayon cassé* et Guy Raynaud pour *L'énigme de la Plage de l'Art*. À 15 h, démonstration de danse country avec l'association Country dance Saint-Cyprien 66. À 15 h 30, initiation à la gym douce et yoga sur chaise avec l'association Latitude yoga. À

16 h, concours de Scrabble. À 17 h, la grande dictée de la résidence Desnoyer (inscriptions sur place). À 18 h, conférence-débat « Devenir bénévole », par Pierre Boix, président de l'association France bénévolat.

### ● Dimanche 3 décembre

À 10 h 30, conférence-débat « Le bonheur durable senior » par Jean-Jacques Broquet, thérapeute psychocorporel. À 14 h, belote, tarot et bridge, zoom sur les clubs de jeux présents au salon. À 15 h, Super mamie : présentation des candidates de Saint-Cyprien. À 16 h, conférence-débat « Nutrition seniors : comment préserver sa santé ? » avec

Pierre Laclare, diététicien. À 16 h 30, atelier d'activité physique par Pierre Laclare, éducateur sportif. À 17 h, intervention de la police municipale dans le cadre de la prévention anti-amaques. À 18 h, résultat de l'élection Super Mamie. Samedi et dimanche, distribution des colis de Noël aux Cypriens inscrits de plus de 70 ans de 10 h à 18 h. Et pour régaler les papilles, le salon de thé, le caviste et un service de restauration proposeront assiette de charcuterie, poivrons grillés, fromage et boissons. Des huîtres seront proposées uniquement le dimanche.