

Conférences

Places limitées
Réservation conseillée au 03 89 74 98 53

De 9h30
à 10h45

Ma retraite, tout un projet

Conseils et repères essentiels pour prendre soin de soi.
APALIb' animations

De 10h30
à 11h15

Garder la forme après 60 ans

Comment entretenir sa santé et rester en forme durant la retraite
Cabinet d'ostéopathie et kinésithérapie

De 11h30
à 12h15

Prévention des chutes ou comment ne pas perdre l'équilibre ?

Les aides techniques, les aménagements.
Ergothérapeute du CICAT 68

De 13h30
à 14h15

Le jardinage comme source de satisfaction et d'épanouissement

Animatrice «Jardin»

De 14h30
à 15h15

Bien vieillir en pleine conscience

Institutrice de méditation de pleine conscience

De 15h30
à 16h15

Mes petits plats de retraités

Nutritionniste du réseau Santé Colmar

De 16h30
à 17h15

Vieillir dans l'intimité, un chemin de maturation

Psychologue



Rencontrez les acteurs, professionnels, associations... qui vous accompagnent tout au long de votre retraite.

Avec 49 exposants locaux, des conférences et ateliers,
le Salon des seniors répond à toutes les questions et donne
de nombreuses idées.

Espace divertissement et convivialité

Jeux, spectacles d'improvisation, photos souvenirs...

Restauration

Food Truck «Le Bistrot vagabond»
Buvette «Société de Gym»

Salle SG 1860

25 RUE DE REIMS - GUEBWILLER

Stationnement gratuit

Parking SG 1860 : 25 rue de Reims

Filanova : 27-35 rue de Lucerne

Mairie : rue des Remparts



PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE

Ateliers

Places limitées
Réservation conseillée au 03 89 74 98 53

| Garder la forme en restant chez soi

Pilates, cardio et renforcement musculaire - Atelier fitness - coachs sportifs

| Atelier QI GONG « Bien être et énergie »

Exercices basés sur des mouvements lents, sur la concentration et la respiration.
FLORITAIJI

| Marcher en pleine conscience

Marche lente, méditation dans l'action.
Psychologue

| Immersion en forêt pour un mieux-être, en accord avec votre nature

Sylvothérapie : comment les arbres nous aident à aller mieux...
Institut coaching d'Alsace - coach sylvatique

| Bilan de conduite

Auto-école Larger

| Marche nordique

Découverte et initiation - Ligue Athlétisme Région Grand Est



À fond la retraite !



Salon des seniors GUEBWILLER

JEUDI 8 OCTOBRE 2020
Salle SG 1860 - Entrée libre de 9h00 à 17h30



Centre Communal
d'Action Sociale

Informations

CCAS : 03 89 74 98 53

Retrouvez le programme sur le site
www.ville-guebwiller.fr

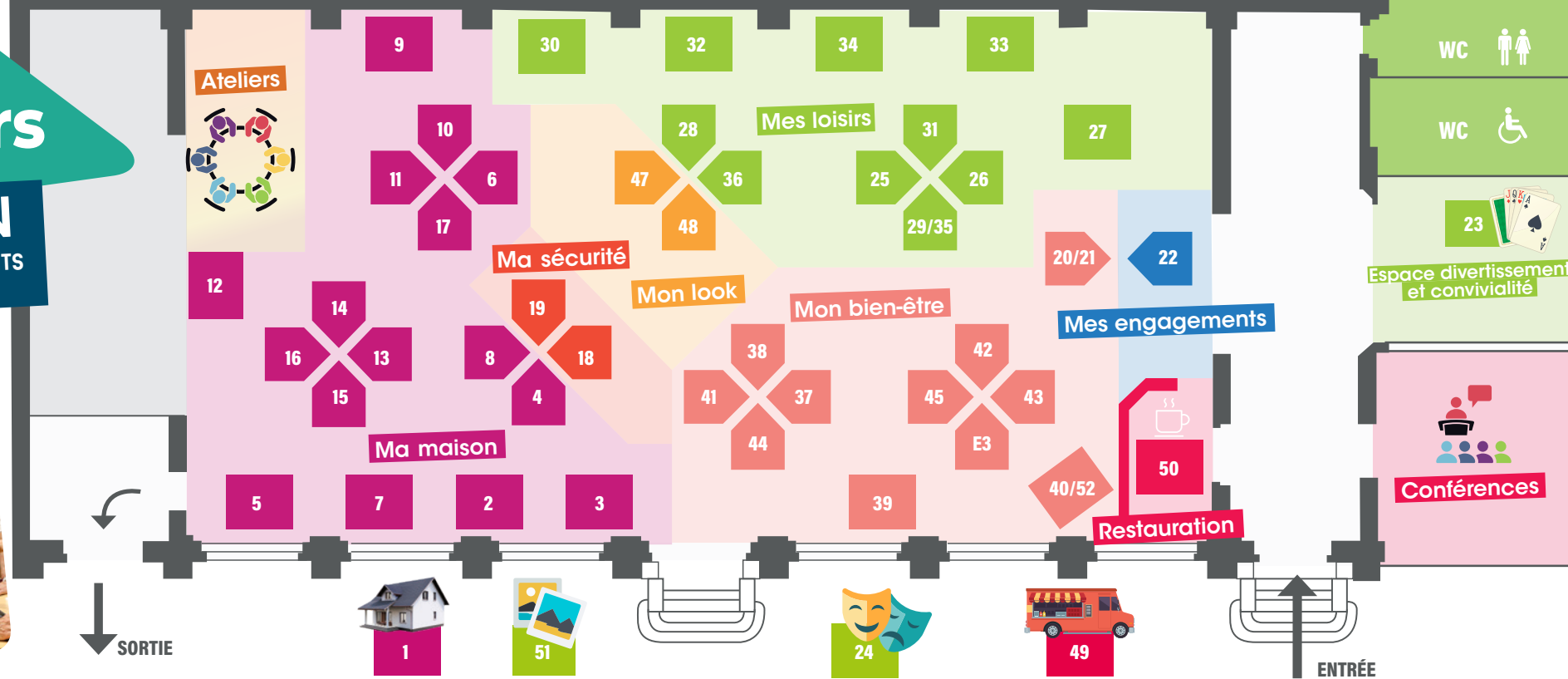
ALSACE



Salon des seniors

PLAN

49 EXPOSANTS
6 PÔLES



Ma maison

- 1 DEFI Ressourcerie - relooking de meubles et peinture naturelle handmade
- 2 DEFI PRO - service d'aide à domicile
- 3 Aide à Domicile en Milieu Rural (ADMR) - service d'aide à domicile
- 4 Centre d'Information et de Conseil en Aides Techniques (CICAT 68)
- 5 Delta Revie - téléassistance
- 6 Atelier déco - architecte d'intérieur
- 7 Dom Home Services- service d'aide à domicile
- 8 APAMAD + Bip connect - service à domicile et téléassistance
- 9 Mon Assistant Numérique - service d'aide à la personne
- 10 GEM « la source du floraliv » - lutte contre l'isolement
- 11 Rivage Centre Alsace - aide aux aidants
- 12 Via trajectoire - portail d'inscription en EHPAD
- 13 LES GIRANDIERES - résidence seniors
- 14 APA - Résidence seniors « le Louvre »
- 15 OVELIA - résidence seniors
- 16 DOMITYS - résidence seniors
- 17 Jardins d'arcadie - résidence seniors

Ma sécurité

- 18 Com com bus - transport à la demande
- 19 Auto-moto école LARGER



Mes loisirs

- 23 Ludothèque « Mille Jeux » - jeux
- 24 ZIDÉFUZ - troupe théâtrale d'improvisation
- 25 Mon jardin nourricier - Noelle GUILLLOT- animatrice jardin
- 26 Institut Européen des Arts Céramiques (IEAC)
- 27 Société de gymnastique 1860 - Gym douce
- 28 Atelier fitness - Club fitness
- 29 APALIB' - animations
- 30 Âge d'or du floraliv - jeux
- 31 Les Dominicains de Haute Alsace - spectacles
- 32 Atoutage Alsace - animations
- 33 Médiathèque de Guebwiller
- 34 FLORITAJUJ - QI GONG
- 35 Art thérapie - développement personnel
- 36 Agence Nationale pour les Chèques Vacances - vacances solidaires
- 51 Photomaton



Mon look

- 47 Le boudoir d'Angy - institut de beauté
- 48 Institut rêve et sens - institut de beauté



Mon bien-être

- 20 Maison pour l'Autonomie et l'intégration des Malades d'Alzheimer (MAIA)
- 21 Service Solidarité Senior (S2S) - assistantes sociales
- 37 Naturopathe - Magali RIETHMULLER
- 38 Méditation pleine conscience - ACUPUNCTURE
- 39 Atelier du bien-être - Cécile FANCELLO
- 40 Réseau Santé Colmar - diabète, obésité et maladies cardio-vasculaires
- 41 Cabinet d'Ostéopathie Aurélien ROSEMARY
- 42 Institut Coaching Alsace - développement personnel
- 43 Cabinet de psychologie René MONAMI - développement personnel
- 44 ALMA - allô maltraitance
- 45 AMPLIFON - Audioprothésiste
- 46 ATOL MON OPTICIEN - conseil à domicile
- 52 Ligue Athlétisme Région Grand Est - Programme prévention santé

Mes engagements

- 22 Centre Communal d'Action Sociale - bénévolat, mécénat



Restauration

- 49 Le bistrot vagabond - foodtruck
- 50 Société de Gym - buvette

