

Dispositif **ENTOUR'ÂGE**



Programme d'ateliers collectifs

2^{ème} semestre 2026

www.cc-valdamboise.fr



PROGRAMME

Septembre > Décembre 2026

INITIATION AU FLAMENCO

Lundi 31 août 2026, de 15h à 16h15
Salle des Myosotis à **Nazelles-Négron**

Bouger, s'exprimer et découvrir une danse pleine d'énergie pour un moment de convivialité garanti !

Inscription auprès du service Entour'âge

PRÉVENTION DES CHUTES

Jeudi 18 sept. 2026, de 15h à 17h
Salle des fêtes de **Souvigny-de-Touraine**

Des conseils pratiques pour sécuriser son logement et prévenir les chutes.

Sans inscription

RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES

Les mercredis à partir du 30 sept. 2026,
de 14h à 16h30
Accueils de loisirs de **Neuillé-le-Lierre** et de **Nazelles-Négron**

Partagez des activités et des moments d'échange avec les enfants des accueils de loisirs.

Inscription auprès du service Entour'âge



Places limitées sur certains ateliers,
pensez à vous inscrire !

SOMMEIL ET SOPHROLOGIE

Les vendredis du 18 sept. au 6 nov. 2026,
de 10h à 12h
Bibliothèque de **Chargé**

Apprenez des techniques de relaxation pour mieux comprendre et gérer votre sommeil.

Inscription auprès du service Entour'âge

GYM MÉMOIRE

Les mercredis du 24 sept. 2026 au 21 janv. 2027,
de 9h15 à 10h15
Salle des fêtes de **Saint-Ouen-les-Vignes**

Entretenez votre mémoire grâce à des exercices ludiques et stimulants.

Inscription auprès de l'ASEPT au 02 47 31 61 92 pour l'intégralité des séances.

ALIMENTATION ET BIEN-ÊTRE

Les lundis du 2 nov. au 14 déc. 2026, de 14h à 16h
Salle Bernache à **Noizay**

Découvrez des conseils simples pour concilier plaisir et équilibre alimentaire.

Inscription auprès du service Entour'âge

L'ÉCOLE D'HIER ET D'AUJOURD'HUI

Date communiquée ultérieurement
École de **Lussault-sur-Loire**

Partagez vos souvenirs d'école avec les élèves lors d'une rencontre entre générations.

Inscription auprès du service Entour'âge

Comment contacter Entour'âge ?

Énora Renaudin
06 73 85 83 99
enora.renaudin@cc-valdamboise.fr

Céline Milles
07 62 19 89 30
celine.milles@nazelles-negron.fr

Un dispositif coordonné par la Communauté de communes du Val d'Amboise
9 bis rue d'Amboise 37530 Nazelles-Négron - 02 47 23 47 44 - cc-valdamboise.fr