

Pour les habitants de Saint-Sulpice,
le centre communal d'action sociale
est un lieu d'accueil, d'information
et d'orientation dont l'accès
est anonyme et gratuit.



Le service social du Centre communal
d'action sociale vous accompagne dans
vos démarches administratives et sociales.

Pour cela, deux travailleurs sociaux vous
accueillent sur rendez-vous à l'Espace
France services ou se déplacent à votre
domicile.

Le service social propose aussi des ateliers
pour les seniors, à partir de 60 ans. Vous
pouvez vous y inscrire au 05 63 34 10 50.

Contactez le CCAS



05 63 34 10 50



ESPACE FRANCE SERVICES
11 CHEMIN DE LA PLANQUETTE
81370 SAINT-SULPICE-LA-POINTE



accueil.ccas@ccas81370.fr



Édition septembre 2024 • Imprimé par le CCAS de Saint-Sulpice-la-Pointe.

Les ateliers DU CCAS

SPÉCIAL 60 ANS ET +
SUR INSCRIPTION.



J'AI ENVIE DE...

BOUGER !

GYM ÉQUILIBRE

Pour les personnes de 60 ans et plus.
Le mardi et le vendredi à 09h30
EHPAD • Gratuit

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Pour les personnes de 60 ans et plus.
Le vendredi matin
CCAS • Gratuit



GYM SUR CHAISE

Pour les personnes de 60 ans et plus.
Le mardi et le vendredi à 10h30
Ehpad • Gratuit

SANTÉ AU FÉMININ

2 jours sur la santé des femmes avec ateliers santé, bien-être et self-défense.
Pour les femmes de 60 ans et plus.
Date et lieu à venir
Gratuit

J'AI ENVIE...

D'APPRENDRE

MÉMOIRE

Entraînement à la mémorisation.
Pour les personnes de 60 ans et plus
et pour les aidants/aidés.
Le mardi après-midi
CCAS • Gratuit

ATELIERS OLFACTIF OU FLORAL

Le jeudi à 14h30 • Ehpad • Gratuit



ATELIER SOCIO-ESTHÉTIQUE

Travail en petit groupe sur la confiance
et l'estime de soi au travers du « prendre
soin de soi ».
Pour les personnes de 60 ans et plus.
Certains jeudis (sur RDV au CCAS)
Ehpad • Gratuit

J'AI BESOIN DE...

SOUTIEN MORAL



ATELIER SOPHROLOGIE & COHÉRENCE CARDIAQUE

par Isabelle Catté, pour les aidants de
personnes en situation de handicap
et les aidants de personnes âgées.
Le lundi matin de 10h30 à 12h
CCAS • Gratuit

BIENVENUE À LA RETRAITE

Préparez votre retraite : budget,
démarches, envies et projets.
Pour les futurs ou jeunes retraités.
Le mercredi de 10h à 12h
CCAS • Gratuit

CLOWN À L'ENVIE

Moment convivial de joie et de rire.
Le mercredi après-midi
Ehpad • Gratuit

POUR CONNAÎTRE LES DATES ET HORAIRES DES ATELIERS,
CONTACTEZ LE CCAS AU 05 63 34 10 50 OU accueil.ccas@ccas81370.fr
Transport assuré si besoin.