

REJOIGNEZ-NOUS !



# ESPACE ANIMATIONS SENIORS

**Arts &  
culture**

**Sorties  
&  
séjours**

**Rencontres  
intergénérationnelles**

**Bien-être**

**Ateliers  
numériques**

**Festivités**

**Prévention**



**La Coupe d'or** est un lieu d'accueil convivial, d'information, d'échanges et de rencontres. Animée par une équipe de professionnels, elle a pour objectif de proposer des moments de partage et d'entraide.

À l'écoute de vos envies et de vos projets, elle vous soutient également dans leur mise en œuvre. Au quotidien, des activités sont proposées aux adhérents, **venez nous retrouver !**

### Prévention

**A**ctivités Physiques Adaptées, yoga, aquagym, équilibre, mémoire, nutrition, jardinage, groupe de paroles, groupe d'aidants Alzheimer, atelier de prévention routière...

### Bien-être

**M**anucure, relaxation...

### Festivités

**B**ûche de Noël, repas des aînés, thés dansants, Ros'Guinguette, carnaval, Cugnaux fête Noël, création de spectacles...

### Rencontres intergénérationnelles

**P**artenariat avec les différentes structures de la ville, le Conseil Municipal des Jeunes, la Boit'J, la direction de la petite enfance, le centre de loisirs, les écoles...

**U**n séjour par an, des sorties à la journée ou demi-journée...

### Sorties & séjours

### Arts & Culture

**G**roupe de lecture, portage de livres à domicile, ciné-débat, conférences sur des auteurs, chorale, ateliers arts plastiques, lecture à voix haute...

### Numérique

**A**teliers informatiques, rendez-vous débrouille numérique...

**Du lundi au vendredi**  
9h - 12h et 14h - 18h  
**sauf le mercredi matin**  
Ouverture toute l'année



dircom • NB • 2020 • ne pas jeter sur la voie publique

**coupe.dor@mairie-cugnaux.fr • ville-cugnaux.fr**