

Les activités proposées  
par le centre communal d'action sociale  
(CCAS) de Courbevoie  
2<sup>e</sup> trimestre 2023

## Ateliers numériques (payant)

### Inscription obligatoire

Les mardis 11 avril, 9 mai et 13 juin

De 14h à 15h30

Objectif : Apprendre ou approfondir ses connaissances sur un thème dédié.

Formations axées sur l'utilisation des outils numériques : faire ses démarches administratives en ligne, sécuriser ses achats en ligne, savoir utiliser des logiciels, des applications, ...

Tarifs par atelier : 5 euros pour les personnes non imposables - 8 euros pour les personnes imposables

## Cours informatique (gratuit)

### Inscription obligatoire

Réunion d'information : le vendredi 7 avril  
de 14h à 15h

Cours les vendredis, dès le 14 avril :

10 séances (14 avril, 21 avril, 19 avril, 12 mai, 19 mai, 26 mai, 2 juin, 9 juin, 16 juin, 23 juin et 15 septembre)

De 14h à 16h

Objectif : Maîtriser les bases de l'informatique (traitement de texte, accès à Internet, ...).

En partenariat avec Prévention retraite Île-de-France (PRIF)

## Ateliers Prévention (gratuit)

### Inscription obligatoire

### Atelier « Stimulation de la mémoire et du corps »

Les lundis 17 avril, 15 mai et 19 juin

De 9h30 à 11h

Objectif : Pratiquer une activité physique et cognitive.

En partenariat avec le centre hospitalier Rives-de-Seine et la résidence Léonard de Vinci

### Atelier « Équilibre »

Les lundis, dès le 3 avril :  
10 séances hebdomadaires (hors vacances scolaires)

De 10h à 11h pour les nouveaux participants

De 11h à 12h pour les participants ayant déjà suivis les précédentes séances

Objectif : Pratiquer une activité physique.

En partenariat avec Prévention retraite Île-de-France (PRIF)

### Atelier « Silver Geek »

Dès le vendredi 14 avril :  
10 séances de 1h30 le matin  
(14 avril, 21 avril, 12 mai, 26 mai, 2 juin, 8 juin, 15 juin, 22 juin, 29 juin et 7 juillet)

De 9h à 10h30

Objectif : Pratiquer une activité physique à l'aide du jeu vidéo.

En partenariat avec l'association Beta Pi - pratiquer une activité physique à l'aide du jeu vidéo

### Atelier « Bien chez soi »

Les jeudis, dès le 25 mai :  
5 séances de 2h l'après-midi  
(25 mai, 1 juin, 8 juin, 15 juin, 22 juin)

De 14h à 16h

Objectif : Réfléchir à l'aménagement de votre logement en explorant chacune des pièces : les pièces de vie, les pièces intimes et la structure même de l'habitat.

En partenariat avec Prévention retraite Île-de-France (PRIF)

## Bal (gratuit)

### Bal des aînés

Samedi 10 juin  
Dès 14h

Salle Marius Guerre  
Place de l'Hôtel de ville  
Entrée rue Albert Simonin

Renseignements et inscriptions obligatoires (toute personne non inscrite se verra refuser l'accès à l'événement) :

CCAS de Courbevoie  
2, place de l'Hôtel de ville  
92400 Courbevoie

Tél : 01 80 03 60 84

Mail : aines@ville-courbevoie.fr