

60+ ans



Bien dans ma ville ... Bien dans mon corps !

Programme annuel des animations seniors

Saison 2026/2027

Renseignements et inscriptions

Espace santé Simone Veil
11 place des Ecrins,
38600 Fontaine
04 76 26 63 46



*Avec le soutien de la CNSA dans le cadre de la conférence des financeurs
de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de l'Isère*



Des activités régulières de sport, loisirs et lien social pour prendre soin de sa santé.

> **Activités gratuites et engagement sur l'année ou sur le cycle.**

*Places limitées. Informations et inscriptions auprès de l'Espace Santé Simone Veil**

Activité	Lieu	Créneau
Gym dynamique	Dojo Pierre Fugain	Vendredi : 14h-15h15
Marche Active	Parc Jean moulin	Jeudi : 9h-10h
Gym Douce	Résidence autonomie La Cerisaie	Jeudi : 14h30-15h30
Danse équilibre	Maison des associations Nelson Mandela	Mardi : 10h30-11h30
Prévention des chutes	Maison des habitants George Sand	Conférence 22 sept. : 15h-16h30 + 8 séances. Mardi : 15h-16h
Ateliers mémoire	Maison des associations Nelson Mandela	2 cycles de 10 séances ** Lundi : 14h30-16h30
Médiation artistique	Maison des associations Nelson Mandela	Lundi : 14h30-16h 16, 23 et 30 nov. 7 et 14 déc. 4, 11 et 18 janv.
Ateliers bien-être et estime de soi	Maison des habitants George Sand	Vendredi : 9h-11h30 25 sept. 2, 9 et 16 oct.

Inscriptions à partir du 15 septembre, 9h

Espace santé Simone Veil • 11 place des Ecrins, 38600 Fontaine • 04 76 26 63 46

**Pour les activités sportives, certificat médical et attestation de responsabilité civile sont requis.*

- > Les résidences autonomies **La Roseraie** (04 76 27 44 84) et **La Cerisaie** (04 76 26 65 44) proposent de leur côté des animations ouvertes à tous les retraités fontainois. Leur amicale organise de nombreuses sorties, moments festifs ... Contactez-les !
- > Le programme trimestriel des **Maisons des Habitants** prévoit des activités intergénérationnelles. N'hésitez pas à le consulter ! **Plus d'infos** : ville-fontaine.fr

****** Pour connaître les dates exactes des séances, contactez l'Espace Santé.