

## Programme des animations

### Vendredi 8 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» : jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation

### Samedi 9 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» : jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation

**14h - 18h** «Pêche miraculeuse» : jeu destiné aux enfants pour apprendre les principes d'une alimentation équilibrée

### Dimanche 10 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» : jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation

**14h - 18h** «Simulateur de vieillissement» : comprendre les difficultés physiques des aînés dans les gestes de la vie quotidienne

## Programme des animations

### Lundi 11 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» : jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation

**11h - 12h** Gym Flash Mob : activité pour seniors

**14h30 - 15h30** Gym Equilibre : activité pour seniors

**15h30 - 16h30** Gym Stretching : activité pour seniors

### Mardi 12 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» : jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation

**11h - 12h** Gym Flash Mob : activité pour seniors

**14h30 - 15h30** Do In : activité pour seniors

**15h30 - 16h30** Linedance country : activité pour seniors

**17h - 20h** Atelier «Sensibilisation à l'hygiène des mains»

## Programme des animations

### Mercredi 13 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» : jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation

**17h - 20h** Atelier «Sensibilisation à l'hygiène des mains»

### Jeudi 14 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» : jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation

**11h - 13h**

**17h - 19h** Test «Contrôle à distance de votre respiration»

### Vendredi 15 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» : jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation

**11h - 12h** Gym Flash Mob : activité pour seniors

**14h30 - 15h30** Zumba : activité pour seniors

**15h30 - 16h30** Gym Flash Mob : activité pour seniors

**17h - 20h** Atelier «Sensibilisation à l'hygiène des mains»

## Programme des animations

### Samedi 16 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» : jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation

**14h - 18h** «Simulateur de vieillissement» : comprendre les difficultés physiques des aînés dans les gestes de la vie quotidienne

### Dimanche 17 novembre

**11h - 20h** Test de glycémie

Prise de tension

«Arc-en-ciel» ; jeu interactif pour déstresser en 5 minutes et booster sa santé !

Quizz sur l'alimentation