

# VISITEZ LE TRUCK SOLIHA POUR REPENSER VOTRE LOGEMENT

Autonomie

Économie  
d'énergie

Confort

CONSEILS  
GRATUITS



**CHARPEY**

**Mercredi**

**25 septembre 2024**

Salle Espace d'Orfeuille

9H00  
16H30

## ANIMATIONS GRATUITES :

### Matin :

- ↳ Initiation au yoga sur chaise
- ↳ Sensibilisation à la santé visuelle

### Après-midi :

- ↳ Découverte de l'atelier  
«Musique et Mouvement» :

**les bienfaits sur la santé**

**Pour tout renseignement : 04 75 59 80 85**



LES  
OPTICIENS  
MOBILES  
Se voir vraiment.



TWIRLING

**SOLIHA**  
SOLIDAIRES POUR L'HABITAT  
Drôme 06 66 19 56 85

**9H**

Accueil café offert par la commune

**9H-12H30 et 13H30-16H30**

**Visitez le Truck SOLIHA**

et rencontrez notre équipe d'experts pour vous guider dans l'amélioration de votre habitat et connaître les dispositifs d'aides aux travaux



**intelligent**

**9H30-10H15**

**Bouger à tout à âge c'est possible !**

Initiation au Yoga sur chaise par Françoise Muller avec ces pratiques qui s'adaptent à chacun



**tester**

**10H30-12H**

**Ateliers avec «Les opticiens mobiles» animés par Méлина : Sensibilisation à la santé visuelle**

- Prendre soin de vous, c'est tout vu !
- Dépistage : bien voir, c'est mieux !



**dépister**

**12H**

**Les bienfaits du golf sur la santé :**

intervention du président du Club de Golf Valence-Saint Didier

**14H-16H30**

**Atelier «Musique et Mouvement»**

pour travailler sur l'équilibre et retrouver l'envie de bouger avec plaisir.

**2 sessions :**

**14H-15H ou 15H30-16H30**

**Pré-inscription conseillée auprès de la mairie au 04 75 59 80 85**



**découvrir**

Pour clôturer la journée, démonstration de Twirling Bâton par l'association de Barbières

