UZES.FR

EVÉNEMENTS - FESTIVITÉS, SANTÉ

CCAS d'Uzès : Activ'toi

Le Centre Communal d'Action Sociale d'Uzès (CCAS), en partenariat avec l'association MA VIE, invite ses aînés à participer à un nouveau programme d'activités. De janvier à juin 2025, un programme de Gym Santé voit le jour pour encourager l'activité physique et le bien-être.

Publié le 20 février 2025

La Gym Santé s'adresse à un large public, notamment aux seniors, aux personnes en situation de handicap ou en convalescence, ainsi qu'à toute personne souhaitant pratiquer une activité physique douce et adaptée. Encadré par des professionnels, ce programme permet de :

- **Maintenir une bonne condition physique,**
- **Préserver l'autonomie et la mobilité,**
- **Améliorer la coordination et l'équilibre,**
- **Renforcer le lien social à travers une activité conviviale.**

Un engagement du CCAS d'Uzès et de l'association Ma Vie

Le **CCAS d'Uzès**, acteur clé de la solidarité locale, accompagne les habitants dans leur quotidien en facilitant l'accès aux services et aux activités essentielles. Son partenariat avec **Ma Vie**, une association engagée dans la promotion de la santé et du bien-être, permet d'offrir aux participants un encadrement de qualité et un suivi adapté à leurs besoins.

https://www.uzes.fr/actualites/ccas-duzes-activtoi?

Lieu : Voir programme
Dates et horaires : Voir programme
Inscriptions et renseignements : 06 15 83 69 27

Ce programme est une belle opportunité pour adopter un mode de vie actif tout en bénéficiant d'un accompagnement bienveillant.

CONTACT

SOCIAL

Centre Communal d'Action Sociale Uzès (CCAS)

Résidence Autonomie le Soleil
2 Place du Docteur Devèze
30700 Uzès

0466223028
ccas.uzes@orange.fr

VOIR LA FICHE

MAIRIE D'UZÈS
Adresse postale : BP 71103 - 30701 Uzès cedex
Deux entrées possibles :
1, place du Duché
1, place Albert 1er
30700 Uzès
Tél. : +33 (0)4 66 03 48 48

HORAIRES:
Lun - Jeu : 8h > 12h, 13h30 > 16h45
Ven : 8h > 12h, 13h30 > 16h15
1er et 3e Sam : 8h > 12h (Etat civil)