



Découvrez notre planning d'activités Année 2025-2026 ne restez plus seul/e !



*Vous souhaitez rompre avec la monotonie,
développer du lien social, partager des moments de
convivialité...*



renseignements et inscriptions auprès du CCAS

Tél: 04 94 13 88 90 / ccas@solliespont.fr

1 Bis rue de la République - Solliès-Pont

Programme Sollies Solidarité

Places limitées !



À l'espace associatif

Réflexologie et automassage

Du 1er Janvier 2026 au 30 Janvier 2026
Tous les vendredis de 9h30 à 11h
Session de 4 séances

À partir de
60 ans



Sport santé sénior*

Du 21 Novembre 2025 au 19 Décembre 2025
Tous les vendredis de 9h00 à 10h
Session de 5 séances

À partir de
60 ans



Animation musicale/Chants

Tous les vendredis
de 15h00 à 16h30



Pilates

Du 6 Février au 27 Février 2026
Tous les vendredis
de 9h à 10h
Session de 5 séances

À partir de
60 ans



*Sport santé sénior : Sur production obligatoire par votre médecin d'un certificat de non contre-indication à la pratique d'activités physiques