

passport seniors



L'**épïcèntrè** (anciennement Centre de Loisirs et Culture de Martigny), accompagné par un groupe de seniors motivé·es, propose une nouvelle édition du Passeport seniors pour la période de printemps. Un programme d'activités accessibles, qui favorisent les rencontres et les découvertes dans une ambiance conviviale et une opportunité pour découvrir le tout nouvel espace du Pavillon des Saules.

inscriptions



Les inscriptions sont attribuées par ordre d'arrivée. Le programme est réservé aux « 60+ » domicilié·es dans la commune de Martigny et/ou membres de l'**épïcèntrè**. Les détails concernant l'accessibilité aux activités sont expliqués à l'intérieur de la brochure.



épïcèntrè

Passeport seniors.

activités pour les 60+

→ **épïcèntrè Martigny, rue des Vorziers 2**
du 4 avril au 30 mai mai 2025



027 722 79 78

epicentre-martigny.ch

Questions numériques 14:00 - 17:00

vendredi 4 avril

vendredi 30 mai

Les questions liées à l'utilisation du téléphone portable peuvent être nombreuses. L'équipe d'animation est à votre écoute pour vous aider. **Activité gratuite - sans inscription**

Jeux de société 14:00 - 17:00

vendredi 11 avril

vendredi 23 mai

Partagez un après-midi convivial et ludique en jouant à des classiques intemporels comme le Scrabble et le Yahtzee, tout en explorant de nouveaux jeux. Rires et bonne humeur garantis ! **Activité gratuite - sans inscription**

Balade plantes 14:00 - 17:00

jeudi 17 avril

Découvrez les plantes sauvages comestibles avec Anne Carron-Bender et dégustez votre récolte lors d'une pause gourmande. **CHF 15.- à payer sur place - inscription obligatoire - places limitées - lieu exact communiqué quelques jours avant l'activité**

Cuisine 14:00 - 17:00

vendredi 02 mai

La rhubarbe et autres fruits de saison seront à l'honneur pour une pause gourmande alliant simplicité et saveurs, idéale pour partager un moment convivial. **Activité gratuite - inscription recommandée**

Créativité 14:00 - 17:00

vendredi 9 mai

Laissez libre cours à votre créativité le temps d'un après-midi en réalisant cartes de vœux, bracelets ou marque-pages, à offrir ou à s'offrir selon vos envies. **Activité gratuite inscription recommandée**

Projection 14:00 - 17:00

vendredi 16 mai

Ce chef d'oeuvre de documentaire suit Vincent Munier et Sylvain Tesson au Tibet, où, en quête de la panthère des neiges, ils contemplent la nature et réfléchissent à la place de l'Homme dans le vivant. **Activité gratuite - inscription recommandée**