

ATELIERS SENIORS

En Pyrénées Catalanes

+ d'intos

Amélie MARIE
Cathy CHAPEAU

Par téléphone : 07 56 41 11 47
ou par mail : seniors@pyrenees-catalanes.com



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

**Pyrenées
Catalanes**

ATELIERS SENIORS

En Pyrénées Catalanes

SEPTEMBRE

GRATUITS

Vivez, créez, voyagez, jouez, partagez... **RESTEZ ACTIFS!**



POUR
LES  DE
60 ANS

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

**Pyrenées
Catalanes**

PROGRAMME SEPTEMBRE

ATELIERS



LES LUNDIS de 14h à 16h

À FORMIGUÈRES
Salle des associations

- 1** Cognition et Mouvement
Avec Sabine Pinsan
- 8** En bonne compagnie
Relaxation, respiration, lâcher prise !
- 15** Des doigts de fée (Créatif)
Pâte durcissante
- 22** Attention les yeux !
Prévention visuelle avec Estelle Calvet
- 29** Cognition et Mouvement
Avec Sabine Pinsan

LES MARDIS de 14h30 à 16h30

À LA CABANASSE
Salle des associations

- 2** Des doigts de fée (Créatif)
Peindre son dessous de verre en liège
- 9** Miam-miam (Cuisine)
Avec l'asso Réplique 66 - sur inscription
- 16** En bonne compagnie
Relaxation, respiration, lâcher prise !
- 23** Plier dans tous les sens
Origami avec Geneviève Galy
- 30** Miam-miam (cuisine)
Avec l'asso Réplique 66 - sur inscription

LES MERCREDIS de 14h30 à 16h30

À ODEILLO (FONT-ROMEU)
Salle des aînés ruraux

- 10** Des doigts de fée (Créatif)
Cercle en fleur
- 17** Plier dans tous les sens (origami)
Origami avec Geneviève Galy
- 24** En bonne compagnie
Relaxation, respiration, lâcher prise !

JEUX VIDÉO



À LA MÉDIATHÈQUE DE FONT-ROMEU

Mercredi 10 septembre · de 10h à 12h

THÉÂTRE POUR TOUS !



Médiathèque des Angles

Mardis 2, 23 et 30 septembre de 10h à 11h30.

Médiathèque de Font-Romeu

Mardis 9 et 16 septembre de 10h à 11h30.

JEUX DE SOCIÉTÉ



Médiathèque de Font-Romeu

Le jeudi de 10h à 12h.

Médiathèque des Angles

Le jeudi de 14h30 à 16h30.



Pour l'ensemble des ateliers et animations, merci de nous prévenir de votre venue pour une meilleure organisation.



JOURNÉE INTERGÉNÉRATIONNELLE À BOLQUÈRE

PROJET TRANSFRONTALIER
DÉMONSTRATION DE TRAITE, NOURRISSAGE
ET ACCOMPAGNEMENT DE TROUPEAU

CAMI RAMADÈR DE MARINA
CAMINS DE VIDA

Les Escapades



JEUDI 18 SEPTEMBRE

LA VALLÉE DE NURIA
Train + restaurant

JEUDI 16 OCTOBRE

LE VILLAGE D'EUS
Randonnée + restaurant

JEUDI 20 NOVEMBRE

LA GROTTA DE LOMBRIVES
Visite + restaurant

LUNDIS 6 OCTOBRE ET 1ER DÉCEMBRE

DÉTENTE ET BIENFAITS
À ST THOMAS-LES-BAINS
Balnéo + restaurant



PENSEZ À VOUS INSCRIRE 15 jours avant l'excursion choisie