

# ANIMATIONS SÉNIORS

SEPT > DÉC 2024

## SEPTEMBRE

Inscriptions à partir du **jeudi 30 août**

MARDI

**24**

DE 9H À 17H30

11€ (activité) +  
4€ (transport)

Bureau animation

16 places

### SORTIE À BRASSEPOUY

Le matin, visite d'une exploitation (porcs canards) « La palme du coin » et dégustation. L'après midi visite guidée de « La dame de Brassempouy » (site archéologique et démonstration de techniques préhistoriques). *Prévoir pique-nique.*



JEUDI

**26**

DE 8H30 À 17H

4€ (transport)

Bureau animation

16 places

### NETTOYAGE PLAGE DE TARNOS

*en partenariat avec la SEGPA*

Joindre l'utile à l'agréable : c'est le slogan de cette journée. On se promène tout en faisant une bonne action pour l'environnement. *Prévoir pique-nique.*



LUNDI

**30**

DE 8H30 À 17H30

7,50€ (visite) +  
4€ (transport)

Bureau animation

16 places

### SORTIE À CAMBO-LES-BAINS

Le matin, visite guidée « Histoire et patrimoine » puis repas au restaurant et balade l'après-midi.



## OCTOBRE

Inscriptions à partir du **jeudi 12 septembre**

MARDI

**8**

DE 9H À 17H

35€ (activité et repas)  
+ 4€ (transport)

Bureau animation

16 places

### DÉCOUVERTE DE SALIES-DE-BÉARN

Le matin, visite guidée de la cité du sel. L'après midi, visite au pôle muséographique de la saline.



VENDREDI

**18**

À 12H

10€

Salle à définir

### CONCOURS DE BELOTE + GARBURE

*en partenariat avec la SEGPA*

Participez à un concours aux points (4 parties de 10 coups) ouvert à tous! suivi d'un repas gourmand : garbure, fromage et pâtisserie.

Semaine festive entre seniors...



MARDI

**1**

DE 7H30 À 18H30

### JEUX AQUITAINE SENIORS À TARNOS

7€ (activité) + 4€ (transport) - Prévoir pique-nique - 16 places

MERCREDI

**2**

DE 9H30 À 11H30

### ATELIER SPORTIF ET DÉTENTE GRATUIT

JEUDI

**3**

À 10H

22 € (repas)

### JOURNÉE FESTIVE *en partenariat avec la SEGPA*

Des jeux le matin, repas animé le midi, thé dansant l'après-midi !

JEUDI

**3**

À 14H

### ATELIER NUTRITION

*en partenariat avec l'EHPAD*  
10 places

VENDREDI

**4**

DE 8H30 À 17H

### SORTIE À LA BAIE DE TZINGUDI & BIDASSOA *en partenariat avec la SEGPA*

4€ (transport) - Prévoir pique-nique - 16 places

# NOVEMBRE

Inscriptions à partir du **lundi 14 octobre**

MARDI  
**12**

DE 10H À 12H

Dojo municipal

## ATELIER PRÉVENTION CHUTES

en partenariat avec l'AMM Mourenx

JEUDI  
**14**

DE 13H30 À 17H

14,50€ (activité)  
+ 4€ (transport)

Bureau animation

16 places

## SORTIE BOWLING À LESCAR

Après midi sportive... Avos strikes prêts ?  
2 parties + 1 boisson



# DÉCEMBRE

Inscriptions à partir du **lundi 18 novembre**

VENDEDI  
**13**

À 12H

Salle à définir

## CONCOURS DE BELOTE ET GARBURE

en partenariat avec la SEGPA

Participez à un concours aux points (4 parties de 10 coups) ouvert à tous! suivi d'un repas gourmand : garbure, fromage et pâtisserie

MARDI / JEUDI  
**10 / 19**

DE 8H30 À 18H

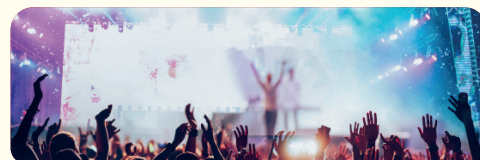
40€ (activité)  
+ 4€ (transport)

Bureau animation

16 places

## CABARET DE NOËL

Spectacle et repas pour célébrer les fêtes de fin d'année. Deux journées qui s'annoncent gourmandes, féeriques et festives...



LUNDI  
**5/01**

DE 9H30 À 14H

21€ (activité)  
+ 4€ (transport)

Bureau animation

16 places

## CONCERT DU NOUVEL AN AU ZÉNITH DE PAU



## REPAS ET COLIS DE NOËL

- **REPAS DE NOËL** le samedi 7 décembre  
12h à la salle Louis Blazy
- **DISTRIBUTION DES COLIS** mardi 10, mercredi 11 et jeudi 12 décembre  
Au CCAS (rue Adrienne Le Gal) de 9h30 à 12h et de 13h30 à 16h
- **INSCRIPTIONS** du 4 au 15 novembre.  
Au CCAS (rue Adrienne Le Gal) de 9h à 12h

## Une balade au lac !

Partez à la découverte des plus beaux lacs, entre montagne et océan ! Randonnée, détente, promenade... il y a en aura pour tous les goûts !



Pour chaque sortie : € GRATUIT

16 places

Bureau animation

Lac  
**DE LARROIN** VEND. 13/09  
9H À 11H30

Lac  
**D'AYGUELONGUE** VEND. 18/10  
9H À 11H30

Lac  
**DE BIRON** VEND. 8/11  
9H À 11H30

Lac  
**DE LARROIN** VEND. 22/11  
9H À 11H30

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS **06 67 77 68 79**

Aucune excuse pour ne pas venir, un mini-bus adapté, vient vous chercher et vous ramène à domicile.