



Programme de loisirs de septembre à décembre 2023

Organisé par le CCAS de Peymeinade

Ateliers informatiques avec France Service et Tetris (pour tous)

Séances de 45 mn - sur rendez-vous - participation gratuite

DATES : tous les mercredis matin, à partir du 6 septembre, de 9h à 12 h

LIEU : Mairie annexe - CCAS - 13 avenue de Boutiny

Ateliers couture avec l'association « Les Cousettes » (pour tous)

Matériel nécessaire : une machine à coudre, fil et tissu (le prêt d'une machine à coudre sera possible très prochainement) - 8 places - participation gratuite

DATES : à partir du samedi 9 septembre, tous les 15 jours, de 9 h 30 à 12 h 30

LIEU : Espace Part'âges, en face de la bibliothèque - rue Joseph Cauvin

Atelier Chauffe Citron avec « ASEPT PACA » (à partir de 65 ans)

Ateliers ludiques à base d'énigmes et, de questions pour faire « chauffer » sa mémoire, tout le monde se creuse les méninges ! - 20 places - participation gratuite

DATES : les mercredis 13, 20 et 27 septembre ; 4, 11 et 18 octobre ; 8, 15 et 22 novembre de 10 h 15 à 11 h 30

LIEU : Espace Part'âges, en face de la bibliothèque - rue Joseph Cauvin.

Ateliers Coup de Pouce avec la MSA (pour les jeunes actifs)

Le B.A.-BA de l'informatique : devenir autonome sur ordinateur, gérer sa boîte mail, naviguer en toute sécurité, accomplir sereinement ses démarches en ligne - matériel fourni - 12 séances - participation gratuite - ateliers organisés en collaboration avec le PLIE et la Mission Locale de Peymeinade

DATES : les jeudis 21 et 28 septembre ; 12 et 19 octobre ; 9, 16, 23 et 30 novembre ; 7, 14 et 21 décembre de 8 h 45 à 11 h 45

LIEU : Espace Part'âges, en face de la bibliothèque - rue Joseph Cauvin

Repas séniors offert par le CCAS (à partir de 65 ans)

100 places - participation gratuite

DATE : mercredi 4 octobre, à partir de 12 h

LIEU : école Mistral - 165 avenue de Boutiny

Ateliers Yoga du rire avec « ASEPT PACA » (à partir de 60 ans)

5 séances de 1 h - inscription obligatoire pour le cycle complet - 18 places - participation gratuite

DATES : les jeudis 5, 12 et 19 octobre ; 16 et 23 novembre de 10 h 30 à 11 h 30

LIEU : complexe sportif - salle de danse - chemin du stade

Semaine Bleue du 2 au 6 octobre (à partir de 65 ans)

- **Atelier cuisine avec une diététicienne** : confection d'un couscous végétarien et d'un dessert - 12 places - participation : 3 €/personne (repas compris)
DATE : lundi 2 octobre de 9 h à 14 h
LIEU : Espace Part'âges, en face de la bibliothèque - rue Joseph Cauvin
- **Repas offert par la ville** : ambiance musicale - 100 places
DATE : mercredi 4 octobre à partir de 12 h
LIEU : école Mistral - 165 avenue de Boutiny
- **Yoga du rire avec « ASEPT PACA »** : première séance (l'inscription au cycle est obligatoire) - 18 places - participation gratuite
DATE : jeudi 5 octobre de 10 h à 11 h 30
LIEU : complexe sportif - salle de danse - chemin du stade
- **Balade aux Iles de Lérins** : on apporte son pique-nique et ses baskets - 50 places - participation : transport 5€/personne + bateau au tarif groupe 17,50 €/personne
DATE : vendredi 6 octobre, départ à 8 h de la place du Centenaire, retour à 18 h.

Ateliers cuisine séniors (à partir de 65 ans)

On apporte son tablier et on déguste sur place ! 12 places - participation : 3 € /atelier

DATES : jeudi 26 octobre et mardi 28 novembre de 10 h 30 à 14 h

LIEU : Espace Part'âges, en face de la bibliothèque - rue Joseph Cauvin

Sortie à Nice (à partir de 60 ans)

Sortie à la journée - visite du marché de Noël, de la vieille ville et du château - 50 places - participation : 5 €/personne

DATE : vendredi 1^{er} décembre, départ à 8 h 30 de la place du Centenaire, retour à 18 h

Goûter dansant de Noël (à partir de 65 ans)

100 places - participation gratuite

DATE : vendredi 15 décembre de 14 h à 17 h

LIEU : salle des fêtes, place du Centenaire

Inscriptions et paiement :

Bureau d'accueil du CCAS - Mairie annexe - 13 avenue de Boutiny

Jusqu'au 8 septembre : lundi et jeudi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 17 h

À partir du 11 septembre : tous les jours (sauf le vendredi après-midi) de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 17 h

Téléphone : 04 83 05 02 90

Mail : ccas@peymeinade.fr