

Animations *Seniors*

OCTOBRE 2025

VISITES / SPECTACLES / SORTIES / ATELIERS / RENCONTRES / PRÉVENTION



Mercredi 1^{er} octobre 2025

Solidarité

Opération « 1 fleur, 1 sourire » à l'occasion de la **Journée Internationale pour les Personnes Agées**. Le principe : nous vous remettons une fleur que nous vous invitons à offrir à une personne âgée de votre entourage en lui rendant visite à son domicile ou en établissement.

🕒 Matin / Gratuit / Place du marché à Grenade-sur-l'Adour.

Du 6 au 10 octobre 2025

Prévention

Dans le cadre de la **Semaine Bleue**, nous vous proposons une réunion de prévention sur le sommeil, un petit déjeuner cantere et une dictée intergénérationnelle ! Plus d'infos au 05 58 03 57 11.

🕒 Gratuit / Grenade-sur-l'Adour et Le Vignau.

Mercredi 15 octobre 2025

Activité intergénérationnelle

Au programme, une animation gustative organisée dans le cadre de la **Semaine du Goût** avec les adolescents de la Maison des Jeunes.

🕒 Après-midi / Gratuit / Grenade-sur-l'Adour.

Jeudi 23 octobre 2025

Atelier socio-esthétique

Que diriez-vous de prendre un temps pour vous en apprenant à réaliser vous-même un **soin beauté et bien-être** ?

🕒 Après-midi / Gratuit / Grenade-sur-l'Adour.

Lundi 27 octobre 2025

Atelier journalistique

Venez participer à la **réalisation du prochain numéro du journal des seniors** qui sera diffusé auprès des bénéficiaires du CIAS. Tous les amateurs de journalisme sont les bienvenus !

🕒 Après-midi / Gratuit / Grenade-sur-l'Adour.

Conditions pour participer aux animations seniors :

- > être à la retraite,
- > être âgé de 55 ans et plus,
- > résider sur une des 11 communes du Pays Grenadois.

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

Centre **Intercommunal d'Action Sociale** du Pays **Grenadois**

Service Animation Seniors

14, place des Tilleuls
40270 GRENADE SUR L'ADOUR

Tél. 05 58 03 57 11

animation.cias@cc-paysgrenadois.fr

NOTES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....