

Animations

Seniors

NOVEMBRE ET
DÉCEMBRE 2022

VISITES / SPECTACLES / SORTIES / ATELIERS / RENCONTRES / PRÉVENTION

NOËL EST AU RENDEZ-VOUS :
CONCOURS DE SAPIN, MARCHÉ, GOÛTER,
DÉCOUVERTE DES ILLUMINATIONS...



Centre
Intercommunal
d'Action Sociale
DU PAYS GRENAOIS

Lundi 7 novembre 2022
Lundi 5 et jeudi 15 décembre 2022

Atelier créatif



Confection d'un sapin de Noël à l'aide de matériaux de récupération afin de participer à la troisième édition du concours organisé par la Communauté de Communes du Pays Grenadois.

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

Mercredi 16 novembre 2022

Prévention

Atelier hydratation animé par Siel Bleu, association offrant la possibilité à chacun d'améliorer sa santé et son bien-être tout au long de sa vie notamment par la mise en place d'actions autour de l'activité physique adaptée et de la sensibilisation à une meilleure alimentation.

🕒 Journée / Gratuit / Cazères sur l'Adour.

Mercredi 23 novembre 2022

Atelier cuisine

La dénutrition, état pathologique se caractérisant par un déséquilibre de la balance énergétique, c'est-à-dire une insuffisance des apports au regard de nos besoins nutritionnels, touche 10 % des personnes âgées de plus de 70 ans vivant à domicile.

Dans le cadre de la **semaine nationale de la dénutrition**, nous vous proposons de venir mitonner de bons petits plats alliant plaisir de manger et alimentation équilibrée le temps d'un atelier culinaire collectif qui sera suivi d'un repas partagé.

🕒 Matin et midi / Gratuit / Larrivière St-Savin.



Mercredi 30 novembre 2022

Atelier créatif



Atelier « tote bag » (sac en tissu) personnalisé.

Qui n'a pas son tote bag en coton chez soi ? Devenu l'accessoire indispensable du quotidien, ce sac en tissu peut nous suivre partout (dans une poche de manteau, dans un sac à main, etc...) pour être sorti au moment de transporter nos emplettes. Il peut même être utilisé pour aller à la plage ou à la salle de sport.

Habituellement très basique ou personnalisé à l'image d'une marque ou d'une entreprise, le tote bag peut être customisé de mille et une manières.

Cet atelier vous proposera de découvrir la technique « Cricut ».

🕒 Après-midi / Gratuit / Ludo-médiathèque de Bordères et Lamensans.

.....

Jeudi 9 décembre 2022

Atelier cuisine

Concours de cuisine organisé par l'EHPAD de Coujon et l'Habitat inclusif de Le Vignau.

🕒 Matin et midi / Gratuit / Grenade sur l'Adour.

.....

Samedi 17 décembre 2022

Rencontre

Nous vous proposons de vous accompagner au coeur du traditionnel **Marché de Noël** organisé sur la place des Tilleuls. Vous pourrez y faire vos emplettes pour les fêtes de fin d'année et profiter des nombreuses animations festives organisées pour l'occasion. Nous jouerons les prolongations avec un « **Café Papot'âge** » autour d'une boisson dans l'arrière salle du bar Le Fair Play. L'occasion de passer un moment agréable et convivial à plusieurs.

🕒 Matin / Prix de la consommation / Grenade sur l'Adour.



