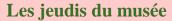


Dimanche 26 mai

15h à 18h (ouverture des portes à 14h30)

Trio « Nathalie Legay »
Salle de la filature
15 chemin des Feutres
du Toulon



L'archéologie : Faites une « pause musée » en dévorant des yeux une œuvre.

Jeudi 2 mai de 12h30 à 13h Archéologie

MAAP -22 cours Tourny





L'équipe du MAAP vous propose de 19h à minuit un évènement plein de surprise avec du théâtre, de la musique, de la danse, des jeux, des expositions et des pâtisseries à déguster sans modération!

En partenariat avec le Sans Réserve, les Conservatoires Municipal et Départemental, l'association JAGAS, la Cie la Cerise sur le gâteau, la Cie Lazzi Zanni et l'association Structure,







PLANNING DES ACTIVITÉS

Mai 2024

39 rue Wilson - 24000 Périgueux (accès par le porche de Jaune Poussin) Tél. 05 53 53 95 90 ostalet@ccas-perigueux.fr

ACTIVITES PHYSIQUES ET SANTE

Balade en terres inconnues

Découverte d'un coin du monde en vélo connecté (3 participants maximum) session de 30 à 45 minutes deux sessions par animation Vendredi 10 mai à 14h et 15h

Randonnée en terres connues
 Sentiers autour de Périqueux-4 à 5 kms

Lundi 13 et 27 mai-Départ 14h

• Activités physiques adaptées : (15 pers)

Gym équilibre

Lundi 06/05, 13/05 et 27/05 14h

Niveau avancé

Mercredi 15/05, 22/05 et 29/05 à 14H45

Niveau accessible pour tous

Vendredi 03/05, 10/05, 17/05, 24/05 et 31/05 à 14h45

• Marche urbaine: (12 pers)

Mardi 07/05, 14/05, 21/05 et 28/05 à 9h30

Jeudi 16/05 et 30/05 à 14h

Venez célébrer le passage de la flamme olympique avec nous

Le 21 mai à 15 h

Conférence sur l'histoire et la symbolique de la flamme olympique

Exposition de photos et petit goûter

Le 22 mai en fin d'après-midi

Venez profiter d'un espace réservé pour être aux premières loges lors du passage de la flamme olympique

Passage prévu aux alentours de 18h30/19h

CULTURE

Fête des voisins

Vendredi 31 mai partir de 16h

• Atelier chant : (15 pers)

Mardi 07/05, 14/05, 21/05 et 28/05 à 15h

• Atelier mémoire :

Lundi 13/05 et 27/05 à 14h

• Atelier d'écriture

Tous les jeudis à 10h30

• Jeux de société :

Tous les jeudis à 14h



Réservation des activités au 05 53 53 95 90

Gratuit sur inscription (places limitées)

CUISINE

• Atelier cuisine du monde : (10 pers) Jeudi 23/05 à 14h

Amélia 2

Des aides publiques pour l'amélioration de votre logement Venez vous informer ! Réunion publique le 7 mai à **14h**

SANTE

• ICOPE MONITOR

ICOPE s'adresse aux personnes à partir de 60 ans, autonomes et vivants à domicile. A partir de tests simples et ludiques, évaluation/auto-évaluation des six fonctions essentielles (locomotion, état nutritionnel, santé mentale, cognition, audition et vision)

Vendredi 24 mai à 15h30h

Prévention Solaire

Réunion d'information animée par une infirmière de santé publique du Centre Hospitalier de Périgueux

Le 28 mai à **14h**

Atelier sur l'alimentation « les insatiables »
 Mercredi 15 et 29 mai à 15h

 Les 5 sens et lecture des étiquettes alimentaires

• Allons au jardin

Profitez d'un moment de détente à la « Cabane du jardinier » Jeux, activités... 14 mai à **14h**

INFORMATIQUE

Atelier informatique: (10 pers)
 Jeudi 02/05, 16/05, 23/05 et 30/05 à 10h30, 11h30, 14h et 15h30

CREATIF

Atelier mosaïque au jardin (10 pers)
 Vendredi 17 mai à 14h30

Lundi 06/05 Layette solidaire à 14h

• Atelier couture (10 pers) Vendredi 03/05 et 24/05 à 14h

• Atelier créatif : (10 pers) Mercredi 15/05 et 29/05 à 15h