



Dimanche 26 mai

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

Trio « Nathalie Legay »

Salle de la filature

15 chemin des Feutres du Toulon

Les jeudis du musée

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

Judi 2 mai de 12h30 à 13h Archéologie

MAAP -22 cours Tourny



L'équipe du **MAAP** vous propose de **19h à minuit** un événement 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,



PÉRIGUEUX
capitale du
PÉRIGORD



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 Périgueux-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**

- **Atelier couture** (10 pers)

Vendredi 03/05 et 24/05 à **14h**

Lundi 06/05 Layette solidaire à **14h**

- **Atelier créatif** : (10 pers)

Mercredi 15/05 et 29/05 à **15h**