



Si besoin d'un transport,
contactez-nous.

- **Les activités sont gratuites** (sauf exceptions)
- **Inscriptions obligatoires**
- **Si vous êtes malade, merci de porter un masque ou de reporter votre visite** : prendre soin de soi, c'est prendre soin des autres !
- Durant toute la durée de l'activité, afin de préserver la convivialité, **les téléphones sont sur silencieux** !

Renseignements & inscriptions:

05 49 37 07 78



VIENNE (86)

PROGRAMME MENSUEL DES ACTIVITÉS

NOVEMBRE - DÉCEMBRE 2025



Cofinancé par
l'Union européenne

GRAND POITIERS
Communauté urbaine



CHÂTELLERAULT

au local 5 square Alexis Danan, 86100 Châtellerault.
Contact et inscriptions : 06 11 99 48 55.



LES ACTIVITÉS de 14h à 17h

Atelier Guitare avec Juan lundi 03/11 et jeudi 04/12

Atelier manuel préparation des boîtes cadeau de noël avec Michèle et Joëlle jeudi 06/11 et mardi 18/11 puis lundi 01/12 et mardi 09/12

Atelier Lecture avec Lise lundi 10/11 - Mardi 02/12 - Lundi 22/12

Gym douce (si vous avez, pensez à amener votre tapis de sol) avec Calderon **Jeu. 13/11**

Jeux autour de géographie avec Françoise **mardi 25/11 et mardi 16/12**

Atelier numérique avec Julien **jeudi 20/11 et lundi 15/12**

Tricot ou couture avec Marie-Paule lundi 17/11 et 08/12

Atelier détente visuelle avec Christiane **Lundi 24/11**



LES SORTIES inscriptions : 06 11 99 48 55

Festival les Menstrueuses à Poitiers le mercredi 12/11 de 9h30-18h

Opération lutins : distribution de boîtes cadeau à Poitiers le jeudi 18/12 de 9h-17h

ET AUSSI

Atelier de français langue étrangère les vendredis 10h-12h et 14h-16h

Permanence d'information CESU avec Cordelia **Jeudi 13/11 9h - 16h**

Atelier mémo prénom - Sollicitez vos souvenirs + goûter partagé confitures - avec Françoise-Agathe Sur inscription au 06 73 02 92 36 **mardi 04/11 de 14h à 17h**

Danse pour la paix avec Dominique **Jeudi 27/11 de 14 à 17h**

Repas partagé de noël **Mardi 23/12 de 10h à 17h**

Jeux de société et jeux de cartes **Lundi 29/12 de 14 à 17h**



NOVEMBRE - DÉCEMBRE 2025

Un moment convivial et ressourçant,
ouvert aux aidants et aidés

Les mardi

18 novembre de 14h30 à 16h30

Activité physique adaptée : mairie de Chénevelles

16 décembre de 13h30 à 16h30

Noël intergénérationnel : organisé par les élèves de la Maison Familiale et Rurale, 34 rue Nationale 86220 Ingrandes-sur-Vienne
inscriptions : 06 11 99 48 55



Le temps des Aidants

Vous accompagnez un.e proche en situation de handicap ?

Nous vous proposons un temps convivial pour trouver de l'info, des conseils, rencontrer d'autres aidants

Accompagnement des proches aidants

Les jeudi de 17h à 19h :
13 novembre
11 décembre

Conduire : seniors et alors ? 4 ateliers gratuits

à THURE
14h - 17h
25/11
01/12
09/12 (à 13h)
16/12

Vous souhaitez :

Vous informer sur les évolutions du code de la route et les effets du vieillissement sur la conduite ?
Tester votre conduite dans un véhicule double-commande ou un vélo / trottinette électrique ?
Découvrir des alternatives à la conduite (transports en commun, transport solidaire, covoiturage...) ?

Renseignements et inscription :
05 49 37 07 78