

---

# Programme des activités

---

Clubs seniors, résidences autonomie et  
espace seniors

## Juillet - Août 2024

**Pour en savoir plus :**

Direction Générations Seniors et Autonomie

05 57 89 37 77 / [pass.senior@mairie-bordeaux.fr](mailto:pass.senior@mairie-bordeaux.fr)



## SOMMAIRE

<b>BORDEAUX MARITIME</b> .....	<b>4</b>
RESIDENCE AUTONOMIE COURS DE QUEBEC .....	5
RESIDENCE AUTONOMIE ACHARD.....	7
CLUB SENIORS LA LUMINEUSE .....	9
RESIDENCE AUTONOMIE CHANTECRIT.....	11
<b>GRAND PARC – CHARTRONS JARDIN PUBLIC</b> .....	<b>14</b>
RESIDENCE AUTONOMIE MARYSE BASTIE .....	15
CLUB SENIORS JARDIN PUBLIC.....	17
<b>BORDEAUX CENTRE</b> .....	<b>20</b>
RESIDENCE AUTONOMIE ALSACE LORRAINE .....	21
RESIDENCE AUTONOMIE NOTRE TEMPS.....	23
CLUB SENIORS ALBERT BARRAUD .....	25
<b>SAINT AUGUSTIN – TAUZIN ALPHONSE DUPEUX</b> .....	<b>28</b>
RESIDENCE AUTONOMIE ALFRED SMITH.....	29
RESIDENCE AUTONOMIE MANON CORMIER.....	31
CLUB SENIORS QUINTIN .....	33
CLUB SENIORS SAINT AUGUSTIN.....	35
<b>NANSOUTY – SAINT GENES</b> .....	<b>38</b>
RESIDENCE AUTONOMIE DUBOURDIEU.....	39
CLUB SENIORS ALBERT 1 <sup>ER</sup> .....	41
<b>BORDEAUX SUD</b> .....	<b>44</b>
RESIDENCE AUTONOMIE MAGENDIE .....	45
CLUB SENIORS VILARIS.....	47
RESIDENCE AUTONOMIE BUCHOU .....	49
RESIDENCE AUTONOMIE BILLAUDEL.....	51
<b>LA BASTIDE</b> .....	<b>54</b>
RESIDENCE AUTONOMIE BONNEFIN .....	55
RESIDENCE AUTONOMIE REINETTE .....	57
CLUB SENIORS QUEYRIES .....	59
<b>CAUDERAN</b> .....	<b>62</b>
RESIDENCE AUTONOMIE ARMAND FAULAT .....	63
ESPACE ARLETTE GELE DE FRANCONY .....	65



# **Bordeaux Maritime**

# Résidence Autonomie cours de Québec

4 cours de Québec 33300 Bordeaux

 06 78 60 78 70

<b>Programme d'animation du mois de juillet</b>	
<b>Lundi 1</b>	10h30 – Réflexologie - sophrologie <i>Avec Isabelle et Marion de SR&amp;Co – à la Résidence Achard</i>
<b>Jeudi 4</b>	14h30 – Découverte des épices <i>Avec le chef Straehli et nos voisins Club des 6.</i>
<b>Lundi 8</b>	10h30 – Réflexologie - sophrologie <i>Avec Isabelle et Marion de SR&amp;Co – à la Résidence Achard</i>
<b>Mardi 9</b>	14h30 – RDV du Petit Ecran
<b>Jeudi 11</b>	14h45 – Conférence sur l'audition et tests auditifs <i>avec SONUP</i>
<b>Mardi 16</b>	14h30 – Spectacle « <i>les Poètes de l'Amour</i> » & Goûter-partagé <i>en salle de restauration, Avec les poètes séniors du Club Queyries et nos voisins du club des 6</i>
<b>Jeudi 18</b>	14h45 – Danses traditionnelles <i>Avec Lucile Lafont</i>
<b>Lundi 22</b>	10h30 – Réflexologie - sophrologie <i>Avec Isabelle et Marion de SR&amp;Co – à la Résidence Achard</i>
<b>Jeudi 25</b>	14h30 – Mandalas d'été <i>Avec les chargées d'accueil</i>

# Résidence Autonomie cours de Québec

4 cours de Québec 33000 Bordeaux

 06 78 60 78 70

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Jeudi 1</b>	14h45 – Mandala d'été <i>Avec les chargées d'accueil</i>
<b>Mardi 6</b>	14h30 – Remue-méninges
<b>Jeudi 8</b>	10h-16h – Sortie à pied à Calicéo (thermes) <i>Entrée payante</i> & balade de quartier - <i>Prévoir un pique-nique</i>
<b>Jeudi 15</b>	10h-16h – Balade à Bordeaux au choix des seniors : musée du Jardin botanique, Musée CAPC, quai de la Garonne, Foire. <i>Prévoir restaurant ou pique-nique</i>
<b>Jeudi 22</b>	14h45 – Grand jeu surprise et goûter-partagé
<b>Jeudi 29</b>	14h45 – Mandala d'été <i>Avec les chargées d'accueil</i>

## Activité avec intervenant

*(Gratuit sur inscription)*

**Les mardis**

9h-10h30

10h30-12h

**Activité Physique Adaptée**



Pas de séances en août, reprise le 3 septembre

## Activités en autonomie

Jeux de société



Informatique



# Résidence Autonomie Achard

111 rue Achard



05 56 50 56 35



06 07 11 61 51

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Lundi 1</b>	10h30 – Réflexologie - sophrologie <i>Avec Isabelle et Marion de SR&amp;Co - Sur inscription</i>
<b>Mardi 2</b>	14h30 – Chorale des CM2 de l'école Anne Sylvestre <i>Avec les chargées d'accueil</i>
<b>Mercredi 3</b>	10h30 – Le Petit Journal d'Achard 14h45 – Conférence sur l'audition et tests auditifs <i>avec SONUP</i>
<b>Lundi 8</b>	10h30 – Réflexologie - sophrologie <i>Avec Isabelle et Marion de SR&amp;Co - Sur inscription</i> 14h30 – Réunion de concertation
<b>Mercredi 10</b>	10h30 – Balade à la place Buscaillet 14h45 – Loto et goûter-partagé
<b>Mercredi 17</b>	14h45 – Danses traditionnelles <i>Avec Lucile Lafont</i>
<b>Lundi 22</b>	10h30 – Réflexologie - sophrologie <i>Avec Isabelle et Marion de SR&amp;Co - Sur inscription</i>
<b>Mercredi 24</b>	14h30 – Mandalas d'été <i>Avec les chargées d'accueil</i>
<b>Mercredi 31</b>	14h30 – Mandalas d'été <i>Avec les chargées d'accueil</i>

# Résidence Autonomie Achard

111 rue Achard

☎ 05 56 50 56 35 📞 06 07 11 61 51

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Lundi 5</b>	10h30 – Promenade à la place Buscaillet et au café des familles <i>(Prévoir 1 euro pour une collation)</i>
<b>Mercredi 7</b>	14h30 – Balade et BATCUB
<b>Lundi 12</b>	14h45 – Loto des couleurs et goûter partagé
<b>Mercredi 14</b>	14h30 – Balade de quartier au choix Cité du Vin, Musée CAP Sciences, Garage moderne
<b>Lundi 19</b>	10h30 – Promenade à la place Buscaillet et pot au café des familles <i>(Prévoir 1 euro pour une collation)</i>
<b>Mercredi 21</b>	14h30 – Animation musicale <i>Avec la chanteuse Guislaine Alvarez</i>
<b>Lundi 26</b>	10h30 – Réflexologie - sophrologie <i>Avec Isabelle et Marion de SR&amp;CO</i>
<b>Mercredi 28</b>	14h45 – Mandalas d'été <i>Avec les chargées d'accueil</i>

## Activités avec intervenant

*(Gratuit sur inscription)*

**Les vendredis**

Activité Physique Adaptée

Pas de séances le 26 juillet et en août, reprise le 6 septembre

15h45 - 17h15



# Club Seniors La Lumineuse

196 rue achard 33300 Bordeaux

☎ 05.24.57.65.14

<b>Programme d'animation du mois de juillet</b>	
<b>Lundi 1er</b>	14h00 – Crêpes Party
<b>Mardi 2</b>	14h00 – Remue-Méninges spécial Petit Bac
<b>Mardi 9</b>	14h00 – Karaoké + goûter partagé inter-structures sur le Club Albert Barraud
<b>Lundi 15</b>	14h00 – Quiz spécial 14 Juillet
<b>Mardi 16</b>	14h00 – Pétanque
<b>Mardi 23</b>	14h00 – Remue-Méninges spécial Portraits Mystères
<b>Mercredi 24</b>	14h00 – Danses Traditionnelles avec Lucille LAFONT
<b>Lundi 29</b>	14h00 – Lecture Musicale
<b>Mardi 30</b>	14h00 – Spectacle de Magie avec Michel Guittet

*Sous réserve de modifications*

# Club Seniors La Lumineuse

196 rue achard 33300 Bordeaux

☎ 05.24.57.65.14

<b>Programme d'animation du mois d'août</b>	
<b>Lundi 5</b>	14h00 – Jeux d'adresse
<b>Mardi 6</b>	14h00 – Remue-méninges « Tic Tac Boom »
<b>Lundi 12</b>	14h00 – Remue-méninges « Quiz spécial 15 août »
<b>Mardi 13</b>	14h00 - LOTO
<b>Lundi 19</b>	14h00 – Remue-méninges « Les chansons à trous »
<b>Mardi 20</b>	14h30 – Spectacle de la troupe « Les poètes de l'amour » du Club Queyries
<b>Lundi 26</b>	14h00 – RDV autour du petit écran
<b>Mardi 27</b>	14h00 – Animation musicale

*Sous réserve de modifications*

## Activité en autonomie



### Jeux de société

Belote, tarot, scrabble, ...

**Tous les après-midis**

14h à 17h00



Sous réserve des propositions d'animation

# Résidence Autonomie Chantecrit

45 rue du Commandant Hautreux

☎ 05 24 57 65 12 📞 06 07 10 93 76

<b>Programme d'animation du mois de juillet</b>	
<b>Mardi 2</b>	14h – RDV autour du petit écran Choix de l'œuvre en interne - 3 choix -
<b>Jeudi 4</b>	14h30 – Pétanque au Parc Chantegrillon
<b>Mardi 9</b>	14h30 / 15H30 – Quiz Musical 15h30 – Co-construction de la sortie du mois
<b>Mardi 16</b>	14h30 – Atelier de la Maison du diabète et de la nutrition - Parlons de l'ostéoporose <b>sur inscriptions</b>
<b>Jeudi 18</b>	12h/16h – Tournoi de pétanques inter-structures avec la résidence Magendie <b>sur inscriptions</b>
<b>Mardi 23</b>	10h / 11h – Petit déjeuner « Claudie » <b>Modalités en interne--sur inscriptions-</b> 14h30 – Jeux d'ambiance
<b>Jeudi 25</b>	14h30 – Sortie du mois en Minibus- <b>sur inscriptions</b>
<b>Mardi 30</b>	15h – Goûter partagé au jardin <b>Merci d'apporter une douceur</b>

# Résidence Autonomie Chantecrit

45 rue du Commandant Hautreux

☎ 05 24 57 65 12 📞 06 07 10 93 76

<b>Programme d'animation du mois d'août</b>	
<b>Mardi 27</b>	10h/11h – Petit déjeuner « Claudie » 14h30 – Spectacle de la troupe « LES POETES DE L'AMOUR » troupe du club Queyries
<b>Jeudi 29</b>	14H30 – Discussion/Echanges <b>Préparons notre rentrée ensemble</b>

*Sous réserve de modifications*

## Activités avec intervenant

*(gratuit sur inscription)*

**Les mercredis**

14h - 15h30

**Les vendredis**

14h - 15h30

Activité Physique Adaptée



Pas de séances en août, reprise le 4 septembre



# **Grand Parc – Chartrons**

## **Jardin Public**

# Résidence Autonomie Maryse Bastié

16 rue Maryse Bastié

☎ 05 56 69 31 32 ☎

<b>Programme d'animation du mois de juillet</b>	
<b>Jeudi 4</b>	15h – Ciné-débat et goûter-partagé <i>Avec les Jeunes Volontaires en Service Civique - dernière rencontre</i>
<b>Mardi 9</b>	15h – Remue-méninges <i>Se munir d'un cahier et d'un stylo</i>
<b>Jeudi 11</b>	15h – Loto de l'été – <i>Sur inscription</i>
<b>Lundi 15</b>	14h30 – Réunion sur la Vie Sociale <i>Et goûter-partagé</i>
<b>Mardi 16</b>	15h – Activité bicymixeur <i>avec la Recyclerie Sportive</i>
<b>Jeudi 18</b>	15h – Musique avec « Maryssol » et goûter-partagé – <i>Amener un jus ou des gâteaux</i>

*Sous réserve de modifications*

# Résidence Autonomie Maryse Bastié

16 rue Maryse Bastié

☎ 05 56 69 31 32 ☎

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Mardi 20</b>	15h – L'arbre à palabres
<b>Jeudi 22</b>	15h – Remue-méninges <i>Se munir d'un cahier et d'un stylo</i>
<b>Mardi 27</b>	15h – Découverte de la réalité virtuelle <i>avec Christophe François</i>
<b>Jeudi 29</b>	15h – Le Magazine de Maryse Bastié

## Activité avec intervenant

*(gratuit sur inscription)*

**Les mercredis**

15h45 à 17h15

Activité Physique Adaptée



Pas de séances en août, reprise le 4 septembre

## Activité en autonomie

Jeux de société, de cartes, petit-bac,  
moments conviviaux

Chaque week-end



-  
Se rapprocher de l'équipe d'accueil et  
d'accompagnement

# Club Seniors Jardin Public

142 rue du Jardin Public

☎ 05 57 87 13 31 ☎

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Jeudi 4</b>	12h / 16h – Magie et Spectacle avec Michel Guittet
----------------	--

**Pour les activités de juillet et août voir avec l'équipe de la structure**

*Sous réserve de modifications*

# Club Seniors Jardin Public

142 rue du Jardin Public

☎ 05 57 87 13 31 ☎

## Activité avec intervenant

*(sur inscription)*

**Les vendredis**

14h30 à 15h30

Gym douce



***Les cours se déroulent dans une salle de la Crèche Noailles***

*Reprise de l'activité le vendredi 6 septembre*



(Activité payante / engagement annuel)



# **Bordeaux Centre**

# Résidence Autonomie Alsace Lorraine

11 Cours d'Alsace Lorraine

☎ 05 24 57 65 10 📞 06 78 60 81 68

**Pour les activités de juillet et août  
voir avec l'équipe de la structure**

## Activités avec l'équipe



Jeux de société : cartes, belote, tarot, ping-pong,  
scrabble

Tous les après-midi de 14h à 16h30



# Résidence Autonomie Alsace Lorraine

11 Cours d'Alsace Lorraine

☎ 05 24 57 65 10 📞 06 78 60 81 68

## Activité avec intervenant

*(sur inscription)*

**Les jeudis**

Atelier d'écriture

14h à 16h

Reprise de l'activité le 5 septembre



€ Activité payante / engagement annuel)

## Activité avec intervenant

*(gratuit sur inscription)*

**Les lundis**

Activité Physique Adaptée

9h à 10h30



**& les vendredis**

9h à 10h30

Pas de séances en août, reprise le 2 septembre

# Résidence Autonomie Notre Temps

28-30 rue Neuve

 05 56 44 68 90  06 07 22 50 21

**Pour les activités de juillet et août  
voir avec l'équipe de la structure**

## Activités avec l'équipe



Jeux de société : cartes, belote, tarot, ping-pong,  
scrabble

Tous les après-midi de 14h à 16h30



# Résidence Autonomie Notre Temps

28-30 rue Neuve

☎ 05 56 44 68 90 📱 06 07 22 50 21

## Activités régulières

*(Gratuit sur inscription)*

**Les vendredis**

10h45 à 12h15

Activité Physique Adaptée



Pas de cours en août, reprise le 6 septembre

*Sous réserve de modifications*

# Club Seniors Albert Barraud

13 bis rue du Docteur Albert Barraud

☎ 05 24 57 65 02 ☎

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Les jeudis 4,11,18 + vendredi 26</b>	10h – Invitation à marcher avec <b>Le club de marche</b> de gelée de Francony - <b>Sur inscription</b>
<b>Lundi 8</b>	14h15 – Atelier cuisine et nutrition avec le chef Olivier Straehli
<b>Mardi 9</b>	14h15 – Animation chantée Chantons ensemble avec Christelle
<b>Lundi 15</b>	14h15 – Atelier créatif d'été « Création d'accessoires estivaux pour l'arbre décoratif du club »
<b>Mardi 16</b>	14h15 – Partage atelier cuisine à thème (Initiative senior)
<b>Lundi 22</b>	14h15 – Atelier créatif d'été Création de l'accessoire phare de la saison « L'éventail »
<b>Mardi 23</b>	14h15 – Remue-méninges spécial été
<b>Lundi 29</b>	14h15 – Atelier créatif d'été
<b>Mardi 30</b>	14h15 : Bien-être et jeu surprise Confection d'une eau aromatisée

# Club Seniors Albert Barraud

13 bis rue du Docteur Albert Barraud

☎ 05 24 57 65 02 ☎

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Lundi 5</b>	14h15 – Atelier créatif « Pellicule collective » (Montage photos et de mots pour présenter le club seniors)
<b>Mardi 6</b>	14h15 – Jeu(x) d'extérieur pétanque et ou Möllky au jardin public et pause conviviale en terrasse à « l'Orangerie » <i>(sous réserve des conditions météorologiques)</i>
<b>Lundi 12</b>	14h15 - Atelier créatif « Pellicule collective » (Montage photos et de mots pour présenter le club seniors)
<b>Mardi 13</b>	14h15 – Bien-être et jeu surprise Confection d'une eau aromatisée

*Sous réserve de modifications*

### Activité avec intervenant



*(sur inscription)*

**Les jeudis**

1 cours différent chaque semaine

14h à 15h

*Reprise de l'activité la semaine le 5 septembre*

**Cycle Bien-être et sportif**



(Activité payante / engagement annuel)



# **Saint Augustin – Tauzin**

## **Alphonse Dupeux**

# Résidence Autonomie Alfred Smith

30 rue Alfred Smith

☎ 05 24 57 65 11 📱 06 18 77 49 55

<b>Programme d'animation au mois de juillet</b>	
<b>Mardi 2</b>	14h30 – Olympiade inter-structure : 1ere épreuve avec le mollky sur la résidence Manon Cormier <b>sur inscription</b>
<b>Mercredi 3</b>	14h30 – Olympiade inter-structure : 2eme épreuve avec la pétanque sur la résidence Alfred Smith <b>sur inscription</b>
<b>Jeudi 4</b>	14h30 – Bal et goûter des Olympiades, les perdants apportent le gouter sur la résidence Manon Cormier <b>sur inscription</b>
<b>Mercredi 10</b>	11h30 – Apéritif partagé sur la terrasse 14h45 – Echange autour de l'organisation de la restauration
<b>Jeudi 11</b>	14h30 – Remue-méninges
<b>Lundi 17</b>	15h30 – Gouter-partagé <i>Merci d'apporter une boisson ou quelque chose à grignoter.</i>
<b>Mercredi 24</b>	14h30 – Mollky et gouter-partagé dans le jardin
<b>Jeudi 25</b>	9h – Petit déjeuner partagé 14h30 – Scrabble en duplicate

# Résidence Autonomie Alfred Smith

30 rue Alfred Smith

☎ 05 24 57 65 11 📞 06 18 77 49 55

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Jeudi 1</b>	14h30 – Jeux avec Alfred
<b>Mercredi 28</b>	14h30 – Atelier de concertation
<b>Jeudi 29</b>	9h – Petit déjeuner partagé 14h30 – Remue-méninges

## Activités avec intervenant

*(gratuit sur inscription)*

**Les mardis**      Activité Physique Adaptée

14h à 15h30

15h30 à 17h



*Pas de cours en août, reprise le 3 septembre*

## Activités en autonomie

*Après-midi jeux de sociétés, jeux de cartes,...*



# Résidence Autonomie Manon Cormier

62-66 rue Manon Cormier

☎ 05 56 96 08 64 📞 07 86 65 01 51

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Lundi 1</b>	14h30 – Remue-méninges
<b>Mardi 2</b>	14h30 – Olympiade inter-structure : 1ere épreuve avec le molky
<b>Mercredi 3</b>	14h30 – Olympiade inter-structure : 2eme épreuve avec la pétanque sur la résidence Alfred Smith sur inscription
<b>Jeudi 4</b>	14h30 – Bal et gouter des olympiades, les perdants apportent le gouter sur Manon Cormier
<b>Vendredi 5</b>	11h – Apéritif partagé
<b>Lundi 8</b>	10h – Courses pour atelier cuisine 14h30 – Atelier cuisine
<b>Mardi 9</b>	14h30 – Découverte de jeux de société avec la bibliothèque Saint Augustin
<b>Jeudi 11</b>	15h – Relaxation avec Mr Lombardo André
<b>Mercredi 17</b>	15h – Festival du cinéma avec l'équipe
<b>Lundi 22</b>	14h30 – Pétanque
<b>Mardi 23</b>	14H30 – Loto
<b>Jeudi 25</b>	15H – Relaxation avec Mr Lombardo André
<b>Lundi 29</b>	9h30 – Balade de quartier 14h30 – Jeux avec la borne
<b>Mardi 30</b>	14H30 – Atelier de concertation

# Résidence Autonomie Manon Cormier

62-66 rue Manon Cormier

☎ 05 56 96 08 64 📞 07 86 65 01 51

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Vendredi 2</b>	11h30 – Apéritif partagé
<b>Mercredi 7</b>	15h – Festival du cinéma avec l'équipe
<b>Mercredi 14</b>	15h – Festival du cinéma avec l'équipe
<b>Mercredi 21</b>	Après-midi – Gouter-partagé et résultats des votes du festival du cinéma
<b>Lundi 26</b>	14h30 – Jeux avec la borne musicale
<b>Mardi 27</b>	14h30 – Pétanque

### Activité avec intervenant

*(sur inscription)*



**Les jeudis**

Peinture

14h - 16h

*Reprise de l'activité le 5 septembre*



(Activité payante / engagement annuel)

### Activité avec intervenant

*(gratuit sur inscription)*

**Les vendredis**

Activité Physique Adaptée

14h - 15h30

15h30 - 17h



*Pas de séances en août, reprise 6 septembre*

# Club Seniors Quintin

127 rue Quintin

☎ 05 56 98 77 11 ☎

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Mardi 2</b>	14h30 – Olympiade inter-structure : 1ere épreuve avec le mollky
<b>Mercredi 3</b>	14h30 – Olympiade inter-structure : 2eme épreuve avec la pétanque
<b>Jeudi 4</b>	14h30 – Bal et gouter des olympiades, les perdants apportent le gouter sur Manon Cormier
<b>Mardi 9</b>	14h30 – 1 <sup>ère</sup> rencontre scrabble inter structures – Quintin va à Queyries
<b>Mercredi 10</b>	14h – Activité créative <i>peinture acrylique</i>
<b>Jeudi 11</b>	14h / 16h – Lecture à voix haute <i>ceux qui le souhaitent apportent une lecture à partager</i>
<b>Mercredi 17</b>	14h30 – 2 <sup>ème</sup> rencontre scrabble inter structures Queyries va à Quintin
<b>Mercredi 24</b>	14h-16h30 – Apithérapie par Rémi Soulard <i>conférence apiculture + dégustation miels et pain d'épices</i>
<b>Jeudi 25</b>	14h-16h – Karaoké + Anniversaires du mois

*Sous réserve de modifications*

# Club Seniors Quintin

127 rue Quintin

☎ 05 56 98 77 11 ☎

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Mercredi 21</b>	14h – Peinture acrylique
<b>Jeudi 22</b>	14h – Couture <i>confections de coussins</i>
<b>Mardi 27</b>	14h – Sortie BatCub sur la Garonne <i>Rendez-vous avec Hélène à 14h, place de l'Église St Augustin</i>
<b>Mercredi 28</b>	14h / 15h – Quiz 'La Côte d'Argent'
<b>Jeudi 29</b>	14h / 15h – Animation musicale par Charline Vitte-Vanoni + Anniversaires du mois
<b>Vendredi 30</b>	13h30 / 15h30 – Jeux de société par Anne Fanchon, de la bibliothèque St Augustin

### Activité avec intervenant (sur inscription)

**Les mardis**

15h30 - 16h30

Gym douce



*Reprise de l'activité le 3 septembre*

(Activité payante / engagement annuel)

# Club Seniors Saint Augustin

9-11 allée des Peupliers

☎ 06 20 33 95 25 ☎

**Pendant l'été, les activités de Saint Augustin se déroule au club Quintin**

<b>Programme d'animation au mois de juillet</b>	
<b>Mardi 2</b>	14h30 – Olympiade inter-structure : 1ere épreuve avec le mollky
<b>Mercredi 3</b>	14h30 – Olympiade inter-structure : 2eme épreuve avec la pétanque
<b>Jeudi 4</b>	14h30 – Bal et gouter des olympiades, les perdants apportent le gouter sur Manon Cormier
<b>Mardi 9</b>	14h30 – 1 <sup>ère</sup> rencontre scrabble inter structures – Quintin va à Queyries
<b>Mardi 16</b>	14h / 16h – Remue-méninges
<b>Mercredi 17</b>	14h30 – 2 <sup>ème</sup> rencontre scrabble inter structures Queyries va à Quintin
<b>Mardi 23</b>	14h /16h – Jeu de société ' <i>Mots en formes</i> '

*Sous réserve de modifications*

# Club Seniors Saint Augustin

9-11 allée des Peupliers

☎ 06 20 33 95 25 ☎

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Mardi 20</b>	14h / 16h – Remue-méninges
<b>Mardi 27</b>	14h – Sortie BATCUB sur la Garonne <i>Rendez-vous avec Hélène à 14h, place de l'Église St Augustin</i>

## Activité avec intervenant

*(sur inscription)*



**Les jeudis**

Gym douce

14h - 15h



*Reprise de l'activité le 5 septembre*



***Les cours ont lieu à la Salle municipale  
Saint Augustin, au-dessus de la Bibliothèque***

(Activité payante / engagement annuel)



# **Nansouty – Saint Genès**

# Résidence Autonomie Dubourdieu

73 rue Dubourdieu

☎ 05 56 91 14 50 📱 06 07 16 26 90

<b>Programme d'animation du mois de juillet</b>	
<b>Mardi 2</b>	Sortie en minibus le lieu sera choisi avec l'ensemble du groupe, inscription obligatoire auprès de l'équipe
<b>Mardi 9</b>	14h30 – Décoration pour la guinguette de Dubourdieu
<b>Lundi 22</b>	12h – Guinguette de Dubourdieu ! Apéro, grillade et accordéon 😊
<b>Mardi 30</b>	15h – Goûter de départ de Melina animatrice de la résidence Dubourdieu

*Sous réserve de modifications*

<b>Programme d'animation du mois d'août</b>	
<b>Mardi 6</b>	14H30 – Rdv autour du petit écran
<b>Mardi 13</b>	14h30 – Discussion et échange

# Résidence Autonomie Dubourdieu

73 rue Dubourdieu

☎ 05 56 91 14 50 📞 06 07 16 26 90

## **Activité avec intervenant**

*(gratuit sur inscription)*

**Les Jeudis**

16h - 17h30

Activité Physique Adaptée



Pas de séances en août, reprise le 5 septembre

# Club Seniors Albert 1<sup>er</sup>

28 boulevard Albert 1<sup>er</sup>

☎ 05 56 91 44 79 ☎

## Programme d'animation du mois de juillet

**Vendredi  
12**

14h – Duo de chanteurs pour une après-midi festive à danser

**Pour les activités de juillet et août voir  
avec l'équipe de la structure**

*Sous réserve de modifications*

# Club Seniors Albert 1<sup>er</sup>

28 boulevard Albert 1<sup>er</sup>

☎ 05 56 91 44 79 ☎

## **Activité en autonomie**

**Tous les jours - 14h à 17h**

Jeux de cartes – Jeux de Société





# **Bordeaux Sud**

# Résidence Autonomie Magendie

45 rue Magendie

☎ 05 24 57 65 13 📞 06 07 22 31 74

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Mercredi 3</b>	14h30 – Loto avec les enfants du centre d'animation st pierre
<b>Jeudi 4</b>	15h – RDV autour du petit écran
<b>Mercredi 10</b>	10h – Sortie en minibus ( le choix du lieu sera choisi avec l'ensemble du groupe , inscriptions obligatoire auprès de l'équipe
<b>Jeudi 11</b>	15h – conférence musicale « Porgy and Bess » Avec Aurélien musicien de l'association les caprices de Marianne
<b>Mercredi 17</b>	19h – Soirée de départ de Melina animatrice de la résidence Magendie
<b>Jeudi 18</b>	11h – Repas à Chantecrit et Tournoi de pétanque, inscription obligatoire
<b>Mercredi 24</b>	10h- Sortie en minibus (le choix du lieu sera choisi avec l'ensemble du groupe , inscriptions obligatoire auprès de l'équipe
<b>Jeudi 25</b>	15h – Remue-méninges

*Sous réserve de modifications*

# Résidence Autonomie Magendie

45 rue Magendie

☎ 05 24 57 65 13 📞 06 07 22 31 74

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Jeudi 1</b>	15h – Jeu avec la borne Melo
<b>Mercredi 7</b>	15h – Animation surprise
<b>Mercredi 14</b>	15h – Discussion, échange et gouter

## Activités avec intervenant

*(Gratuit sur inscription)*

### Les lundis

09h à 10h30

10h30 à 12h

### Les mercredis

10h45 à 12h15

Activité Physique Adaptée



Pas de séances en août, reprise le 2 septembre

# Club Seniors Vilaris

4 rue Vilaris

☎ 05 56 92 64 55 ☎

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Les jeudis 4,11,18 + vendredi 26</b>	10h – Rendez-vous avec <b>le club de marche de <i>Gelée de Francony</i></b>
<b>Mardi 9</b>	<b><i>INVITATION RESIDENCE AUTONOMIE BILLAUDEL</i></b> 9h45 / 11h45 – Atelier Cuisine avec le chef Olivier (sur inscription) 12h00 – Mise en Bouche 14h30 – Musique accordéon avec M Villemard - Jeux
<b>Mercredi 10</b>	14h00 – <b>Bien-être</b> Séance de Sophrologie réflexologie avec Isabelle et Marion de l'association SR&CO ( <i>gratuit sur inscription limité à 10 participants</i> )
<b>Jeudi 11</b>	13h00 – Rencontre présentation de Florence de l'association Wimooov 14h00 – Atelier cuisine avec le chef Olivier « C'est quoi la dégustation ? »
<b>Mercredi 17</b>	14h00 – <b>Bien-être</b> Séance de Sophrologie réflexologie avec Isabelle et Marion de l'association SR&CO
<b>Jeudi 25</b>	14h00 – Remue-méninges spécial été

*Sous réserve de modifications*

# Clubs Seniors Vilaris

4 rue Vilaris

☎ 05 56 92 64 55 ☎

**Pour les activités d'août voir avec  
l'équipe de la structure**

## **Activité en autonomie**

**Tous les jours – 14h à 17h**  
Jeux de cartes – Jeux de Société



*Sous réserve des propositions  
d'animations*

# Résidence Autonomie Buchou

25 rue Buchou

 05 56 92 69 08  06 07 16 78 42

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Jeudi 4</b>	14h30 – Jeux avec la Borne Mélo
<b>Mercredi 10</b>	10h / 12h – Atelier cuisine avec le Chef Olivier « Tartinable »
<b>Mercredi 17</b>	14h30 – Quiz
<b>Lundi 22</b>	11h45 – Mise en bouche partagé
<b>Mercredi 24</b>	14h30 – Méli-Mélo Mémoires
<b>Mercredi 31</b>	14h30 – Karaoké
<b>Mercredi 7</b>	14h30 – Diaporama
<b>Lundi 12</b>	14h30 – Jeux avec la Borne Mélo

*Sous réserve de modifications*

# Résidence Autonomie Buchou

25 rue Buchou

☎ 05 56 92 69 08 📞 06 07 16 78 42

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Mercredi 7</b>	14h30 – Diaporama
<b>Lundi 12</b>	14h30 – Jeux avec la Borne Mélo

## Activités avec intervenant

*(gratuit sur inscription)*

**Les lundis**

Activité Physique Adaptée

9h à 10h30



Pas de séances en août, reprise le 2 septembre

## Activités en autonomie

*Après-midi créative et récréative*

**Jeux,  
Dessin, Tricot, Couture...**



# Résidence Autonomie Billaudel

112 bis rue Malbec

 05 24 57 65 09  06 07 16 25 26

<b>Programme d'animation du mois de juillet</b>	
<b>Mardi 2</b>	14h30 – Rencontre avec la nouvelle animatrice Dalila
<b>Mercredi 3</b>	Sortie à la journée à Andernos INSCRIPTION OBLIGATOIRE places limitées
<b>Mardi 9</b>	<b><i>JOURNEE FETE DE L'ETE INTER-ETABLISSEMENTS</i></b> 9h45 – 11h45 Atelier Cuisine avec le chef Olivier (sur inscription) 12h00 – Mise en Bouche 14h30 – Musique accordéon avec M Villemard
<b>Jeudi 11</b>	14h30 – Bibliothérapie avec Marie thème « Les Voyages » à confirmer
<b>Mardi 16</b>	14h30 – Atelier Créatif : « Fleurs de papiers » avec Lucette
<b>Jeudi 18</b>	14h30 – Remue-méninges
<b>Jeudi 25</b>	14h30 – Jeux avec la Borne Mélo

# Résidence Autonomie Billaudel

112 bis rue Malbec

☎ 05 24 57 65 09 📞 06 07 16 25 26

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Jeudi 1</b>	14h30 – Karaoké
<b>Jeudi 8</b>	14h30 – Remue-méninges
<b>Mardi 13</b>	14h30 – Spectacle de la troupe « Les poètes de l'amour » seniors de la Bastide à confirmer

## Activités avec intervenant

*(gratuit sur inscription)*

**Les lundis**  
10h45 à 12h15

Activité Physique Adaptée



Pas de séances en août, reprise en septembre

## Activité avec l'association

« **Faits de cœur's** »

*(gratuit sur inscription)*

**Le 1<sup>er</sup> vendredi du mois**

14h30 à 16h

*Le 5 juillet et 19 juillet*





# La Bastide

# Résidence Autonomie Bonnefin

5 rue Bonnefin

 05 56 40 08 80  06 07 15 95 70

<b>Programme d'animation du mois de juillet</b>	
<b>Mardi 02</b>	14h15 – Ciné-débat et jeux avec les jeunes volontaires d'Unicité
<b>Jeudi 04</b>	11h15 – Départ de la résidence pour une sortie Pique-Nique à la Place Calixte Camelle. Repas non compris.
<b>Mardi 09</b>	14h10 – Atelier cuisine avec Olivier STRAEHLI
<b>Mardi 16</b>	14h30 – Dessinez c'est gagner
<b>Jeudi 18</b>	14h15 – LOTO
<b>Mardi 23</b>	14h30 – Karaoké anniversaires
<b>Mardi 30</b>	14h30 – Quiz musical

# Résidence Autonomie Bonnefin

5 rue Bonnefin

☎ 05 56 40 08 80 📞 06 07 15 95 70

## Programme d'animation du mois d'août

<b>Jeudi 1er</b>	14h30 – Quiz sur l'eau
<b>Mardi 6</b>	14h30 – Jeux d'adresse
<b>Jeudi 8</b>	14h30 – Reportage <Le Climat, mon amour>
<b>Mardi 13</b>	14h30 – Karaoké anniversaires
<b>Mardi 27</b>	14h30 – Petit BAC
<b>Jeudi 29</b>	14h30 – Quiz musical

## Activité avec intervenant

*(gratuit sur inscription)*

**Les mercredis**

9h à 10h30

Activité Physique Adaptée



Pas de séances en août, reprise le 4 septembre

# Résidence Autonomie ReINETTE

16-24 Cité ReINETTE

☎ 05 24 57 65 06 📱 07 86 63 32 69

<b>Programme d'animation du mois de juillet</b>	
<b>Lundi 01</b>	14h30 – Petit BAC
<b>Mercredi 03</b>	14h15 – Ciné-débat et jeux avec les jeunes volontaires d'Unicité
<b>Lundi 08</b>	14h15 – Conférence « Bien m'hydrater » avec la Maison du diabète et de la nutrition
<b>Lundi 15</b>	14h – RDV autour du petit écran
<b>Mercredi 17</b>	14h15 Conférence histoire de l'art sur « <i>Les animaux sauvages</i> » avec Jérôme Laborde
<b>Lundi 22</b>	14h15 – Conférence « Mon alimentation pour un bon sommeil » avec la maison du diabète et de la nutrition
<b>Lundi 29</b>	14h30 – Atelier Peinture Rêvons d'été
<b>Mercredi 31</b>	14h30 – Karaoké anniversaires

# Résidence Autonomie ReINETTE

16-24 Cité ReINETTE

☎ 05 24 57 65 06 📞 07 86 63 32 69

<b>Programme d'animation du mois d'août</b>	
<b>Lundi 5</b>	14h30 – Petit BAC
<b>Mercredi 7</b>	14h – RDV autour du petit écran
<b>Lundi 12</b>	14h30 – Remue-Méninges
<b>Mercredi 14</b>	14h30 – Reportage « Le Climat, mon amour »
<b>Mercredi 21</b>	14h30 – Quiz musical
<b>Lundi 26</b>	14h30 – Quiz sur l'eau
<b>Mercredi 28</b>	14h30 – Karaoké anniversaires

## **Activité avec intervenant**

*(gratuit sur inscription)*

**Les jeudis**

14h à 15h30

Activité Physique Adaptée



**Pas de séances en août, reprise le 5 septembre**

# Club Seniors Queyries

13 allée Jean Giono

☎ 05 56 86 89 41 ☎

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Lundi 1er</b>	14h – Après-midi musicale avec Antonio
<b>Jeudi 4</b>	14h – Quiz autour du Cinéma avec les JVUC
<b>Vendredi 5</b>	9h45 – Cérémonie de clôture de la saison des jeunes du service civique (Athénée Municipale)
<b>Lundi 8</b>	14h – Révision interrogations téléphone portable et informatique
<b>Mardi 9</b>	14h – Rencontre jeu de scrabble inter-structures au club Queyries (accueil Quintin)
<b>Jeudi 11</b>	10h – Petits exercices d'entretien physique
	14h – Remue-méninges
<b>Vendredi 12</b>	12h – Apéritif partagé et fête des anniversaires des mois de juillet et août
<b>Lundi 15</b>	9h30 – Marche le matin chacun à son rythme- Parcours à définir
<b>Mardi 16</b>	14h45 – Spectacle réalisé par « Les Poètes de l'Amour » à la résidence Laroque
<b>Mercredi 17</b>	14h – Rencontre jeu de scrabble inter-structures au club Quintin
<b>Vendredi 19</b>	10h – Bol chantant avec Alain mezzo

### Activités quotidiennes

Activité BASKET SANTE – lundis 14h à 15h

Activité GYM TONIQUE – Jeudis 14h à 15h

Activité THÉÂTRE D'IMPROVISATION – Vendredi

*Reprise des activités la semaine du 2 septembre*

# Club Seniors Queyries

13 allée Jean Giono

☎ 05 56 86 89 41 ☎

<b>Programme d'animation du mois d'août</b>	
<b>Mardi 13</b>	14h30 – Spectacle réalisé par «Les Poètes de l'Amour» à la résidence Billaudel
<b>Mardi 20</b>	14h30 – Spectacle réalisé par «Les Poètes de l'Amour» au club Lumineuse
<b>Jeudi 22 et 29</b>	10h – Petits exercices d'entretien physique 14h00 – Remue-méninges
<b>Lundi 26</b>	14h – Révision interrogations téléphone portable et informatique
<b>Mardi 27</b>	14h30 – Spectacle réalisé par « Les Poètes de l'Amour » à la résidence Chantecrit
<b>Mercredi 28</b>	9h45 – Balade au Jardin Public avec Florence association Wimoov (sur inscription)

## **Activité Bien-être**

*(Gratuit sur inscription)*

● **Activité** : Massage des mains avec l'animatrice-45 mn (sur inscription) : 10h et 11h

Jeudi 4 -lundi 8 -Mardi 9 et jeudi 11 **JUILLET**

Lundi 12-lundi 19 et lundi 26 **AOÛT**



**Caudéran**

# Résidence Autonomie Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet

☎ 05 24 57 65 07 📞 06 07 13 67 97

<b>Programme d'animation du mois de juillet</b>	
<b>Mardi 2</b> 	14h30 – A vélos sans âges vous propose une balade en triporteur- <b>Sur inscriptions</b>
<b>Mercredi 3</b>	14h30 – Sortie en ville- <b>Sur inscriptions</b> Découverte de la place du parlement
<b>Mercredi 10</b>	11h / 12h – Remue-Méninges Salle Apalpa
<b>Mercredi 17</b>	14h30 – Visite à la Médiathèque Pierre Veilletet pour un goûter partagé- <b>Sur inscriptions -</b>
<b>Lundi 22</b>	14h30 – Quiz Musical
<b>Mercredi 24</b>	14h30 – Atelier Création « Ma météo intérieure » <b>sur inscriptions</b>
<b>Lundi 29</b>	15h – Goûter partagé en terrasse – Chacun apporte une douceur- <b>sur inscriptions</b>

# Résidence Autonomie Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet

☎ 05 24 57 65 07 📞 06 07 13 67 97

<b>Programme d'animation du mois d'août</b>	
<b>Mercredi 21</b>	14H30 – Conférence sur l'histoire de l'art partagé l'EHPAD Gd bon pasteur- « La mer, l'océan et les vagues » par J.Laborde
<b>Lundi 26</b>	14H30 – Discussion/Echanges <b>Vos envies de loisirs et d'animations pour la rentrée</b>

## Activité régulière

(Payante sur inscription)

**Les lundis**  
16h à 17h

Gym douce



(Engagement annuel)

## Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

**Les mardis**  
9h à 10h30  
10h30 à 12h

Activité Physique Adaptée



**Les mardis**  
Matin - Rdv individuel

Ateliers numériques  
**avec Remunération**

**Les vendredis**

Après-midi – En groupe

**Sur inscription**



# Espace Arlette Gelé de Francony

4 rue Laporte

☎ 05 57 89 37 77 / 06 59 43 03 53 ☎

## Programme d'animation du mois de juillet

<b>Mercredi 3</b>	14h – Ciné-Débat avec UnisCité
<b>Jeudi 4</b>	10h – Club de Marche 14h – Jeux de société
<b>Mercredi 10</b>	14h – Atelier Cuisine avec le Chef Olivier Straehli (Dernière séance)
<b>Jeudi 11</b>	10h – Club de Marche 14h – Chorale
<b>Vendredi 12</b>	12h30 – Repas partagé à l'occasion du 14 Juillet
<b>Mercredi 17</b>	14h – Atelier créatif
<b>Jeudi 18</b>	10h – Club de Marche 14h – Remue-Méninges spécial Tic Tac Boum
<b>Jeudi 25</b>	10h30 – Chorale 14h – Talent partagé : Mobilité des articulations avec Evelyne – <b>MAX 6 PERS</b>
<b>Vendredi 26</b>	10h – Club de Marche 14h30 – Atelier nutrition avec la Maison du Diabète « Bien m'hydrater » - <b>MAX 12 PERS</b>
<b>Mercredi 31</b>	10h – Atelier créatif 14h – Café papotes

# Espace Arlette Gelé de Francony

4 rue Laporte

☎ 05 57 89 37 77 / 06 59 43 03 53 ☎

## Activités avec intervenants

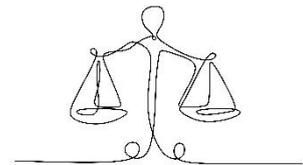
*(Gratuit sur inscription)*

### 1 fois/mois **Atelier Forme & Equilibre**

**Mardi 2 – dernière séance**

De 14h00 à 15h30

*Avec l'ASEPT*



### 1 fois/mois **Atelier cuisine**

**Mercredi 10**

De 14h00 à 16h00

*Avec le Chef Olivier Straehli*



### 1 fois/mois **Sophrologie / Réflexologie**

**Vendredi 19**

De 14h00 à 15h30

*Avec SR&CO*



### 1 fois/mois **Atelier Nutrition**

**Vendredi 26**

De 14h30 à 16h00

*Avec la Maison du Diabète*



# Espace Arlette Gelé de Francony

4 rue Laporte

☎ 05 57 89 37 77 / 06 59 43 03 53

## Programme d'animation au mois d'août

<b>Jeudi 1er</b>	10h – Club de Marche 14h – Talent Partagé « D'où viennent ces expressions » avec Nehl
<b>Mercredi 7</b>	15h – Atelier « Initiation à la Self Défense » avec ASTD Sécurité Personnelle <b>PLACES LIMITEES – SUR INSCRIPTION</b>
<b>Jeudi 8</b>	10h – Club de Marche 14h – Chorale
<b>Mercredi 14</b>	10h – Club de Marche 14h – Talent Partagé « Découverte du mime » avec Danielle
<b>Jeudi 22</b>	10h – Club de Marche 14h – Chorale
<b>Vendredi 23</b>	10h – Atelier créatif 14h – Conférence sur l'Histoire de l'Art « La perspective » avec Jérôme Laborde
<b>Mercredi 28</b>	10h30 – Instant bien-être : Lecture Musicale avec Christelle & Mandalas 14h30 – Atelier Socio-esthétique : création de cosmétiques visage au chocolat avec <b>Céline Gauyac – 6 pers MAX</b>
<b>Jeudi 29</b>	10h – Club de Marche 14h – Café Papotes

*Sous réserve de modifications*

# Espace Arlette Gelé de Francony

4 rue Laporte

☎ 05 57 89 37 77 / 06 59 43 03 53

## Activités avec intervenants

*(Gratuit sur inscription)*

### **1 fois /mois Atelier « Initiation à la Self-Défense »**

**Mercredi 7**

A 15h00

*Avec la société ASTD Sécurité Personnelle*

### **1 fois/mois Conférence sur l'Histoire de l'Art**

**Vendredi 23**

A 14h00

*Avec Jérôme Laborde*

### **1 fois/mois Atelier Socio-esthétique : Création de cosmétique visage au chocolat**

**Mercredi 28**

A 14h30

*Avec Céline Gauyac*

### **1 fois/mois Sophrologie / Réflexologie**

**Vendredi 30**

De 14h00 à 15h30

*Avec SR&CO*



# Ville de **BORDEAUX**

## PROCHAINEMENT

▪ **Semaine bleue « Bouter ensemble pour entretenir la flamme »**

Du 30 septembre au 6 octobre - Quartiers de la ville de Bordeaux

Programmation détaillée à venir

Adoptons les bons réflexes

- **RESTEZ AU FRAIS**
- **BUVEZ DE L'EAU**
-  > MANGEZ EN QUANTITÉ SUFFISANTE
-  > FERMEZ VOLETS ET FENETRES LE JOUR AÉREZ LA NUIT
-  > ÉVITEZ L'ALCOOL
-  > MOUILLEZ-VOUS LE CORPS
-  > DONNEZ ET PRENEZ DES NOUVELLES DE VOS PROCHES
-  > ÉVITEZ LES ACTIVITÉS PHYSIQUES

> **0 800 06 66 66**  
(appel gratuit), centre d'appels téléphonique national  
"CANICULE INFOSERVICES" activé en cas d'alerte canicule

> **EN CAS DE MALAISE APPELEZ LE 15**