

Programme mensuel

→ des 25 Échoppes seniors

- ▾ Des activités de loisirs
- ▾ Des restaurants Seniors
- ▾ Un accueil sur-mesure

Septembre 2024



Bienvenue !

Retrouvez à côté de chez vous 25 espaces de loisirs et de restauration dans tous les quartiers pour découvrir des activités de loisirs, des restaurants seniors avec des repas équilibrés servis tous les jours de la semaine, et une équipe prête à vous accompagner !

Horaires

10h30-17h

(Sauf pour les échoppes seniors Belcier, La Lumineuse et Arlette Gelé de Francony)

Inscription tout au long de l'année

Accueil Service Animation : 05 57 89 37 77

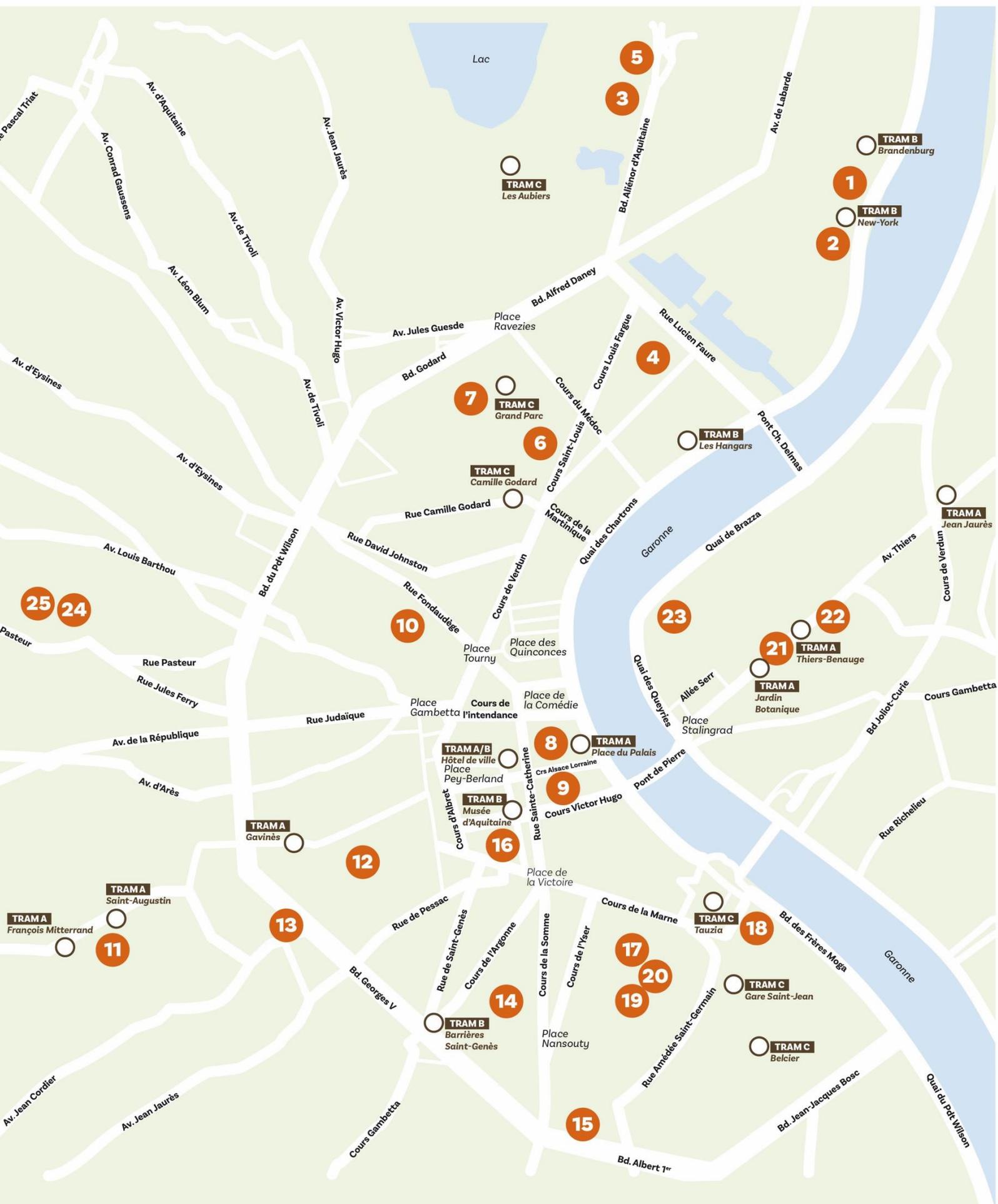
Accueil Service restauration : 05 57 89 37 50

pass.senior@mairie-bordeaux.fr

Tarif

La plupart des activités de loisirs sont gratuites.

Les tarifs pour la restauration seniors sont en fonction des ressources (simulateur en ligne sur tarifs.bordeaux.fr/seniors)



Lac

TRAM C
Les Aubiers

TRAM B
Brandenburg

TRAM B
New-York

TRAM C
Grand Parc

TRAM B
Les Hangars

TRAM C
Camille Godard

TRAMA
Jean Jaurès

TRAMA
Thiers-Benauges

TRAMA
Jardin Botanique

TRAM A/B
Hôtel de ville
Place Pey-Berland

TRAM B
Musée d'Aquitaine

TRAMA
Place du Palais

TRAM B
Cours Victor Hugo

TRAMA
Gavinès

TRAMA
Saint-Augustin

TRAMA
François Mitterrand

TRAM C
Tauzia

TRAM C
Gare Saint-Jean

TRAM C
Belcier

TRAM B
Barrières
Saint-Genès

Vos échoppes seniors

↳ Bordeaux Maritime

1 La Lumineuse

196 rue Achard
lumineuse@mairie-bordeaux.fr
05 24 57 65 14
Tram B, Brandenburg

2 Achard

111 rue Achard
achard@mairie-bordeaux.fr
06 07 11 61 51
Tram B, Rue Achard ou New York

3 Ginko

4 cours du Quebec
06 78 60 78 70
Tram C, Les Aubiers

4 Chantecrit

45 rue du commandant
Hautreux
chantecrit@mairie-bordeaux.fr
06 07 10 93 76
Tram B, Les Hangars

5 Sarah Bernhardt*

33 cours de Quebec
05 57 89 37 77
Tram B, Berges du Lac

↳ Chartrons Grand Parc Jardin Public

6 Jardin Public

142 rue du Jardin Public
jardin-public@mairie-bordeaux.fr
05 57 87 13 31
Tram C, Emile Counord
ou Camille Godard

7 Maryse Bastié

16 rue Maryse Bastié
maryse-bastie@mairie-bordeaux.fr
05 56 69 31 32
Tram C, Grand Parc

↳ Centre Ville

8 Alsace Lorraine

11 cours d'Alsace-et-Lorraine
alsace-lorraine@mairie-bordeaux.fr
06 78 60 81 68
Tram A, Place du Palais

9 Notre Temps *

28-30 rue Neuve
notre-temps@mairie-bordeaux.fr
06 07 22 50 21
Tram A, Place du Palais

10 Saint Seurin

13 bis rue du Docteur Albert
Barraud
albert-barraud@mairie-bordeaux.fr
05 24 57 65 02

↳ Tauzin Saint-Augustin Alphonse Dupeux

11 Alfred Smith

30 rue Alfred Smith
alfred-smith@mairie-bordeaux.fr
06 18 77 49 55
Tram A, François Mitterrand

12 Manon Cormier

62-66 rue Manon Cormier
manon-cormier@mairie-bordeaux.fr
07 86 65 01 51
Tram A, Gavinès

13 Saint-Augustin

127 rue Quintin
quintin@mairie-bordeaux.fr
06 58 41 24 17

↳ Nansouty Saint Genès

14 Dubourdieu

73 rue Dubourdieu
dubourdieu@mairie-bordeaux.fr
06 07 16 26 90
Tram B, Barrière St Genès

15 Albert 1^{er}

28 boulevard Albert 1^{er}
albert-1@mairie-bordeaux.fr
05 56 91 44 79

↳ Bordeaux Sud

16 Magendie

45 rue Magendie
magendie@mairie-bordeaux.fr
06 07 22 31 74
Tram B, Musée d'Aquitaine

17 Saint Jean

4 rue Vilaris
vilaris@mairie-bordeaux.fr
05 56 92 64 55
Tram C /D, Tauzia

18 Belcier

45 rue Son Tay
son-tay@mairie-bordeaux.fr
05 57 89 37 77
Tram C, Belcier

19 Buchou

25 rue Buchou
buchou@mairie-bordeaux.fr
06 07 16 78 42
Tram C/D, Gare Saint-Jean

20 Billaudel

112 bis rue Malbec
billaudel@mairie-bordeaux.fr
06 07 16 25 26
Tram C /D, Gare Saint Jean

↳ Bastide

21 Bonnefin

5-7 rue Bonnefin
bonnefin@mairie-bordeaux.fr
06 07 15 95 70
Tram A, Thiers Benauge

22 Reinette

16-24 Cité Reinette
reinette@mairie-bordeaux.fr
07 86 63 32 69
Tram A, Jean Jaurès

23 Bastide-Queyries

13 allée Jean Giono
queyries@mairie-bordeaux.fr
05 56 86 89 41
Tram A, Jardin Botanique

↳ Caudéran

24 Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet
armand-faulat@mairie-bordeaux.fr
06 07 13 67 97

25 Arlette Gelé de Francony *

4 rue Laporte
gelee-de-francony@mairie-
bordeaux.fr
05 57 89 37 77

* Pas de restauration dans ces échoppes

SOMMAIRE

| | |
|--|-----------|
| BORDEAUX MARITIME | 6 |
| ÉCHOPPE SENIORS GINKO..... | 6 |
| ÉCHOPPE SENIORS ACHARD | 8 |
| ÉCHOPPE SENIORS LA LUMINEUSE | 10 |
| ÉCHOPPE SENIORS CHANTECRIT | 13 |
| GRAND PARC – CHARTRONS JARDIN PUBLIC..... | 16 |
| ÉCHOPPE SENIORS MARYSE BASTIE..... | 17 |
| ÉCHOPPE SENIORS JARDIN PUBLIC..... | 19 |
| ÉCHOPPE SENIORS JARDIN PUBLIC..... | 20 |
| BORDEAUX CENTRE..... | 22 |
| ÉCHOPPE SENIORS ALSACE LORRAINE..... | 23 |
| ÉCHOPPE SENIORS ALSACE LORRAINE..... | 24 |
| ÉCHOPPE SENIORS NOTRE TEMPS | 25 |
| ÉCHOPPE SENIORS SAINT SEURIN | 27 |
| ÉCHOPPE SENIORS SAINT SEURIN | 28 |
| SAINT AUGUSTIN – TAUZIN ALPHONSE DUPEUX | 30 |
| ÉCHOPPE SENIORS ALFRED SMITH | 31 |
| ÉCHOPPE SENIORS MANON CORMIER | 33 |
| ÉCHOPPE SENIORS SAINT-AUGUSTIN | 35 |
| NANSOUTY – SAINT GENES..... | 38 |
| ÉCHOPPE SENIORS DUBOURDIEU | 39 |
| ÉCHOPPE SENIORS ALBERT 1 ^{ER} | 41 |
| ÉCHOPPE SENIORS ALBERT 1 ^{ER} | 42 |
| BORDEAUX SUD..... | 44 |
| ÉCHOPPE SENIORS MAGENDIE..... | 45 |
| ÉCHOPPE SENIORS SAINT JEAN | 47 |
| ÉCHOPPE SENIORS BUCHOU..... | 49 |
| ÉCHOPPE SENIORS BILLAUDEL | 51 |
| ÉCHOPPE SENIORS BELCIER | 53 |
| LA BASTIDE | 56 |
| ECHOPPE SENIORS BONNEFIN | 57 |
| ECHOPPE SENIORS REINETTE..... | 59 |
| ECHOPPE SENIORS BASTIDE-QUEYRIES | 61 |
| ECHOPPE SENIORS BASTIDE-QUEYRIES | 62 |
| CAUDERAN | 64 |
| ECHOPPE SENIORS ARMAND FAULAT | 65 |
| ECHOPPE SENIORS GELE DE FRANCONY | 67 |

Bordeaux Maritime

Échoppe seniors Ginko
4 cours de Québec 33300 Bordeaux

 06 78 60 78 70

| Programme d'animation du mois de septembre | |
|---|---|
| Mardi 3 | 10h30 – Rencontre avec le nouvel animateur Emmanuel au café du matin |
| Jeudi 5 | 14h30 – Discussion-échanges avec l'animateur |
| Jeudi 12 | 14h45 – Atelier cuisine n°1 Avec le chef Olivier Straehli (cycle de 4 séances) En salle de restauration |
| Jeudi 19 | 14h30 – Activité ou échanges avec l'animateur |
| Jeudi 26 | 14h30 – Bal de l'automne Avec l'accordéoniste J. Villemart Invitation de nos 6 voisins résidents de la villa Gipsy-Handicap |

Échonne seniors Ginko

Sous réserve de modifications

4 cours de Québec 55000 bureaux

 06 78 60 78 70

Activités avec intervenant

(Gratuit sur inscription)

Les mardis

Activité Physique Adaptée

9h-10h30

10h30-12h



Activités en autonomie

Informatique

4 ordinateurs en libre-service



Jeux de société

les après-midis



Tricot

Tous les lundis après-midi

Groupe auto-géré

Échoppe seniors Achard

111 rue Achard

 05 56 50 56 35  06 07 11 61 51

Échoppe seniors Achard

111 rue Achard

☎ 05 56 50 56 35 📞 06 07 11 61 51

Programme d'animation du mois de Septembre

| | |
|--------------------|---|
| Lundi 2 | 9h30 – Petit-déj' Présentation du nouvel animateur Emmanuel 10h30 – Réflexologie - sophrologie <i>Avec Isabelle et Marion de SR&Co - Sur inscription</i> |
| Mercredi 4 | 14h30 – Discussion- échanges avec l'animateur |
| Lundi 9 | 11h – Piscine du Grand Parc- <i>départ à 10h de la résidence – Tarif 1,85 euros – Sur Inscription</i> |
| Mercredi 11 | 14h45 – Quiz musical - En salle de restauration |
| Lundi 16 | 10h30 – Réflexologie - sophrologie <i>Avec Isabelle et Marion de SR&Co - Sur inscription</i> |
| Mercredi 18 | 14h30 – Remue-méninges - En salle d'animation |
| Lundi 23 | 14h30 – Temps d'échange pour la préparation du programme d'animation de 2025 |
| Mercredi 25 | 14h45 – Retransmission Concert de l'Opéra - En salle de restauration |
| Jeudi 26 | 14h45 – Conférence d'histoire de l'art <i>Avec Jérôme Laborde</i> Thème : Léonard de Vinci. En salle de restauration avec les chargées d'accueil |
| Lundi 30 | 14h30 – Marche animée sur les quais <i>pour l'ouverture de la Semaine Bleue</i> |

Activités avec intervenant

(Gratuit sur inscription)

Les vendredis

Activité Physique Adaptée

15h45 à 17h15



Activités en autonomie

Informatique



Bibliothèque



Jeux de société



Échoppe seniors La Lumineuse

196 rue achard 33300 Bordeaux

☎ 05.24.57.65.14

| Programme du mois de septembre | |
|---------------------------------------|--|
| Mardi 3 | 13h – Présentation du nouveau programme d'animations autour d'un café |
| Mardi 10 | 15h30 – Goûter partagé et rencontre avec les associations |
| Mardi 17 | 11h/12h30 – Atelier numérique avec Destination multimédia - Sur inscription auprès de Stéphane |
| Jeudi 19 | 14h/17h – Activités de loisirs (jeux, balade, ...) avec l'association Baca'Flow : venez faire part de vos envies pour cette première rencontre ! Sur inscription auprès de Stéphane |
| Mardi 24 | Déjeuner avec Christelle 14h – Sortie au FRAC-MECA avec d'autres établissements |
| Mercredi 25 | 14h30 – Invitation Thé dansant à la résidence autonomie Armand Faulat Thème « Guinguette » accompagné d'un accordéoniste – En autonomie |
| Jeudi 26 | 14h/17h – Permanence numérique pour vous aider avec vos problèmes d'informatique ou de Smartphone avec Destination multimédia RDV individuel sur inscription auprès de Stéphane |
| Lundi 30 | 10h/12h – Socio-esthétique avec l'association Princ'Ess - Sur inscription auprès de Stéphane |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors La Lumineuse

196 rue achard 33300 Bordeaux

☎ 05.24.57.65.14

Gym douce

(Payant* sur inscription dans la limite des places disponibles)

*Dossier d'inscription à récupérer auprès de Stéphane

**Les jeudis 19 et 26
septembre**

11h - 12h15



Activité en autonomie



Jeux de société

Belote, tarot, scrabble, ...

Tous les après-midis

14h à 17h00



Sous réserve des propositions d'animation

Échoppe seniors Chantecrit

45 rue du Commandant Hautreux

☎ 05 24 57 65 12 📞 06 07 10 93 76

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|--------------------------|--|
| Mardi 3 | 11h45 – Sortie Restaurant - sur inscription |
| Mardi 10 Matin | Permanence de Cultures hors Limites Association qui propose des sorties accompagnées |
| Jeudi 12 | 14h30 – KARAOKE Choix des chansons à prévoir pour le 10 septembre |
| Jeudi 19 | <ul style="list-style-type: none">• 10h/11h – Petit déjeuner « Claudie » partagé Sur inscriptions et participation• 15h – Balade de quartier - Marchons sur les quais - sur inscription |
| Mardi 24 | 14h – Rencontre Intergénérationnelle 1 ^{er} rdv avec les enfants de l'école JJ SEMPE Sur inscription |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Chantecrit

45 rue du Commandant Hautreux

☎ 05 24 57 65 12 📞 06 07 10 93 76

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les mercredis

14h - 15h30

Les vendredis

14h - 15h30

Activité Physique Adaptée



Les mardis

Activité en autonomie

Jeux de société

14h30 - 17h



Grand Parc – Chartrons

Jardin Public

Échoppe seniors Maryse Bastié

16 rue Maryse Bastié

☎ 05 56 69 31 32 ☎

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|-----------------|---|
| Mardi 3 | 15h – Activité créative : collage |
| Jeudi 5 | 15h – Spectacle chantée et dansée, comme au cabaret « Nathy fait son cabaret », tenue de soirée appréciée |
| Jeudi 12 | 15h – Conférence histoire : « La nouvelle France » par Mr Groult |
| Jeudi 19 | 15h – Remue-méninges <i>Se munir d'un cahier et d'un stylo</i> |
| Mardi 24 | 15h – Projet de sortie <i>Venez co-construire votre projet de sortie</i> |
| Jeudi 26 | 15h - Le Magazine de la résidence <i>Se munir d'un cahier, d'un stylo et de ses articles</i> |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Maryse Bastié

16 rue Maryse Bastié

☎ 05 56 69 31 32 ☎

Activité régulière

(Gratuit sur inscription)

Les mercredis
15h45 à 17h15

Activité Physique Adaptée



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



Échoppe seniors Jardin Public

142 rue du Jardin Public

☎ 05 57 87 13 31 ☎

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|-----------------|---|
| Jeudi 5 | 14h – Initiation au poker |
| Mardi 10 | 14h – Discussion et échange sur le club |
| Jeudi 19 | 14h – Loto |
| Mardi 24 | 14h – Jeux de société |
| Jeudi 26 | 14h – Le petit tournoi de Poker |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Jardin Public

142 rue du Jardin Public

☎ 05 57 87 13 31 ☎

Activité régulière

(Payante sur inscription)



Les vendredis

14h30 à 15h30

Gym douce



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

Bordeaux Centre

Échoppe seniors Alsace Lorraine

11 Cours d'Alsace Lorraine

☎ 05 24 57 65 10 📱 06 78 60 81 68

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|--------------------|---|
| Lundi 16 | 14h30 – Présentation et Echanges autour du programme d'animation et de la Semaine Bleue |
| Mardi 17 | 14h30 – Sortie Musée d'Aquitaine : Exposition « Vivre et Mourir en Egypte » Inscription recommandée |
| Mercredi 18 | 14h30 – Jeux des proverbes |
| Lundi 23 | 14h30 – Atelier Créatif : déco « Semaine Bleue » |
| Mercredi 25 | 14h30 – Invitation Thé dansant à la résidence autonomie Armand Faulat Thème « Guinguette » accompagné d'un accordéoniste Inscription recommandée |

Après-midi créative et récréative

Jeux de société, ping-pong...



Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Alsace Lorraine

11 Cours Alsace Lorraine

☎ 05 24 57 65 10 📞 06 78 60 81 68

Activité régulière

(Payante sur inscription)



Les jeudis

5 et 19 septembre

14h à 16h

Atelier d'écriture



(Engagement annuel)

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les lundis

9h à 10h30

Activité Physique Adaptée



2 mercredis/mois

14h

11 et 25 septembre

Cartonnage



Objets de décoration
en carton
Papeterie artisanale



Échoppe seniors Notre Temps

28-30 rue Neuve

☎ 05 56 44 68 90 📞 06 07 22 50 21

Programme d'animation au mois de septembre

| | |
|--------------------|---|
| Jeudi 12 | 14h30 – Jeux des proverbes |
| Mardi 17 | 14h30 – Sortie Musée d'Aquitaine : Exposition « Vivre et Mourir en Egypte » Inscription recommandée |
| Jeudi 19 | 15h – Discussion et échanges « Photo Langage » |
| Mardi 24 | 14h30 – Présentation et Echanges autour du programme et de la Semaine Bleue |
| Jeudi 26 | 14h30 – Remue-méninges : « Journée de la mer » |
| Mercredi 25 | 14h30 – Invitation Thé dansant à la résidence autonomie Armand Faulat Thème « Guinguette » accompagné d'un accordéoniste Inscription recommandée |
| Vendredi 27 | 15h30 – Goûter Anniversaires du mois |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors 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



2 mercredis/mois

14h

Cartonnage



Après-midi créative et récréative

Balades, jeux extérieurs, goûter anniversaires, activités manuelles, bien être et musique...

Échoppe seniors Saint Seurin

13 bis rue du Docteur Albert Barraud

☎ 05 24 57 65 02 ☎

| Programme d'Animation au mois de septembre | |
|---|--|
| Lundi 9 | 14h15 – Jeu(x) d'extérieur <i>(Sous réserve des conditions météorologique)</i> |
| Mardi 10 | 14h15 – Remue-méninges Réponses aux jeux de l'été olympique |
| Lundi 16 | 14h00 – Atelier cuisine avec le chef Olivier A la maison des 5 sens (Dernière séance du cycle de 4 séances) |
| Mardi 17 | 14h15 – Jeu animation surprise |
| Lundi 23 | 14h15 – Atelier créatif « Projet pellicule collective » |
| Mardi 24 | 14h30 – Sortie inter-structures Rendez-vous à la MECA pour l'exposition photographique : « Arpenter photographier la Nouvelle Aquitaine » |
| Mercredi 25 | 14h30 – Invitation Thé dansant à la résidence autonomie Armand Faulat Thème « Guinguette » accompagné d'un accordéoniste |
| Lundi 30 | 14h15 – Atelier créatif (thème à définir) |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Saint Seurin

13 bis rue du Docteur Albert Barraud

☎ 05 24 57 65 02 ☎

Activité régulière

(Payante sur inscription)

Les jeudis

1 cours différent chaque semaine

14h à 15h

Cycle Bien-être et sportif

*Renforcement musculaire adapté

*Expression corporelle

*Sophrologie



(Engagement annuel)

Activité en autonomie

Jeux de société

Belote, tarot, scrabble



Tous les après-midis

14h à 16h30

Sous réserve des propositions d'animations

Saint Augustin – Tauzin

Alphonse Dupeux

Échoppe seniors Alfred Smith

30 rue Alfred Smith

☎ 05 24 57 65 11 📱 06 18 77 49 55

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|--------------------|---|
| Mercredi 4 | 14h30 – Musicothérapie avec Valérie Galin - sur inscription places limitées |
| Jeudi 5 | 14h30 – Bicymixeur avec Flora Velez (Vélo permettant de créer des smoothies) |
| Mardi 10 | 10h30 – Bibliobus |
| Jeudi 12 | 11h30 – Apéritif partagé 14h30 – Conférence autour du TOGO avec Mme Reine Tétévi |
| Mercredi 18 | 14h30 – Musicothérapie avec Valérie Galin sur inscription places limitées |
| Jeudi 19 | 14h30 – Conférence avec la maison du Diabète : Gérer mes envies de sucre avec dégustation en pleine conscience Sur inscription places limitées |
| Mercredi 25 | 14h30 – Invitation Thé dansant à la résidence autonomie Armand Faulat Thème « Guinguette » accompagné d'un accordéoniste Accompagné par l'animatrice - sur inscription |
| Jeudi 26 | 14h30 – Permanence avec le PIM'S pour les démarches administratives (doctolib, CAF, ...) |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Alfred Smith

30 rue Alfred Smith

☎ 05 24 57 65 11 📞 06 18 77 49 55

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les mardis

14h à 15h30

15h30 à 17h

Activité Physique Adaptée



Activités en autonomie

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



Échoppe seniors Manon Cormier

62-66 rue Manon Cormier

☎ 05 56 96 08 64 📞 07 86 65 01 51

| Programme d'animation du mois de septembre | |
|---|---|
| Lundi 2 | 14h30 – Remue-méninges |
| Mardi 3 | 9h30 – Balade de quartier 14h30 – Quiz musical |
| Jeudi 5 | 15h – Sieste musicale avec Mr Lombardo |
| Vendredi 6 | 11h – Apéritif partagé avec l'équipe |
| Mercredi 11 | 15h – Rdv autour du grand écran avec l'équipe |
| Mardi 17 | 10h30 – Bibliobus |
| Mercredi 18 | 15h – Relaxation avec Mr Lombardo |
| Lundi 23 | 14h30 – Discussion échange : « Evolution de la société » |
| Mardi 24 | 10h – Courses pour atelier cuisine 14h30 – Atelier cuisine avec l'animatrice |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Manon Cormier

62-66 rue Manon Cormier

☎ 05 56 96 08 64 📱 07 86 65 01 51

Activités régulières



Les jeudis

14h - 16h

Peinture



(Engagement annuel)

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les vendredis

14h - 15h30

15h30 - 17h

Activité Physique Adaptée



Échoppe seniors Saint-Augustin

127 rue Quintin

☎ 06 58 41 24 17 ☎

| Programme d'animation du mois de septembre | |
|---|---|
| Mardi 3 | 15h30 – Reprise gym 1 ^{er} étage |
| Mercredi 4 | 14h – Lecture à voix haute Chacun apporte une lecture à partager |
| Mercredi 11 | 14h – Activité créative <i>peinture acrylique</i> |
| Jeudi 12 | 14h – Sortie à la Croix Rouge Rendez-vous départ du club Quintin à 14h avec Hélène |
| Mercredi 25 | 14h – Activité créative Fabrication d'un décor de Noël |
| Jeudi 26 | 14h – Karaoké + Anniversaires du mois |

Salle municipale Saint Augustin, place Saint Augustin

☎06 20 33 95 25 ☎

| Programme d'animation du mois de septembre | |
|---|---|
| Mardi 3 | 14h – Chant / Guitare |
| Jeudi 5 | 14h – Reprise gym |
| Mardi 10 | 14h – Relaxation avec Jeanne Brancier |
| Mardi 17 | 14h – Remue-méninges |
| Mardi 24 | 14h – Jeux de société |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Saint Augustin

127 rue Quintin

☎ 06 58 41 24 17 ☎

Activité régulière

(Payante sur inscription)



Les mardis

15h30 - 16h30

Gym douce



*Les cours ont lieu à la Salle Quintin
du 1^{er} étage*

Salle municipale Saint Augustin, place Saint Augustin

☎ 06 20 33 95 25 ☎

Activité régulière

(Payante sur inscription)



Les jeudis

14h - 15h

Gym douce



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

Nansouty – Saint Genès

Échoppe seniors Dubourdieu

73 rue Dubourdieu

 05 56 91 14 50  06 07 16 26 90

Programme d'animation du mois de septembre

Mardi 3

14h30 – Atelier cuisine **avec le chef**
Olivier Straehli

**Pour les autres activités se renseigner auprès de
l'équipe de la structure**

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Dubourdiou

73 rue Dubourdiou

 05 56 91 14 50  06 07 16 26 90

Activité régulière

(gratuit sur inscription)

Les Jeudis

16h - 17h30

Activité Physique Adaptée



Échoppe seniors Albert 1^{er}

28 boulevard Albert 1^{er}

☎ 05 56 91 44 79 ☎

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|--------------------|---|
| Mercredi 4 | 14h – On se balade – Organisons la sortie |
| Lundi 9 | 14h – Initiation au poker |
| Mercredi 11 | 14h – Discussions et échange sur le club |
| Lundi 16 | 14h – Echecs En autonomie |
| Mercredi 19 | 14h – La bataille de belote |
| Lundi 23 | 14h – Le petit tournoi de Poker |
| Mercredi 25 | 14h – Le tournoi de belote d'Albert |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Albert 1^{er}

28 boulevard Albert 1^{er}

☎ 05 56 91 44 79 ☎

Activité en autonomie

Tous les jours - 14h à 17h

Jeux de cartes – Jeux de Société



Bordeaux Sud

Échoppe seniors Magendie

45 rue Magendie

📞 06 07 22 31 74 ☎️ 05 57 89 37 57

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|-----------------|--|
| Mardi 3 | A partir de 10h30 la Biblio bus 😊 |
| Jeudi 12 | 15h – conférence musicale « Don Giovanni » de Mozart avec Aurélien Pétillot de l'association les caprices de Marianne |
| Jeudi 19 | 15h – Atelier cuisine avec le chef Olivier |
| Jeudi 26 | 14H30 – Atelier théâtre avec les Coqs Rouges |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Magendie

45 rue Magendie

📞 06 07 22 31 74 ☎️ 05 57 89 37 57

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les lundis

09h à 10h30

10h30 à 12h

Activité Physique Adaptée



Les mercredis

10h45 à 12h15

Échoppe seniors Saint Jean

4 rue Vilaris

☎ 05 56 92 64 55 ☎

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|--------------------|--|
| Mercredi 4 | 14h – Bien-être Sophrologie réflexologie avec Isabelle et Marion Gratuit sur inscription limité à 10 participants |
| Mercredi 11 | 14h – Bien-être Sophrologie réflexologie avec Isabelle et Marion Gratuit sur inscription limité à 10 participants |
| Jeudi 12 | 14h – Dictée de la rentrée |
| Jeudi 19 | 14h – Mobilité douce avec Wimooov Présentation de « L'offre de mobilité en Nouvelle Aquitaine » par la conseillère en mobilité seniors |
| Mardi 24 | 14h30 – Sortie inter-structures Rendez-vous à la MECA pour l'exposition photographique : « Arpenter photographier la Nouvelle Aquitaine » |
| Mercredi 25 | 14h30 – Invitation Thé dansant à la résidence autonomie Armand Faulat Thème « Guinguette » accompagné d'un accordéoniste |
| Jeudi 26 | 14h – Conférence cuisine avec le chef Olivier sur le thème « C'est quoi la dégustation ? » |

Sous réserve de modifications

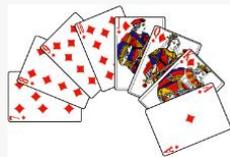
Échoppe seniors Saint Jean

4 rue Vilaris

☎ 05 56 92 64 55 ☎

Activité en autonomie

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



Sous réserve des propositions d'animations

Échoppe seniors Buchou

25 rue Buchou

☎ 05 56 92 69 08 📞 06 07 16 78 42

| Programme d'animation du mois de septembre | |
|---|--|
| Lundi 9 | 10h – Présentation de la nouvelle animatrice Dalila |
| Mercredi 11 | 14h30 – Discussions et échanges autour des envies des séniors |
| Lundi 16 | 9h/12h – RDV individualisés avec l'animatrice |
| Mercredi 18 | 9h/12h – RDV individualisés avec l'animatrice 14h30 – Petits jeux de convivialité |
| Lundi 23 | 14h45 – Retransmission <i>de l'Hymne à la joie</i> de Beethoven- Orchestre Harmonique de Bordeaux (<i>à confirmer</i>) |
| Mercredi 25 | 14h30 – Echanges autour du projet d'animation et de la semaine bleue |
| Lundi 30 | 14h30 – Marche en musique sur les quais |

Sous réserve de modifications

Échoppe seniors Buchou

25 rue Buchou

☎ 05 56 92 69 08 📞 06 07 16 78 42

Activité régulière

(Gratuit sur inscription)

Les lundis

Activité Physique Adaptée

9h à 10h30



Activités en autonomie

Après-midi créative et récréative

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



Échoppe seniors Billaudel

112 bis rue Malbec

 05 24 57 65 09  06 07 16 25 26

| Programme d'animation du mois de septembre | |
|---|--|
| Mardi 10 | 9h – Petit-déj' partagé et rencontre avec la nouvelle animatrice Dalila |
| Jeudi 12 | 14h30 – Discussions et échanges autour des envies des séniors |
| Mardi 17 | 9h/12h – RDV individualisés avec l'animatrice 15h30 – Petits jeux de convivialité |
| Mardi 24 | De 9h à 12h – RDV individualisés avec l'animatrice 15h30 – Echanges autour du projet d'animation et de la semaine bleue |
| Jeudi 26 | 14h30 - Retransmission <i>de l'Hymne à la joie</i> de Beethoven- Orchestre Harmonique de Bordeaux (<i>à confirmer</i>) |
| Lundi 30 | 14h30 – Marche en musique sur les quais |

Sous réserve de modifications – Inscriptions souhaitées

Échoppe seniors Billaudel

112 bis rue Malbec

☎ 05 24 57 65 09 📞 06 07 16 25 26

Activité régulière

(Gratuit sur inscription)

Les lundis
10h45 à 12h15

Activité Physique Adaptée



Activité avec l'association

« **Faits de cœur's** »

(Gratuit sur inscription)

Vendredi 6 et 20 septembre

14h30 à 16h



Activités en autonomie

Après-midi créative et récréative

« *Tricote et Papote* »

Le 2^{ème} vendredi de chaque mois



Échoppe seniors Belcier

45 rue Son Tay

Activités ponctuelles

(Gratuites)

Vendredi 13

16h30 – **TEMPS FORT** « Ferdinand à table » avec le centre d'animation Bordeaux Sud. Accompagné par un forum associatif - **Place Ferdinand Buisson**

Samedi 21

14h – Conférence « Causerie autour de l'histoire » avec **Faits de cœur's**

Activités régulières

(Gratuites)

1 fois/semaine Favoriser l'accès à la culture grâce à un accompagnement individuel aux sorties

Mercredis 18 et 25

De 9h00 à 17h

Avec Culture Hors Limite

 07 82 08 33 67



1 fois/mois

Café Bla-Bla

Mercredi 18

De 09h30 à 12h30

Avec l'alternative Urbaine

 07 67 79 17 13



2 fois/mois

**Temps ludiques
intergénérationnels**

Mercredi 18

De 13h30 à 17h

Avec Faits de cœur's

 07 69 28 84 61



1 fois/semaine

Accès au numérique

Vendredi 20

De 14h30 à 16h30

Avec Astrolab'

contact@astrolabelcier.fr



1 fois/semaine

**Le rendez-vous des
beloteurs**

Vendredi 20

De 14h30 à 18h

Avec Astrolab'

contact@astrolabelcier.fr



1 fois/semaine

Atelier Yoga du rire

Mardi 24

De 10h15 à 11h30

Avec l'ASEPT

 05 57 99 79 39



1 fois/semaine

Accès aux droits

Mardi 24 et jeudi 26

De 14h30 à 17h30

*Avec le Centre d'Animation
Bordeaux Sud*

 06 84 05 85 87



La Bastide

Echoppe seniors Bonnefin

5 rue Bonnefin

 05 56 40 08 80  06 07 15 95 70

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|--------------------|--|
| Mardi 10 | 15h – Discussions et échanges autour d'un goûter avec votre nouvelle animatrice |
| Jeudi 19 | 14h30 – Conférence Musicale avec Aurélien Pétillot de l'association les caprices de Marianne |
| Vendredi 20 | 20h - Projection en direct depuis l'opéra de Bordeaux « Concert symphonique et choral à l'Auditorium » |
| Mardi 24 | 14h30 – Remue-méninges |

Sous réserve de modifications

Echoppe seniors Bonnefin

5 rue Bonnefin

 05 56 40 08 80  06 07 15 95 70

Activité régulière

(gratuit sur inscription)

Les mercredis

9h à 10h30

Activité Physique Adaptée



Echoppe seniors ReINETTE

16-24 Cité ReINETTE

 05 24 57 65 06  07 86 63 32 69

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|--------------------|---|
| Mercredi 11 | 14h30 – Atelier dégustation en pleine conscience : les 9 sortes de faim avec Sonia Chaarana – Diététicienne |
| Lundi 16 | 15h – Discussions et échanges autour d'un goûter avec votre nouvelle animatrice |
| Lundi 23 | 14h30 – Atelier remue-méninges |
| Lundi 30 | 14h30 – Conférence musicale avec Aurélien Pétillot de l'association les caprices de Marianne |

Sous réserve de modifications

Echoppe seniors ReINETTE

16-24 Cité ReINETTE

☎ 05 24 57 65 06 📞 07 86 63 32 69

Activités régulières

(gratuit sur inscription)

Les jeudis

14h à 15h30

Activité Physique Adaptée



Echoppe seniors Bastide-Queyries

13 allée Jean Giono

☎ 05 56 86 89 41 ☎

Programme d'animation du mois de septembre

| | |
|---------------------------------|---|
| Lundi 2 | 14h – Petits exercices d'entretien physique |
| Mardi 3 | 14h30 – Activité jeux de société |
| Jeudi 5 | 9h45 – Activité informatique avec les conseillers numérique : « Tout savoir pour maîtriser le vocabulaire informatique » |
| Les jeudis 5-12-19 et 26 | 15h – Remue-méninges |
| Vendredi 6 | 14h – Activité bols chantants avec Alain Mezzo |
| Mardi 10 | 14h – Jeux de pétanque |
| Mardi 24 | 14h30 – Bal convivial entre nous |
| Mercredi 25 | 14h30 – Invitation Thé dansant à la résidence autonomie Armand Faulat Thème « Guinguette » accompagné d'un accordéoniste |

Sous réserve de modifications

Echoppe seniors Bastide-Queyries

13 allée Jean Giono

☎ 05 56 86 89 41 ☎

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

1 fois / semaine

Lundi 2/16 et 23

10h-10h45 / 11h-11h45

RDV individuel sur inscription auprès de l'animatrice

Atelier Massage des mains
avec l'animatrice



Les lundis

14h à 15h15

Basket Santé



Activités Régulières

(Payantes sur inscription)



Les jeudis - 14h à 15h Gym Douce



Les vendredis (tous les 15 jours)

14h-16h Atelier théâtre d'improvisation

Vendredi 13 et 27 septembre



Caudéran

Echoppe seniors Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet

☎ 05 24 57 65 07 📞 06 07 13 67 97

| Programme d'animation du mois de septembre | |
|---|---|
| Chaque Lundi | 11h/12h Remue-Méninges - Salle Apalpa |
| Chaque Mercredi | 10h – Café partagé |
| Le Mercredi | Rencontres avec les enfants de la crèche Armand Faulat Planning en interne-sur inscriptions |
| Mercredi 4 | 11h/17h30 Sortie Minibus <ul style="list-style-type: none">• Pique-nique Forêt du Bourghail Prévoir votre pique-nique• Visite des serres tropicales <i>Plongez dans une aventure tropicale fascinante en compagnie des jardiniers botanistes de Bordeaux Métropole. Gratuit Uniquement sur inscriptions – 6 places</i> |
| Mercredi 18 | 13h30 – Sortie en ville - Découvrons ou redécouvrons un endroit de Bordeaux en Co-construction. |
| Lundi 23 | 14h30 – Conférence sur l'histoire de l'art avec Jérôme Laborde |
| Vendredi 20 | 20h – Projection en direct depuis l'opéra de Bordeaux « Concert symphonique et chorale à l'Auditorium » - Tenue de soirée conseillée- Ouvert à tous sur inscriptions |
| Mercredi 25 | 14H30 – 4 ^{ème} EDITION DU THE DANSANT Thème « GUINGUETTE » Ouvert à tous sur inscriptions |
| Lundi 30 | 14h30 – Après-midi avec Christophe François Venez tester un casque de réalité virtuelle |

Sous réserve de modifications

Echoppe seniors Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet

☎ 05 24 57 65 07 📞 06 07 13 67 97

Activité régulière



(Payante sur inscription)

Les lundis

16h à 17h

Gym douce



Activité régulière

(Gratuit sur inscription)

Les mardis

9h à 10h30

10h30 à 12h

Activité Physique Adaptée



Les mardis

Matin - Rdv individuel

Les vendredis

Après-midi – En groupe

Ateliers numériques
avec **Remuménage**



Sur inscription

Echoppe seniors Gelé de Francony

4 rue Laporte

☎ 05 57 89 37 77 / 06 59 43 03 53 ☎

| Programme d'animation du mois de septembre | |
|---|--|
| Jeudi 12 | 12h30 – Déjeuner partagé 15h – Remue-Méninges « Jeu de la Valise » |
| Mercredi 18 | 10h – Chorale 14h – Jeux de société / extérieur (selon météo) |
| Jeudi 19 | 14h30 – Animation culturelle avec la Bibliothèque de Bordeaux sur « les reliures anciennes » |
| Lundi 23 | 14h – Temps d'échange et construction de la « Gazette d'Arlette » |
| Mardi 24 | 14h – SORTIE INTER-STRUCTURES : Exposition à la MECA « Arpenter & Photographier la Nouvelle Aquitaine » |
| Mercredi 25 | 10h – Club de Marche 14h – Remue-Méninges : Certificat d'études années 60 |
| Jeudi 26 | 10h – Chorale 14h – Café papotes |

Sous réserve de modifications

Echoppe seniors Gelé de Francony

4 rue Laporte

☎ 05 57 89 37 77 / 06 59 43 03 53

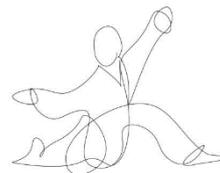
Activité régulière



(Payante sur inscription)

Les lundis
10h à 11h30

TAI CHI



Activités avec intervenants

(Gratuit sur inscription)

3 fois/mois Atelier Forme et équilibre

Vendredi 13, 20 et 27

De 10h00 à 11h30

Avec l'ASEPT



1 fois/mois Atelier Nutrition

Mardi 24

De 10h00 à 11h30

Avec l'ASEPT



1 fois/mois Sophrologie / Réflexologie

Vendredi 27

De 14h00 à 15h30

Avec SR&CO





Ville de
BORDEAUX

LES MANIFESTATIONS DU MOIS

- **Ouverture de la semaine bleue (Du 30 septembre au 6 octobre)**

Lundi 30 septembre – 14h30

Marche en fanfare sur les quais avec la Fanfare B7, départ devant le H14.

A l'arrivée, placette de Munich, petite restauration, stand d'information et de présentation.

PROCHAINEMENT

- **Semaine bleue du 30 septembre au 6 octobre**

Conférences, ateliers, concerts... Pendant une semaine, la Ville de Bordeaux et ses partenaires, proposent de nombreux rendez-vous gratuits dans tous les quartiers.

- **Mardi de la musique**

Reprise mardi 8 octobre - 10h30 – Auditorium de la bibliothèque Mériadeck

Conférence "Ravel : ni femme, ni dieu, ni maître"

Michèle Lhopiteau-Dorfeuille, cheffe de chœur, musicologue, écrivaine

A l'occasion de la parution de son dernier livre aux éditions Le Bord de l'eau, M. Lhopiteau-Dorfeuille nous parle du compositeur Maurice Ravel (1875-1937)

Entrée libre, dans la limite des places disponibles

Pour tout renseignement

Direction Générations Seniors et Autonomie

Equipe de votre structure seniors / 05 57 89 37 77 / pass.senior@mairie-bordeaux.fr