



Programme mensuel

→ des 25 Échoppes seniors

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

Octobre 2024



Bienvenue !

Retrouvez à côté de chez vous 25 espaces de loisirs et de restauration* dans tous les quartiers pour découvrir des activités, un service de restauration avec des repas équilibrés servis tous les jours de la semaine (sauf week-end et jours fériés), et une équipe prête à vous accompagner !

Horaires

10h30-17h30**

(Horaires variables pour les Echoppes seniors Belcier, Sarah Bernhardt et Arlette Gelé de Francony). Contacter les structures pour connaître les horaires

Inscription tout au long de l'année

Vous pouvez vous inscrire directement auprès de l'équipe en place dans les échoppes seniors.

Pour en savoir plus :

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. Quand une participation financière est nécessaire, cela est indiquée sur le programme.

Les tarifs pour la restauration seniors sont en fonction des ressources.

Scannez le QR-code pour en savoir plus sur votre tarif.



Sommaire

Bordeaux Maritime	6
Echoppe seniors Ginko	7
Echoppe seniors Achard	9
Echoppe seniors La Lumineuse	11
Echoppe seniors Chantecrit.....	13
Chartrons Grand Parc Jardin Public	15
Echoppe seniors Jardin Public	16
Echoppe seniors Maryse Bastié.....	18
Centre ville	20
Echoppe seniors Alsace Lorraine.....	21
Echoppe seniors Notre Temps.....	23
Echoppe seniors Saint-Seurin	25
Tauzin Saint-Augustin Alphonse Dupeux	27
Echoppe seniors Alfred Smith	28
Echoppe seniors Manon Cormier.....	30
Echoppe seniors Saint-Augustin	32
Nansouty Saint-Genès	34
Echoppe seniors Dubourdieu	35
Echoppe seniors Albert 1 ^{er}	37
Bordeaux Sud	39
Echoppe seniors Magendie	40
Echoppe seniors Saint-Jean	41
Echoppe seniors Belcier	42
Echoppe seniors Buchou	44
Echoppe seniors Billaudel.....	46
Bastide	48
Echoppe seniors Bonnefin	49
Echoppe seniors Reinette	50
Echoppe seniors Bastide-Queyries	51
Caudéran	53
Echoppe seniors Armand Faulat.....	54
Echoppe seniors Arlette Gelé de Francony	56

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

Bordeaux Maritime

Echoppe seniors Ginko

4 cours de Québec 33300 Bordeaux

Laroque@mairie-bordeaux.fr

06.78.60.78.70

Programme

Mardi 1 octobre - 14h30

→ Rendez-vous autour du petit écran

Jeudi 3 octobre - 14h30

→ Musicothérapie

→ Atelier mobilité avec Wimoov

Mardi 8 octobre - 14h45

→ LOTO

Jeudi 10 octobre - 14h45

→ Atelier cuisine et Nutrition avec Olivier Straehli

Mercredi 16 octobre - 14h45

→ Mandalas

Jeudi 17 octobre - 13h50

→ Sortie au camping international de Bordeaux Lac

Mardi 22 octobre - 14h45

→ Remue-méninges : Petit Bac

Jeudi 24 octobre - 14h45

→ Karaoké

Mercredi 30 octobre - 14h45

→ Mandalas

Activités par cycle

Cycle 4 séances - 14h45

→ Musicothérapie

Jeudis 3 - 17 - 24 et 31 octobre

Tous les mardis 9h-10h30 / 10h30-12h

→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

Tous les mercredis

→ salon de coiffure ouvert

Tous les lundis

→ Tricot

Tous les après-midis

→ Jeux de société

→ accès ordinateur

→ accès bibliothèque

Echoppe seniors Achard

111 rue Achard 33300 Bordeaux

achard@mairie-bordeaux.fr

05.56.50.56.35 / 06.07.11.61.51

Programme

Mercredi 2 octobre - 15h

→ Atelier de sensibilisation à la langue des signes avec l'association "Des mains pour le dire"

Jeudi 3 octobre - 14h30

→ Animation musicale avec Mam'zelle Sylvia

Lundi 7 octobre - 11h30

→ Barbecue à la résidence - *Sur inscription*

Mercredi 9 octobre - 14h

→ Visite du site des compagnons bâtisseurs de Bacalan

Mercredi 16 octobre - 14h

→ Reportage sur l'évolution du quartier Bacalan

Lundi 21 octobre - 9h40

→ Sortie à la piscine du grand parc

Mercredi 23 octobre - 14h45

→ Karaoké

Activités par cycle

Cycle de 10 séances - 10h30

→ Réflexologie et Sophrologie

Lundis 7 et 21 octobre

Tous les vendredis 15h45-17h15

→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

Tous les mercredis

→ salon de coiffure ouvert

Tous les après-midis

→ Jeux de société

→ accès ordinateur

→ accès bibliothèque

Echoppe seniors Lumineuse

196 rue Achard 33300 Bordeaux

lumineuse@mairie-bordeaux.fr

05.24.57.65.14

Programme

Jeudi 3 octobre - 14h

→ Loisirs avec l'association Baca'Flow

Mardi 9 octobre - 14h

→ Gaufres Party et animation musicale à l'Echoppe seniors
Arlette Gelée de Francony

Jeudi 10 octobre - 14h/17h

→ Permanence numérique avec Destination multimédia : Aide individuelle pour résoudre les difficultés rencontrées avec l'informatique ou le smartphone

Sur inscription auprès de Stéphane

Mercredi 16 octobre - 14h/16h45

→ Atelier Cap bien-être pour apprendre à gérer son stress et ses émotions avec l'ASEPT

Sur inscription au 05.57.99.79.39

Jeudi 17 octobre - 14h

→ Loisirs avec l'association Baca'Flow

Mercredi 23 octobre - 14h/16h45

→ Atelier Cap bien-être pour apprendre à gérer son stress et ses émotions avec l'ASEPT

Sur inscription au 05.57.99.79.39

Jeudi 24 octobre - 10h et 15h

→ Permanence numérique avec Destination multimédia : Aide individuelle pour résoudre les difficultés rencontrées avec l'informatique ou le smartphone *Sur inscription auprès de Stéphane*

Lundi 28 octobre - 10h et 14h30

→ Socio-esthétique avec l'association Princ'Ess

Rendez-vous individuel sur inscription auprès de Stéphane

→ Jeu Musical en inter-structure à l'Echoppe Arlette Gelée de Francony

Jeudi 31 octobre - 14h

→ Loisirs avec l'association Baca'Flow

Activités par cycle

Tous les mercredis (hors 30 octobre) 10h/12h

→ Atelier nutrition santé

Sur inscription auprès de l'ASEPT au 05.57.99.79.39

Tous les jeudis 11h/12h15 (payant)

→ Gym Douce

Activités à disposition

Tous les après-midis

→ Jeux de société

Echoppe seniors Chantecrit

45 rue du Commandant Hautreux

chantecrit@mairie-bordeaux.fr

05 24 57 65 15 / 06 07 10 93 76

Programme

Mardi 1 octobre - 14h30

→ Café Philo avec Marie-Christine Barraux, philosophe

Jeudi 3 octobre - 14h30

→ Réalité Virtuelle avec Christophe François

Mardi 8 octobre - 10h30/13h

→ Permanence de l'association Cultures Hors Limites

Jeudi 10 octobre - 14h30

→ LOTO

Jeudi 24 octobre - 10h et 15h

→ Petit déjeuner "Claudie" - *Sur inscription*

→ Marche sur les quais - *Sur inscription*

Mardi 29 octobre - 14h30

→ Conseil de vie Sociale

Jeudi 31 octobre - 14h30

→ Rendez-vous autour du grand écran

Activités par cycle

Tous les mercredis et vendredis 14h-15h30

→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

Tous les mardis

→ Jeux de société

**Chartrons | Grand
Parc | Jardin Public**

Echoppe seniors Jardin Public

142 rue du Jardin Public

jardin-public@mairie-bordeaux.fr

05 57 87 13 31

Programme

Mardi 1 octobre - 14h

→ On se Balade : organisation d'une sortie

Jeudi 3 octobre - 14h

→ Animation Musicale avec Justine Thorn

Mardi 8 octobre - 14h

→ Café Echange avec l'animateur

Jeudi 10 octobre - 14h

→ Présentation du projet "Marché de Noël" inter-structure et échange d'idée

Mercredi 16 octobre - 14h

→ Musicothérapie

Mardi 22 octobre - 14h

→ Quiz géographique : Où est mon drapeau ?

Jeudi 24 octobre - 14h

→ Texte à trous

Mardi 29 octobre - 14h

→ Jeu de Vocabulaire : En un mot

Jeudi 31 octobre - 14h

→ Musicothérapie

Activités par cycle

Tous les vendredis, 14h30-15h30

→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

→ Jeux de société

Echoppe seniors Maryse Bastié

16 rue Maryse Bastié

maryse-bastie@mairie-bordeaux.fr

05 56 69 31 32

Programme

Mardi 1 octobre - 10h/18h

→ Sortie en minibus à Hostens - *Sur inscription*

Jeudi 3 octobre - 15h

→ Animation Musicale avec Giles et Kristell suivi d'un goûter partagé

Dimanche 6 octobre - 14h

→ Bal Bim Boum de la semaine bleue à la salle des fêtes du Grand Parc

Mardi 8 octobre - 11h

→ Sortie piscine - *Sur inscription*

Jeudi 10 octobre - 15h

→ Remue-méninges

Jeudi 17 octobre - 10h30

→ Balade de quartier

Mardi 22 octobre - 15h

→ Activité créative autour du Mandala

Jeudi 24 octobre - 15h

→ Histoire de l'art avec Jérôme Laborde

Mardi 29 octobre - 15h

→ Conférence sur l'ostéoporose avec la maison du Diabète

Activités par cycle

Tous les mercredis, 15h45/17h15

→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

Chaque week-end

→ Jeux de société

→ Jeux de cartes

→ Moments conviviaux

Centre ville

Echoppe seniors Alsace Lorraine

11 cours d'Alsace-et-Lorraine

alsace-lorraine@mairie-bordeaux.fr

06 78 60 81 68

Programme

Mercredi 2 octobre - 14h30

→ Spectacle "Nathy fait son cabaret" - *Sur inscription*

Jeudi 3 octobre - 14h30

→ Initiation à l'art de la tisanerie avec Séverine Bosq

Lundi 7 octobre - 14h30

→ Diaporama

Mardi 8 octobre - 9h

→ Petit déjeuner partagé

Mercredi 9 octobre - 14h30

→ Karaoké

Mercredi 16 octobre - 14h30

→ Quiz et goûter pains perdus

Lundi 21 octobre - 14h30

→ Activité musicale : Blind Test

Mercredi 23 octobre - 14h30

→ Atelier créatif : Décoration Halloween

Lundi 28 octobre - 14h30

→ LOTO - *Sur inscription*

Mercredi 23 octobre – 14h30

→ Quiz Halloween et gouter avec la fontaine au chocolat

Activités par cycle

Tous les lundis, 9h à 10h30 *

→ Activité physiques adaptées

Tous les jeudis, 14h à 16h (payant)

→ Atelier d'écriture

Tous les quinze jours, le mercredi de 14h à 17h (hors vacances)

→ Cartonnage

Mercredi 16 octobre

Activités à disposition

→ Jeux de société

Echoppe seniors Notre Temps

28-30 rue Neuve

notre-temps@mairie-bordeaux.fr

06 07 22 50 21

Programme

Mardi 1er octobre - 14h30

→ Quiz et goûter avec la fontaine au chocolat

Jeudi 3 octobre - 10h

→ Atelier cuisine “Les tartinables” avec le chef Olivier et apéritif partagé

Mardi 8 octobre - 14h30

→ Remue-méninges

Mardi 8 octobre - 9h

→ Petit déjeuner partagé

Jeudi 17 octobre - 14h30

→ Karaoké

Mardi 22 octobre - 14h30

→ Conférence “Mieux comprendre le cholestérol” avec la maison du diabète

Jeudi 24 octobre - 14h30

→ Sortie à la journée

Mardi 29 octobre - 14h30

→ LOTO - *Sur inscription*

Jeudi 31 octobre - 14h30

→ Animation musicale

Activités par cycle

Tous les quinze jours, le mercredi de 14h à 17h (hors vacances)

→ Cartonnage

Mercredi 9 octobre

Tous les vendredis, 10h45 à 12h15 *

→ Activités physiques adaptées

Activités à disposition

→ Balade

→ Jeux de société

→ Activités manuelles, bien être et musique

→ Goûter anniversaires

Echoppe seniors Saint-Seurin

13 bis rue du Docteur Albert 1er
albert-barraud@mairie-bordeaux.fr
05 24 57 65 02

Programme

Mardi 1er octobre - 14h15

→ Rendez-vous autour du petit écran

Mercredi 2 octobre - 14h

→ Invitation seniors Alsace Lorraine pour le spectacle "Nathy fait son cabaret"

Jeudi 3 octobre - 14h

→ Animation musicale avec Pierre Vanier – Chanteur guitariste

Lundi 7 octobre - 14h15

→ Remue-méninges

Mardi 8 octobre - 14h

→ Après midi conviviale et festive : Remise des certificats d'études

Lundi 21 octobre - 14h15

→ Remue-méninges

Mardi 22 octobre - 12h

→ Repas et animation chantée avec les poètes de l'amour

Lundi 28 octobre - 14h30

→ Animation musicale inter-structure

Jeudi 31 octobre - 14h30

→ Animation surprise sur le thème d'Halloween

Activités par cycle

Tous les jeudis, 14h à 15h (payant)

→ Cycle bien être et sportif

Renforcement musculaire / expression corporelle / sophrologie

Activités à disposition

→ Jeux de société

**Tauzin | Saint-
Augustin |
Alphonse Dupeux**

Echoppe seniors Alfred Smith

30 rue Alfred Smith

alfred-smith@mairie-bordeaux.fr

06 18 77 49 55

Programme

Mercredi 2 octobre - 14h30

→ Musicothérapie avec Valérie Galin - *Sur inscription*

Jeudi 3 octobre – 14h30

→ Animation musicale avec Michelle Mialhe – Chanteuse

Mardi 8 octobre - 10h30

→ Bibliobus

Mercredi 16 octobre - 14h30

→ Musicothérapie avec Valérie Galin - *Sur inscription*

Jeudi 17 octobre - 14h30

→ Sophrologie avec Isabelle Lamarcade - *Sur inscription*

Mercredi 23 octobre - 14h30

→ Remue-méninges

Jeudi 24 octobre - 9h et 14h30

→ Petit déjeuner partagé

→ Art thérapie avec Karen Boetschi

Mercredi 30 octobre - 14h30

→ Spectacle Théâtre et chants “Ça piaf dans le grenier” à l'échoppe Quintin

Jeudi 31 octobre - 14h30

→ Sophrologie avec Isabelle Lamarcade - *Sur inscription*

Activités par cycle

Tous les mardis, 14h à 15h30 et de 15h30 à 17h
→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

→ Jeux de société

Echoppe seniors Manon Cormier

62-66 rue Manon Cormier

manon-cormier@mairie-bordeaux.fr

07 86 65 01 51

Programme

Mardi 1er octobre - 14h

→ Animation multimédia à la bibliothèque de Saint Augustin -
Sur inscription

Mercredi 2 octobre - 15h

→ Sieste musicale avec Mr André Lombardo

Jeudi 3 octobre – 14h30

→ Animation musicale avec Fabienne Coulais – Chanteuse

Lundi 7 octobre - 14h30

→ Atelier-Conférence “Réduire son stress grâce à l’alimentation avec confection et dégustation de bouchée zen” avec la Maison du Diabète

Mardi 8 octobre - 14h30

→ LOTO

Mardi 15 octobre - 10h30

→ Bibliobus

Mercredi 16 octobre - 15h

→ Relaxation avec Mr André Lombardo

Lundi 21 octobre - 14h30

→ Musicothérapie avec Fabienne Salles - *Sur inscription*

Mardi 22 octobre - 14h30

→ Jeux d’expression à la bibliothèque de Saint Augustin

Lundi 28 octobre - 14h30

→ Chorale au club Quintin

Mercredi 30 octobre - 14h30

→ Spectacle Théâtre et chants “Ça piaf dans le grenier” à l'échoppe Quintin

Jeudi 31 octobre - 15h

→ Sieste musicale avec Mr André Lombardo

Activités par cycle

Tous les jeudis, 14h à 16h (*payant*)

→ Peinture

Tous les vendredis, 14h à 15h30 et de 15h30 à 17h

→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

→ Multimédia

→ Jeux de société

Echoppe seniors Saint-Augustin

127 rue Quintin

quintin@mairie-bordeaux.fr

05 24 57 65 02

Programme

Mardi 1er octobre – 14h

→ Animation multimédia à la bibliothèque de Saint Augustin -
Sur inscription

Mercredi 2 octobre - 14h

→ Activité créative : Peinture acrylique

Jeudi 3 octobre – 14h

→ Animation musicale avec Patrick et Raffa – chanteurs

Mardi 8 octobre – 14h – Salle municipale Saint Augustin

→ Remue-méninges

Mercredi 9 octobre - 14h

→ Activité créative : fabrication d'un décor pour Noël

Jeudi 10 octobre - 14h

→ Ecriture d'une chanson avec l'association "Le dire autrement"

Vendredi 11 octobre - 13h30

→ Jeux de société avec la bibliothèque de Saint Augustin

Lundi 14 octobre - 14h30 – 1er groupe

→ Atelier cuisine à la maison des 5 sens avec le chef Olivier Straehli - *Sur inscription*

Mardi 15 octobre - 14h Salle municipale Saint Augustin

→ Chant/Guitare

Mercredi 16 octobre - 14h

→ Activité créative : peinture acrylique

Jeudi 17 octobre - 14h

→ Activité créative : Fabrication d'un décor pour Noël

Mardi 22 octobre - 14h - 2ème groupe

→ Atelier cuisine à la maison des 5 sens avec le chef Olivier Straehli - *Sur inscription*

Mercredi 23 octobre - 14h

→ Visionnage du film réalisé par les Jeunes Volontaires

Lundi 28 octobre - 14h

→ Reprise de l'atelier Chorale (*Manon Cormier va à Quintin*)

Mercredi 30 octobre - 14h Salle de spectacle Quintin

→ Spectacle Chants/Théâtre "Ça Piaf dans le grenier"

Activités par cycle

Tous les mardis, 15h30 à 16h30 - Salle 1er étage Quintin

→ Gym douce

Tous les jeudis, 14h à 15h – Salle municipale Saint Augustin

→ Gym douce

Jeudi 17 octobre exceptionnellement Gym aux JSA 9 allée des Peupliers

Mardi 29 octobre rattrapage gym douce du jeudi 5 septembre

Activités à disposition

→ Jeux de société

Nansouty | Saint- Genès

Echoppe seniors Dubourdieu

73 rue Dubourdieu

dubourdieu@mairie-bordeaux.fr

06 07 16 26 90

Programme

Mardi 1er octobre – 14h30

→ Atelier Cuisine et Nutrition avec le Chef Olivier Straehli

Jeudi 3 octobre – 12h et 13h30

→ Repas festif

→ Animation musicale avec Phillippe Renard

Activités par cycle

Tous les jeudis, 16h à 17h30

→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

→ Jeux de société

→ Bibliothèque

Echoppe seniors Albert 1^{er}

28 boulevard Albert 1^{er}

albert-1@mairie-bordeaux.fr

05 56 91 44 79

Programme

Mercredi 2 octobre – 14h

→ Astronomie

Jeudi 3 octobre – 14h

→ Animation musicale avec Sylvie Tourteau – chanteuse

Lundi 7 octobre – 14h

→ Sortie

Mercredi 9 octobre - 14h

→ Présentation du projet “Marché de Noël” inter-structure et échange d’idée

Lundi 21 octobre - 14h

→ Quiz : Où est mon drapeau ?

Mercredi 23 octobre - 14h

→ Spectacle Chants/Théâtre “Ça Piaf dans le grenier”

Lundi 28 octobre - 14h30

→ Remue - Méninges : Texte à trous

Mercredi 30 octobre - 14h

→ LOTO

Activités à disposition

→ Jeux de société

Bordeaux Sud

Echoppe seniors Magendie

45 rue Magendie

magendie@mairie-bordeaux.fr

06 07 22 31 74

Programme

Jeudi 3 octobre - 12h et 14h30

→ Repas Festif

→ Animation musicale avec la chorale Every'sing

Mardi 8 octobre - 15h

→ Animation musicale avec Patrick et Raffa – Chanteurs

Mardi 29 octobre - 15h

→ Conférence militaire avec Mr Groult

Activités par cycle

Tous les lundis, de 9h à 10h30 et de 10h30 à 12h

Tous les mercredis de 10h45 à 12h15

→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

→ Multimédia

→ Jeux de société

→ Bibliothèque

Echoppe seniors Saint-Jean

4 rue Vilaris

vilaris@mairie-bordeaux.fr

05 56 92 64 55

Programme

Jeudi 3 octobre – 14h

→ Conférence Navale avec Bernard Gaillard

Mercredi 9 octobre – 10h et 14h

→ Club de marche inter-structure : Balade dans le quartier Belcier

→ Sophrologie et Réflexologie avec Isabelle et Marion

Mercredi 16 octobre - 14h

→ Atelier créatif : Peinture des disques en bois

Jeudi 17 octobre - 14h

→ Animation sensorielle pour tous

Jeudi 24 octobre - 14h

→ Remue - Méninges

Jeudi 31 octobre - 14h

→ Rendez-vous autour du petit écran : film documentaire

Activités à disposition

→ Jeux de société

Echoppe seniors Belcier

45 rue Son Tay

son-tay@mairie-bordeaux.fr

05 57 89 37 77

Activités par cycle

Lundis 7 et 21 octobre de 16h à 18h

→ Club Lecture : rencontres et coin lecture intergénérationnelle pour découvrir de la créativité de l'édition jeunesse

Avec l'association Artilus

Mardis 22 et 29 octobre de 10h15 à 11h30

→ Atelier Yoga du rire

Avec l'association ASEPT

Tous les Mardis et jeudis de 14h30 à 17h30

→ Ateliers hebdomadaires d'accès aux droits

Avec le centre d'animation Bordeaux Sud

Mercredis 2 et 23 octobre de 14h à 17h

→ Temps ludiques intergénérationnels

Avec l'association faits de coeur's

Mercredis 9, 16 et 30 octobre de 9h à 17h

→ Permanence culture hors limites : Favoriser l'accès à la culture grâce à un accompagnement individuel aux sorties.

Avec l'association Culture Hors Limites

Mercredis 9 octobre de 9h30 à 12h30

→ Café Bla-Bla : Patrimoines et mémoires de quartier

Avec l'association Alternative Urbaine

Vendredis 4 et 18 octobre de 14h30 à 18h

→ Atelier "les beloteurs d'Astrolab"

Avec l'association Astrolab

Activités à disposition

→ Multimédia

→ Jeux de société

→ Bibliothèque

Echoppe seniors Buchou

25 rue Buchou

buchou@mairie-bordeaux.fr

06 07 16 78 42

Programme

Mardi 1er octobre – 9h

→ Petit déjeuner partagé

Jeudi 3 octobre – 14h

→ Animation musicale avec Mélanie Droguet - accordéoniste

Lundi 7 octobre - 14h30

→ Réalité Virtuelle avec Christophe François

Mercredi 9 octobre - 14h30

→ Remue-méninges

Jeudi 10 octobre - 15h15

→ Sortie au musée : visite guidée de l'exposition "L'Egypte" -
Sur inscription

Lundi 14 octobre - 14h30

→ Rendez-vous autour du petit écran

Mercredi 16 octobre - 14h30

→ Karaoké

Mardi 29 octobre - 14h30

→ Atelier d'écriture du journal

Mercredi 30 octobre - 14h30

→ Jeux de la borne Mélo

Activités par cycle

Tous les lundis, 9h à 10h30

→ Activité physiques adaptées

Activités à disposition

→ Jeux de société

→ Tricot / Couture

→ Dessin

Echoppe seniors Billaudel

112 bis rue Malbec

billaudel@mairie-bordeaux.fr

06 07 16 25 26

Programme

Mardi 1er octobre – 14h30

→ Projection Artilus

Mercredi 2 octobre – 14h30

→ Activité créative avec Lucette

Jeudi 3 octobre - 13h

→ Spectacle de Flamenco

Vendredi 4 octobre - 15h

→ Projection et partage autour de récits de seniors

Mardi 8 octobre - 14h30

→ Bibliothérapie avec Marie Braux de la bibliothèque des capucins

Jeudi 10 octobre - 15h15

→ Sortie au musée : visite guidée de l'exposition "L'Egypte" -
Sur inscription

Mardi 15 octobre – 9h et 16h30

→ Petit déjeuner partagé

→ Ciné-Club (*à confirmer*)

Mercredi 16 octobre - 14h30

→ Activité créative avec Lucette

Jeudi 17 octobre - 14h30

→ Initiation au self défense - *Sur inscription*

Mardi 22 octobre - 14h30

→ Activité créative avec Lucette

Jeudi 24 octobre - 14h30

→ Initiation au self défense - *Sur inscription*

Lundi 28 octobre - 14h30

→ Réalité virtuelle avec Christophe François

Mardi 29 octobre - 14h30

→ Activité créative avec Lucette

Jeudi 31 octobre - 14h30

→ Conférence musicale avec les Caprices de Marianne

Activités par cycle

Tous les lundis, 10h45 à 12h15

→ Activité physiques adaptées

2 vendredis par mois 14h30 à 16h

→ Animation avec "Faits de coeur's"

Vendredis 4 et 18 octobre

Le 2ème vendredi de chaque mois 14h30 à 16h

→ Tricote et Papote

Vendredis 11 octobre

Activités à disposition

→ Jeux de société

Bastide

Echoppe seniors Bonnefin

5-7 rue Bonnefin

bonnefin@mairie-bordeaux.fr

06 07 15 95 70

Programme

Jeudi 3, 12h et 15h

→ Repas de la Semaine Bleue

→ concert spectacle avec mandoline 🎻 voyage musical

Mardi 8, 14h30

→ Atelier dégustation et découverte de saveur avec le chef Olivier Straheli

Mercredi 9, 14h30

→ Réunion d'information par l'IDDPS (Institut de défense et de protection des seniors) aimée par Maître Elodie Verdeun

Jeudi 10, 14h30

→ RDV autour du petit écran

Jeudi 17, 14h30

→ Atelier Remue-méninges

Lundi 21, 14h30

→ Spectacle : « Ça Piaf dans le grenier » à l'échoppe seniors Reinette

Jeudi 31, 14h30

→ Conférence d'histoire de France « la nouvelle France d'Amérique du Nord »

Activités par cycle

Tous les mercredis, 9h>10h30 *

→ Activité physiques adaptées

Echoppe seniors ReINETTE

16-24 Cité ReINETTE

reINETTE@mairie-bordeaux.fr

07 86 63 32 69

Programme

Jeudi 3, 12h

→ Repas de la semaine bleue suivi d'une animation musicale avec le violoniste Adrien Ballon

Lundi 7, 14h30

→ Atelier remue-méninges

Mardi 3, 11h 45

→ Sortie au Restaurant

Mercredi 16, 14h30

→ Rdv autour du petit écran 😊

Lundi 21, 14h30

→ Spectacle : « Ça Piaf dans le grenier » avec la chanteuse Nathy à l'échoppe senior ReINETTE

Lundi 30, 14h30

→ jeux du Quizz 😊

Activités par cycle

Tous les jeudis, 14h à 15h30 *

→ Activités physiques adaptées

2 fois par mois *

→ Sophrologie (avec SR&CO)

Echoppe seniors Bastide-Queyries

13 allée Jean Giono

queyries@mairie-bordeaux.fr

05 56 86 89 41

Programme

Mardi 1er, 14h30

→ Animation sur les 5 sens

Mercredi 2, 12h30

→ Conférence aux Archives de la Bastide : Film d'archive : « Le passé de la Bastide »

Jeudi 3, 9h45, 12h et 14h30

→ 9h45 : Cours informatique : Tout savoir pour maîtriser le vocabulaire informatique »

→ 12h apéritif partagé et repas festif

→ 14h30 : Animation musicale avec l'intervenant Guy Fruchard

Vendredi 4, 10h et 14h30

→ 10h : Petit déjeuner partager et enregistrement des paroles « Vision La Bastide du Futur » avec l'asso Mille trois cents Collectif

→ 14h30 : Sortie au bowling Mériadeck

Mardi 8, 14h30

→ Jeux de société tous ensemble : belote, scrabble, rummikub...

Jeudi 10, 15h

→ Remue-Méninges

Vendredi 11, 14h

→ Activité « Bols chantants »

Jeudi 17, 15h

→ Remue-Méninges

Lundi 21, 14h30

→ Spectacle « Ça piaf dans le grenier » avec Naty

Mardi 22, 14h30

→ Spectacle « Les poètes de l'Amour » Saint-Seurin

Jeudi 24, 15h

→ Remue-Méninges

Mardi 29, 14h30

→ Atelier Liberté-Egalité et Mobilité avec Florence : association « Wimooov »

Mercredi 30, 10h

→ Sortie cinéma Mégarama : documentaires en 3D -2^{ème} partie

Jeudi 31, 15h

→ Remue-Méninges

Activités par cycle

1 fois par semaine, les lundis, 10h-10h45 / 11h-11h45

→ Atelier massage des mains avec l'animatrice (les lundis 21 et 28 octobre)

RDV Individuel sur inscription auprès de l'animatrice

Tous les lundis, 14h30-15h

→ Basket santé

Tous les jeudis, 14h-15h

→ Gym douce*

Vendredis (tous les 15 jours), 14h-16h

→ Atelier théâtre d'improvisation*

*Activités payantes, engagement annuel

Caudéran

Echoppe seniors Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet

armand-faulat@mairie-bordeaux.fr

06 07 13 67 97

Programme

Mercredi 2 , 10h, 14h30

→ Café partagé

→ Venez bouger sur la musique de Philippe Renard

Mecredi 2, 14h30

→ Venez bouger sur la musique de Philippe Renard

Jeudi 3, 12h

→ Repas festif

Mercredi 9, 10h, 14h30

→ Café partagé

→ Remue-meninges : Venez passer le BAC de 1835 avec M.C Barrault

Mercredi 16, 10h, 14h30

→ Café partagé

→ Delphine de la médiathèque Pierre Veilletet- Atelier d'écriture

Lundi 28, 11h-11h45

→ Réveil corporel, réservé aux personnes non inscrites à la gym

Mercredi 30, 10h, 14h30

→ Café partagé

→ RDV autour du grand écran

Activités par cycle

Tous les lundis, 16h-17h *(payant)

→ Gym douce

Tous les mardis, 9h à 10h30/10h30 à 12h

→ Activité Physique Adaptée

Echoppe seniors Arlette Gelé de Francony

4 rue Laporte

gelee-de-francony@mairie-bordeaux.fr

05 5789 37 77

Programme

Mardi 8, 14h

→ Chorale

Mercredi 9, 10h, 14h et 16h15

→ 10h : Chorale

→ 14h : Gaufre-Party

→ 16h15 : Inauguration de l'échoppe

Jeudi 10, 14h

→ 14h Talent Partagé : Conférence sur le vieillissement par Xavier

Lundi 14, 14h30

→ Temps d'échange avec le Conseil Bordeaux Seniors Action « habitat »

Mardi 15, 14h

→ Conférence sur l'Histoire de l'Art avec Jérôme Laborde

Jeudi 17, 10h et 14h

→ 10h : Chorale

→ 14h : Jeux de société

Vendredi 18, 14h

→ Atelier Philo « les Emotions » avec Marie-Christine Barraux

Lundi 21, 14h

→ Atelier écriture autour de la Gazette d'Arlette

Mardi 22, 14h30

→ Talent Partagé : Conférence sur la méditation en pleine conscience par Michel G

Mercredi 23, 10h, 14h

→ 10h : Chorale

→ 14h : Remue-méninges : Dictée & Quiz conjugaison

Jeudi 24, 14h

→ Talent Partagé : Initiation au Cha Cha en ligne par Michel B

Lundi 29, 14h30

→ « Jeu Musical » en inter-structures

Mardi 30, 10h, 14h

→ 10h : Chorale

→ 14h : Talent Partagé : Initiation à l'Aquarelle avec Jeannine – 6 pers MAX

Mercredi 31, 10h et 14h

→ 10 : atelier créatif

→ 14h : café papotes

Activités par cycle

Tous les lundis, 10h>11h30 * (Payant, engagement annuel)

→ Taï-Chi

Tous les vendredis, 10h>11h30

→ Atelier Forme et équilibre, avec l'ASEPT

Tous les mardis, 10h>12h

Atelier Nutrition, avec l'ASEPT

Les jeudis, 3 fois/mois ; 10h>12h

Atelier Mémoire (3, 10 et 24 octobre), avec l'ASEPT

Vendredi 11, 14h > 15h30

Sophrologie / Réflexologie, avec SR&CO

Contact

Direction Générations Seniors et Autonomie

4 rue Claude Bonnier

05 57 89 37 77

pass.senior@mairie-bordeaux.fr

Facebook Bordeaux Seniors