



Ville de
BORDEAUX

bordeaux.fr



Programme mensuel

→ des 25 Échoppes seniors

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

Avril 2025



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, Arlette Gelé de Francony et Maryse Bastié). 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.





Ville de
BORDEAUX

bordeaux.fr

Troc → plantes

Venez échanger vos plantes,
vos graines, vos boutures.

Mercredi 2 avril
10h30-16h

Résidence Autonomie
Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet
Gratuit, entrée par la terrasse.

Plus d'informations :
06 07 13 67 97

**Atelier
pour enfants**
décoration de
pots de fleurs.

10 places,
Gratuit
sur inscription :
06 31 03 79 08

Des conseils
de Madeleine
et Simone

Stand
de rempotage

Pique-nique
autorisé

Les actus!

L'agenda des seniors avril-juin est sorti !

Bon plan du Pass Senior, concert, actus, retrouvez-le dans les échoppes seniors.



Ouverture du comptoir des aidants à La Bastide-Queyries

Une permanence du Comptoir des aidants ouvre au sein de l'échoppe seniors Bastide-Queyries à partir du 1er avril mardis de 9h à 12h.

Vélo-Cité : tentez le vélo en confiance !

L'association Vélo-Cité et la ville de Bordeaux proposent aux seniors d'nfourcher un vélo et de rouler en ville. Cette activité permet de vous remettre en selle en confiance et de reprendre plaisir à rouler.

Inscription au 05 56 81 63 89 / 06 78 69 69 91

Ateliers de médiation animale de l'échoppe seniors Belcier

A partir du mois d'avril, découvrez à l'échoppes seniors Belcier les ateliers de médiation animale avec l'association « En symbiose ».

Les lundis 7, 14 et 28 avril, gratuit sur inscription au 06 78 42 39 89ui

Troc plante à l'échoppe seniors Armand Faulat

Venez échanger vos plantes, vos graines vos boutures et venez profiter des conseils jardinage de Madelaine et Simone !

Mercredi 2 avril, 10h30-16h

Sommaire

Bordeaux Maritime	9
Échoppe seniors Lumineuse	10
Échoppe seniors Achard	12
Échoppe seniors Ginko	14
Echoppe seniors Chantecrit.....	16
Chartrons, Grand Parc, Jardin public	19
Échoppe seniors Jardin Public	20
Échoppe seniors Maryse Bastié.....	22
Bordeaux centre	25
Échoppe seniors Alsace Lorraine.....	26
Echoppe seniors Notre Temps.....	28
Echoppe seniors Saint-Seurin	30
Tauzin, Saint-Augustin, Alphonse DupeuxE	33
Échoppe seniors Alfred Smith	34
Échoppe seniors Manon Cormier	36
Echoppe seniors Saint-Augustin	38
Nansouty, Saint-Genès.....	41
Échoppe seniors Dubourdieu	42
Échoppe seniors Albert 1er	44
Bordeaux Sud	47
Échoppe seniors Magendie	48
Echoppe seniors Saint-Jean	50
Échoppe seniors Belcier	52
Échoppe seniors Buchou	54
Echoppe seniors Billaudel.....	56
La Bastide	59
Échoppe seniors Bonnefin	60
Échoppe seniors Reinette	62
Échoppe seniors Bastide-Queyries	64
Caudéran	66
Échoppe seniors Armand Faulat.....	67
Échoppe seniors Arlette Gelé de Francony	69
Menus	71



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, Tautzia

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 Benauges

22 Reinette

16-24 Cité Reinette
reinette@mairie-bordeaux.fr
07 86 67 32 69
Tram A, Galin

23 Bastide-Queyries

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

↘ Caudéran

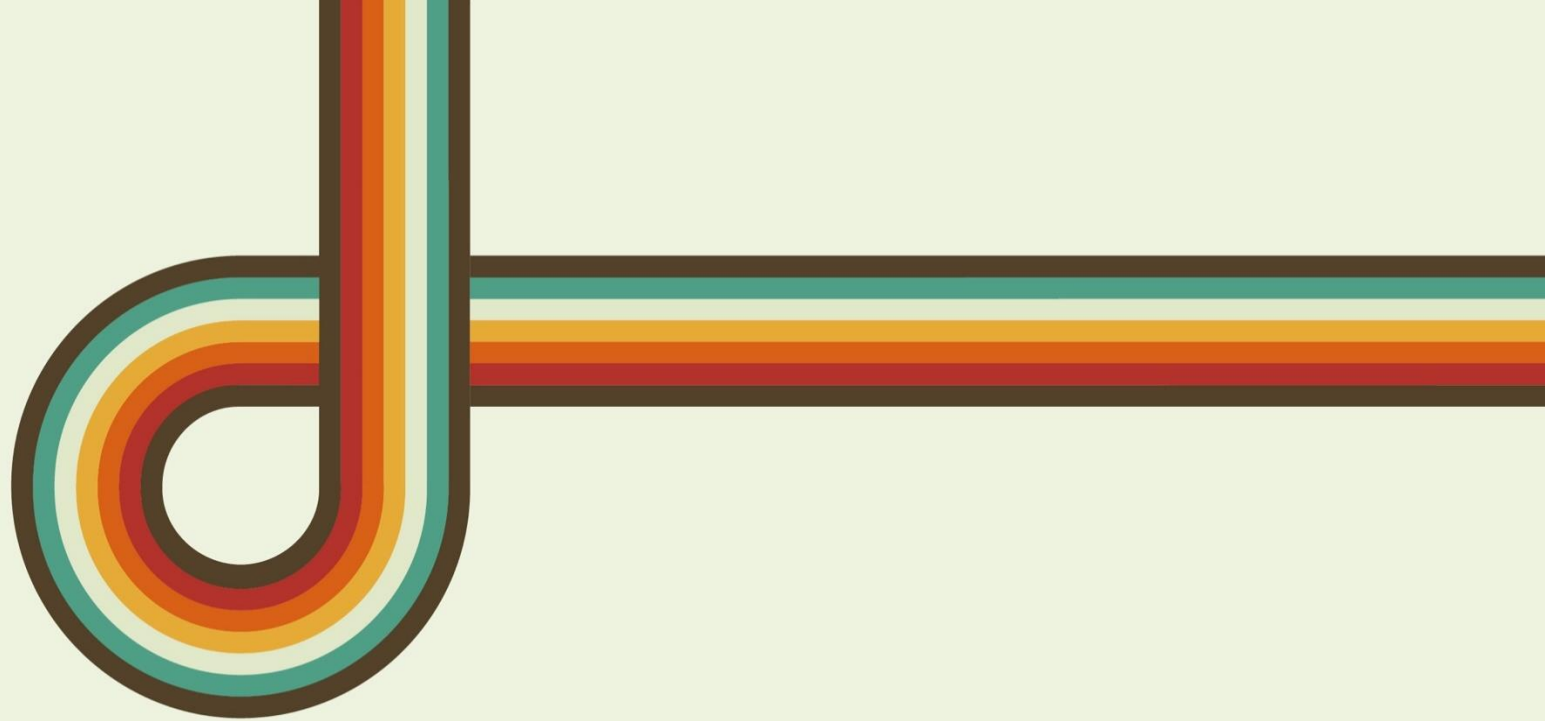
24 Armand Faulat

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



1 Échoppe seniors Lumineuse

196 rue Achard 33300 Bordeaux

lumineuse@mairie-bordeaux.fr | 05 24 57 65 14

Programme avec les associations

Mardi 1^{er} avril – 14h

→ Apprenez à fabriquer vos propres tisanes maison avec la Régie de quartier Habiter Bacalan (salle de restauration)

Mardi 15 avril – 14h30

→ Jeu musical en groupe avec l'association Ricochet Sonore (salle de restauration)

Jeudi 17 avril – 14h30

→ Atelier théâtre et improvisation avec la Compagnie D'ockham (salle polyvalente ou de restauration)

Vendredi 18 avril – 10h-12h

→ Goûter des aînés avec la Régie de quartier Habiter Bacalan
Lieu : Base de vie des Compagnons bâtisseurs (1 rue Etienne Duperat).

Un mode de transport collectif peut être mis en place pour les personnes ayant des problématiques de déplacement. Contacter Célia au 06 27 47 75 03

Lundi 28 avril – 14h45

→ Pétanque et jeux de société avec les résident·es d'Achard (salle de restauration et extérieur)

Mardi 29 avril – 14h30-17h

→ Socio-esthétique avec Princ'ess – Rendez-vous individuels (camion d'esthétique devant l'Échoppe)



Activités régulières avec des intervenants

Tous les jeudis – 10h45-12h

(activité payante, tarif en fonction des ressources)

→ Gym douce avec Siel bleu (salle polyvalente)

Activités en accès libre

Tous les après-midis

→ Jeux de société

2 Échoppe seniors Achard

111 rue Achard 33300 Bordeaux

achard@mairie-bordeaux.fr | 05 56 50 56 35 | 06 07 11 61 51

Programme avec l'équipe D'animation



Mercredi 02 avril - 14h

→ Sortie visite de l'aire de compostage de Bacalan *inscriptions à l'accueil*

Vendredi 04 avril - 14h

→ Remue-Méninges *en salle d'animation*

Lundi 07 avril - 10h50

→ Sortie Piscine de Grand Parc, tarif 1€85 *inscriptions à l'accueil départ de la résidence à 09h45*

Mercredi 16 avril – 14h45

→ Atelier médiation animale avec Mme GALY *en salle d'animation*

Vendredi 18 avril – 14h

→ Redécouverte de notre patrimoine littéraire avec Mme PENDEIA *en salle d'animation*

Mercredi 23 avril – 14h30

→ Visioconférence avec l'échoppe QUINTIN *en salle d'animation*

Lundi 28 avril – 14h

→ Sortie pétanque/jeux de société à l'échoppe *en salle d'animation*

Mercredi 30 avril – 14h45

→ Karaoké *en salle de restauration*

Activités régulières avec des intervenants

Tous les vendredis 15h45-17h15

→ Activité physique adaptée

Activités en accès libre

Tous les après-midis

→ Jeux de société

→ accès ordinateur

→ accès bibliothèque

Service

Les mardis tous les quinze jours sur rdv

→ salon de coiffure ouvert (prendre rendez-vous avec Pascale au 06 64 12 42 15)

3 Échoppe seniors Ginko

4 cours de Québec 33300 Bordeaux

laroque@mairie-bordeaux.fr | 06 78 60 78 70

Programme de l'équipe d'animation

Mardi 1 avril - 14h30

→ Petit BAC en salle d'animation

Jeudi 3 avril – 15h

→ Yoga avec Nathalie GOLDSTEIN *en salle d'animation*

Mardi 8 avril – 14h30

→ Rdv autour du petit écran en salle d'animation

Jeudi 10 avril – 14h30

→ Jeux d'adresse *en terrasse*

Jeudi 17 avril – 14h30

→ Expression corporelle *en salle d'animation*

Jeudi 24 avril – 14h30

→ Remue-méninges *en salle d'animation*

Vendredi 25 avril – 14h30

→ Goûter-jeu de pâques *en terrasse (n'oubliez pas de ramener dans la matinée les œufs de chocolat)*

Mardi 29 avril – 14h

→ Sortie aux Archives de Bordeaux Métropole *départ de l'accueil*



Activités régulières avec des intervenants

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

→ Activité physiques adaptées

Activités en accès libre

Tous les lundis

→ Tricot

Tous les après-midis

→ Jeux de société

→ accès bibliothèque

Multimédia

→ Accès à la salle informatique 24h/24

Service

Les mardis, tous les quinze jours sur rdv

→ salon de coiffure ouvert (prendre rendez-vous avec Pascale au 06 64 12 42 15)

4 Échoppe seniors Chantecrit

45 rue du Commandant Hautreux

chantecrit@mairie-bordeaux.fr | 05 24 57 65 15 | 06 07 10 93

Programme de l'équipe d'animation

Mardi 1 avril – 14H30

→ Les Jeunes Volontaires en service civique, vous propose un atelier des 5 sens en collaboration avec le CAPC.

Jeudi 3 avril

10H00 → Petit déjeuner partagé

14H30 → TROC OBJETS- Ne jetez plus, donnez une seconde vie à vos objets. Dépôts des objets à partir du 1^{er} avril auprès de l'équipe.

Mardi 8 avril – 14H30

→ **Speed Dating** : Raconte-moi ton hobby en 60 secondes
Venez passer un moment fun et amusant, tout en créant du lien.

Sur inscription

Jeudi 10 avril – 14H45

→ YOGA sur chaise avec Nathalie Goldstein

Sur inscription

Mardi 15 avril – 14H30

→ Rencontre intergénérationnelle avec les enfants de l'école JJ Sempé

Jeudi 17 avril – 14H30

→ Sortie à DARWIN en inter structures avec Armand Faulat



Déjeuner sur place, visite de l'Eco lieu. Transports en bus.

Sur inscription

Mardi 22 avril – 14H30

→ LOTO – Chaque participant doit apporter un lot.

Jeudi 24 avril – 14H30

→ Discussion Echanges sur les évènements à venir et leurs mises en œuvre.

Activités régulières avec des intervenants

Tous les mercredis et vendredis 14h-15h30

→ Activité physique adapté. *Sur inscription.*

Activités en accès libre

Tous les jours

→ Jeux de société

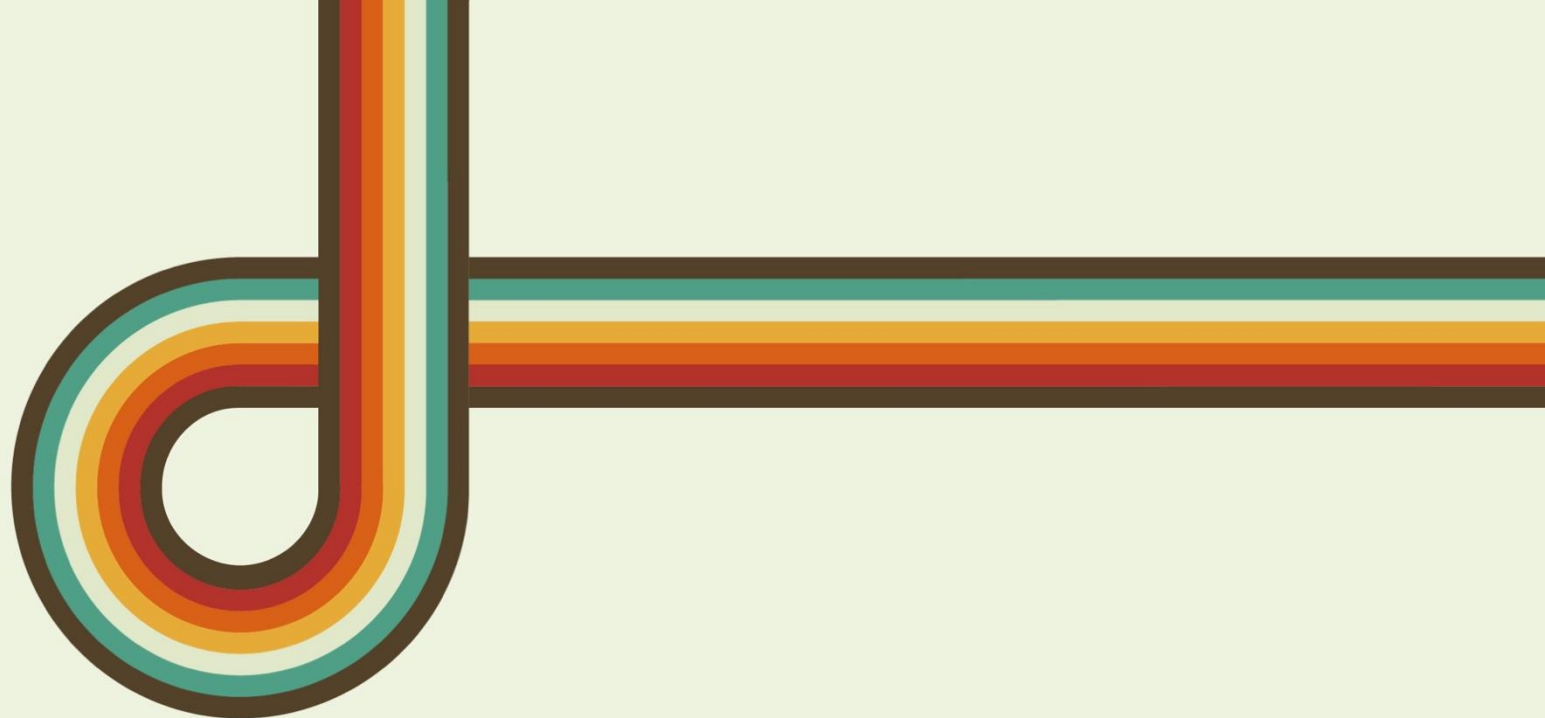
→ Bibliothèque

→ Belote

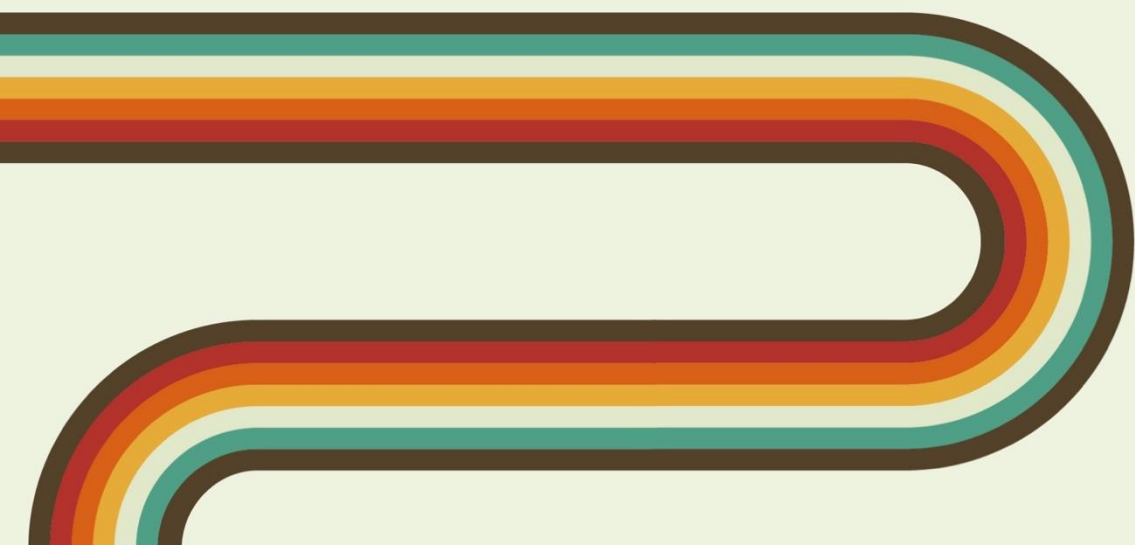
Service

Sur rendez-vous

→ salon de coiffure



Chartrons, Grand Parc, Jardin public



6 Échoppe seniors Jardin Public

142 rue du Jardin Public

jardin-public@mairie-bordeaux.fr | 05 57 87 13 31

Programme de l'équipe d'animation

Mardi 1 avril, 14h

→ Le comédie club / spectacle de comédie improvisée

Jeudi 3 avril, 14h30

→ 3^{ème} Atelier cuisine avec Olivier STRAEHLI

Mardi 8 avril, 14h

→ Activité manuelle / argile pâte durcissant

Jeudi 10 avril, 14h30

→ Lever les yeux au ciel / 2^{ème} atelier astronomie

Mardi 15 avril, 14h

→ 4^{ème} Atelier cuisine avec Olivier STRAEHLI

Jeudi 10 avril, 14h30

→ Le Pâques Show

Mardi 29 avril, 14h

→ On en parle autour d'un café / dernier thème abordé l'intelligence artificielle



Activités régulières avec des intervenants

Tous les vendredis, 14h30-15h30

→ Gym Douce

Activités en accès libre

→ Jeux de société

→ activité manuelle

7 Échoppe seniors

Maryse Bastié

16 rue Maryse Bastié

maryse-bastie@mairie-bordeaux.fr | 05 56 69 31 32

Programme d'animation

Jeudi 3 avril, 15h

→ INTG Quiz avec les Jeunes Volontaires en Service Civique

Mardi 8 avril, 15h

→ Piscine – sur inscription -

Se munir de son maillot, serviette et bonnet de bain – Tarif 1.85€ et un jeton de caddie ou 1€

Jeudi 10 avril, 15h

→ INTG Discussions autour des voyages avec les JVSC

Mardi 15 avril, 15h

→ Médiation culturelle - la bibliothèque ouvre ses coffres :
“les animaux et les plantes” avec Nadège Brunet et Géraldine Doret

Jeudi 17 avril, 15h

→ Pétanque avec nos voisins du pôle ressource Marie Durand
Venir avec son jeu de pétanque et une douceur pour le goûter

Mardi 22 avril, 15h

→ INTG Jeux de société avec les enfants du centre social,
Amener une douceur pour le goûter

Jeudi 24 avril, 15h

→ Histoire de l'art “l'art textile” avec Jérôme Laborde

Mardi 29 avril, 15h

→ INTG sortie à la crèche pour la journée européenne de la
solidarité sur inscription les mêmes seniors inscrits sur ce cycle et amener
une douceur pour le goûter



Activités régulières avec des intervenants

Tous les mercredis, 15h45/17h15

→ Activité physique adaptée

Activités en accès libre

Chaque week-end

→ Jeux de société, jeux de cartes

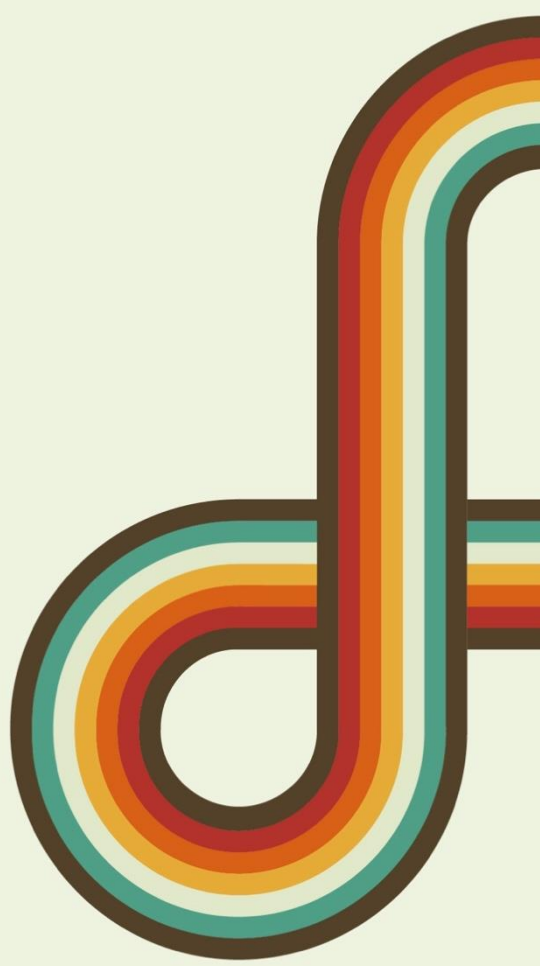
→ Activités créatives, ludiques

Bon à savoir !

L'échoppe seniors Maryse Bastié est ouverte de 8h à 19h, tous les week-ends et les jours fériés. Les menus et repas sont confectionnés au sein de la Résidence : vous êtes les bienvenus !

A decorative vertical bar on the left side of the page, composed of several parallel lines in shades of orange, red, and teal. To its right, a large, stylized, multi-colored 'U' shape is positioned at the top of the page. The 'U' is formed by multiple concentric, rounded lines in a rainbow-like color palette, including brown, orange, red, yellow, and teal.

Bordeaux centre

A stylized, multi-colored 'd' shape is located in the bottom right corner of the page. It is formed by multiple concentric, rounded lines in a rainbow-like color palette, including brown, orange, red, yellow, and teal, matching the style of the 'U' shape.

8 Échoppe seniors Alsace Lorraine

11 cours d'Alsace-et-Lorraine

alsace-lorraine@mairie-bordeaux.fr | 06 78 60 81 68

Programme d'animation

Mercredi 2 avril,

9h → Petit déjeuner partagé

14h30 → Médiation Culturelle : présentation des Archives Municipales, et Films d'archives de Bordeaux.

Mercredi 9 avril, 14h30

→ Calligraphie à la plume, le plaisir d'écrire...

Lundi 14 avril, RDV 14h sur place début de partie 15h

→ Sortie Bowling, payant, inscription obligatoire

Mercredi 16 avril, 14h30

→ Pétanque ou jeux société, devine tête suivant météo

Mercredi 23 avril, 14h30

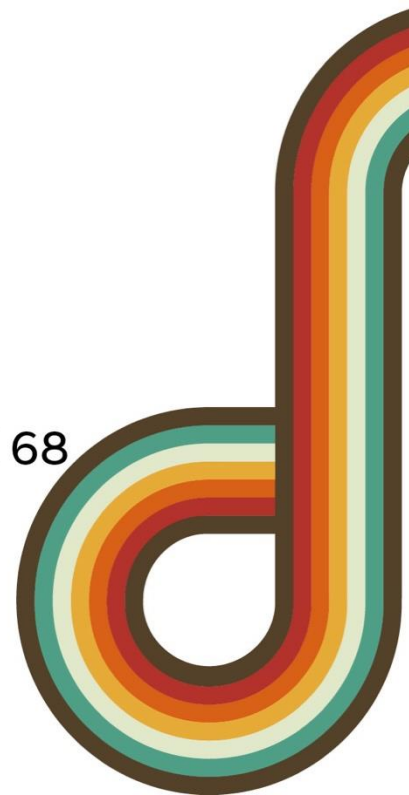
→ Loto sur inscription, chacun porte un lot à sa convenance

Lundi 28 avril, 14h30

→ Médiation Culturelle avec les jeunes volontaires du Musée d'Art Contemporain, œuvre « air de repos »

Mercredi 30 avril, 14h30

→ Conférence « Histoire de l'art » avec Jérôme Laborde



Activités régulières avec des intervenants

Tous les lundis de 9h30 à 10h30

→ Activités physiques adaptées

Tous les jeudis de 14h à 16h (payant)

→ Atelier écriture

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

→ Cartonnage

Mercredi 16 avril

***Tous les mois, prêt de livre avec la bibliothèque de
Bordeaux à l'échoppe Alsace Lorraine***

Mardi 22 avril – 10h30 à 12h

Activités en accès libre

→ Jeux de société

→ Activités manuelles, bien-être et musique

→ Balade

9 Échoppe seniors

Notre Temps

28-30 rue neuve

alsace-lorraine@mairie-bordeaux.fr | 06 78 60 81 68

Programme d'animation

Mardi 1 avril ,15h

→ Jeu du « Mort de rire »

Jeudi 3 avril, 14h30

→ Conférence « soulager l'arthrose grâce à la nutrition » avec la maison de la nutrition

Mardi 8 avril ,15h

→ Jeu du Loto musical

Mardi 15 avril ,15h

→ Jeux de chansons

Jeudi 17 avril, 15h

→ Remue-méninges

Mardi 22 avril ,15h

→ Discussions et échanges : Revue de presse, chacun amène l'article de son choix

Jeudi 24 avril, 15h

→ Balade sur les quais ou jeux de convivialité suivant météo

Mardi 29 avril ,15h

→ Jeu d'extérieur Molky ou jeu d'ambiance suivant météo

Vendredi 25 avril ,15h

→ Goûter des Anniversaires



Activités régulières avec des intervenants

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

→ Cartonnage

Mercredi 9 avril

Tous les vendredis, 10h15 à 11h45 * (hors vacances de Noël)

→ Activité physiques adaptées

Tous les mois, prêt de livre avec la bibliothèque de Bordeaux à l'échoppe Alsace Lorraine

Mardi 22 avril – 10h30 à 12h

Activités en accès libre

→ Balade

→ Jeux de société

→ Activités manuelles, bien être et musique

→ Goûter anniversaires

10 Échoppe seniors Saint-Seurin

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

Programme de l'équipe d'animation

Mardi 1er avril – 14h30

→ Sortie inter-structures au Bowling de Mériadeck (sortie payante). Sur inscription auprès de l'animatrice de votre structure

Lundi 7 avril – 14h15

→ Remue-méninges

Mardi 8 avril – 14h15

→ Atelier cuisine avec le chef Olivier (merci d'apporter une **boîte vide**) *3^{ème} séance du cycle*

Lundi 14 avril – 14h15

→ Atelier créatif sur le thème du printemps

Mardi 15 avril – 14h15

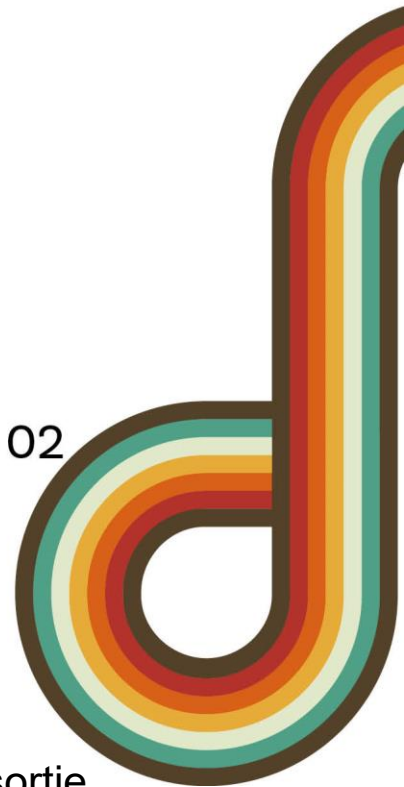
→ Rendez-vous avec les jeunes volontaires en service civique pour une animation surprise

Lundi 28 avril – 14h15

→ Jeu de société « Esquissé » et ou découverte d'un nouveau jeu (places limitées de 4 à 6 joueurs en fonction du jeu)

Mardi 29 avril – 14h15

→ Atelier cuisine avec le chef Olivier (merci d'apporter une **boîte vide**) *4^{ème} et dernière séance du cycle de 4 séances*



Activités régulières avec des intervenants

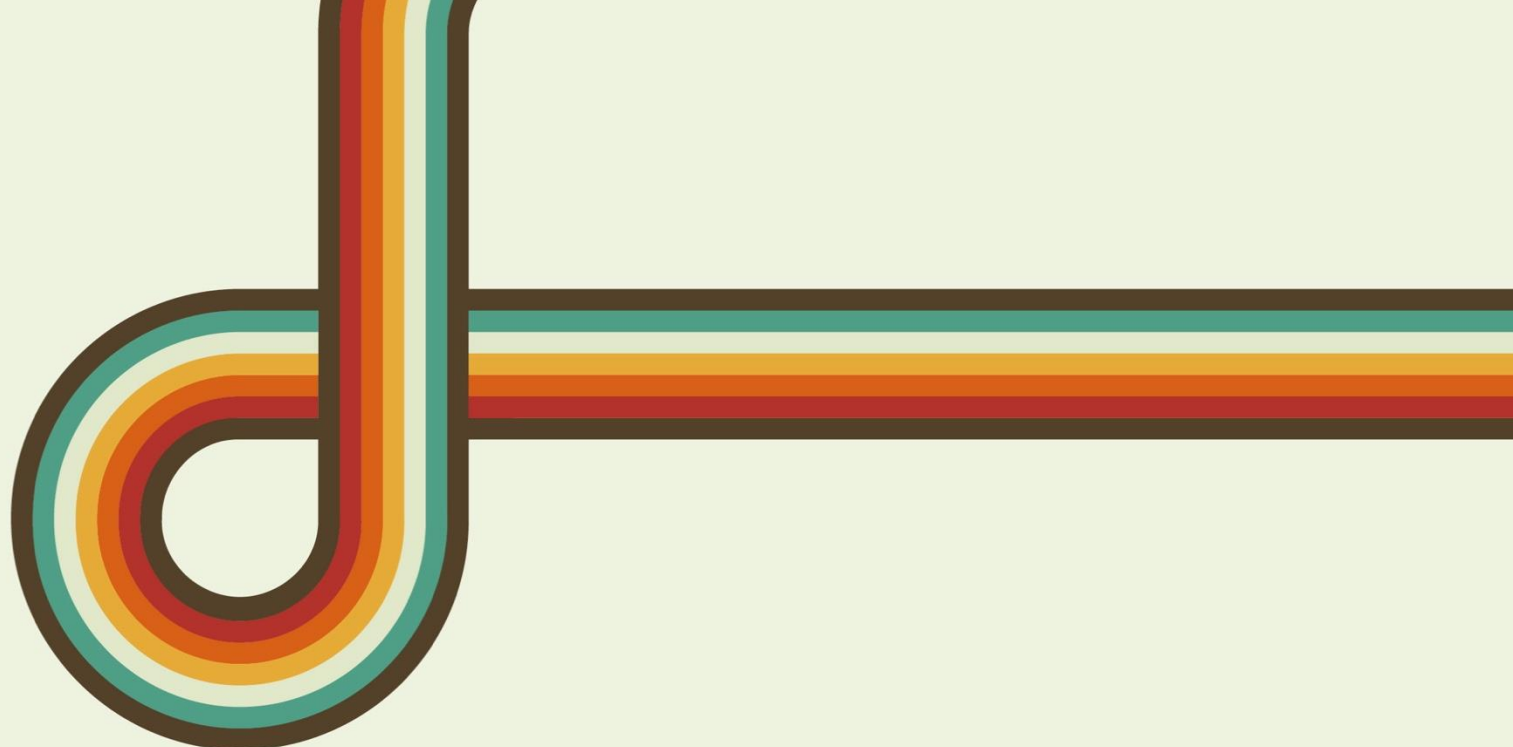
Tous les jeudis, 14h à 15h (*payant sur inscription auprès de l'animatrice de l'échoppe seniors*)

→ Cycle bien être et sportif

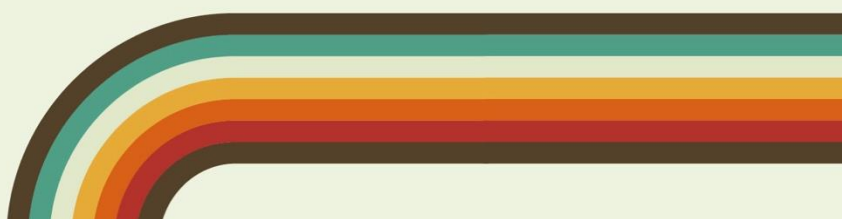
Renforcement musculaire / expression corporelle / sophrologie

Activités en accès libre

→ Jeux de société et jeux de cartes



**Tauzin,
Saint-Augustin,
Alphonse Dupeux**



11 Échoppe seniors Alfred Smith

30 rue Alfred Smith

alfred-smith@mairie-bordeaux.fr | 06 18 77 49 55

Programme de l'équipe d'animation

Mercredi 2 avril - 14h30

→ Ressenti des musiques *avec la compagnie des figures*

Jeudi 3 avril – 14h30

→ Restitution des musiques enregistrées *avec la compagnie des figures*

Mardi 8 avril – 10h30

→ Bibliobus

Mercredi 9 avril – 14h30

→ Conférence sur l'Égypte *avec Sarah Kourdi*

Jeudi 10 avril – 14h30

→ Projet autour de la météo

Vendredi 11 avril – 14h30

→ Rdv individuel informatique *avec le Pimm's*

Mercredi 16 avril

→ **11h30** – Sortie restaurant chinois “Royal buffet” sur *inscription*

→ **14h30** – Mandalas *avec Sarah Kourdi*

Jeudi 17 avril – 14h30



→ Conférence sur Walli avec *Mme Tala Anna Maria*

Vendredi 18 avril – 14h30

→ Projet autour de la météo

Mercredi 23 avril – 14h30

→ Conférence avec le Pimm's : Les bases de l'administratif (les différents sites, créer un compte, France connect).

Jeudi 24 avril – 14h30

→ Projet autour de la météo

Samedi 26 avril – 15h

→ Balade de quartier

Mercredi 30 avril – 14h30

→ Sophrologie avec *Mr Chevalier SUR INSCRIPTION*

Activités régulières avec des intervenants

Tous les mardis, 14h à 15h30, de 15h30 à 16h15 et 16h15 à 17h

→ Activité physiques adaptées

Activités en accès libre

→ Jeux de société

12 Échoppe seniors Manon Cormier

62-66 rue Manon Cormier

manon-cormier@mairie-bordeaux.fr | 07 86 65 01 51



Programme de l'équipe d'animation

Mardi 1 avril – 14h30

→ Sophrologie avec *Mr Chevalier SUR INSCRIPTION*

Vendredi 4 avril – 11h

→ Pot de départ de la Directrice

Lundi 7 avril – 14h30

→ Conférence sur l'Égypte avec *Sarah Kourdi*

Mardi 8 avril – 14h30

→ Jeux et présentation *des jeunes en service civique*

Vendredi 11 avril – 11h

→ Apéritif partagé avec *l'équipe*

Lundi 14 avril – 14h30

→ Chorale à *Quintin*

Mardi 15 avril

→ **10h30** – Bibliobus sur l'échoppe

→ **14h30** – Jeux d'écriture autour de thématique avec la *bibliothèque de Saint Augustin*

Lundi 21 avril – 14h30

→ Remue-méninges

Mardi 22 avril – 14h30

→ Pétanque *au parc de Gaviniès*

Lundi 28 avril – 14h30

→ Chorale *sur Manon Cormier*

Mardi 29 avril – 14h30

→ Jeux avec les jeunes en service civique

Activités régulières avec des intervenants

Tous les jeudis, 14h à 16h (payant)

→ Peinture

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

→ Activité physique adaptée

Activités en accès libre

→ Multimédia

→ Jeux de société

13 Échoppe seniors Saint-Augustin

127 rue Quintin

quintin@mairie-bordeaux.fr | 06 58 41 24 17

Programme de l'équipe d'animation

Mercredi 2 avril – 14h

→ Lecture à voix haute *chacun apporte une lecture à partager*

Jeudi 3 avril – 14h à 15h15

→ Balade à pied dans le quartier *bonnes chaussures et eau*

Mercredi 9 avril – 14h

→ Couture

Lundi 14 avril – 14h30

→ Chorale *M.Cormier vient à Quintin*

Mercredi 16 avril – 14h

→ Discussion/Échanges *Atelier participatif sur les idées d'animation*

Jeudi 17 avril – 14h

→ Atelier nutrition 'Plantes et fleurs comestibles' *par Séverine Bosq*

Mercredi 23 avril – 14h30

→ Lecture à voix haute *en connexion visio avec l'Échoppe Seniors Achard*

Lundi 28 avril – 14h30

→ Chorale *Quintin va à M.Cormier*

Mercredi 30 avril – 15h à 15h30

→ Discussion/Échanges *sur l'isolement social-la solitude avec l'association Mona Lisa*



Activités régulières avec des intervenants

Tous les mardis, 15h30 à 16h30

→ Gym douce à la salle St Augustin, 2^{ème} étage, place de l'Église St Augustin *au-dessus de la bibliothèque*

Activités en accès libre

→ Jeux de société

→ Multimédia

**Nansouty,
Saint-Genès**

14 Échoppe seniors Dubourdieu

73 rue Dubourdieu

dubourdieu@mairie-bordeaux.fr | 06 07 16 26 90

Programme de l'équipe d'animation

Mercredi 2 Avril – 14h30

→ Animation “ Trouvez les célébrités “ par les jeunes volontaires du service civique

Vendredi 4 Avril – 14h30

→ Loto (*sur inscription*)

Lundi 7 Avril – 14h30

→ Atelier des sens par les jeunes volontaires du service civique

Mercredi 9 Avril – 14h30

→ Socio esthétique : Confection de soin pour la peau avec des produits de tous les jours avec Céline Gauyac (*sur inscription*)

Lundi 14 Avril – 14h30

→ Sortie Pétanque (selon la météo)

Mercredi 16 Avril – 14h30

→ Promenade à Emmaüs Saint Genès, pause goûter dans un café (selon météo)

Mercredi 22 Avril

9h15 → Petit déjeuner partagé

14h30 → Jeu musical Borne Mélo

Lundi 28 Avril – 14h30



→ Rendez-vous autour du petit écran

Mercredi 30 Avril – 14h30

→ Remue Méninge - Jeu du dictionnaire

Activités régulières avec des intervenants

Tous les jeudis, 16h à 17h30

→ Activité physique adaptée

Activités en accès libre

→ Jeux de société

→ Bibliothèque

15 Échoppe seniors Albert 1^{er}

28 boulevard Albert 1^{er}

albert-1@mairie-bordeaux.fr | 05 56 91 44 79

Programme de l'équipe d'animation

Mercredi 2 avril – 14h

→ Le comédie club / spectacle de comédie improvisée

Vendredi 4 avril – 14h

→ Journée à la carte

Mercredi 9 avril – 14h

→ Où est mon drapeau ? / Jeu géographique

Vendredi 11 avril – 14h

→ Activité manuelle / argile pâte durcissant

Lundi 14 avril – 14h

→ Atelier dessin aquarelle

Mercredi 9 avril – 14h

→ Atelier philosophique avec BARRAUX Marie-Christine

Lundi 28 avril – 14h

→ Atelier dessin aquarelle

Mercredi 30 avril – 14h

→ Jeux autour de l'orthographe

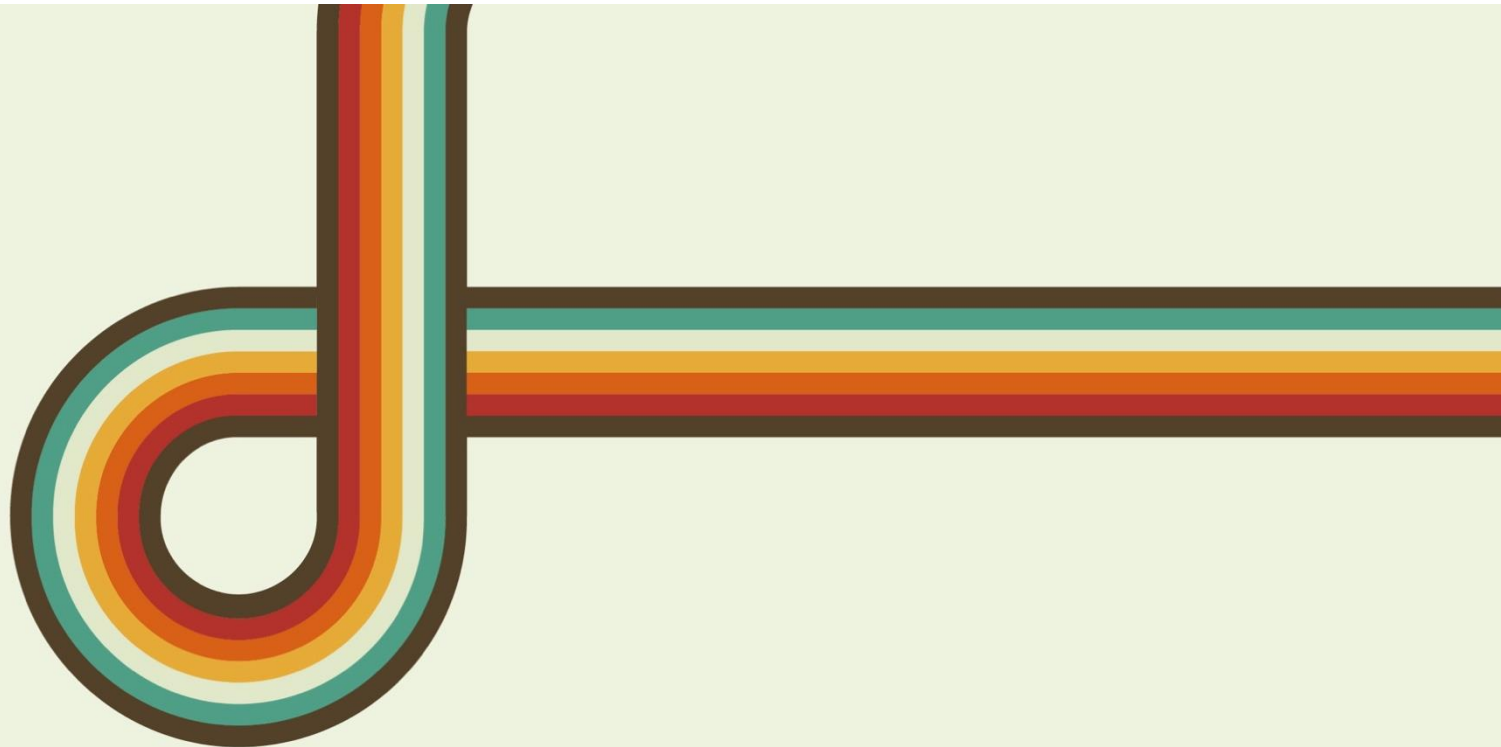


Activités en accès libre

→ Jeux de société

→ Bibliothèque

→ Jeu de cartes, belote, tarot, Rami.



Bordeaux Sud



16 Échoppe seniors Magendie

45 rue Magendie

magendie@mairie-bordeaux.fr | 06 07 22 31 74

Programme de l'équipe d'animation

Mardi 1 Avril - Matin

10h30 → Bibliobus

14h30 → Atelier cuisine avec le chef Olivier (*sur inscription*)

Jeudi 3 Avril – 15h

→ Remue Méninge : Le jeu du dictionnaire

Vendredi 4 Avril - 15h

Intervention des Caprices de Marianne – L'opéra partie 2

Lundi 7 Avril – 14h30

→ Atelier d'écriture créative avec Brigitte

Mardi 8 Avril - Départ à 13h45

→ Visite des archives de la Métropole sur le thème de l'Opéra de Bordeaux (*sur inscription*)

Jeudi 10 Avril – 15h

→ Projection du documentaire sur la cité Frugès du Corbusier par Mr Bertineau suivi d'un temps d'échange

Mardi 14 Avril – 14h30

→ Atelier d'écriture avec Brigitte

Jeudi 17 Avril – 14h30

→ Théâtre avec les Coqs Rouges



Mardi 22 Avril – 14h30

→ Atelier d'écriture avec Brigitte et Amélia

Jeudi 24 Avril – Départ 13h45

→ Visite guidée de la cité Frugès et de sa maison témoin à Pessac (*sur inscription*)

Activités régulières avec des intervenants

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

Tous les mercredis de 10h45 à 12h15

→ Activités physiques adaptées

Activités en accès libre

→ Multimédia

→ Jeux de société

→ Bibliothèque

17 Échoppe seniors Saint-Jean

4 rue Vilaris

vilaris@mairie-bordeaux.fr | 05 56 92 64 55



Programme de l'équipe d'animation

Mercredi 2 avril – 14h00

→ Rendez-vous pour une “causerie” sur le thème du “**Fort du Hâ de sa création à maintenant**” par l’association Faits de cœur

Jeudi 3 avril – 14h00

→ Remue-méninges

Mercredi 9 avril – 14h00

→ Activité accompagnée par l’animatrice ou en accès libre

Jeudi 10 avril – 14h00

→ Cuisine avec le chef Olivier (merci d’apporter une **boîte vide**) *3^{ème} séance du cycle sur inscription*

Mercredi 16 avril – 14h00

→ Activité accompagnée par l’animatrice ou en accès libre

Jeudi 17 avril – 14h00

→ Atelier de socio-esthétique avec une intervenante (rendez-vous pour un soin du visage ou des mains, sur inscription obligatoire atelier limité à 6 participants)

Mercredi 30 avril – 14h00

→ Cuisine avec le chef Olivier (merci d'apporter une **boîte vide**) 4^{ème} *séance et dernière du cycle sur inscription*

Activités en accès libre

→ Jeux de société

18 Échoppe seniors Belcier

45 rue Son Tay

son-tay@mairie-bordeaux.fr | 05 57 89 37 77

Activités proposés par les partenaires

Les lundis 7, 14 et 28 avril avec l'association **EN SYMBIOSE** de 10h-11h et 11h30-12h30: Rires et complicités avec nos amis les animaux (médiation animale)
Inscription au 06 71 56 93 14 ou:
mediationensymbiose@gmail.com

Lundis 14 et 28 avril de 16h à 18h

→ Club Lecture : rencontres et coin lecture Intergénérationnelle pour découvrir la créativité de l'édition jeunesse- Avec l'association **Artilus**

Mardis 8, 15, 22 avril de 10h à 12h

Ateliers **Mémoire** - Avec l'association **Asept**

Mardis 8, 15, 22, 29 et jeudis 3, 10, 17, 24 avril de 14h30 à 17h30

Accès aux droits sur inscription au 06 84 05 85 87
(Rdv individualisé)

Avec l'association **Centre d'animation Bordeaux Sud**

Mercredis 2, 16, 30 avril de 9h à 17h

Permanence pour un **accès** individualisé vers des sorties **culturelles** - Avec l'association **Culture Hors limites**



Mercredi 9 avril de 10h à 12h

Café Bla Bla, **collecte mémoire de quartier**

*Avec l'association **L'Alternative Urbaine***

Mercredi 9 ; avril de 13h30 à 15h30

Atelier numérique et temps de jeux ludiques - Avec
*l'association **Faits de Cœurs***

Et à 15h30 : apprendre à danser le **MADISON**

Mercredi 23 ; avril de 13h30 à 15h30

Atelier numérique et temps de jeux ludiques

*Conférence Mariage **Louis XIV** à 15h30*

*Avec **Faits de Cœurs***

Vendredis 11, avril de 14h30 à 16h30

Accès au **numérique** sur inscription au 06 08 17 91 74

(Rdv individualisé) - Avec l'association **Astrolabe**

Samedi 5 avril de 10h30 à 12h

Atelier **numérique** : "Quizz défis digitaux" :

Tester ses connaissances.

Sur inscription au 06 08 17 91 74

*Avec l'association **Astrolabe***

Samedi 12 avril à 14h30

« La drôle de guerre » à 14h30

*Avec l'association **Faits de Cœurs***

Samedi 26 avril:

« La une de la presse de 1939 » à 14h30

*Avec l'association **Faits de Cœurs***

Tous les vendredis du mois d' avril de 14h30 à 18h

*Les beloteurs et joueurs de cartes d'**Astrolabe** peuvent venir
au sein de l'Echoppe seniors Belcier pour des parties de cartes*

19 Échoppe seniors Buchou

25 rue Buchou

buchou@mairie-bordeaux.fr | 06 07 16 78 42

Programme d'animation

Lundi 7 avril à 14h30

→ RDV autour du petit écran *Film au vote*

Mardi 8 avril à 9h20 & 10h

→ 9h20 Départ pour la crèche Malbec *Sur inscription*

Mercredi 9 avril à 14h30

→ La Chorale de Buchou

Lundi 14 avril à 14h30

→ Rencontre Belote

En salle de restauration. Invitation des seniors de Billaudel

Mercredi 16 avril à 14h30

→ Remue-méninges

Lundi 28 avril à 14h

→ Sortie sur Bordeaux - *Sur inscription*

Mardi 29 avril

→ 9h - Petit Déj' partagé

→ 14h30 - Jeux extérieurs



Activités régulières avec des intervenants

Tous les lundis, 9h à 10h30

→ Activité physique adaptée

Le 2ème mardi de chaque mois, 11h à 12h

→ Piscine du Grand Parc - *Départ à 10h de l'échoppe Buchou avec Florence en bus n°15 - Tarif : 1,85€ (maillot & bonnet de bain obligatoires)*

Mardi 8 avril

Activités en accès libre

→ Jeux de société, Tricot / Couture, Dessin, Borne Mélo, Bibliothèque.

20 Échoppe seniors Billaudel

112 bis rue Malbec

billaudel@mairie-bordeaux.fr | 06 07 16 25 26

Programme d'animation

Mardi 8 avril à 14h30

→ Conférence sur l'histoire de France

Avec Mr Groult bénévole

Jeudi 10 avril à 14h30

→ Pâte à sel

Mardi 15 avril à 14h30

→ Bibliothérapie

Avec Marie Braux de la bibliothèque des Capucins

Jeudi 17 avril à 14h30

→ Remue-méninges

Jeudi 24 avril à 14h30

→ Karaoké

Mercredi 30 avril à 14h30

→ Rencontre avec les jeunes volontaires du service civique



Activités régulières

Tous les lundis, 10h45 à 12h15

→ Activité physiques adaptées

2 vendredis par mois 14h30 à 16h

→ Animation avec “Faits de Cœur’s”

Vendredis 04 et 18 avril

Le 2ème vendredi de chaque mois, 15h à 16h30

→ Tricote et Papote

Vendredi 11 avril

Le 2ème mardi de chaque mois, 11h à 12h

→ Piscine du Grand Parc - *Départ à 10h de l'échoppe Buchou avec Florence en bus n°15 - Tarif : 1,85€ (maillot & bonnet de bain obligatoires)*

Mardi 8 avril

Le week-end avec les étudiants résidents

→ Club de Lecture avec Liséa, *Dimanche 6 mars à 11h*

→ Dessin vitrages de Pâques, *Dimanche 20 mars à 10h*

→ Ciné-club, *Samedi 26 mars à 16h*

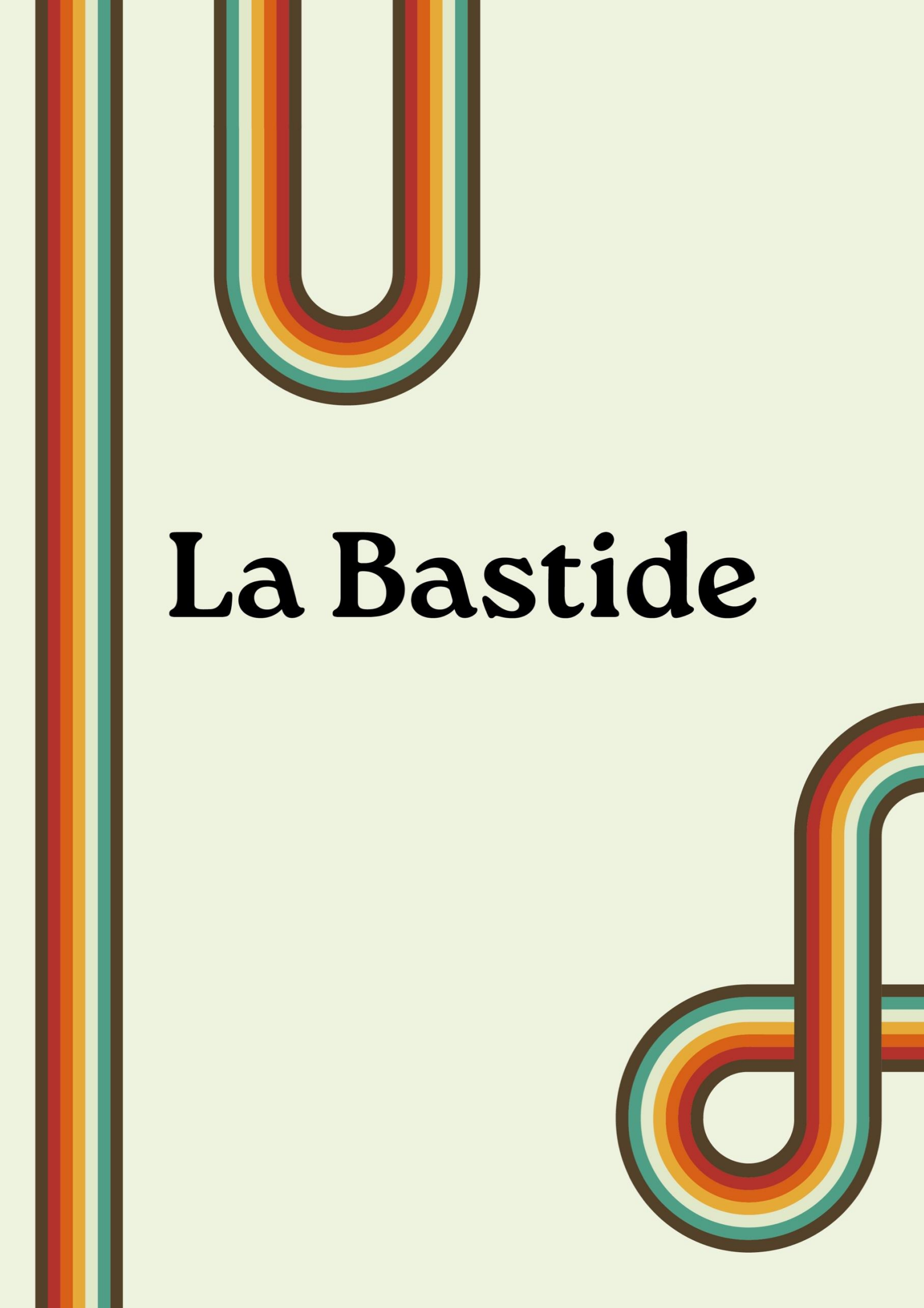
Les mardis de 10h à 10h30

→ Groupe de marche d'entretien *En autonomie ou accompagnement de l'animatrice 2 fois/mois : dates sur le tableau du hall d'accueil.*

Activités en accès libre ou suivie

→ Jeux de société, bibliothèque, salle informatique, borne Mélo, baby-foot.

→ Salon de coiffure sur RDV

The image features a light cream background. On the left, a vertical bar is composed of several parallel lines in brown, orange, red, and teal. At the top, a large, stylized letter 'U' is formed by concentric, rounded lines in the same color palette. In the bottom right corner, a stylized letter 'd' is partially visible, also constructed from these concentric, rounded lines. The text 'La Bastide' is centered in a bold, black, serif typeface.

La Bastide

21 Échoppe seniors Bonnefin

5-7 rue Bonnefin

bonnefin@mairie-bordeaux.fr | 06 07 15 95 70

Programme de l'équipe d'animation

Jeudi 3 avril à 14h30

→ Quiz de printemps

Jeudi 10 avril à 14h30

→ Atelier loisirs créatif " l'art du collage "

Mardi 15 avril à 14h30

→ Atelier des 5 sens avec les jeunes volontaires uniscité et le musée CAPC

Jeudi 17 avril à 14h30

→ Réunion de concertation pour co-construire une sortie en minibus, inscription auprès de l'animatrice

Mercredi 23 avril à 14h30

→ Rdv autour du petit écran

Jeudi 24 avril à 14h30

→ Sortie au jardin botanique, visite de la serre et balade dans le jardin

Mardi 29 avril

10h → Atelier Jardinage intergénérationnel au jardin botanique.

14h30 → Karaoké, venez chanter et passer un moment convivial en musique



Activités régulières avec des intervenants

Tous les mercredis, 9h>10h30 *

→ Activités physiques adaptées

22 Échoppe seniors ReINETTE

16-24 Cité ReINETTE

reINETTE@mairie-bordeaux.fr | 07 86 63 32 69

Programme de l'équipe d'animation

Mercredi 2 avril à 14h30

→ Conférence histoire de l'art avec Jérôme Laborde
" L'art dans l'Egypte ancienne "

Lundi 7 avril à 14h30

→ Présentation des archives de bordeaux avec Guillaume Moustels médiateur culturel

Mercredi 9 avril à 14h30

→ Spectacle de magie " As de pique " avec Michel Guittet

Mercredi 16 avril à 14h30

→ Karaoké, venez chanter et passer un moment convivial en musique

Mardi 22 avril à 14h30

→ Spectacle musical avec "les Poètes de l'Amour" de l'échoppe seniors Bastide Queyries

Lundi 28 avril à 14h30

→ Atelier loisirs créatif " Land'art "

Mercredi 30 avril à 9h30



→ Petit déjeuner partagé, merci d'apporter quelque chose à votre convenance

Mercredi 30 avril à 14h30

→ Réunion de concertation pour co-construire des sorties en minibus, inscription auprès de l'animatrice.

Activités régulières avec des intervenants

Tous les jeudis, 14h à 15h30 *

→ Activité physiques adaptées

2 fois par mois *

→ Sophrologie (avec *SR&CO*)

Activités en accès libre

23 Échoppe seniors **Batide-Queyries**

13 allée Jean Giono

queyries@mairie-bordeaux.fr | 05 56 86 89 41

Programme de l'équipe d'animation



Mardi 1er avril

- **9h45** : Conseils numériques avec des étudiantes en Master sciences et formations (sur inscription)
- **14h30** : Sortie Bowling inter-structures

Jeudi 3 avril :

- **9h45** : Atelier informatique avec les conseillers numériques : Scanner avec son smartphone (sur inscription)
- **15h** : Remue-méninges

Mardi 8 avril - 14h

- Atelier nutrition- diététique avec Charlotte Bertrand : « Lire les étiquettes alimentaires et conseils cuisson »

Mercredi 9 avril – 13h30

- Visite exposition et conférence aux Archives de la Bastide avec Guillaume Monsteil

Jeudi 10 avril – 15h

- Remue-méninges

Vendredi 11 avril – 14h

- Activité relaxation/sophrologie avec Alain Mezzo

Mardi 15 avril :

- **12h30** : Apéritif partagé
- **14h30** : Spectacle musical à l'échoppe Queyries avec « Les Poètes de l'Amour »

Mercredi 16 avril – 14h

→ Chasse aux œufs intergénérationnel et inter-partenaires aux Archives de la Bastide

Jeudi 17 avril – 15h

→ Remue-méninges

Vendredi 18 – 12h30

→ Midi musical à l'Auditorium (sur inscription)

Mardi 22 avril – 14h

→ Jeux de société organisés

Mercredi 23 avril – 14h30

→ Spectacle musical avec « Les Poètes de l'Amour » à l'échoppe Armand Faullat

Jeudi 24 avril – 15h

→ Remue-méninges

Mardi 29 avril – 14h

→ Jeux de pétanque

Mercredi 30 avril – 14h

→ Rencontre jeux de société intergénérationnel avec les enfants du Centre Bastide Queyries

Activités régulières avec intervenants

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

→ Atelier massage des mains avec l'animatrice – sur inscription

Tous les lundis, 14h30-15h30

→ Basket santé

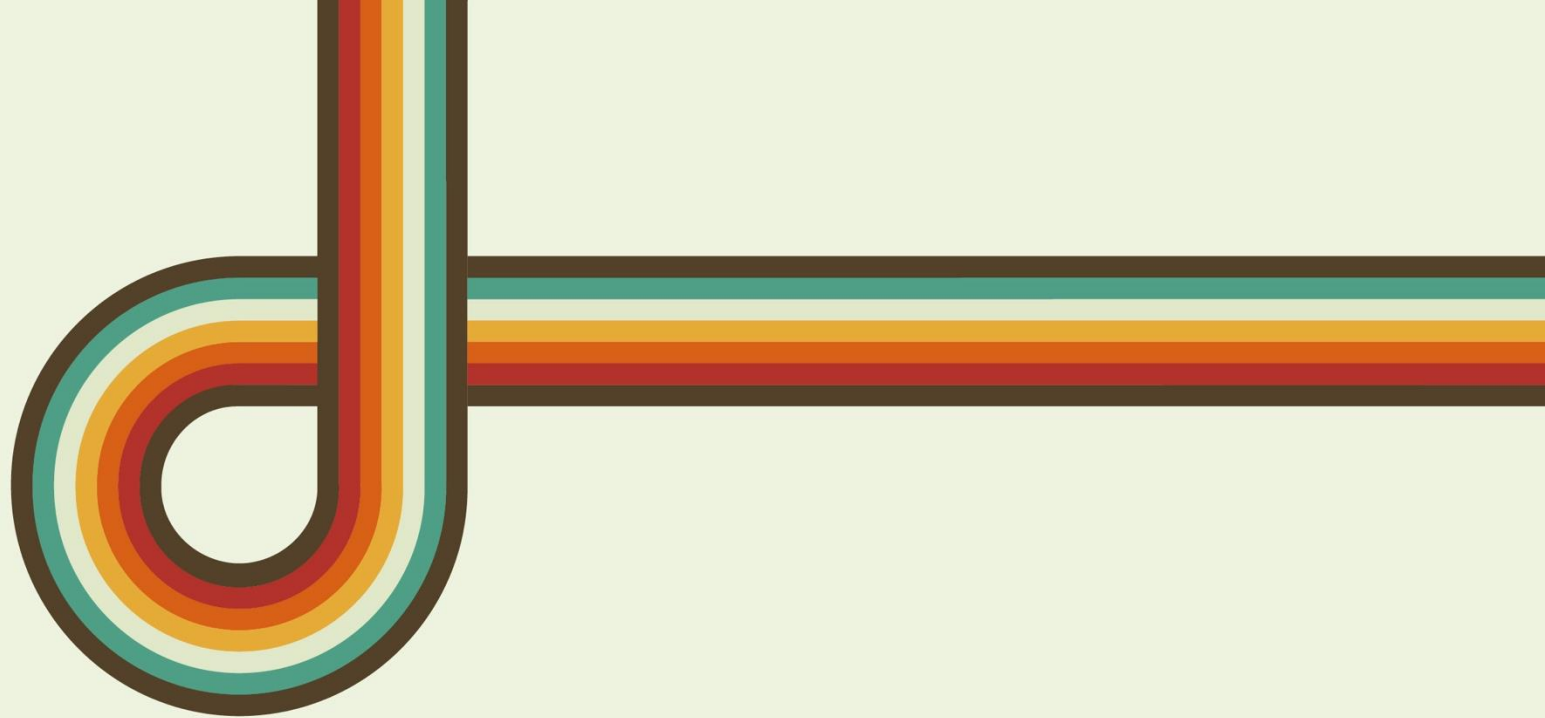
Tous les jeudis, 14h-15h

→ Gym douce -Activité payante,

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

→ Atelier Théâtre d'improvisation

Les 04 et 18 avril



Caudéran



24 Échoppe seniors Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet

armand-faulat@mairie-bordeaux.fr | 06 07 13 67 97

Programme de l'équipe d'animation

Mardi 2 avril – 10H30 à 17H

→ TROC PLANTES – Ouvert sur le quartier

Venez échanger vos plantes, vos graines, vos boutures.

Atelier pour enfants DIY mon chouette peau de fleurs

Atelier sur inscription

Lundi 14 avril – 14H30

→ Discussion Echanges, avec l'ensemble de l'équipe

La vie au sein de la résidence, vos attentes, vos besoins.

Mercredi 16 avril – 14H30

→ AVSA propose un nouveau parcours, pour ses balades en triporteur.

Jeudi 17 avril – 14H30

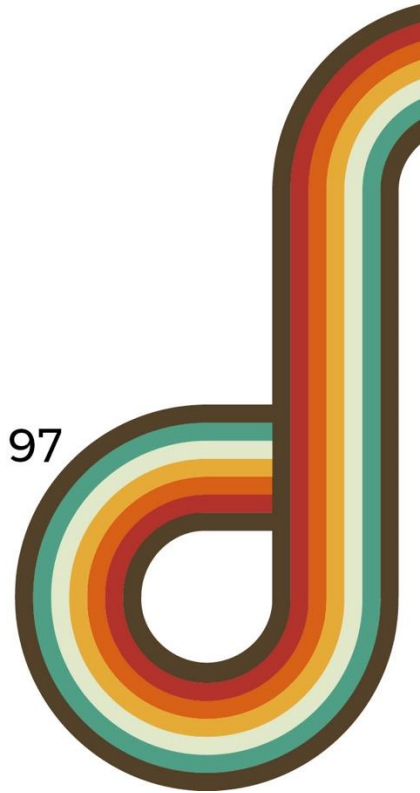
→ Sortie à DARWIN en inter-structures avec Chantecrit

Déjeuner sur place, visite de l'Eco lieu. Transports en bus.

Sur inscription

Mercredi 23 avril – 14H30

→ Les poètes de l'amour vous propose un moment poétique et récréatif.



Activités régulières avec des intervenants

Tous les lundis, 16h-17h * (payant, tarif en fonction des ressources)

→ Gym douce

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

→ Activité Physique Adaptée

Activités en accès libre

Tous les jours

→ Jeux de société

→ Bibliothèque

→ Salle MultiMedia

Activités régulières proposées par les agents d'accueil et d'accompagnement

« Namamé » offrez-vous une bulle de bien-être

→ Sur rendez-vous auprès de Nathalie, Meryl ou Marie-Julie.

25 Échoppe seniors

Arlette Gelé de Francony

4 rue Laporte

gelee-de-francony@mairie-bordeaux.fr

| 05 5789 37 77



Programme de l'équipe d'animation

Mardi 1er Avril

→ **10h00** - Répétition de la Chorale "Le Cœur d'Arlette"

→ **14h30** – Sortie inter-structures au Bowling de Mériadeck

Sur inscription - 5 euros l'entrée - Rdv 14h30 à l'arrêt St Bruno du Tram A

Mardi 8 avril – 14h00

→ Temps convivial avec un agent : Quiz en tout genre par Nehl

Mardi 15 avril – 14h00

→ Temps convivial avec un agent : Jeux de Société

Mercredi 16 avril – 14h30

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

Vendredi 18 avril – 12h30

→ Midi Musical à l'Auditorium de Bordeaux – *Inscriptions clôturées*

Mardi 29 avril - 14h00

→ Temps convivial avec un agent : Petit Bac

Activités régulières avec des intervenants

Lundi 14 et 28 avril – 15h00 / 16h30

→ Self-Défense

Payant sur inscription / engagement annuel

Vendredi 4 et 11 avril - 10h00 / 12h00

→ Atelier Mémoire - *avec l'ASEPT*

Cycle en cours

Menus

Les menus des échoppes seniors*
(*sauf à l'échoppe Maryse Bastié où les menus sont confectionnés sur place)



Menus des seniors

Avril

Lundi 7 avril	Mardi 8 avril	Mercredi 9 avril	Jeudi 10 avril	Vendredi 11 avril
• Betteraves et maïs bio • Filet de colin citronné • Brocolis béchamel • Fromage blanc nature bio et confiture d'abricots bio • Fruit bio	• Maquereau à la moutarde • Sauté de porc* bio • Risotto de coquillettes bio et sa crème de parmesan • Pointe de brie • Fruit bio	• Taboulé • Epinards à la crème et oeuf poché • Munster • Eclair au chocolat	• Carottes râpées bio • Confit de canard • Flageolets bio • Yaourt brassé bio à la poire • Coupelle de fruits du verger au sirop	• Saucisson à l'ail* bio et beurre • Rôti de bœuf bio • Pommes de terre ail et persil • Chèvre bûche • Fruit bio
Lundi 14 avril	Mardi 15 avril	Mercredi 16 avril	Jeudi 17 avril	Vendredi 18 avril
• Céleri rémoulade bio • Saucisse de Toulouse bio * • Purée de pois cassés bio • Haricots verts bio persillés • Carré de l'Est • Crème dessert caramel bio	• Carottes râpées bio • Axoa de pois bio • Riz basmati bio • Emmental • Cannelé bio	• Salade verte bio aux croûtons • Cuisse de poulet rôtie bio • Frites • Yaourt à la grecque bio et sucre • Fruit bio	• Radis et beurre • Bœuf bio Bourguignon • Carottes rondelles bio • Cantal Jeune • Riz au lait à la vanille bio	• Pâté de campagne bio au piment d'Espelette * • Filet de merlu sauce curry • Petits pois à la française * • Yaourt bio citron • Fruit bio • Oeufs au chocolat au lait bio
Lundi 21 avril	Mardi 22 avril	Mercredi 23 avril	Jeudi 24 avril	Vendredi 25 avril
Férié	• Macédoine mayonnaise • Encornets à la sétoise • Riz Basmati bio • Yaourt bio vanille • Fruit bio	• Pamplémousse rose bio et sucre • Rôti de veau bio sauce aux pruneaux • Petits pois • Fourme d'Ambert AOP à la coupe • Semoule au lait à la vanille bio	• Salade de pommes de terre au fromage frais • Escalope viennoise • Haricots beurre persillés • Pont l'évêque à la coupe AOP • Fruit bio	• Chorizo bio * • Chakalaka • Semoule bio au jus • Fromage blanc nature et confiture de fraises • Gâteau Basque

66 %

des produits sont issus de l'agriculture bio (moyenne 2024)

73 %

des produits sont sous SIQO (signe officiel de qualité et d'origine)

52 %

des produits sont locaux

13 %

des produits sont issus du commerce équitable

Les plats écrits en bleu sont cuisinés par « La Cuisine »

Recette approuvée par le conseil municipal des enfants et les seniors.

Toutes les viandes sont d'origine française

* Contient du porc.

Retrouvez les informations relatives à la présence d'allergènes sur :

Plus d'informations sur merignac.com



Mérignac

Contact

Direction Générations Seniors et Autonomie

4 rue Claude Bonnier

05 57 89 37 77

pass.senior@mairie-bordeaux.fr

Facebook Bordeaux Seniors