



Ville de  
**BORDEAUX**

bordeaux.fr



# Ateliers → seniors

→ **Programme 2024/2025**

**Des activités sur-mesure**

Langues vivantes, chorale, loisirs artistiques et créatifs, détente et bien-être, photo-vidéo...



# Édito

Pour cette rentrée 2024-2025, le programme des ateliers s'articule autour de plusieurs activités conçues pour vous offrir des opportunités variées, enrichissantes et divertissantes de découvrir et d'apprendre.

Cette année, place aux nouveautés : des parcours pensés sur-mesure en fonction de vos retours et de vos envies sont proposés autour du bien-être, du sport et des activités créatives. Il ne vous reste plus qu'à vous y inscrire, profitez-en !

Je vous souhaite une excellente rentrée 2024.

**Harmonie Lecerf Meunier**

Adjointe en charge de l'accès aux Droits,  
des solidarités et des Seniors

# Les ateliers seniors

pour des activités à la carte...

Les ateliers Brach et Giono regroupent plus d'une trentaine d'activités créatives, culturelles et sportives pour les seniors de 60 ans et plus. Animés par des intervenants professionnels, ils proposent un parcours d'apprentissage adapté et individualisé. Grâce aux différents passeports, chacun choisit la formule qui lui convient le mieux.

## Les stages

Pendant les vacances scolaires, retrouvez dans les ateliers Brach et Giono des stages créés spécifiquement pour découvrir ou approfondir de nouvelles thématiques.

## Les conditions

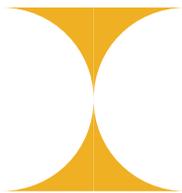
Les ateliers sont ouverts aux seniors de plus de 60 ans, bordelais·es ou non ! L'inscription est annuelle, de septembre à juin, les participants s'engagent jusqu'à la fin de la saison.

## Les tarifs

Pour connaître votre tarif, munissez-vous de votre avis d'imposition en cours et consultez le simulateur en ligne : [tarifs.bordeaux.fr](http://tarifs.bordeaux.fr). Les équipes sont aussi sur place pour vous apporter les informations nécessaires.

## Les inscriptions

Les inscriptions sont possibles tout au long de l'année, en fonction des places disponibles.



# Langues vivantes

## ↳ Anglais

### Atelier Brach

› débutant

jeudi, 9h → 10h30

› élémentaire

jeudi, 10h30 → 12h

› intermédiaire

vendredi, 9h → 10h30

› confirmé

vendredi, 10h30 → 12h

### Atelier Giono

› débutant

jeudi, 9h → 10h30

› intermédiaire

vendredi, 9h → 10h30

› confirmé

vendredi, 10h30 → 12h

## ↳ Espagnol

### Atelier Brach

› débutant

mardi, 14h → 15h30

› intermédiaire

lundi, 14h → 15h30

› confirmé

mardi, 15h30 → 17h

### Atelier Giono

› débutant

mardi, 10h → 11h30

› intermédiaire

lundi, 9h30 → 11h



# Activités musicales

## ↳ Chorale

### Atelier Giono

jeudi, 13h45 → 16h45



# Loisirs artistiques et créatifs

## ↳ Marqueterie

### Atelier Brach

jeudi, 9h30 → 12h

## ↳ Dessin

### Atelier Giono

lundi, 9h30 → 12h

## ↳ Encadrement

### Atelier Brach

mercredi, 9h30 → 12h

vendredi, 9h30 → 12h

## ↳ Peinture sur soie

### Atelier Brach

mercredi, 14h → 16h30

### Atelier Giono

lundi, 9h30 → 12h

## ↳ Céramique

### Atelier Brach

lundi, 9h30 → 12h

## ↳ Couture

### Atelier Brach

mercredi, 14h → 16h30

jeudi, 14h → 16h30

### Atelier Giono

jeudi, 9h30 → 12h

## ↳ Peinture

### Atelier Brach

mardi, 14h → 16h30

mercredi, 9h30 → 12h

vendredi, 14h → 16h30

### Atelier Giono

mardi, 9h30 → 12h

### Nouveau

## ↳ Parcours Découverte Créatif

*Découvrez la mode!*

### Atelier Brach

mardi, 10h → 12h

Le parcours est à suivre toute l'année et chaque trimestre, vous découvrez une activité différente :

**1<sup>er</sup> trimestre** Histoire de l'Art

**2<sup>e</sup> trimestre** Couture

**3<sup>e</sup> trimestre** Maroquinerie

Ce parcours correspond à un « *Passaport 1 activité* ». En vous inscrivant, vous vous engagez annuellement sur l'ensemble des 3 activités.



# Détente Bien être - Sport

**Nouveau**

## ↳ Bulle Bien-être

*Venez prendre soin de vous !*

### Atelier Brach

vendredi, 14h → 16h

Le parcours est à suivre toute l'année. Il s'articule autour de trois activités qui tournent chaque semaine : l'aromathérapie, le massage et la peinture intuitive.

Ce parcours correspond à un « **Passeport 1 activité** ». En vous inscrivant, vous vous engagez annuellement sur l'ensemble des 3 activités.

## ↳ Gym

### Atelier Brach

mardi, 9h → 10h

mardi, 10h → 11h

mardi, 11h → 12h

### Atelier Giono

mardi, 9h → 10h

mardi, 10h → 11h

## ↳ Gym fonctionnelle

### Atelier Brach

lundi, 14h → 15h30

## ↳ Swiss Ball

### Atelier Brach

lundi, 10h → 11h

## ↳ Pilates

### Atelier Brach

jeudi, 14h → 15h

### Atelier Giono

mardi, 14h → 15h

## ↳ Qi Gong

### Atelier Giono

jeudi, 9h → 10h30

jeudi, 10h30 → 12h

## ↳ Yoga

### Atelier Brach

lundi, 11h → 12h30

jeudi, 15h → 16h30



# Multimédia

## ↳ Photographie

### Atelier Giono

lundi, 9h → 10h30

jeudi, 14h → 15h30

### Atelier Giono

jeudi, 9h30 → 12h

vendredi, 9h30 → 12h

## ↳ Sophrologie

### Atelier Brach

lundi, 15h30 → 17h

### Atelier Giono

mardi, 11h → 12h30

## ↳ Création audiovisuelle

### Atelier Giono

mardi, 9h30 → 12h

mardi, 14h → 16h30

Nouveau

## ↳ Parcours découverte Sport

*Bouger en rythme*

### Atelier Giono

lundi, 10h30 → 12h

Le parcours est à suivre toute l'année et chaque trimestre, vous découvrez une activité différente :

#### 1<sup>er</sup> trimestre

Gym fonctionnelle : aérobic

#### 2<sup>e</sup> trimestre

Danse : expression corporelle

#### 3<sup>e</sup> trimestre Zumba

Ce parcours correspond à un « **Passeport 1 activité** ». En vous inscrivant, vous vous engagez annuellement sur l'ensemble des 3 activités.

→ La Ville de Bordeaux s'autorise à annuler ou modifier une activité pour des raisons d'organisation ou d'un nombre insuffisant d'inscrits. Du matériel complémentaire peut être demandé sur certaines activités.



## Les ateliers

Ouverts du lundi au vendredi 9h → 12h | 14h → 17h  
 Du lundi 2 septembre 2024 → vendredi 20 juin 2025.  
 Stages de découverte pendant les vacances scolaires.

1

### ↳ atelier Brach

33 rue de Brach  
 05 56 79 73 44  
 Tram A: arrêt Saint-Bruno  
 Bus 1, 70 direction Merignac  
 et bus 82 direction Le Bouscat:  
 arrêt Dutertre  
 Bus 1 direction Gare Saint-Jean:  
 arrêt Saint-Bruno

2

### ↳ atelier Giono

Maison polyvalente  
 Coeur de Bastide  
 13 allée Jean Giono  
 05 24 57 65 04  
 Tram A: arrêt Jardin botanique  
 Bus 25: arrêt Jean Giono

## Pass → senior

La mairie met à votre disposition le Pass Senior gratuit, destiné aux Bordelais et aux Bordelaises qui ont fêté leurs 60 ans.  
 Vous pouvez l'obtenir directement en vous rendant à la cité municipale avec le formulaire et les pièces justificatives.

## Plus d'infos

### ↳ Cité municipale

4 rue Claude Bonnier  
 Tram A: arrêt Mériadeck  
[atelierssenior@mairie-bordeaux.fr](mailto:atelierssenior@mairie-bordeaux.fr)  
 05 57 89 37 77  
 Facebook : @Bordeaux.Seniors  
[seniorsreporters.bordeaux.fr](http://seniorsreporters.bordeaux.fr)