



Ville de
BORDEAUX

bordeaux.fr

n°48

→ L'agenda des seniors

Actualités, événements, bon plans et partenaires Pass Senior

Avril → juin 2025

Comment obtenir le Pass senior ?



Vous êtes seniors et vous habitez à Bordeaux ? Le Pass Senior est fait pour vous. Cette carte gratuite vous donne accès à des offres privilégiées, des événements et des activités dans toute la ville.



Sommaire

Conditions pour obtenir

le Pass Senior :

- Avoir 60 ans ou plus
- Habiter à Bordeaux

Documents nécessaires :

- Une pièce d'identité
- Un justificatif de domicile de moins de 3 mois

Comment l'obtenir ?

1. En ligne : téléchargez le formulaire d'adhésion sur bordeaux.fr.

2. En personne : rendez-vous dans une mairie de quartier ou à la Cité municipale (4 rue Claude Bonnier). Vous recevrez votre carte immédiatement.

Besoin d'aide ?

Appelez-nous au 05 57 89 37 77

Les actualités	p.4
Les échoppes seniors	p.6
Les stages découvertes dans les ateliers	p.7
Les seniors reporters	p.5
Le séjour Seniors en vacances	p.8
Les événements	p.9
L'agenda	p.11
Visites d'exposition	
Conférences	
Spectacles - concerts	
Cinéma	
Ateliers numériques	
Ateliers artistiques	
Bien être et prévention	
Lotos et ateliers ludiques	
Partenaires du Pass Senior	p.25
Calendrier des événements	p.30
Nous contacter	p.31

Avec l'arrivée des beaux jours, nous poursuivons notre engagement en faveur du bien-être et de l'accompagnement des seniors ! La vigilance face aux épisodes de fortes chaleurs se met en place dès le printemps, et nous encourageons chaque personne à s'inscrire sur le registre municipal auprès de la plateforme seniors et aidants afin de bénéficier d'un suivi en cas de canicule.

Le Comptoir des Aidants continue d'accueillir et de soutenir ceux qui accompagnent un proche en perte d'autonomie et je suis heureuse de vous annoncer qu'une permanence ouvre dès le 1er avril dans le quartier de la Bastide.

À noter aussi, les inscriptions pour le séjour Seniors en Vacances qui seront ouvertes en mai, offrant à 100 seniors bordelais une parenthèse de détente en bord de mer. Un moment privilégié pour se ressourcer et partager des instants conviviaux.

Par ailleurs, nous intensifions nos actions pour lutter contre l'isolement en multipliant les rencontres et activités propices aux échanges. Cette dynamique se prolongera à travers des événements festifs, dont le Bal des Seniors en mai, qui rassemblera toutes les générations autour de la musique et de la danse, et la semaine de lutte contre l'isolement, en juin.



Harmonie Lecerf Meunier

Adjointe au maire
chargée de l'accès aux droits,
des solidarités et des seniors



Les actus

● **Ouverture du comptoir des aidants à La Bastide-Queyries**

Une permanence du Comptoir des Aidants au sein de l'échoppe Bastide Queyries ouvre à partir du 1^{er} avril. Vous aidez un proche en situation de handicap ou un proche âgé ? Cette permanence est dédiée aux aidants pour de l'information, du conseil et de l'écoute.

- Tous les mardis, 9h → 12h
- 13 Allée Jean Giono
- (Tram A, Jardin Botanique)
- seniors@mairie-bordeaux.fr
- 0 800 625 885

● **Vélo-cité**

L'association Vélo-Cité et la ville de Bordeaux proposent aux seniors d'enfourcher un vélo et de rouler en ville.

Cette activité vous permettra, en vous remettant en selle, de (re)prendre confiance lors de vos déplacements, de faire un peu d'exercice, de prendre plaisir en se laissant glisser dans la ville, de rencontrer, dans une bonne ambiance, un petit groupe de pratiquants et de recevoir tous les bons conseils pour aborder sereinement la circulation à vélo.

- **Tarifs** : 5€ par session
- (soit 1€ par séance)
- Groupe de 6 personnes maximum
- **Les dates** :
- **Session 1** : les mardis 1, 8, 15, 22, 29 avril, 14h → 15h30
- **Session 2** : les mercredis 7, 14, 21, 28 mai et le lundi 2 juin 10h → 11h30
- **Session 3** : les mercredis 4, 11, 18, 25 juin 10h → 11h30
- et le lundi 11 juin 13h30 → 15h
- **Inscription** :
- sebastien.rousseau@velo-cite.org
- 05 56 81 63 89 / 06 78 69 69 91

● **Inscrivez-vous au registre nominatif un geste simple pour votre sécurité**

La commune met à disposition un registre nominatif afin d'assurer suivi et assistance aux personnes vulnérables. En cas de fortes chaleurs, de grand froid,

ou de situation exceptionnelle, les services municipaux peuvent contacter les personnes du registre pour s'assurer du bien-être et apporter l'aide nécessaire.

- Inscription gratuite et confidentielle
- auprès de la plateforme seniors
- et aidants :
- 0 800 625 885
- seniors@mairie-bordeaux.fr
- En ligne sur bordeaux.fr :
- mes démarches en ligne ou en
- scannant ce QR code



Seniors reporters

Une sélection d'articles à découvrir sur le blog des seniors reporters !

• **À la recherche des arrondissements perdus de Bordeaux :** Paris, Lyon, Marseille, possèdent bien leurs arrondissements. Bordeaux non, c'est un fait. Mais il y

a bien ces plaquettes émaillées à proximité de certaines plaques de rues... Pour en savoir plus sur les arrondissements de la ville, scannez le QR Code !



• **Des Bordelais écrivent et dessinent sur Bordeaux !**

Bordelais de souche ou d'adoption, leurs ouvrages nous montrent la ville sous différents aspects. Une petite série pour "lire Bordeaux" autrement ! Pour en savoir plus scannez le QR Code !



• **Rencontre avec les champions Olympiques de Cecifoot**

Nous vous emmenons à la rencontre des athlètes locaux qui ont brillé lors des jeux. Ils racontent leur parcours, les grands moments des Jeux Olympiques de Paris 2024, et évoquent des pistes pour faire perdurer l'élan des jeux ! Pour en savoir plus scannez le QR Code !





Découvrez les Échoppes seniors

Un programme d'animation

Les 25 échoppes seniors de la ville de Bordeaux proposent une gamme d'activités adaptées aux envies et besoins de chacun : des ateliers artistiques, des cours de sport, des séances de cuisine, des jeux de société, des sorties culturelles et des initiations au numérique.

Les restaurants seniors

En plus des activités, les échoppes seniors disposent de restaurants ouverts tous les midis de la semaine, offrant des repas équilibrés à des tarifs adaptés aux ressources de chacun. Ces moments de convivialité autour de la table favorisent les échanges et renforcent le lien social entre les participants.

- 05 57 89 37 77
- seniors@mairie-bordeaux.fr
- Les échoppes seniors sont
- ouvertes du lundi au vendredi,

- de 10h30 à 17h30, et sont
- accessibles à tous les seniors.
- Tarif en fonction des ressources
- (la majorité des activités sont
- gratuites, les repas complet à
- partir de 2,75€)

**Pour connaître
le programme d'activités :**



Pour connaître les menus :



**Pour connaître les tarifs
adaptés aux ressources :**



Ateliers de médiation Animale à l'échoppe seniors Belcier :

À partir du mois d'avril, découvrez à l'échoppe seniors Belcier les ateliers de médiation animale avec l'association « En Symbiose ».

- Lundis 7, 14, 28 avril,
- 10h → 11h | 11h30 → 12h30
- Inscription : 06 78 42 39 89
- mediationensymbiose@gmail.com
- Gratuit



Ateliers -stages

Pendant les vacances scolaires, **l'atelier Brach** propose un programme spécial pour faire découvrir de nouvelles activités de loisirs.

- ▼ 33 rue de Brach
- (quartier centre ville)
- Inscription : 05 56 79 73 44
- seniors@mairie-bordeaux.fr
- Tarif en fonction des ressources

● **Gymnastique : jeux d'adresse !**

↘ **Mardi 22 avril, 9h → 12h**

● **Dessin : natures mortes et paysages**

↘ **Mardi 22 avril, 14h → 17h**

● **Céramique : à la découverte de la terre et du modelage**

↘ **Mercredi 23 et jeudi 24 avril,
9h → 12h**

● **Art Floral : encadrons le Printemps !**

↘ **Mercredi 23 avril, 14h → 17h**

● **Qi Gong : un voyage vers l'éveil**

↘ **Jeudi 24 avril, 9h → 12h**

● **Bien-être : initiation à l'automassage**

↘ **Jeudi 24 avril, 14h → 17h**



Seniors en vacances

La Ville de Bordeaux propose aux Bordelais de 60 ans et plus, de partir en voyage pour un séjour découverte d'une semaine à La Palmyre.

*En partenariat avec l'ANCV
et la Carsat Aquitaine.*

**Séjour en pension complète du
dîner du premier jour au déjeuner
du dernier jour.
Du 13 au 20 septembre**

Programme

*(L'ordre des animations
peut être modifié.)*

↘ Samedi 13 septembre

Arrivée du groupe en fin d'après-midi.
Apéritif de bienvenue.
Ambiance musicale au bar.

↘ Dimanche 14 septembre

Réunion d'accueil, balade détente
dans La Palmyre, soirée karaoké.

↘ Lundi 15 septembre

Séance de réveil musculaire.
Excursion à La Palmyre.

↘ Mardi 16 septembre

Journée d'excursion à Rochefort
(visite de la ville, de la corderie, de
la Maison du transbordeur...).

Soirée régionale avec grand jeu.

↘ Mercredi 17 septembre

Séance de gym douce.
Excursion à L'Île d'Oléron.
Soirée grand jeu interactif.

↘ Jeudi 18 septembre

Initiation au yoga ou au pilate.
Promenade vers la plage.
Soirée de Gala avec soirée
dansante.

↘ Vendredi 19 septembre

Séance de gym douce.
Sortie au zoo de la Palmyre.
Soirée quiz.

↘ Samedi 20 septembre

Départ.

- **Tarif : 507 € sans aide ANCV**
- **295 € avec aide ANCV**
- Le tarif comprend : la pension
- complète • l'hébergement •
- les animations et activités •
- les excursions • les visites et
- repas au restaurant prévus au
- programme • accès libre au spa
- ainsi qu'aux équipements de
- loisirs du Village Club.
- **Inscriptions du 5 mai au 30 mai**
- 4 rue Claude Bonnier
- Tram A, Mériadeck
- seniors@mairie-bordeaux.fr
- 05 57 89 37 77
- **Facebook** Bordeaux.seniors

→ Les événements

● Troc plantes

↳ Mercredi 2 avril, 10h30 → 16h

Venez échanger vos plantes, vos graines, vos boutures. Profitez des conseils de Madelaine et de Simone. Stand de Rempotage. Troc de plantes et Atelier DIY pour enfants : décors de pots de fleurs

▼ Échoppe seniors

Armand Faulat,

80 rue Charles Chaumet

- Gratuit sur inscription
- au 06 31 03 79 08

● Bal « Gavé Folk »

↳ Samedi 5 avril, 19h

Par Carric Carrac et la Salle des fêtes Bordeaux Grand-Parc.

Bienvenue au «Gavé Folk !», le Bal Folk bordelais ! Venez découvrir musiques, instruments et danses trads / folks, de France, d'Europe et d'ailleurs...

▼ Salle des fêtes

Bordeaux Grand-Parc,
39 cours de Luze

+ Avantage Pass senior : 3 € au lieu de 5 €

● Bal du printemps

↳ Mardi 6 mai, 14h30

Bal, avec le duo variété Gibann & Mathilde : répertoire varié alliant classiques et tubes des années 60 à aujourd'hui... Gourmandises et rafraîchissement !

▼ Halle des Douves,

4 rue des Douves

- Gratuit sur inscription
- à partir du vendredi 18 avril, 9h30 :
- my.weezevent.com/bal-du-printemps-1
- 05 57 89 37 77



Scannez le lien pour vous inscrire !

● Concert de piano : Juliette Journaux

↳ Mardi 13 mai, 20h30

Par l'Esprit du piano

« Voyager et rêver »

Schubert, Mahler, Wagner

▼ Théâtre Femina

10 rue de Grassi

- Gratuit sur inscription au
- 05 57 89 37 77

+ Avantage Pass senior : gratuit

● Dictée Printanière de l'Université du Temps Libre

↳ Jeudi 15 mai, 15h

▼ Athénée municipal
Joseph Wresinski

+ Avantage Pass senior :

entrée libre

● Bal « des plages pop »

↳ Samedi 17 mai, 19h30

Par Bordeaux Rock et la Salle des fêtes
Bordeaux Grand-Parc

François & the Atlas Mountains (Live)

Tahiti 80 (Live)

Coconut Sound System (DJ set)

▼ Salle des fêtes
Bordeaux Grand-Parc

⋮ 39 cours de Luze

+ Avantage Pass senior : 3 €

● Semaine de lutte contre l'isolement

↳ Du 2 au 6 juin

Sortie, conférence, ateliers...

Une semaine dédiée à la thématique de l'isolement !

⋮ 05 57 89 37 77
⋮ à partir de la mi-mai

● Portes ouvertes des Échoppes seniors

↳ Mardi 3 juin

Portes ouvertes dans les Échoppes seniors de la Ville pendant la semaine de lutte contre l'isolement – Temps festifs et conviviaux

⋮ Gratuit
⋮ Plus d'informations :
⋮ 05 57 89 37 77

● Bouge ta santé à la Bastide

↳ Samedi 28 juin, 15h → 19h

Profitez de cette demi-journée dédiée à l'activité physique, à l'alimentation saine et au bien-être pour découvrir de nouvelles activités ! De nombreux stands et ateliers sont à découvrir sur place.

▼ Parc Pinçon

⋮ Entrée libre

→ Agenda

Concerts

● Concert Big Band

↳ Mercredi 2 avril, 20h30

Par le Big Band du Conservatoire de Bordeaux - Jacques Thibaud
Hommage à Claude Nougaro.

▼ Rocher de Palmer
Salle 650 (Cenon)



Gratuit, inscription obligatoire à partir du dimanche 2 mars, 8h.

● Musiques anciennes

↳ Samedi 5 avril, 17h15

Par l'Orchestre d'Harmonie de Bordeaux.
Plongez dans un voyage musical à travers le temps, de la Belle Époque à nos jours !

▼ Bibliothèque Mériadeck

- Gratuit, sans réservation
- Informations : orchestre.
- harmonie@mairie-bordeaux.fr

+ Avantage Pass senior :

places réservées aux détenteurs

● Carte Blanche au Rocher

↳ Mercredi 9 avril, 14h30

Jeune Orchestre Symphonique et Labo cordes. Par l'orchestre symphonique du Conservatoire de Bordeaux Jacques Thibaud.
Tchaïkovski, Strauss, Mascagni...

▼ Rocher de Palmer
Salle 650 (Cenon)



Gratuit, réservation obligatoire à partir du dimanche 9 mars, 8h

+ Avantage Pass senior :

places réservées aux détenteurs

● Danse à Vitez

↳ Samedi 19 avril, 17h

Par le Conservatoire de Bordeaux Jacques Thibaud.

Tous styles de danse confondus.

▼ TnBA - salle Antoine Vitez



Gratuit sur réservation obligatoire à partir du mercredi 19 mars, 8h

+ Avantage Pass senior :

places réservées aux détenteurs

● Orchestre d'Harmonie

↳ Mercredi 7 mai, 20h

Par le Conservatoire de Bordeaux
Jacques Thibaud

▼ Auditorium de l'Opéra
National de Bordeaux



Gratuit
Réservation obligatoire
à partir du mardi 1^{er} avril,
8h

+ Avantage Pass senior :

places réservées aux détenteurs

● Nuit des Cathédrales

↳ Samedi 10 mai

Par l'Orchestre d'Harmonie de Bordeaux.

La grande formation de l'orchestre donne un concert exceptionnel accompagné d'un grand chœur de 150 chanteurs, explorant un répertoire allant de Saint-Saëns à Fauré en passant par Bach.

▼ Place Pey-Berland

- Gratuit, entrée libre
- orchestre.harmonie@mairie-
- bordeaux.fr

● Concert de l'atelier Chorale de l'Université du Temps Libre

↳ Lundi 26 mai, 15h

▼ Athénée municipal

Joseph Wresinski

• Entrée libre

● Concert de l'Ensemble Vocal

↳ Mercredi 28 mai, 20h30

Par le Conservatoire de Bordeaux
Jacques Thibaud

Brahms, Janacek, Bernstein...

▼ Cathédrale Saint-André de
Bordeaux, place Pey-Berland



Gratuit sur réservation
obligatoire à partir
du lundi 28 avril, 8h

+ Avantage Pass senior :

places réservées aux détenteurs

Théâtre

● Représentation de théâtre de la Troupe T.R.A.C

↳ Mercredi 4 juin, 19h

Par l'Université du Temps Libre

▼ Salle du Point du Jour

Pierre Tachou

44 rue Joseph Brunet

+ Avantage Pass senior : entrée libre

Visites d'exposition

● Musée d'Ethnographie de l'Université de Bordeaux

↘ Vendredi 25 avril, 10h30 → 11h30

↘ Vendredi 23 mai, 10h30 → 11h30

Visite commentée et atelier

« Traces »

Visite commentée suivie d'un atelier. Laissez-vous visiter par vos propres souvenirs et contribuez à la création d'une œuvre collective qui ornera les couloirs de l'exposition.

▼ Musée d'ethnographie de l'université de Bordeaux

- Inscription :
- mediation.meb@u-bordeaux.fr
- Gratuit

● FRAC-MÉCA

↘ Vendredi 25 avril, 11h

Visite partagée de l'exposition Primavera, Primavera

▼ FRAC-MÉCA

- Inscription : Suivre le QR Code



+ Avantage Pass senior : gratuit

Balades culturelles

● Falaises, grottes et autres lieux insolites des bords de l'estuaire de la Gironde

↘ Jeudi 3 avril, 8h30 → 18h30

Par l'association Terre et océan

Prévoir un pique-nique et des chaussures adaptées

- 06 73 44 88 67
- d.coquillas@terreetocean.fr
- coquillas_did@hotmail.com

+ Avantage Pass senior :

33 € au lieu de 35 €

● Les Antiquités de Saintes !

↘ Mardi 6 mai, 8h → 18h30

Par l'association Terre et océan

Immersion complète dans la plus romaine des villes d'Aquitaine : Mediolanum Santonum, autrement dit Saintes en Saintonge.

Prévoir un pique-nique et des chaussures adaptées

- 06 73 44 88 67
- d.coquillas@terreetocean.fr
- coquillas_did@hotmail.com

+ Avantage Pass senior :

37 € au lieu de 40 €

● Sources guérisseuses et miraculeuses de Gironde : un patrimoine pas comme les autres...

↘ **Mardi 10 juin, 8h30 → 18h30**

Par l'association Terre et océan

Une journée à la recherche des sources guérisseuses aux confins du Bassin d'Arcachon. Prévoir un pique-nique et des chaussures adaptées

- Inscription : 06 73 44 88 67
- d.coquillas@terreetocean.fr
- coquillas_did@hotmail.com

+ **Avantage Pass senior :**

29 € au lieu de 33 €

Sorties à la journée

● Une journée à la mer

↘ **Jeudi 22 mai**

Avec l'association les Cheveux blancs

Balade et déjeuner sur le Bassin d'Arcachon

- Inscription : 06 68 56 78 22

+ **Avantage Pass senior :**

58,50 € au lieu de 65 €

Découverte de quartiers

● Sources, puits et rivières du Vieux Bordeaux

↘ **Mardi 1^{er} avril, 14h → 17h**

Par l'association Terre et océan

- Inscription : 06 73 44 88 67
- d.coquillas@terreetocean.fr
- coquillas_did@hotmail.com

+ **Avantage Pass senior :**

7 € au lieu de 9 €

● Au gré de la rive droite...

↘ **Jeudi 22 mai, 9h30 → 12h30**

Par l'association Terre et océan

- Inscription : 06 73 44 88 67
- d.coquillas@terreetocean.fr
- coquillas_did@hotmail.com

+ **Avantage Pass senior :**

7 € au lieu de 9 €

● Au gré de la rive gauche

↘ **Lundi 2 juin, 9h30 → 12h30**

Par l'association Terre et océan

- Inscription : 06 73 44 88 67
- d.coquillas@terreetocean.fr
- coquillas_did@hotmail.com

+ **Avantage Pass senior :**

7 € au lieu de 9 €

Conférences

● Visio-conférence **Représenter l'invisible : créer la figure du Bouddha**

↘ **Jeudi 3 avril, 15h → 16h30**

Par Françoise Cartau

Par l'Université du Temps Libre

⋮ Inscription : 05 57 89 37 77

+ Avantage Pass senior : gratuit

● **Mardi de la musique : Vocal Explorateur**

↘ Mardi 8 avril, 10h30

Guillaume Flamen, enseignant
au Conservatoire de Bordeaux
accompagné de ses élèves musiciens.

Atelier de pratique vocale
collective contemporaine où
les élèves en classe de chant
explorent l'improvisation, tout
en revisitant ou réinventant
des pièces classiques,
baroques ou romantiques.

▼ Auditorium

de la Bibliothèque Mériadeck

- ⋮ Entrée libre et gratuite
- ⋮ Informations : 05 57 89 37 77
- ⋮ seniors@mairie-bordeaux.fr

● **La drôle de Guerre**

↘ **Samedi 12 avril, 14h30**

Par Faits de cœur's

▼ Échoppe seniors Belcier

- ⋮ Gratuit
- ⋮ Informations : 07 69 28 84 61

● **La naissance des grands magasins : mode, jouets, publicité 1852-1925**

↘ **Lundi 14 avril, 15h → 16h30**

Par l'Université du Temps Libre

Conférence de **Géraldine
Bretault**, diplômée de l'École
du Louvre en histoire de l'art et
muséologie.

▼ Athénée municipal

Joseph Wresinski

- ⋮ Informations : 05 57 89 37 77

+ Avantage Pass senior : gratuit

● **Les forces en présence 1939**

↘ **Vendredi 18 avril, 14h30**

Par Faits de cœur's

▼ Manuco

rue Causserouge

- ⋮ Gratuit
- ⋮ Informations : 07 69 28 84 61

● Le mariage de Louis XIV

↳ Mercredi 23 avril, 15h30

Par Faits de cœur's

▼ Échoppe seniors Belcier

- Gratuit
- Informations : 07 69 28 84 61

● Les Unes de la presse de 1939

↳ Samedi 26 avril, 14h30

Par Faits de cœur's

▼ Échoppe seniors Belcier

- Gratuit
- Informations : 07 69 28 84 61

● La campagne de France la surprise des Ardennes

↳ Samedi 10 mai, 14h30

Par Faits de cœur's

▼ Échoppe seniors Belcier

- Gratuit
- Informations : 07 69 28 84 61

● Mardi de la musique : Les compositeurs bordelais : de l'époque des Lumières à nos jours

↳ Mardi 13 mai, 10h30

Maria Luisa Macellaro la Franca, compositrice, pianiste et cheffe d'orchestre explore cette terre de musique depuis 300 ans.

▼ Auditorium

de la Bibliothèque Mériadeck

- Entrée libre et gratuite
- Informations : 05 57 89 37 77
- seniors@mairie-bordeaux.fr

● La France dans la débâcle - 1940

↳ Vendredi 23 mai, 14h30

Par Faits de cœur's

▼ Manuco rue Causserouge

- Gratuit
- Informations : 07 69 28 84 61

● Conférence d'histoire de l'art

↳ Mercredi 28 mai, 15h

▼ Résidence le Pont Saint-Jean
34 rue Jean Descas

- Inscription : 05 56 92 52 14

+ Avantage Pass senior : gratuit

● **Témoignage sur l'exode**

↳ **Mercredi 28 mai, 15h30**

Par Faits de cœur's

▼ **Échoppe seniors Belcier**

- Gratuit
- Informations : 07 69 28 84 61

● **La France de 1940 à 1941**

↳ **Samedi 31 mai, 14h30**

Par Faits de cœur's

▼ **Échoppe seniors Belcier**

- Gratuit
- Informations : 07 69 28 84 61

● **Appel du 18 juin**

↳ **Samedi 14 juin, 14h30**

Par Faits de cœur's

▼ **Échoppe seniors Belcier**

- Gratuit
- Informations : 07 69 28 84 61

● **La bataille d'Angleterre**

↳ **Vendredi 20 juin, 14h30**

Par Faits de cœur's

▼ **Manuco (rue Causserouge)**

- Gratuit
- Informations : 07 69 28 84 61

● **Mussolini rêve d'un nouvel empire**

↳ **Samedi 28 juin, 14h30**

Par Faits de cœur's

▼ **Échoppe seniors Belcier**

- Gratuit
- Informations : 07 69 28 84 61

Cinéma

● **Ciné-conférence : Tunisie, entre rencontres et traditions**

↳ **Mardi 8 avril, 14h30**

▼ **CGR le Français**

↳ **Judi 10 avril, 14h30**

▼ **Mégarama Bordeaux Bastide**

Par Connaissance du monde

- Information : 06 81 12 33 08
- jeanlouislorenzo@gmail.com

+ **Avantage Pass senior :**

6,80 € au lieu de 8,50 €

● **Ciné-club : ZARAFÀ**

↳ **Dimanche 27 avril, 16h**

Dans le cadre du festival Bobine de fil

Les films projetés sont choisis par les adhérents lors des séances précédentes. C'est l'association Ô Grand Parc SDF, en partenariat avec la Salle des fêtes Bordeaux Grand-Parc, qui

propose la sélection de films.

▼ **Salle des fêtes Bordeaux**

Grand-Parc

⋮ 1 € l'adhésion

● **Ciné-conférence : le Bengale, empreintes silencieuses du temps, dans l'Inde éternelle**

↘ **Mardi 20 mai, 14h30**

▼ **CGR le Français**

↘ **Jeudi 22 mai, 14h30**

▼ **Mégarama Bordeaux Bastide**

Par Connaissance du monde

⋮ Information : 06 81 12 33 08

⋮ jeanlouislorenzo@gmail.com

+ **Avantage Pass senior :**

6,80 € au lieu de 8,50 €

● **Ciné-club**

↘ **Dimanche 25 mai, 15h**

(ouverture des portes à 14h30)

Les films projetés sont choisis par les adhérents lors des séances précédentes. C'est l'association Ô Grand Parc SDF, en partenariat avec la Salle des fêtes Bordeaux Grand-Parc, qui propose la sélection de films.

▼ **Salle des fêtes Bordeaux**

Grand-Parc

⋮ 1 € l'adhésion

Ateliers numériques

● **Bibliothèques de Bordeaux**

Le réseau des bibliothèques et les Conseillers numériques de la Ville de Bordeaux vous accompagnent pour approfondir vos connaissances du numérique ! Découvrez leurs ateliers, c'est gratuit et sur inscription auprès de votre bibliothèque.

• **Toute la programmation des bibliothèques est à retrouver dans les BOBI n°9 et 10, magazine des bibliothèques de Bordeaux.**

Inscription auprès des bibliothèques.

• **Whatsapp : l'application de messagerie instantanée**

↘ **Mardi 1er avril, 14h**

▼ **Bibliothèque**

Jean de la Ville de Mirmont

• **J'apprends à scanner avec mon smartphone**

↘ **Jeudi 3 avril, 14h**

▼ **Bibliothèque Mériadeck**

• Les recherches Web :
suis-je sur le bon site ?

↳ Vendredi 4 avril, 14h

▼ Bibliothèque Pierre Veilletet

• J'apprends à utiliser
Google Drive

↳ Jeudi 10 avril, 14h

▼ Bibliothèque Flora Tristan

• AlloVoisins : la plateforme en ligne
pour des services entre particuliers
à petit prix

↳ Jeudi 10 avril, 14h

▼ Bibliothèque Mériadeck

• Voyager depuis son fauteuil :
les visites virtuelles avec
Google Arts

↳ Mardi 15 avril, 14h

▼ Bibliothèque Jean de
la Ville de Mirmont

• Les applis anti-gaspillage qui vous
veulent du bien !

↳ Mardi 15 avril, 14h

▼ Bibliothèque Mériadeck

Les mails frauduleux :
comment les reconnaître ?

↳ Mardi 22 avril, 14h

▼ Bibliothèque Mériadeck

• Rogerveice : l'application
qui permet aux sourds et
malentendants de téléphoner

↳ Mardi 29 avril, 14h

▼ Bibliothèque Mériadeck

● Stages nouvelles technologies

▼ Atelier Brach

3 rue de Brach

• Inscription 05 56 79 73 44

• Tarif en fonction des ressources

• Utiliser la technologie pour
s'orienter (GPS, TBM, maps...)

↳ Jeudi 3 avril, 9h → 12h

• Améliorer ses photos avec son
téléphone ou sa tablette

↳ Vendredi 4 avril, 9h → 12h

• Bien choisir son matériel
informatique avant achat
(smartphone, tablette, télé,
ordinateur...)

↳ Vendredi 18 avril, 9h → 12h

• Tout sur les emails
(PC, smartphone, Webmail
et logiciels)

↳ Jeudi 15 mai, 9h → 12h

• Découverte de Powerpoint :
réaliser ses diaporamas

↳ Jeudi 22 mai, 9h → 12h

• Cycle de 2 ateliers :
Connaissances et pratiques de
base en informatique

↳ Vendredi 16 et 23 mai, 9h → 12h

● PIMMS Médiation Bordeaux, pour des cours d'accompagnement numérique à domicile

Si vous rencontrez des difficultés pour vous déplacer, les médiateurs numériques du PIMMS Médiation Bordeaux viennent à domicile pour mettre en place des temps d'initiation ou de perfectionnement au numérique.

- Gratuit
- Inscription : 06 66 58 60 76
- numerique@pimmsmediation.fr

● ABC numérique

Par Faits de cœur's

Accompagnement personnalisé et individualisé à domicile dans l'utilisation courante des différents outils numériques (smartphone, tablette, ordinateur, objets connectés ...)

- Du lundi au samedi, 9h → 17h
- Gratuit
- Information : 07 69 28 84 61

● Aide aux outils numériques

- ↳ Mercredis 2 et 16 avril, 14h
- ↳ Mercredis 7 et 21 mai, 14h
- ↳ Mercredis 4 et 18 juin, 14h

Par Faits de cœur's

▼ Athénée municipal

Joseph Wrésinski

• Inscription : 07 69 28 84 61

+ Avantage Pass senior : gratuit

● Aide aux outils numériques

- ↳ Mercredis 9 et 23 avril, 14h
- ↳ Mercredis 14 et 28 mai, 14h
- ↳ Mercredis 11 et 25 juin, 14h

Par Faits de cœur's

▼ Athénée municipal

Joseph Wrésinski

• Inscription : 07 69 28 84 61

+ Avantage Pass senior : gratuit

Ateliers culturels et artistiques

● Stage artistique : écrire et dire avec Marie Pourroy

↘ Samedi 17 et dimanche 18 mai, 10h → 18h

▼ Maison des Arts et Art-thérapeutes d'Aquitaine

• Inscription : 07 69 41 53 04
• maata.lida@gmail.com

+ Avantage Pass senior : 126 € au lieu de 140 €

● Chorale

↘ Mercredi 9 avril, 15h
↘ Mercredi 14 mai, 15h
↘ Mercredi 11 juin, 15h

▼ Résidence le Pont Saint-Jean
34 rue Jean Descas

• Inscription : 05 56 92 52 14

+ Avantage Pass senior : gratuit

● Stage artistique : Papier de Soi

↘ Samedi 14 et dimanche 15 juin, 10h → 16h30

Avec Isabelle Georges

▼ Maison des Arts et Art-thérapeutes d'Aquitaine

• Inscription : 07 69 41 53 04
• maata.lida@gmail.com

+ Avantage Pass senior : 58,50 € au lieu de 65 €

● Les jeudis de la philosophie

↘ Tous les jeudis d'avril à juin (hors vacances scolaires), 10h45 → 12h15

Par Philosophères

Ateliers de découverte des textes philosophiques : Simone Weil, un parcours dans l'œuvre.

▼ Hôtel des sociétés savantes

• Inscription : 05 56 92 75 38
• contact@philospheres.org

+ Avantage Pass senior : cotisation annuelle ou trimestrielle, adhésion offerte

Jeux de société

↘ Mercredis 6 et 16 avril, 14h
↘ Mercredis 7 et 21 mai, 14h
↘ Mercredis 4 et 18 juin, 14h

Par Faits de cœur's

▼ Athénée municipale
Joseph Wrésinski

• Inscription : 07 69 28 84 61

+ Avantage Pass senior : gratuit

● Jeux de société

↳ Mercredis 9 et 23 avril, 13h30

↳ Mercredis 14 et 28 mai, 13h30

↳ Mercredis 11 et 25 juin, 13h30

Par Faits de cœur's

▼ Échoppe seniors Belcier

• Gratuit

• Informations : 07 69 28 84 61

+ Avantage Pass senior : gratuit

● Chorale « Le petit chœur »

↳ Les mardis du 20 mai au 21 juin, 15h30 → 18h30

Restitution publique prévue au sein du Village Terre Nègre.

▼ Maison des Arts et Art-thérapeutes d'Aquitaine

• Inscription : 07 69 41 53 04

• maata.lida@gmail.com

+ Avantage Pass senior : gratuit

Bien-être et prévention

Les Pôles ressources de Bordeaux

Cycles ASEPT, ateliers mémoire, cafés des aidants...

Le 5 Pôles ressources bordelais vous accueillent et vous proposent un programme de prévention riche. Rendez-vous sur l'établissement le plus proche de chez vous !

Détails des Pôles ressources en p.27.

● Atelier mémoire

↳ Mercredi 9 avril, 15h

Atelier de No working

• Inscription : 05 56 37 68 95

+ Avantage Pass senior : gratuit

● Les impacts du stress sur ma santé et comment y remédier.

↳ Jeudi 10 avril, 10h

Maison de la nutrition

• Inscription 05 56 92 34 83

• contact@maisonnutrition33.fr

+ Avantage Pass senior : cotisation annuelle à 10 € au lieu de 20 €

● Mon alimentation anti-stress

↳ Mercredi 16 avril, 10h

Maison de la nutrition

- ⋮ Inscription : 05 56 92 34 83
- ⋮ contact@maisonnutrition33.fr

+ Avantage Pass senior : cotisation annuelle à 10 € au lieu de 20 €

● Atelier mémoire

↳ Mercredi 30 avril, 15h

↳ Mercredi 21 mai, 15h

↳ Mercredi 4 juin, 15h

▼ Résidence le Pont Saint-Jean

34 rue Jean Descas

- ⋮ Inscription : 05 56 92 52 14

+ Avantage Pass senior : gratuit

● Atelier prévention des chutes

↳ Mardi 13 mai, 10h

Atelier de No working

Atelier animé par Océane, enseignante en activité physique adaptée

- ⋮ Inscription : 05 56 37 68 95

+ Avantage Pass senior : gratuit

● Prévention de mes facteurs de risques cardiovasculaires

↳ Lundi 19 mai, 10h

Maison de la nutrition

- ⋮ Inscription : 05 56 92 34 83
- ⋮ contact@maisonnutrition33.fr

+ Avantage Pass senior : cotisation annuelle à 10 € au lieu de 20 €

● Après-midi bien-être et relaxation

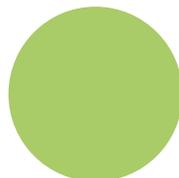
↳ Jeudi 12 juin, 14h30 → 17h

Atelier de No working

Découverte de la réflexologie, séance de relaxation et mandala

- ⋮ Inscription : 05 56 37 68 95

+ Avantage Pass senior : gratuit



● Mon alimentation pour protéger mon cœur et mes artères

↳ **Mardi 17 juin, 14h**

Maison de la nutrition

Atelier animé par une diététicienne

- Inscription : 05 56 92 34 83
- contact@maisonnutrition33.fr

+ **Avantage Pass senior** : cotisation annuelle à 10 € au lieu de 20 €

● Focus sur la colocation solidaire intergénérationnelle

↳ **Mercredi 25 juin, 14h30 → 16h**

Atelier de No working

Présentation du dispositif de colocation solidaire intergénérationnelle

- Inscription : 05 56 37 68 95

+ **Avantage Pass senior** : gratuit

Cafés des aidants

● Aidant-aidé, peut-on se noyer dans la foule ?

↳ **Vendredi 11 avril, 14h30 → 16h**

Par le Pôle ressources Marie Durand

Animé par la psychologue et la coordinatrice du Pôle ressources de la Résidence Marie Durand

▼ Brasserie Le Petit Parc

39 cours de Luze

- Gratuit, consommation à la charge
- du participant
- Inscription : 05 57 19 05 66
- poleressource@maisonprotestante.fr

● Les vacances de l'aidant : mythe ou réalité ?

↳ **Vendredi 6 juin, 14h30 → 16h**

Par le Pôle ressources Marie Durand

Animé par la psychologue et la coordinatrice du Pôle ressources de la Résidence Marie Durand

▼ Brasserie Le Petit Parc

39 cours de Luze

▼ Brasserie Le Petit Parc

39 cours de Luze

- Gratuit, consommation à la charge
- du participant
- Inscription : 05 57 19 05 66
- poleressource@maisonprotestante.fr



Partenaires

Le Pass Senior vous donne accès à des avantages chez de nombreux partenaires à Bordeaux, incluant des réductions sur des spectacles, des concerts, des formations, du sport, et bien plus encore.

Culture et loisirs

Musée-Visite

• **l'Alternative culturelle**

**40 rue Lafitteau
07 67 65 24 84**

➤ Prix libre pour les visites insolites animées par des éclaireurs urbains.

Sur réservation. Quartiers concernés : Saint Michel, Belcier, Bacalan et La Bastide.

• **Arc en Rêve**

**7 rue Ferrère
05 56 52 78 36**

➤ 1 visite commentée par mois, gratuite spécifique aux détenteurs du Pass senior (les premiers vendredis de chaque mois à 11h30). (À suivre sur l'Agenda des Seniors).

• **Archives Bordeaux Métropole**

**Parvis des Archives
05 56 10 20 55**

➤ Visite guidée. (À suivre sur l'Agenda des Seniors).

• **Centre Jean Moulin**

**48 rue Vital Carles
05 56 10 19 90**

➤ Visites guidées gratuites chaque mois. (À suivre sur l'Agenda des Seniors).

• **Cité du Vin**

**1 esplanade de Pontac
05 56 16 20 20**

➤ 20 % de réduction sur toute l'offre de la Cité du vin. (Parcours permanent, exposition temporaire, ateliers, événements et abonnement). Hors Carte Cadeau Cité du Vin et Billet Open.

• **FRAC Nouvelle Aquitaine - MECA**

5 parvis Corto Maltese - MECA

➤ Une visite partagée gratuite par exposition présentée au Frac Nouvelle-Aquitaine Meca. (À suivre dans l'Agenda des Seniors).
Reservation@frac-meca.fr

• **Institut culturel Bernard Magrez**

**16 rue de Tivoli
05 56 81 72 77**

➤ Application du tarif réduit, soit 7€ au lieu de 9€ l'entrée.

• **Musée du Vin et du Négoce, Musée de l'histoire maritime de Bordeaux**

41 rue Borie, Tram B, arrêt Chartrons, 05 56 90 19 13

➤ Du 1^{er} avril au 30 novembre : 5€ par personne au lieu de 10€ pour 1 visite libre et une dégustation de 2 vins.

• **Office du Tourisme et des Congrès**

**12 cours du 30 juillet
05 56 00 66 00**

➤ Tarif réduit sur les visites guidées de la ville et des vignobles. 10% de réduction sur les articles de la boutique.

• **Salle des Fêtes du Grand Parc**

**39 cours de Luze
05 33 89 46 03**

➤ Tarif réduit sur certains événements. (À suivre sur l'Agenda des Seniors).

• **Terre et Océan**

05 56 49 34 77

➤ 30% de remise sur les balades de quartier, les balades en gironde et hors gironde. (À suivre sur l'Agenda des Seniors).

• Culture Hors Limite

114 cours Saint Louis

07 82 08 33 67

contact@culturehorslimites.fr

➤ Gratuité pour tout bénévole accompagnant une personne en perte d'autonomie vers une offre culturelle (billetterie et déplacements pris en charge).

Concert

• 3C

➤ Réduction sur les places pour des spectacles en fonction de l'actualité. (À suivre sur l'Agenda des Seniors).

Atelier

• Alter Echo

58 boulevard Albert 1^{er}

05 56 94 01 89

➤ Adhésion à prix libre.

contact@alter-echo.info

• Atelier de No Working

19 rue Achard

05 56 37 68 95

4€ de remise sur les séances à l'unité, soit 13,50€ au lieu de 17,50 €

• Fenêtre sur Rue

11 rue Thiac

06 71 05 43 73

➤ Nouvelle offre : l'adhésion à l'association est de 20€ pour l'année scolaire, elle couvre les frais d'assurance et ne peut donner lieu à une réduction. Réduction sur la tarification d'ateliers amateurs de pratiques artistiques :

- soit 60€/mois au lieu de 65€
- soit 80€/mois pour une cotisation "parentalité" au lieu de 90 € : un parent senior accompagné d'un enfant (ou petit-enfant).

- soit 160 € (au lieu de 170 €) pour une carte de 10 ateliers.
- soit 550 € (au lieu de 600 €) pour la saison (de septembre à fin juillet).

• Imagina Music

16 rue Chabreny

05 56 86 40 18

➤ Remise de 20% sur tous les ateliers (chorale, cours de chant, cours d'instruments) et sur les concerts organisés par l'association.

• Institut Cervantes

57 cours de l'Intendance

05 57 14 26 14

➤ Remise de 10% sur les cours d'espagnol, les stages intensifs de langue espagnole pendant l'été (2 semaines), le Diplôme Espagnol Langue Etrangère .

• UTL - Université du Temps Libre

3 rue Lafayette

05 56 01 02 18

➤ Pour toute première inscription à l'Université du Temps libre, tarif réduit de 15€ sur la cotisation de base. Non cumulable avec tout autre avantage tarifaire de l'UTL.

• Philosphères

6 rue Gaspard Philippe

06 77 60 53 90

➤ Nouvelle offre : 50% de réduction sur l'adhésion soit 5€ au lieu de 10€.

• La Ressourcerie

21 cours de Verdun

05 47 74 32 61

➤ Tarif réduit à 4,5€ au lieu de 6€ sur l'ensemble des activités.

• La MAATA le Dire Autrement

95 rue Ernest Renan

07 69 41 53 04

➤ Adhésion annuelle offerte pour bénéficier des tarifs adhérents sur les stages et ateliers artistiques.

Festival

• Bordeaux Grands Evénements Fête du vin/fête du fleuve

12 cours du 30 Juillet

05 56 00 66 00

➤ Remise 20% sur les Pass Dégustation.

• L'Escale du Livre

**15 rue du Professeur Demons
05 56 10 10 10**

➤ Tarif réduit sur les événements du festival. (À suivre sur l'Agenda des Seniors). Propositions supplémentaires selon programmation. Réservation sur escaledulivre.com

• Esprit du Piano

➤ Places offertes pour un récital de piano dans le cadre du festival chaque année au mois de novembre.

• FIFIB (Festival International du Film Indépendant de Bordeaux)

➤ Remise de 25% sur le pass festival chaque année au mois d'octobre.

Sport / Prévention

• Bordeaux étudiants Club Escrime

**53 rue Pauline Kergomard
05 56 91 76 13**

➤ 2 séances de découverte gratuites. Tarif réduit à 80€ au lieu de 100€ pour les 10 séances.

• Pôle Ressources Grand Bon Pasteur

**6 avenue du Général de Gaulle
05 56 08 33 10**

➤ 20% de remise sur les cartes d'abonnement aux ateliers.

• Pôle Ressources Parrain'âge

**10 rue Jean Artus
05 56 10 16 34**

➤ Accès privilégié :
• aux activités payantes : 10°

activité réalisée offerte, soit une remise de 10% sur la prestation.

• au restaurant de quartier : 10° repas offert, soit une remise de 10% sur la prestation.

• Pôle ressources Henry Dunant

**18 rue Andrée Putman
09 54 51 36 60**

➤ Remise de 10% sur les cartes de participation. Cette carte de participation permet d'accéder aux ateliers suivants : Atelier mémoire, Yoga, Gym douce, Chorale, Dentelle aux fuseaux, Belote, tricot...

• Pôle Ressources Prisms

**9 boulevard Albert 1^{er}
05 57 59 26 31**

➤ Remise de 5 € sur l'adhésion annuelle (entre 20€ et 50€ selon les ressources) ouvrant droit à tous les ateliers : prévention des chutes, activité physique adaptée, mémoire, art-thérapie, gym holistique, sophrologie, Tai Chi, accompagnements des aidants.

• Pôle ressources Marie Durand

**174 avenue Emile Counord
05 57 19 05 66**

➤ Réduction sur l'adhésion, soit 15 € au lieu de 20 €

• Faits de cœur's

**19 rue Père Louis de Jabrun
07 69 28 84 61**

➤ Accès gratuit aux ateliers numériques et créatifs.

• Maison de la Nutrition

**84 bis avenue Thiers
05 56 92 34 83**

➤ Ateliers de diététique et

santé gratuits. Remise de 10% sur les séances d'aquagym ou de gymnastique. Remise de 50% sur les frais de participation annuelle (10€ au lieu de 20€).

• Makadam Fitness

**113 cours Balguerie
Stuttenberg
05 56 50 34 27**

➤ Frais d'inscription offerts (29€) Tarifs préférentiels de 29,90€/mois lieu 35,90€ pour l'abonnement avec un suivi personnalisé ou 24,90€/mois au lieu de 29,90€ sans suivi personnalisé.

• Optimisation Mémoire

**39 bis cours de la Martinique
06 61 72 61 46**

➤ Remise de 20% sur les ateliers soit 12€ l'atelier au lieu de 15€.

• Résidence Autonomie Le Pont Saint-Jean - ARPAVIE

**34 rue Jean Descas
05 56 92 52 14**

➤ Application du tarif « résident » pour le déjeuner du lundi au vendredi. Gratuité des activités.

• Silver Form

**372 avenue Thiers
05 33 03 08 86
silver-form.com**

➤ Séance de découverte offerte, 10 % de réduction.

• Yoga With You

**38 quai de Bacalan
06 33 89 46 31**

➤ Nouvelle offre : remise de 10 % sur les cartes d'abonnement de 1, 10, 20 et 30 cours.

• Maison de quartier Union Saint-Bruno

49 rue Brizard
05 56 96 33 53

➤ Accompagnement numérique gratuit : les lundis après-midi en individuel ou petit groupe (apprendre à utiliser son matériel informatique ou téléphone).

Cinéma

• CGR Cinéma le Français

9 rue Montesquieu
➤ Tarif réduit à 7,50€ la place
Tarif réduit à 10€ au lieu de 19€ pour la place Opéra.

• Connaissance du Monde

26 rue Privat
06 81 12 33 08
➤ 6,80€ au lieu de 10€ la séance.

• Mégarama

7 quai de Queyries
05 56 40 66 70
➤ Tarif réduit à 6,90€ au lieu de 7,90€ sur les séances de cinéma.

Musique

• La Machine à Musique

13 - 15 rue du Parlement
Sainte-Catherine
05 56 44 81 53
➤ Remise de 5% sur tout le magasin : vente de partitions, CD et petits instruments musicaux.
Plus une réduction de 10% sur les ateliers et stages artistique

Théâtre

• Théâtre des Salinières

4 rue Buhan
05 56 48 86 86
➤ Tarif réduit à 20 € au lieu de 25 €

• Glob théâtre

69 rue Joséphine
05 56 69 85 13
➤ Application du tarif réduit : 10€.

• Le Petit Théâtre

8 - 10 rue André Darbon
05 56 51 04 73
➤ Tarif réduit à 15€ au lieu de 20€ sur toute la programmation.

• Théâtre en Miette

40 rue Joséphine
05 56 43 06 31
➤ Pour les ateliers à la Théâtrerie, l'avantage est une remise de 10% sur les ateliers adultes. Pour la salle de spectacle de Bègles : réduction de 50% sur la place du détenteur du Pass.

• Théâtre La Pergola Cie Présence

Rue Fernand Cazères
05 56 02 62 04
➤ Tarif réduit à 17€ sur tous les spectacles.

• Poquelin Théâtre

Les Bains-douches
9 rue Etobon-Chenebier
06 87 54 96 05
➤ Cours d'essais à 1€ (montant de l'adhésion annuelle à l'association) pour l'un des ateliers suivants : atelier lecture, atelier écriture ou atelier théâtre
« Les Aprem'seniors ».
Un seul essai par personne. Les ateliers ont lieu tous les mercredis de l'année, de 14h

à 16h30 au Foyer Nuits en face de la Maison cantonale dans le quartier de la Bastide. Le prix de chaque séance est ensuite de 5€.

• Théâtre l'Œil - La Lucarne

3 rue Beyssac
05 56 92 25 06
➤ Tarif réduit à 12€ au lieu de 15€ sur tous les spectacles
Possibilité de participer aux activités de la compagnie théâtrale : l'œil - La Lucarne avec une remise de 10% sur le tarif de l'école de théâtre.

• Théâtre Molière

6 rue Franklin
05 56 20 13 20
➤ Tarif préférentiel à 19€ au lieu de 24€ sur toute la programmation.

• Théâtre Trianon

33 rue du Temple
05 56 20 13 20
➤ Tarif préférentiel à 19€ au lieu de 24€ sur toute la programmation.

Alimentation Restauration

• Hôtel Radisson Blu

63 rue Lucien Faure
05 56 01 25 00
➤ Réduction de 10% sur l'addition au bar de l'hôtel
Réduction de 20% sur l'addition hors boissons au restaurant de l'hôtel / Réduction de 10% sur tous les soins au SPA de l'hôtel.

Beauté bien-être

Coiffure / Beauté

• Maité D Coiffure

1 cours de la Libération
05 56 96 14 42

➤ Remise de 8€ pour les femmes et 4€ pour les hommes lors de la 1^{ère} visite
Remise de 10 % lors de la 2^e visite.
1 soin aux huiles essentielles offert lors de la 3^e visite.

• Parfumerie de l'Opéra

10 bis allées de Tourny
05 56 79 29 29

➤ 10 % de réduction à partir de 50€ d'achat (non cumulable avec la carte de fidélité).

• Rev'Look

12 rue Jenny Lepreux
05 56 93 01 54

➤ 1 soin du cuir chevelu aux huiles essentielles offert pour toute prestation.

• Soi-M'Aime

9 rue Vital Mareille
06 85 77 93 43

➤ 55€ la séance complète de reflexologie plantaire d'une durée d'une heure au lieu de 75 €.

Bijoux / Accessoire

• 45th Avenue

45 avenue de la République
05 56 08 93 00

➤ Remise de 15%, les mercredis et les jeudis sur les prestations suivantes : couleur, mèches, vernis.

Services

Opticien

• Atol Voir pour découvrir

57 rue du Château d'eau
centre commercial Mériadeck

➤ Offre optique : 15% de remise sur l'équipement optique complet.
Offre audio : 100€ offerts dès 500€ d'achat (nouvelle offre).

• Krys Bordeaux Chartrons

155 cours Saint-Louis
05 57 93 88 69

➤ Remise de 20% sur les montures optiques ou solaires
La deuxième paire à partir d'1€ de plus.
Lentilles au prix du web
Contrôle de la vue gratuit.

Divers

• Api Eco

12 rue Bigourdan
07 83 79 93 37

➤ Remise de 15% sur les séances de coaching emploi (accompagnement vers l'emploi) portée à 20% pour les allocataires des minimas sociaux.

• Au Sanglier de Russie

67 cours Alsace Lorraine
05 56 81 33 36

➤ Remise de 10% sur tout le magasin, hors promotions et soldes.

• Fédération des Particuliers Employeurs de France - FEPEM

15 bis place des Quinconces
09 72 72 72 76

➤ Accès gratuit à l'Espace Particulier Emploi et à une information régulière sur

l'emploi à domicile entre particuliers.

• Tintamarre

15 rue du Parlement
Saint-Pierre
05 56 52 83 69

➤ 5% de remise sur l'ensemble de la boutique.

• Résidence Domitys, le Millésime

10 rue Henri Salmide
05 57 01 58 00

➤ 20 % de remise sur les prestations activités et restauration (collation offerte).

Transport

• Vélo Cité

16 rue Ausone
05 56 81 63 89

➤ Réduction de 20% sur les cours individuels et de 40% sur les cours collectifs à partir de 4 personnes.

• Wimoov

32 rue de Tausia
05 56 33 28 69

➤ Réduction de 10% pour les bénéficiaires Wimoov chez le vélociste partenaire Ecocycle situé au 36 avenue Aristide Briand à Mérignac pour tout achat de vélo ou matériel associé.

Réduction de 10% sur les prestations de réparation pour les bénéficiaires Wimoov avec le service Cyclofix de réparation vélo et trottinette à domicile.

→ Le calendrier des événements en un coup d'œil

Détails à partir de la page 9

Avril

Troc plantes

➤ Mercredi 2 avril,
10h30 → 16h

Concert Big Band

➤ Mercredi 2 avril,
20h30

Mardi de la musique : Vocal Explorateur

➤ Mardi 8 avril, 10h30

Carte Blanche au Rocher

Jeune Orchestre Symphonique et Labo cordes

➤ Mercredi 9 avril,
14h30

Danse à Vitez,

➤ Samedi 19 avril, 17h

Mai

Bal du printemps

➤ Mardi 6 mai, 14h30

Esprit du piano, Concert de piano

➤ Mardi 13 mai, 20h30

Mardi de la musique : Les compositeurs bordelais : de l'époque des Lumières à nos jours

• ➤ Mardi 13 mai, 10h30

Dictée Printanière de l'Université du Temps Libre,

➤ Jeudi 15 mai, 15h

Bal « des plages pop »

➤ Samedi 17 mai, 19h30

Concert de l'atelier Chorale de l'Universi- té du Temps Libre,

➤ Lundi 26 mai, 15h

Concert de l'Ensemble Vocal

➤ Mercredi 28 mai,
20h30

Juin

Semaine de lutte contre l'isolement

➤ du 2 au 6 juin

Portes ouvertes des échoppes seniors

➤ mardi 3 juin

Bouge ta santé à la Bastide

➤ samedi 28 juin
15h → 19h

→ Pour en savoir plus

Direction Générations Seniors et Autonomie

↘ Du lundi au vendredi 9h → 17h
le jeudi 10h → 17h

- 4 rue Claude Bonnier
- 05 57 89 37 77
- seniors@mairie-bordeaux.fr
-  bordeaux.Senior
- seniorsreporters.bordeaux.fr

Mairies et services municipaux

Consultez votre mairie de quartier pour obtenir ou renouveler votre Pass Senior.

- Standard mairie : 05 56 10 20 30

Échoppes seniors

Retrouvez les 25 échoppes seniors réparties dans toute la ville. Contactez-nous pour connaître la plus proche de chez vous ou scannez le QR code pour consulter le programme complet.

- Informations et réservations : 05 57 89 37 77
- seniors@mairie-bordeaux.fr
- bordeaux.fr
- Accéder au programme en scannant le QR code



