

## LES ATELIERS DU CLUB SENIORS – Rdv au Service Seniors

### ATELIER P{ART}AGE\*

**Créatif, Artistique et surtout DIY** - Les lundis et vendredis à partir de 14h  
Nous recherchons des petites mains pour confectionner, créer, décorer et passer un bon moment ! Devenez artiste bricoleur, spécialiste de la débrouille, pro du recyclage et de la décoration !



### ATELIER INITIATION AU NUMERIQUE\*

**Spécial Ordinateur** - Tous les mardis de 10h30 à 12h

**Spécial Tablette** - Tous les mercredis de 10h30 à 12h

### ATELIER MEMOIRE

**Chauffe-Citron** - Les mardis de 14h à 16h



### ATELIER BIEN-ETRE et BEAUTE DES MAINS

Les mercredis à partir de 13h30

*\*programme détaillé des ateliers au service seniors*

### LES ATELIERS PREVENTIONS EN PROGRAMMATION

#### ATELIER THEATRE

à partir du 11 octobre, les mardis de 9h30 à 11h30

#### ATELIER DE PREVENTION – Le Bon Usage du Médicament

Mercredis 9, 16 et 23 novembre de 10h à 12h



Minimun de 10 personnes pour proposer les ateliers,  
inscrivez vous vite !



## SOUTIEN AUX AIDANTS

**CAFE DES AIDANTS** : Autour d'un café de 10h à 12h, venez échanger votre expérience avec d'autres aidants

**Judi 6 octobre** pour la Journée Nationale des Aidants

**Judi 3 novembre** : Être aidant et continuer sa vie

**Judi 8 décembre** : Trouver du temps pour soi

**NOUVEAU - FORMATION DES AIDANTS** : Pour les personnes apportant de l'aide à des personnes en perte d'autonomie. L'objectif est de se questionner et d'analyser les situations vécues afin de trouver les réponses adéquates.

Les Jedis de 9h30 à 12h30

20 et 27 octobre, 10.17 et 24 novembre, 1<sup>er</sup> décembre

### PLATEFORME DE REPIT & D'ACCOMPAGNEMENT AUX AIDANTS FRANCE ALZHEIMER 06

Tous les 2<sup>e</sup> mercredis du mois au CCAS de Beausoleil

Sur Rendez-vous avec Elise SALTARIN – Psychologue et Coordinatrice Parcours

## LES REPAS A THEME

Dès le mois de septembre, en association avec les restaurateurs de Beausoleil, nous vous proposerons régulièrement des repas à thème.

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Dans le cadre de la Journée Mondiale Alzheimer, Mercredi 21 septembre à 12h  
**Repas italien suivi de l'envolée des ballons de vos souvenirs**

Pour fêter l'Automne, Vendredi 21 octobre à 12h  
**Repas aux saveurs du monde suivi du loto du Club Sans Souci**

## LES SORTIES

### SORTIES ADAPTEES

en ½ journée, au rythme de nos seniors à mobilité réduite

#### EN SEPTEMBRE

- ✓ **Mercredi 07/09** : Emplettes à Menton
- ✓ **Mercredi 14/09** : Visite du Musée Océanographique (entrée 8€)

#### EN OCTOBRE

- ✓ **Mercredi 12/10** : Shopping Intermarché Menton
- ✓ **Mercredi 19/10** : Balade à Beaulieu, bord de mer
- ✓ **Mercredi 26/10** : Emplettes à Vintimille « Fleurs pour la Toussaint »

### SORTIES ACTIVES - Toute la journée

Balades dynamiques avec visites de musées, de parcs et de lieux insolites

#### EN SEPTEMBRE

- ✓ **Judi 08/09** : Balade « Au fil de l'eau » à Mandelieu sur la Siagne en bateau électrique (participation 10€) et Pique-Nique
- ✓ **Judi 15/09** : Marché à Antibes et Balade à la pinède de Juan les Pins
- ✓ **Judi 22/09** : Visite du Musée « Lou Ferouil » de Gillette (participation 4€) et arrêt au Centre Commercial Lingostière au retour
- ✓ **Judi 29/09** : Visite de la champignonnière de Colomars et arrêt au Nice Valley au retour

#### EN OCTOBRE

- ✓ **Judi 13/10**: Journée Nice – Expérience « SENSAS » (participation 29€)
- ✓ **Judi 20/10** : Journée à St Laurent – Balade au port & Cap 3000
- ✓ **Judi 27/10** : Journée marche - de Menton à Beausoleil par le chemin des douaniers

Places limitées - Inscriptions obligatoires au Service Seniors  
Programme susceptible d'évoluer selon les conditions météo

### Mais aussi .... Les Rendez-vous hebdomadaires :

Du lundi au vendredi de 13h à 17h30 : **Jeux de sociétés du Club Seniors**

Les lundis et vendredis de 13h30 à 17h30 : **Pétanque au Devens**

## LUNDI 3 OCTOBRE

La journée

Sortie à Tourves  
**Domaine de le Billardier**  
Renseignements à l'inscription

Participation 35 €

## MARDI 4 OCTOBRE

De 10h à 14h

Atelier **SilverFourchette** au Foyer Restaurant  
Confection d'un menu « anti-gaspillage » et dégustation  
en Partenariat avec l'ASEPT-PACA

A partir de 14h

Visite culturelle **Entre virtuel et réalité**

## MERCREDI 5 OCTOBRE

A partir de 11h

**Grande Kermesse des Seniors**

Jeux d'époque et d'aujourd'hui - Retournons en enfance !

## JEUDI 6 OCTOBRE

De 10h à 12h

**Matinée des aidants**

Café des aidants et présentation de la formation pour les aidants

A partir de 14h

**Atelier créatif & recyclage** avec Olivier

## VENDREDI 7 OCTOBRE

De 10h à 14h

**Comité des Usagers Seniors**

Bilan des actions proposées et présentation des futurs projets  
Renouvellement des membres du comité

**Clôture de la semaine avec un repas partagé**

Places limitées pour toutes les activités - Inscriptions obligatoires au Service Seniors

# PROGRAMME ANIMATIONS SENIORS

SEPTEMBRE & OCTOBRE 2022



*Edition Spéciale Semaine Bleue*

## SERVICE SENIORS

7 Avenue Maréchal Foch – Escalier Poggi  
06240 BEAUSOLEIL  
Tél : 04 93 78 00 99  
sicas@ccas-beausoleil.fr

SICAS - Lundi au Vendredi de 10h à 16h  
Club Seniors – Lundi au Vendredi de 13h à 17h30