

MERCREDI**17**₀₉

10H - 17H

« Tous ensemble pour un pique-nique complice »

Moment de partage avec les enfants de l'accueil de loisirs sur le site Lou Pantai à La Trinité*

14H - 15H30

Atelier de sophrologieSur inscription
06 58 61 94 52**24**₀₉

Matin : 9H30 - 12H

« saveurs & partage »

Un atelier cuisine simple et convivial : Nous préparons ensemble le déjeuner de l'entrée au dessert, puis partageons le repas dans la bonne humeur.

Sur inscription et participation de 7€

« Loto bonne humeur ! »

un bon moment à partager et pourquoi pas repartir avec une surprise !

14H - 15H30

Atelier de sophrologieSur inscription
06 58 61 94 52**JEUDI****18**₀₉

8H30 - 12H

Gym seniors**« Tous en chœur ! »**

Chorale pour tous

25₀₉

8H30 - 12H

Gym seniors**« Tous en chœur ! »**

Chorale pour tous

VENDEDI**19**₀₉**« Pause gourmande au restaurant de L'Oli »**

à La Trinité

Sur inscription

26₀₉**« Escapade dans les Gorges du Verdon »**

Sur inscription

LUNDI**29**₀₉**« Les mots en couleur »****« Couture récup : le jean se refait une beauté »**

Création d'un sac à main à partir d'un pantalon en jean

Sur inscription

MARDI**30**₀₉**« Créez votre marque page ! »**

Atelier créatif pour fabriquer un marque page unique et personnalisé

Sur inscription

PROGRAMME SEPTEMBRE 2025

PÔLE ANIMATION SENIORS

**Accueil tous les jours de 14h à 17h (selon programme)
Début des activités à 14h30***De 14h à 14h30 nous vous proposons un moment de convivialité autour d'un café ou d'un thé, pour échanger librement et partager un temps chaleureux avant le début des activités.***La semaine du 8 au 12 septembre 2025, le Pôle Animation Seniors sera fermé. Seul l'atelier de sophrologie prévu le mercredi 10 de 14h à 15h30 sera maintenu.**

ATELIER DE DESSIN, PEINTURE ET ÉCRITURE

animé par
M. Bernard Brunstein,
bénévole intervenant
au sein du CCAS

ATELIER DE COUTURE

animé par Mme Geneviève Fortuni,
bénévole intervenante au sein du CCAS

ATELIER DE SOPHROLOGIE

mené en partenariat avec l'ASEPT
(Association Santé Education
et Prévention sur les Territoires)

CONTACT

Pôle animation seniors **06 58 61 94 52** / CCAS **04 93 27 64 42**
animation-3eme-age@villelt.fr

ADRESSE

Maison intergénérationnelle Vira Souleù
accès par le portail principal allée Albert-Sclavo

LUNDI**1^{ER}**
09**« Parfums d'été,
parfum d'antan »**Venez partager
vos souvenirs
de vacances**8**
09**FERMÉ****MARDI****2**
09**« Les galets
prennent des
couleurs ! »**Atelier créatif,
peinture sur galet
Sur inscription**9**
09**FERMÉ****MERCREDI****3**
09

10H - 12H

**« La Trinité
à pas tranquilles »**Prenez le temps d'une
promenade douce et
agréable à travers les
rues de La Trinité, pour
découvrir ou redécouvrir
les quartiers, à votre
rythme.*(RDV devant la maison
intergénérationnelle
Vira Souleù)*

14H - 17H30

**« Pause beauté et jeux
partagés »**Soins esthétiques des
mains et initiation à divers
jeux de société**10**
09

14H - 15H30

Atelier de sophrologieSur inscription
06 58 61 94 52**JEUDI****4**
09**« Tous en
chœur ! »**

Chorale pour tous

11
09

8H30 - 12H

Gym seniors **VENDREDI****5**
09

10H - 12H

**« Les galets
prennent des
couleurs ! »**Atelier créatif,
peinture sur
galet

Sur inscription

12
09**FERMÉ****LUNDI****15**
09**« Les mots
en couleur »**Atelier où
l'imaginaire
prend vie
à travers le
dessin et la
poésie. Crayons,
pinceau
et plumes
s'entrelacent
pour exprimer
émotions,
souvenirs et
créativité, dans
un moment de
partage**« Couture récup
: le jean se refait
une beauté »**Création d'un
sac à main
à partir d'un
pantalon
en jean

Sur inscription

22
09**« Les mots
en couleur »****« Chantons
ensemble ! »**

Karaoké

MARDI**16**
09

Matin : 10H - 12H

**« En marche
vers la bonne
humeur ! »**Rejoignez-
nous pour une
promenade
tranquille à
travers La Trinité*(RDV devant
la maison
intergénération-
nelle Vira Souleù)*

Après-midi :

« Cartes & café »Tournoi belote
& rami**23**
09**« Dessiner c'est
gagné ! »**Montrez vos
talents de
dessinateur !
Jeu interactif
par équipe**En cas de pluie, le pique-nique et des jeux divers
seront maintenus au pôle animation seniors*