

DU 17 AU 21/11

MERCREDI 19 / 11

14H - 15H30

« Les trinitaires ont du talent ! »

Partageons ensemble un moment culturel avec une exposition signée par des artistes locaux à la médiathèque Les Quatre-Chemins.

15H30 - 17H30

« La mémoire en mouvement »

Un moment ludique pour faire travailler sa mémoire tout en s'amusant !

JEUDI 20 / 11

8H30 - 12H

Gym collective

3 niveaux

14H30 - 16H30

« Tous en cœur ! »

Chorale pour tous

VENDREDI 21 / 11

HORAIRE

« Chantons ensemble ! »

Karaoké pour tous

DU 24 AU 28/11

LUNDI 24 / 11

14H30 - 16H30

« 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.

Sur inscription

14H30 - 16H30

« Balade détente »

Venez partager un moment de détente lors d'une balade dans notre commune.

14H - 17H

en partenariat avec l'ASEPT

« Expression théâtrale »

2^e séance

Sur inscription

MARDI 25 / 11

10H - 11H30

« Ça sent bon Noël ! »

Atelier convivial pour préparer ensemble de délicieux biscuits de Noël à la cannelle.

MERCREDI 26 / 11

14H - 17H30

« Jeux, sourires et partage »

Un après-midi pour se divertir, se rencontrer et s'amuser ensemble !

14H - 17H

« Couture créative pour Noël »

Création de sujets de Noël, à suspendre.

JEUDI 27 / 11

8H30 - 12H

Gym collective 3 niveaux

14H30 - 16H30

« Tous en cœur ! »

Chorale pour tous

VENDREDI 28 / 11

12H

« Plaisir gourmand »

Déjeuner au restaurant du lycée hôtelier Jeanne et Paul Augier

Sur inscription

Départ 11h place Pasteur

PÔLE ANIMATION SENIORS

PROGRAMME NOVEMBRE 2025

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.

**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 EXPRESSION
THÉÂTRALE**

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

**ATELIER « ÊTRE SEREIN
AU QUOTIDIEN »**

mené en partenariat par SAPARMAN
(Spécialiste de la prévention des chutes et de
l'activité physique à destination des seniors)

CONTACT :

Pôle animation seniors **06 58 61 94 52 / CCAS 04 93 27 64 42**

COURRIEL :

animation-3eme-age@villelt.fr

ADRESSE :

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

INFORMATION

**Du lundi 17 au vendredi 21 novembre, de 9h à 12h au CCAS
Inscription pour le Noël des seniors et le panier.**

 **VILLE DE
LA TRINITÉ**
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

#LaTrinite Ville Active
www.villedelatrinite.fr   

DU 3 AU 7/11

LUNDI 3 / 11

14H30 - 16H30

« 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.

*Sur inscription
Salle numéro 3*

14H - 17H

« Peinture sur galet »

Personnalisez votre galet avec peinture, motifs ou messages. Un moment créatif et amusant, avec vos mains et votre imagination.

MARDI 4 / 11

10H - 11H30

Atelier « être serein au quotidien »

Communiquer dans une société en évolution

animé par SAPARMAN

Salle numéro 1

14H - 17H

« Mémoire active »

Exercices simples et amusants pour stimuler votre mémoire et votre attention.

MERCREDI 5 / 11

14H - 17H30

« Loto bonne humeur ! »

Un après-midi pour se divertir, se rencontrer et s'amuser ensemble !

JEUDI 6 / 11

8H30 - 12H

Gym collective

3 niveaux

14H30 - 16H30

« Tous en chœur ! »

Chorale pour tous

VENDREDI 7 / 11

12H

Pause gourmande au restaurant « Accossato » à La Trinité

Sur inscription

15H30 - 17H

« Les Trinitaires ont du talent ! »

Partageons ensemble un moment culturel avec une exposition signée par des artistes locaux à la médiathèque Les Quatre-Chemins.

DU 10 AU 14/11

LUNDI 10 / 11

Fermé

MARDI 11 / 11

Fermé

MERCREDI 12 / 11

14H - 17H

« Jeux, sourires et partage »

Un après-midi pour se divertir, se rencontrer et s'amuser ensemble !

14H - 16H

« Couture créative pour Noël »

Création de sujets de Noël à suspendre. (Botte personnalisée, mini-coussin parfumé)

JEUDI 13 / 11

8H30 - 12H

Gym collective

3 niveaux

14H30 - 16H30

« Tous en chœur ! »

Chorale pour tous

VENDREDI 14 / 11

Fermé

DU 17 AU 21/11

LUNDI 17 / 11

14H30 - 16H30

« 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.

Sur inscription

14H30 - 16H30

« Balade détente »

Venez partager un moment de détente lors d'une balade dans notre commune.

14H - 17H

« Expression théâtrale »

en partenariat avec l'ASEPT

1^{re} séance

L'atelier expression théâtrale permet d'avoir un autre regard sur soi et les autres et de révéler des capacités enfouies. Il permet de gagner en assurance, d'apprendre à mieux contrôler ses émotions, de travailler son imaginaire. Une véritable aventure collective avec un seul mot d'ordre, être créatif !

8 ateliers :

- Cohésion du groupe
- La mémoire des gestes
- La voix et la mémoire
- Le corps et les émotions
- Vivre le texte et le ressentir
- Savoir bouger
- Créer et travailler en collectivité
- Le spectacle !

Sur inscription

MARDI 18 / 11

10H - 11H30

Atelier « être serein au quotidien »

« Confiance en soi et ses capacités au quotidien »

animé par SAPARMAN

Salle numéro 1

14H - 17H

« Personnalisez vos boules de Noël ! »

Décorez des boules de Noël selon vos envies et votre créativité !