

Animations *Seniors*

MARS ET
AVRIL 2026

VISITES / SPECTACLES / SORTIES / ATELIERS / RENCONTRES / PRÉVENTION

ENTRE ATELIER CRÉATIF, LOTO, JEUX DE
SOCIÉTÉ ET SORTIE CINÉMA, L'HEURE
EST AU DIVERTISSEMENT POUR LES DEUX
MOIS À VENIR !



Centre
Intercommunal
d'Action Sociale
DU PAYS GRENAOIS

Mercredi 4 mars 2026

Rencontre



« **Café Papot'âge** » autour d'une boisson dans l'arrière salle du bar Le Fair Play ou en terrasse si la météo le permet !

L'occasion de passer un moment convivial à plusieurs.

🕒 Après-midi / Prix de la consommation / Grenade-sur-l'Adour.

Jeudi 12 mars 2026

Atelier récits de vie

Quels que soient nos origines, nos âges ou nos modes de vie, nous avons tous une histoire de vie qui mérite d'être racontée et écoutée. À travers, le **projet « raconte-moi ton histoire »**, nous mettons en place une petite série de rencontres durant lesquelles chacun pourra raconter son vécu et ses expériences personnelles sur des thèmes tels que l'enfance, la vie professionnelle, une passion... Des récits qui pourront être retranscrits pour ensuite être partagés.

🕒 Après-midi / Gratuit / Grenade-sur-l'Adour.



Lundi 16 mars 2026

Sortie

Une sortie **cinéma**, ça vous tente ? Direction Mont-de-Marsan afin de visionner l'un des derniers films à l'affiche. Bonne séance !

🕒 Matin ou après-midi / Entre 6,20 € et 6,50 € / Mont-de-Marsan.

Jeudi 26 mars 2026

Sortie

Profitez d'un moment divertissant et ludique en participant à un **loto mêlant jeu et spectacle** ! Retrouvez les règles d'un loto « classique », revisité et ponctué par des temps de partage et de convivialité. Et tentez évidemment de remporter des lots du quotidien qui n'attendent plus que vous ! Un loto original et musical !

🕒 Après-midi / Gratuit / St-Maurice-sur-Adour.



Lundi 30 mars 2026

Atelier intergénérationnel

Rendez-vous au Relais Petite Enfance du Pays Grenadois où vous retrouverez les assistantes maternelles du territoire et les enfants dont elles ont la garde pour participer à un atelier ludique et intergénérationnel.

Au programme, une **activité manuelle** consistant à réaliser une composition végétale unique : du **papier ensemencé**. Un papier magique qui fleurit !

🕒 Matin / Gratuit / Grenade-sur-l'Adour.

.....

Jeudi 16 avril 2026

Visite



Depuis quatre générations, la famille De Watrigant fait naître, élève et entraîne à Artassenx l'élite mondiale des pur-sang arabes. Une passion familiale que prolongent aujourd'hui Damien et Nicolas, les fils de Jean-Marc, fondateur du Haras de Mandore.

Dans le cadre des animations « nature » programmées tout au long de l'année par la Communauté de Communes du Pays Grenadois, nous vous invitons à visiter l'**élevage de pur-sang arabe du Haras de Mandore**.

🕒 Après-midi / Gratuit / Artassenx.

.....

Lundi 20 avril 2026

Atelier journalistique

Que diriez-vous de participer à la **réalisation du prochain numéro du journal des seniors** qui sera diffusé auprès des bénéficiaires du CIAS ?

Tous les amateurs de journalisme sont les bienvenus. N'hésitez pas à rejoindre le comité de rédaction ou à nous faire profiter de vos talents de photographe !

🕒 Après-midi / Gratuit / Grenade-sur-l'Adour.



Jeudi 30 avril 2026

Atelier jeux

Pour se divertir et créer du lien social, rien de tel qu'une séance de **jeux de société** !

Le temps d'un après-midi, venez vous divertir autour de jeux de mémoire, de logique, de réflexion, d'adresse, de manipulation, d'observation ou encore de stratégie adaptés à tous. À vous de jouer !

Ⓢ Après-midi / Gratuit / Grenade-sur-l'Adour.



Conception : Service Communication - Communauté de Communes du Pays Grenadois

Conditions pour participer aux animations seniors :

- > être à la retraite,
- > être âgé de 55 ans et plus,
- > résider sur une des 11 communes du Pays Grenadois.

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

Centre **Intercommunal**
d'**Action** Sociale
du Pays **Grenadois**

Service Animation Seniors

14, place des Tilleuls
40270 GRENADE SUR L'ADOUR

Tél. 05 58 03 57 11

animation.cias@cc-paysgrenadois.fr

NOTES

[illegible]