

# Animations

## *Seniors*

MARS ET  
AVRIL 2023

VISITES / SPECTACLES / SORTIES / ATELIERS / RENCONTRES / PRÉVENTION



LUNDI 3 AVRIL 2023

ATELIER « MA RETRAITE, MON BUDGET ET MOI ! »



Centre  
Intercommunal  
d'Action Sociale  
DU PAYS GRENAOIS

**Mercredi 8 mars 2023**

**Jeux**

### À vos jeux !

Il n'y a pas d'âge pour jouer ! Même si de nos jours le jeu est associé à l'enfance, on joue aussi à l'âge adulte et même à un âge plus avancé ! Tarot, Scrabble, Rummikub, dames, dominos, belote, ... tout le monde est friand de jeux de société et même les jeux réputés comme étant « pour les jeunes », peuvent séduire les seniors.



🕒 Après-midi / Gratuit / Ludo-médiathèque de Bordères et Lamensans.

---

**Jeudi 16 mars 2023**

**Atelier journalistique**

Venez participer à la **réalisation d'un journal des seniors** qui sera diffusé auprès de tous les bénéficiaires du CIAS.

Une première rencontre a été organisée le 15 février afin de réfléchir aux thématiques à aborder, aux illustrations ainsi qu'à la mise en page. Cette fois-ci, place à la rédaction des articles !

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

---

**Mardi 21 mars 2023**

**Rencontre**

« **Café Papot'âge** » autour d'une boisson chaude dans l'arrière salle du Fair Play. L'occasion de passer un moment agréable et convivial à plusieurs.

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

---

**Mercredi 29 mars 2023**

**Atelier poésie**

Un **concours de poésie**, ça vous tente ? Nous vous proposons de laisser libre cours à votre inspiration et à votre créativité en participant à celui initié par *Stop à l'isolement* et qui a pour thème « *Les saveurs de la vie* ». Préparez votre plus belle plume et rejoignez-nous autour de ce projet artistique collectif !

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



**Vendredi 31 mars 2023**

**Spectacle**



Dans le cadre de sa programmation culturelle, la Communauté de Communes du Pays Grenadois accueille la **compagnie Allégorie**. Cette compagnie de **cirque contemporain** composée de David, porteur, et de Katell, équilibriste contorsionniste, proposent à Chloé Cailleton, **chanteuse improvisatrice**, de les rejoindre pour une collaboration artistique intitulée « LOOKing fOr ».

🕒 Soirée / 5 € / Salle des fêtes de Castandet.

.....

**Lundi 3 avril 2023**

**Atelier prévention**

« **Ma retraite, mon budget et moi ! Informations et conseils budgétaires** ». La retraite, c'est une nouvelle vie qui commence. Elle implique certains changements qui impactent notamment les ressources, le budget et, par la même occasion, le mode de vie.

Il n'est pas toujours aisé d'anticiper et de savoir quelles sont les bonnes décisions à prendre dans ces domaines-là. Conseils budgétaires, informations et solutions pratiques sont au programme de cette rencontre animée par l'ASEPT.

🕒 Après-midi / Gratuit / Pays Grenadois.

.....

**Mardi 11 avril 2023**

**Sortie**

**Visite du Haras de Mandore** organisée par l'Office de Tourisme du Pays Grenadois.

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. Ils sont les derniers héritiers d'une longue lignée de passionnés, qui trouve ses origines en 1881.

🕒 Après-midi / Gratuit / Artassenx.



**Vendredi 28 avril 2023**

**Sortie**

L'association la Grange propose une **projection/conférence intitulée « Les origines de Larrivière »** animée par Jean-Pierre Ducournau.

🕒 Soirée / Gratuit / Salle de la mairie de Larrivière Saint-Savin.



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.

**NOTES**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**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