
Programme des activités

Clubs seniors, Résidences autonomie et
Espace seniors

Avril 2024

Pour en savoir plus :

Direction Générations Seniors et Autonomie

05 57 89 37 77 / pass.senior@mairie-bordeaux.fr

SOMMAIRE

PROGRAMME DES ACTIVITES	0
BORDEAUX MARITIME.....	4
RESIDENCE AUTONOMIE LAROQUE	5
RESIDENCE AUTONOMIE ACHARD	7
CLUB SENIORS LA LUMINEUSE	9
RESIDENCE AUTONOMIE CHANTECRIT	11
GRAND PARC – CHARTRONS JARDIN PUBLIC	14
RESIDENCE AUTONOMIE MARYSE BASTIE.....	15
CLUB SENIORS JARDIN PUBLIC	17
BORDEAUX CENTRE	20
RESIDENCE AUTONOMIE ALSACE LORRAINE	21
RESIDENCE AUTONOMIE NOTRE TEMPS	23
CLUB SENIORS ALBERT BARRAUD	25
SAINT AUGUSTIN – TAUZIN ALPHONSE DUPEUX.....	28
RESIDENCE AUTONOMIE ALFRED SMITH	29
RESIDENCE AUTONOMIE MANON CORMIER	31
CLUB SENIORS QUINTIN.....	33
CLUB SENIORS SAINT AUGUSTIN	35
NANSOUTY – SAINT GENES	38
RESIDENCE AUTONOMIE DUBOURDIEU	39
CLUB SENIORS ALBERT 1 ^{ER}	41
BORDEAUX SUD	44
RESIDENCE AUTONOMIE MAGENDIE	45
CLUB SENIORS VILARIS	47
RESIDENCE AUTONOMIE BUCHOU.....	49
RESIDENCE AUTONOMIE BILLAUDEL	51
LA BASTIDE.....	54
RESIDENCE AUTONOMIE BONNEFIN	55
RESIDENCE AUTONOMIE REINETTE.....	57
CLUB SENIORS QUEYRIES.....	59
CAUDERAN.....	62
RESIDENCE AUTONOMIE ARMAND FAULAT	63
ESPACE ARLETTE GELE DE FRANCONY.....	65

Bordeaux Maritime

Résidence Autonomie Laroque

4 cours de Québec 33300 Bordeaux

 06 78 60 78 70

Activités du mois d'avril

Mercredi 10	10h à 17h – Création de jardinières recyclées avec le partenaire Utopik factory.
Mercredi 17	14h – Thé dansant sur la résidence Armand Faulat <i>Inscription auprès de l'animatrice</i>
Mercredi 24	14h30 – Bal de Printemps au marché des douves <i>Sur inscription</i>
Jeudi 25	14h30 – Réalité virtuelle avec l'association fait's de cœurs

Sous réserve de modifications

Résidence Autonomie Laroque

4 cours de Québec 33000 Bordeaux

 06 78 60 78 70

Activités avec intervenant

(Gratuit sur inscription)

Les mardis

Activité Physique Adaptée

9h-10h30

10h30-12h



Activités en autonomie

Informatique

4 ordinateurs en libre-service



Jeux de société

les après-midis



Tricot

Tous les lundis après-midi

Groupe auto-géré

Résidence Autonomie Achard

111 rue Achard

☎ 05 56 50 56 35 📞 06 07 11 61 51

Activités au mois d'avril

Mercredi 3	14h30 – Fêtons pâques ensemble – Crêpe Party
Lundi 8	14h30 – Intervention d'une diététicienne « Mon alimentation pour un bon sommeil avec différentes idées de repas végétariens données » <i>Maison du diabète et de la nutrition</i>
Mercredi 10	14h30 – Ciné-débat avec les Jeunes Volontaires en service civique
Mercredi 17	14h30 – Sensibilisation auditive avec l'expert SONUP 14h – Thé dansant sur la résidence Armand Faulat - <i>Sur inscription</i>
Jeudi 18	14h30 – Mandala avec l'équipe
Lundi 22	14h30 – Mandala
Mercredi 24	14h30 – Conférence sur le Japon avec Jérôme Laborde 14h – Bal de printemps au marché des douves <i>Sur inscription</i>

Sous réserve de modifications

Résidence Autonomie Achard

111 rue Achard

☎ 05 56 50 56 35 📞 06 07 11 61 51

Chaque semaine

(Sur réservation)

Les mardis

Sur Prise de rendez-vous au 06.64.12.42.15



Activités avec intervenant

(Gratuit sur inscription)

Les vendredis

Activité Physique Adaptée

15h45 à 17h15



Activités en autonomie

Informatique



Jeux de société

Club Seniors La Lumineuse

196 rue achard 33300 Bordeaux

☎ 05.24.57.65.14

Activités au mois d'avril	
Mardi 2	14h30 – Quiz spécial Pâques
Lundi 8	14h00 – Atelier créatif spécial mandalas de Pâques
Mardi 9	14h30 – LOTO
Mardi 16	14h00 – Visite de la Chocolaterie Origines de Bordeaux
Vendredi 19	14h30 – Intervention d'une diététicienne « La santé de mon microbiote avec confection de Kéfir de fruits ou de légumes lacto-fermentés » <i>Maison du diabète et de la nutrition</i>
Lundi 22	14h00 – Tournoi de pétanque inter-structures
Mardi 23	14h00 – Spectacle de Magie avec Michel GUITTET
Mercredi 24	14h30 – Bal de printemps au marché des douves à Bordeaux – Sur inscription
Lundi 29	14h00 – Grande Dictée
Mardi 30	14h00 – Ciné Débat avec les jeunes volontaires bénévoles d'Uniscité

Club Seniors La Lumineuse

196 rue achard 33300 Bordeaux

☎ 05.24.57.65.14

Activité en autonomie



Jeux de société

Belote, tarot, scrabble, ...

Tous les après-midis

14h à 17h00



Sous réserve des propositions d'animation

Sous réserve de modifications

Résidence Autonomie Chantecrit

45 rue du Commandant Hautreux

☎ 05 24 57 65 12 📱 06 07 10 93 76

Activités au mois d'avril	
Mardi 2	14H30 – Atelier cuisine et nutrition avec Olivier Straheli
Mardi 9	10H-12H – WIMOOV Projet sortie à ARCACHON
Jeudi 4	14H30 – Les Caprices de Marianne Conférence musicale « La musique raconte une histoire... » <i>Cycle de 3 interventions</i>
Jeudi 11	14H30 – LOTO
Mardi 16	14H30 – Sensibilisation auditive avec l'expert Sonup
Mercredi 17	14h00 – 17h00 THE DANSANT sur la résidence Armand Faulat 2eme Edition - Sur inscription
Jeudi 18	14H30 – MANDOLINA Conteuse musicale avec mandoline
Mardi 23	Journée CITOYENNETE ET CINEMA avec les JVSC
Mercredi 24	14h30 – Bal de Printemps au marché des douves à Bordeaux – Sur inscription
Jeudi 25	14H30 – Les Caprices de Marianne Conférence musicale
Mardi 30	14H30 – PETANQUE - Parc Chantegrillon

Résidence Autonomie Chantecrit

45 rue du Commandant Hautreux

☎ 05 24 57 65 12 📞 06 07 10 93 76

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les mercredis

14h - 15h30

Les vendredis

14h - 15h30

Activité Physique Adaptée



Les mardis

Activité en autonomie

Jeux de société

14h30 - 17h



Grand Parc – Chartrons

Jardin Public

Résidence Autonomie Maryse Bastié

16 rue Maryse Bastié

☎ 05 56 69 31 32 ☎

Animations au mois d'avril

Mardi 2	15h – Présentation du projet Bim Bam Boum <i>avec Laura de la salle des fêtes du Grand Parc</i> 15h30 – Remue-méninges <i>Se munir d'un cahier et d'un stylo</i>
Jeudi 4	15h - Discussions-échanges thème « La mobilité des seniors » et goûter partagé <i>avec Lila-Maud et Pauline étudiantes et chargées d'études à Bordeaux-Métropole</i>
Mardi 9	15h – Animation musicale surprise !
Jeudi 11	15h – Atelier collage créatif
Jeudi 18	9h – Petit déjeuner partagé <i>sur inscription</i> 14h30 – Conseil de la Vie Sociale <i>Vos délégués vous représentent</i>
Mardi 23	15h – Balade de quartier <i>visite guidée de la salle des fêtes du Grand Parc et goûter partagé</i>
Mercredi 24	14h30 – Bal du Printemps à la Halle des Doves – <i>tenu fleurie et colorée – sur inscription</i>
Jeudi 25	15h – Conférence « Merveilles artistiques de Florence » <i>2^{ème} partie, avec Jérôme Laborde</i>

Résidence Autonomie Maryse Bastié

16 rue Maryse Bastié

☎ 05 56 69 31 32 ☎

Activité régulière

(Gratuit sur inscription)

Les mercredis

15h45 à 17h15

Activité Physique Adaptée



Activité en autonomie

**Jeux de société, de cartes, petit-bac,
moments conviviaux**

Chaque week-end

-

Se rapprocher de l'équipe d'accueil et
d'accompagnement



Club Seniors Jardin Public

142 rue du Jardin Public

☎ 05 57 87 13 31 ☎

Activités au mois d'avril

Mardi 2	14h – On se balade : temps d'échange et discussion pour organiser la prochaine sortie
Jeudi 4	14h – Musicothérapie avec Valérie galin 1 ^{ère} séance
Jeudi 11	14h – Musicothérapie avec Valérie galin 2 ^{ème} séance
Mardi 16	14h – Qui veut gagner des patates : Jeu quiz
Jeudi 18	14h – Musicothérapie avec Valérie galin 3 ^{ème} séance
Lundi 22	10h – Journée sortie avec le club Queyries (Pique-nique et jeu d'observation avec un microscope)
Mardi 23	14h – Atelier astronomie
Mercredi 24	14h30 – Bal de Printemps au marché des douvees à Bordeaux Sur inscription
Jeudi 25	14h – Musicothérapie avec Valérie galin 4 ^{ème} séance
Mardi 30	14h – Atelier photographie

Club Seniors Jardin Public

142 rue du Jardin Public

☎ 05 57 87 13 31 ☎

Activité régulière

(Payante sur inscription)



Les vendredis

Gym douce

14h30 à 15h30



***Les cours se déroulent dans une salle de la
Crèche Noailles***



(Engagement annuel)

Bordeaux Centre

Résidence Autonomie Alsace Lorraine

11 Cours d'Alsace Lorraine

☎ 05 24 57 65 10 📱 06 78 60 81 68

Activités du mois d'avril

Mercredi 3	14h30 – Cartonnage
Lundi 8	14h30 – Atelier socio-esthétique création de masque avec chocolat
Mercredi 10	14h30 – Conférence histoire de l'art avec Jérôme Laborde
Mardi 23	14h30 – Sensibilisation auditive avec l'expert Sonup à Notre Temps
Mercredi 24	14h30 – Bal de Printemps au marché des douves à Bordeaux Sur inscription

Toutes les semaines

Jeux de société avec l'équipe de la structure

Résidence Autonomie Alsace Lorraine

11 Cours d'Alsace Lorraine

☎ 05 24 57 65 10 📞 06 78 60 81 68

Activité régulière

(Payante sur inscription)



Les jeudis

14h à 16h

Atelier d'écriture

(Engagement annuel)



Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les lundis

9h à 10h30

Activité Physique Adaptée

& les vendredis

9h à 10h30



Résidence Autonomie Notre Temps

28-30 rue Neuve

 05 56 44 68 90  06 07 22 50 21

Activités du mois d'avril	
Mardi 2	14h30 – Intervention du PIMM'S Thème du voyage
Jeudi 4	14h30 – Ciné-Débat avec les Jeunes Volontaires
Mardi 9	14h30 – Résultat du concours « Dessinez le Printemps » autour d'un goûter partagé
Mercredi 10	14h30 – Cartonnage
Jeudi 11	14h30 – Jeux de société : Belote, scrabble, dominos...
Mardi 16	14h30 – LOTO de Printemps
Jeudi 18	14h30 – Karaoké
Mardi 23	14h30 – Sensibilisation auditive avec l'expert Sonup
Mercredi 24	14h30 – Bal de printemps au marché des douvees à Bordeaux - Sur Inscription
Jeudi 25	14h30 – Sortie au musée des beaux-arts pour une visite avec un médiateur
Vendredi 26	14h30 – Goûter Anniversaires
Mardi 30	14h30 – Conférence avec Jérôme Laborde

Résidence Autonomie Notre Temps

28-30 rue Neuve

☎ 05 56 44 68 90 📞 06 07 22 50 21

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les vendredis

10h45 à 12h15

Activité Physique Adaptée



Sous réserve de modifications

Club Seniors Albert Barraud

13 bis rue du Docteur Albert Barraud

☎ 05 24 57 65 02 ☎

Activités au mois d'avril	
Mardi 2	14h15 – Musicothérapie 3^{ème} séance du cycle de 4 séances
Mercredi 3	10h00 – Sortie inter-structures Balade au parc Bourran (selon météo) <i>(Déplacement en autonomie sur inscription)</i>
Lundi 8	14h15 – Atelier créatif printanier
Mardi 9	14h15 – Musicothérapie Dernière séance du cycle de 4 séances
Lundi 15	14h30 – Atelier Cyanotype avec étudiante master artistique à l'université Bordeaux Montaigne (Sur inscription – Limité à 5)
Mardi 16	15h00 – Sortie inter-structures Visite de la chocolaterie Origines (Sur inscription)
Mercredi 17	14h30 – INVITATION Thé dansant à la résidence Armand Faulat <i>(Déplacement en autonomie sur inscription)</i>
Mercredi 24	14h30 – Bal du Printemps avec le trio Key's Kool au marché des douves <i>(Déplacement en autonomie sur inscription)</i>
Mardi 30	14h15 – Cuisine avec le chef Olivier 1^{ère} séance du cycle de 4 séances

Club Seniors Albert Barraud

13 bis rue du Docteur Albert Barraud

☎ 05 24 57 65 02 ☎

Activité régulière

(Payante sur inscription)



Les jeudis

1 cours différent chaque semaine

14h à 15h



Cycle Bien-être et sportif

*Renforcement musculaire adapté

*Expression corporelle

*Sophrologie

(Engagement annuel)

Activité en autonomie

Jeux de société

Belote, tarot, scrabble



Tous les après-midis

14h à 16h30

Saint Augustin – Tauzin

Alphonse Dupeux

Résidence Autonomie Alfred Smith

30 rue Alfred Smith

☎ 05 24 57 65 11 📱 06 18 77 49 55

Activités au mois d'avril	
Mercredi 3	14h30 – Scrabble en duplicate
Jeudi 4	10h30 – Bibliobus 14h30 – Ciné débat avec les jeunes en service civique
Lundi 8	14h30 – « Echangeons ensemble » avec l'équipe, la directrice et l'animatrice.
Lundi 15	15h – Chants avec l'équipe
Mercredi 17	15h – Petit bac avec l'équipe
Jeudi 18	15h – Manucure avec l'équipe
Vendredi 19	15 – Dictée avec l'équipe
Mercredi 24	14h30 – Bal au marché des Douves
Jeudi 25	9h – Petit déjeuner partagé 14h30 – Relaxation
Lundi 29	14h30 – Cuisine avec le chef Olivier Straelhi sur inscription

Sous réserve de modifications

Résidence Autonomie Alfred Smith

30 rue Alfred Smith

☎ 05 24 57 65 11 📞 06 18 77 49 55

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les mardis

14h à 15h30

15h30 à 17h

Activité Physique Adaptée



Résidence Autonomie Manon Cormier

62-66 rue Manon Cormier

☎ 05 56 96 08 64 📱 07 86 65 01 51

Activités au mois d'avril

Mardi 2	14h30 – Remue-méninges
Mardi 9	14h30 – Musiques avec la borne
Mercredi 10	14h30 – Chorale à Quintin
Jeudi 11	15h – Relaxation avec Mr Lombardo
Lundi 22	14h30 – Loto
Mardi 23	10h30 – Bibliobus 14h30 – Ciné débat avec les jeunes en service civique
Mercredi 24	14h30 – Bal du printemps au Marché des Doves Sur inscription
Jeudi 25	15h – Relaxation avec Mr Lombardo
Lundi 29	14h30 – Gabaki
Mardi 30	14h30 – Atelier de concertation

Résidence Autonomie Manon Cormier

62-66 rue Manon Cormier

☎ 05 56 96 08 64 📱 07 86 65 01 51

Activités régulières

(Payante sur inscription)



Les jeudis

14h - 16h

Peinture



(Engagement annuel)

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les vendredis

14h - 15h30

15h30 - 17h

Activité Physique Adaptée



Club Seniors Quintin

127 rue Quintin

☎ 05 56 98 77 11 ☎

Activités au mois d'avril

Mercredi 3	14h / 16h – Peinture <i>En autonomie – Thème libre – Apportez vos modèles !</i>
Mercredi 10	14h30 / 16h – Atelier chorale <i>Manon Cormier vient à Quintin</i>
Mardi 16	15h – Visite de la Chocolaterie « Origines de Bordeaux »
Mercredi 17	14h / 17h – Sortie BatCub
Jeudi 18	14h / 16h – Écriture ensemble <i>pour la préparation de l'expo peinture</i>
Mercredi 24	14h30 / 16h – Bal du Printemps au Marché des Doves
Jeudi 25	14h / 16h – Karaoké + Anniversaires du mois

Sous réserve de modifications

Club Seniors Quintin

127 rue Quintin

 05 56 98 77 11 

Activité régulière

(Payante sur inscription)



Les mardis

15h30 - 16h30

Gym douce



***Les cours ont lieu à la Salle Quintin
du 1^{er} étage***



(Activité payante / engagement annuel)

Club Seniors Saint Augustin

☎ 06 20 33 95 25 ☎

Activités au mois d'avril	
Mardi 2	14h /16h – Jeux de société
Mardi 9	14h /16h – Loto <i>Chacun apporte un petit lot</i>
Mardi 16	15h – Visite de la Chocolaterie « Origines de Bordeaux »
Mardi 23	14h / 15h30 – Conférence sur « Waterloo et la chute de Napoléon 1 ^{er} »
Mercredi 24	14h30 – Bal au Marché des Douves
Mardi 30	14h /16h – Remue-méninges

Sous réserve de modifications



Les activités du club St Augustin sont proposées au sein de la salle municipale St Augustin, place St Augustin (au-dessus de la bibliothèque)

Club Seniors Saint Augustin

☎ 06 20 33 95 25 ☎

Activité régulière



(Payante sur inscription)

Les jeudis

14h - 15h

Gym douce



***Les cours ont lieu à la Salle municipale
Saint Augustin, au-dessus de la Bibliothèque***

(Engagement annuel)

Nansouty – Saint Genès

Résidence Autonomie Dubourdieu

73 rue Dubourdieu

☎ 05 56 91 14 50 📱 06 07 16 26 90

Activités au mois d'avril	
Mardi 2	14h30 – Remue-méninges
Mardi 8	14h30 – Conférence musicale avec l'association les caprices de Marianne « La flûte enchantée de Mozart »
Mardi 9	14h30 – Ciné débat avec les jeunes volontaires Uniscité
Mercredi 10	14H – Pimms : permanence numérique
Lundi 15	14h30 – Conteuse musicale avec la mandoline ! Un voyage musical
Mardi 23	14h30 – Atelier Cuisine avec le chef Olivier
Mercredi 24	14H30 – Bal de printemps à la halle de douves, sur inscriptions.
Lundi 29	14h30 – Réalité Virtuelle

Sous réserve de modifications

Résidence Autonomie Dubourdieu

73 rue Dubourdieu

☎ 05 56 91 14 50 📞 06 07 16 26 90

Activité régulière

(gratuit sur inscription)

Les Jeudis

16h - 17h30

Activité Physique Adaptée



Sous réserve de modifications

Club Seniors Albert 1^{er}

28 boulevard Albert 1^{er}

☎ 05 56 91 44 79 ☎

Activités au mois d'avril

Mercredi 3	14h – On se balade : Discussion sur l'organisation de la prochaine sortie
Lundi 8	14h – Sortie à la galerie du musée des beaux-arts pour l'exposition Manet – Monet
Mercredi 10	14h – Organisation d'un tournoi de belote au sein du club
Lundi 15	14h – Jeu d'échecs
Mercredi 17	14h – Jeu d'observation au microscope
Mercredi 24	14h30 – Bal du printemps au marché des douves de Bordeaux Sur inscription
Lundi 29	14h – Atelier photographie

Club Seniors Albert 1^{er}

28 boulevard Albert 1^{er}

☎ 05 56 91 44 79 ☎

Activité en autonomie

Tous les jours - 14h à 17h

Jeux de cartes – Jeux de Société



Bordeaux Sud

Résidence Autonomie Magendie

45 rue Magendie

☎ 05 24 57 65 13 📞 06 07 22 31 74

Activités au mois d'avril

Mercredi 3	10h30 – Chasse aux chocolats avec les enfants de la crèche Magendie
Jeudi 4	14h30 – Réalité Virtuelle
Mardi 9	14h30 – Atelier numérique avec les médiateurs du PIMMS « Intelligence artificielle »
Mercredi 10	10H30 – Rencontre intergénérationnelle avec les enfants du centre d'animation Saint Pierre au centre d'animation. « Cuisine et repas partagé » sur inscription
Jeudi 11	14h30 – Bibliothèque Mériadeck hors les murs avec les fonds patrimoniaux « les cartes postales »
Mardi 16	15h – Rdv autour du petit écran
Jeudi 18	A partir de 10h30 biblio bus
Mercredi 24	14h30 – Bal de printemps au marché de douves, sur inscription
Jeudi 25	15h – Atelier cuisine avec le chef Olivier
Mardi 30	14h30 – « Sensibilisation auditive » avec l'expert SONUP à la résidence

Résidence Autonomie Magendie

45 rue Magendie

☎ 05 24 57 65 13 📞 06 07 22 31 74

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

Les lundis

09h à 10h30

10h30 à 12h

Activité Physique Adaptée



Les mercredis

10h45 à 12h15

Club Seniors Vilaris

4 rue Vilaris

☎ 05 56 92 64 55 ☎

Activités au mois d'avril

Mercredi 3	10h00 – Sortie inter-structures Balade au parc Bourran (selon météo) <i>(Déplacement en autonomie sur inscription)</i>
Jeudi 11	14h – Remue-méninges
Mardi 16	15h00 – Sortie inter-structures Visite de la chocolaterie Origines <i>(Déplacement en autonomie sur inscription)</i>
Mercredi 17	14h30 – INVITATION Thé dansant à la résidence Armand Faulat <i>(Déplacement en autonomie sur inscription)</i>
Mercredi 24	14h30 – Bal du printemps avec le trio Key's Kool au marché des douves (Sur inscription)
Jeudi 25	14h30 – LOTO de Printemps (Veuillez apporter des lots avant le jeudi 18)

Sous réserve de modifications

Clubs Seniors Vilaris

4 rue Vilaris

☎ 05 56 92 64 55 ☎

Activité en autonomie

Tous les jours – 14h à 17h

Jeux de cartes – Jeux de Société



*Sous réserve des propositions
d'animations*

Résidence Autonomie Buchou

25 rue Buchou

 05 56 92 69 08  06 07 16 78 42

Activités au mois d'avril

Lundi 22	14h30 – Atelier Cuisine avec Olivier
Mercredi 24	14h30 – Bal de Printemps au marché des douves à Bordeaux Sur inscription

Pour les autres activités se renseigner
auprès de l'équipe de la structure

Sous réserve de modifications

Résidence Autonomie Buchou

25 rue Buchou

☎ 05 56 92 69 08 📞 06 07 16 78 42

Activité régulière

(gratuit sur inscription)

Les lundis

Activité Physique Adaptée

9h à 10h30



Résidence Autonomie Billaudel

112 bis rue Malbec

 05 24 57 65 09  06 07 16 25 26

Activités au mois d'avril

Mardi 9	14h30 – RDV autour du petit écran avec les jeunes volontaires
Jeudi 11	14h30 – Bibliothérapie avec Marie Sur inscription
Mardi 16	14h30 – Conteuse Musicale avec mandoline « Voyage au cœur d'une place de village Italien »
Mercredi 24	14h30 – Bal de Printemps au marché des douves de Bordeaux Sur inscription
Jeudi 25	14h30 – Intervention de la recyclerie sportive pour créer des smoothies grâce à un vélo-smoothies

Pour les autres activités se renseigner auprès de l'équipe de la structure

Sous réserve de modifications – Inscriptions souhaitées

Résidence Autonomie Billaudel

112 bis rue Malbec

 05 24 57 65 09  06 07 16 25 26

Activité régulière

(gratuit sur inscription)

Les lundis

10h45 à 12h15

Activité Physique Adaptée



Activité avec l'association

« **Faits de cœur's** »

(gratuit sur inscription)

Voir les dates avec l'animatrice

14h30 à 16h



La Bastide

Résidence Autonomie Bonnefin

5 rue Bonnefin

 05 56 40 08 80  06 07 15 95 70

Activités au mois d'avril

Mardi 02	09h15 – Sortie intergénérationnelle à la Maison du Soleil
Mercredi 03	14h30 – Ciné-débat avec les jeunes volontaires unicité
Jeudi 04	14h30 – Dessinez c'est gagné
Mardi 09	14h30 – Jeux d'adresse
Jeudi 11	14h – Médiation animale avec Elsa LASALLE
Mardi 16	14h30 – Quiz musicale
Jeudi 18	14h15 – LOTO
Jeudi 25	14h30 – Jeux d'associations de mots
Mardi 30	10h – Urban Gym 14h30 – Karaoké Anniversaires

Résidence Autonomie Bonnefin

5 rue Bonnefin

 05 56 40 08 80  06 07 15 95 70

Activité régulière

(gratuit sur inscription)

Les mercredis

9h à 10h30

Activité Physique Adaptée



Sous réserve de modifications

Résidence Autonomie ReINETTE

16-24 Cité ReINETTE

☎ 05 24 57 65 06 📞 07 86 63 32 69

Activités au mois d'avril

Mardi 2	14h30 – Petit Bac
Lundi 8	14h30 – Remue-méninges
Mercredi 10	14h30 – Conférence sur la médecine traditionnelle chinoise
Lundi 15	14h30 – Musicothérapie avec madame GALIN
Mercredi 17	14h30 – Karaoké anniversaires
Mercredi 24	14h30 – Ciné-débat avec l'animateur
Lundi 29	14h30 – Conférence sur l'histoire du Canada par monsieur GROULT

Sous réserve de modifications

Résidence Autonomie Requette

16-24 Cité Requette

☎ 05 24 57 65 06 📞 07 86 63 32 69

Activités régulières

(gratuit sur inscription)

Les jeudis

14h à 15h30

Activité Physique Adaptée



Club Seniors Queyries

13 allée Jean Giono

☎ 05 56 86 89 41 ☎

Activités au mois d'avril

Mardi 2	14h – Après-midi Jeux de société avec les JVUC
Jeudi 4	9h45 – Cours informatique avec les conseillers numériques : « Découverte de l'application WhatsApp sur inscription
Jeudis 4-18-25	15h – Remue-méninges
Lundi 8	15h – Activité avec Jade : « Echanges de souvenirs enregistrés » : PODCAST
Mardi 9	10h-11H: Urban Gym club Queyries
	14h – Activité avec Jade : « Prises de photos avec accessoires représentatifs »
Lundi 15	14h – Echange/Partage : textes, poésies, musiques... sur le thème de l'amour-Projet en lien avec la bibliothèque de la Bastide
Mardi 16	14h30 – Bal convivial au club Queyries
Mercredi 17	12h30 – Pique-nique et conférence aux Archives de la Bastide : « Mémoires de l'esclavage à Bordeaux »
Lundi 22	10h – Marche le matin, chacun à son rythme et pique-nique à Darwin
	14h30 – Jeux d'observation
Mardi 23	10h-12h : Cours de cuisine avec le chef Olivier Strahelli : « la cuisine autour de l'asperge »
	14h30 : Loto de Pâques avec Tombola
Mercredi 24	14h – Bal du Printemps à la Halle des Douves – <i>tenue fleurie et colorée – sur inscription</i>
Mardi 30	14h30 – Lecture de textes, poésies, chansons sur le thème de l'amour au club Queyries pour projet avec la bibliothèque de la Bastide

Club Seniors Queyries

13 allée Jean Giono

☎ 05 56 86 89 41 ☎

Activités régulières

(Gratuit sur inscription)

1 fois / mois

Vendredi 12 avril

14h à 15h30

Atelier Sophro-Réflexologie

Avec SR&CO 33



Les lundis

14h à 15h15

Pas de cours pendant les vacances

Basket Santé



Activités Régulières



(Payantes sur inscription)

Les jeudis - 14h à 15h Gym Douce



Les vendredis (tous les 15 jours)

14h-16h Atelier théâtre d'improvisation

Vendredi 5 et 19 avril



(Activités payantes / engagement annuel)

Caudéran

Résidence Autonomie Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet

☎ 05 24 57 65 07 📞 06 07 13 67 97

Activités au mois d'avril avec l'animatrice

Le Mercredi	10h – Café partagé
Mercredi 3	15h – Ciné-débat avec les jeunes volontaires
NOUVEAUTE Vendredi 5	14h30 – Le temps d'un instant avec Namamé - Atelier Bien-Etre Proposé par Nathalie/Meryl et Marie-Julie - Modalités en interne - Sur RDV-
NOUVEAUTE Mercredi 10	JOURNEE INITIATIVE SENIOR Animation proposée par et pour les séniors
Lundi 15	14h30 – « Sensibilisation auditive » avec l'expert SONUP à la résidence
Mercredi 17	14h30 – THE DANSANT – 2 ^{ème} édition Ouvert à tous sur inscription
Mercredi 24	14H30 – Le Chef O.Strahelli vous propose de découvrir LES EPICES
Lundi 29	14H30 – Conférence sur l'histoire de l'art avec J.LABORDE
Mardi 9 et 23	9H00-16H00- Permanence de CULTURES HORS LIMITES- Hall d'entrée de la résidence

Résidence Autonomie Armand Faulat

80 rue Charles Chaumet

☎ 05 24 57 65 07 📱 06 07 13 67 97

Activité régulière

(Payante sur inscription)



Les lundis

16h à 17h

Gym douce



(Engagement annuel)

Activité régulière

(Gratuit sur inscription)

Les mardis

9h à 10h30

10h30 à 12h

Activité Physique Adaptée



Les mardis

Matin - Rdv individuel

Les vendredis

Après-midi – En groupe

Ateliers numériques
avec Remuménage



Sur inscription

Espace Arlette Gelé de Francony

4 rue Laporte

☎ 05 57 89 37 77 / 06 59 43 03 53 ☎

Activités au mois d'avril avec l'animatrice

Mercredi 3	10h – Balade au Parc de Bourran (selon météo) 14h – Atelier créatif spécial décoration de printemps
Jeudi 4	14h – Quiz spécial Pâques
Mercredi 10	14h – Ciné-Débat avec les jeunes volontaires d'Uniscité
Mercredi 17	14h30 – Répétition Groupe de chants
Jeudi 18	10h30 – Initiation au Théâtre d'Improvisation avec Michel 14h30 – Atelier philo « C'est quoi le bonheur ? » avec Me BARRAUX
Mercredi 24	10h – Atelier cuisine et nutrition avec le Chef Olivier Straehli 14h – Sensibilisation auditive avec la société SONUP
Jeudi 25	14h30 – Café papotes + Fête des anniversaires d'Avril

Sous réserve de modifications

Espace Gelé de Francony

4 rue Laporte

☎ 05 57 89 37 77 / 06 59 43 03 53

Activités avec intervenants

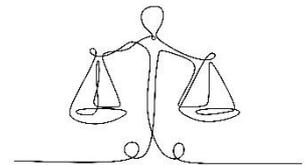
(Gratuit sur inscription)

3 fois/mois **Atelier Forme & Equilibre**

Mardi 2, 16 et 30

De 14h00 à 15h30

Avec l'ASEPT



2 fois/mois **Sophrologie**

Mardi 9 et Vendredi 19

De 14h00 à 15h30

Avec SR&CO



1 fois/mois **Atelier cuisine**

Mercredi 24

De 10h00 à 12h00

Avec le Chef Olivier Straehli



1 fois/mois **Atelier Philo**

Jeudi 18

De 14h30 à 16h00

Avec Madame BARRAUX



1 fois/mois **Sensibilisation auditive**

Mercredi 24

De 14h00 à 16h00

Avec la Société SONUP





LES MANIFESTATIONS DU MOIS

- **Mardi de la musique**

Mardi 9 avril - 10h30 – Auditorium de la bibliothèque Mériadeck

Conférence “ Histoire des Stradivarius ” par Maria Luisa Macellaro La Franca, compositrice, pianiste et cheffe d’orchestre

A la découverte de l’histoire des violons, altos et violoncelles conçus par Antonio Stradivari et comment ils ont acquis ce statut d’instruments d’exception

Entrée libre, dans la limite des places disponibles

- **Bal de printemps**

Mercredi 24 avril – 14h30 – Marché des Douves de Bordeaux

Bal animé par le trio musical « Key’s Kool »

Une manifestation conviviale pour danser et chanter ensemble

Inscription obligatoire

PROCHAINEMENT

- **Mardi de la musique**

Mardi 14 mai - 10h30 – Auditorium de la bibliothèque Mériadeck

Concert improvisé : Bruno Rattini, compositeur et pianiste, coordinateur du département Créations du Conservatoire de Bordeaux, accompagné de ses élèves musiciens.

Place à la création et à l’échange

- **Bordeaux Raid Culture**

Jeudi 16 mai - 9h - Lieu communiqué ultérieurement

Jeu de piste culturel pour partir à la découverte de l’histoire et du patrimoine d’un quartier de la ville

En cette année de JO, le livret d’énigmes aura une petite orientation sportive

Inscription obligatoire

Pour tout renseignement

Direction Générations Seniors et Autonomie

Equipe de votre structure seniors / 05 57 89 37 77 / pass.senior@mairie-bordeaux.fr