

# LES SÉN' ACTIONS

Les activités pour les séniors en Grand Saint-Émilionnais

AVRIL 2023

ACCÈS LIBRE  
ET GRATUIT



BALADES  
ÉCRITURE  
ATELIERS CRÉATIFS



GRAND  
SAINT-ÉMILIONNAIS  
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

# ANIMATIONS AVRIL 2023



**MARDI 4 AVRIL 2023**



**9H00-12H00**



**ST-ÉMILION**

Rdv Siège CDC (Gare de St-Émilion)



Atelier **écriture** avec  
**La boîte à histoires**



**MARDI 4 AVRIL 2023**



**12h00-13h00**



**ST-ÉMILION**

Parking de la Gare



Marche **sportive** 2kms  
avec **exercices**



**JEUDI 6 AVRIL 2023**



**9H00-12H00**



**ST-ETIENNE**

Parking de l'école



**Temps libre**  
**Multi-sports** Marche  
avec les enfants de  
l'école (5kms)



**MARDI 11 AVRIL 2023**



**12H00-13h00**



**STE-TERRE**

Centre de Loisirs



**Temps libre**  
**Multi-sports**  
Balle à la main



**JEUDI 13 AVRIL 2023**



**9H30-16H00**



**STE-TERRE**

Centre de Loisirs



**Temps libre Multi-sports** Chasse  
aux couleurs avec les enfants  
(6-7kms)  
**12h** Pique-Nique tiré du sac  
**14h-16h** Fabrication de  
cadres-fleurs avec la récolte du  
matin



**MARDI 18 AVRIL 2023**



**7h30-18h30**

**sur inscription**



**STE-TERRE**

Centre de Loisirs



Départ en bus pour accompagner les petits sportifs des centres aux Jeux d'Aquitaine (pique-nique fourni)



**MARDI 25 AVRIL 2023**



**12h00-13h00**



**MONTAGNE**

Salle Ausone



**Temps libre Multi-sports**  
**RENFORCEMENT MUSCULAIRE**



**JEUDI 27 AVRIL 2023**



**9h00-12h00**



**ST-ÉMILION**

Parking Guadet



**Temps libre Multi-sports** avec le service URBANISME pour découvrir les nouveaux locaux de la CdC (6kms)

**Tous les mardis - 12h-13h + 13h-14h**

*Salle Ausone de Montagne*

Activité physique adaptée

*Hors vacances scolaires.*



Pour les personnes ayant des problèmes ou des difficultés pour se déplacer, n'hésitez pas à vous rapprocher du service de transport à la demande géré par la région ou à prendre contact avec l'animatrice pour organiser un possible covoiturage avec les seniors véhiculés.



**POUR LES ACTIVITÉS EN INTÉRIEUR, NE PAS OUBLIER TASSES ET CUILLÈRES. POUR LE SPORT, PRÉVOIR UNE TENUE ADAPTÉE !**

IPNS - ne pas jeter sur la voie publique

# LES MODALITES

## Pour qui ?

Ces animations s'adressent aux personnes âgées de 55 ans et plus, habitant sur le territoire du Grand Saint-Emilionnais.

## Quand ?

Les animations ont lieu 2 fois par semaine : sur Montagne pour les mardis et sur une commune chaque semaine différente pour la marche. Quelque soit la commune, elles sont ouvertes à tous.

## Comment ?

Les animations sont gratuites. Pas besoin de s'inscrire

## Avec qui ?

Les activités sont menées par Aurore Blanchard, animatrice. Selon les animations, des intervenants extérieurs peuvent participer.

## CONTACT

Communauté de Communes du Grand Saint-Emilionnais

Vice-Présidente en charge de l'action sociale : Mme Catherine Henry

Animatrice : Mme Aurore Blanchard

Courriel : [animsenior@grand-st-emilionnais.org](mailto:animsenior@grand-st-emilionnais.org)

Site internet : [www.grand-saint-emilionnais.fr](http://www.grand-saint-emilionnais.fr)

Téléphone : 05 57 55 21 60 + 07 86 28 91 57

### Communes du Grand Saint-Emilionnais

Les Artigues de Lussac, Saint-Émilion, Belves de Castillon, Saint-Christophe des Bardes, Saint-Etienne de Lisse, Francs, Saint-Genès de Castillon, Gardegan et Tourtirac, Saint-Hippolyte, Lussac, Saint-Laurent-des-Combes, Montagne, Saint-Pey d'Armens, Néac, Saint-Philippe d'Aiguilhe, Petit-Palais et Cornemps, Saint-Sulpice de Faleyrens, Puisseguin, Sainte-Terre, Saint-Cibard, Tayac, Vignonet.