

MERCREDI 26 NOVEMBRE

📍 SALLE DES FÊTES - LA COMBE

SÉCURITÉ ROUTIÈRE

➤ 8h30 - 17h00



Réactualisation code de la route et ateliers pratiques

Inscription obligatoire

JEUDI 27 NOVEMBRE

📍 SALLE DES FÊTES - LA COMBE

SAVEURS ET CRÉATIONS

➤ 10h00 - 12h00



- Atelier cuisine
- Atelier créatif



Inscription obligatoire

📍 MAIRIE

SENSIBILISATION CAMBRIOLAGES ET ARNAQUES



➤ 14h30 - 16h30

Inscription obligatoire

VENDREDI 28 NOVEMBRE

📍 MAIRIE

FORMATION AUX GESTES QUI SAUVENT



➤ 10h00 - 12h00

Inscription obligatoire

📍 ESPLANADE

APRÈS-MIDI RÉCRÉATIF

➤ 14h00 - 17h30

- Jeux de société (ludothèque), lecture (médiathèque), karaoké, belote, tarot, danses...
- Goûter avec animation de la Crazy Chorale.



Mise à disposition d'un transport à la demande pour les après-midi de mardi, jeudi et vendredi et la matinée du jeudi.



Renseignements et inscriptions :
05 45 38 31 94

DU 25 AU 28
NOVEMBRE
2025



SEMAINE SENIORS

SANTÉ • BIEN-ÊTRE • LOISIRS
SOLIDARITÉ • SOUTIEN À DOMICILE



La Mairie de Saint-Yrieix
et son Centre Communal d'Action
Sociale vous invitent
à la 3ème édition de la
SEMAINE SENIORS
du 25 au 28 novembre 2025.

Cet événement, grâce à la présence de
nombreux partenaires, tentera de
répondre aux questions liées
au **bien-vieillir** :

- santé,
- bien-être,
- loisirs,
- solidarité,
- soutien à domicile...



PROGRAMME

MARDI 25 NOVEMBRE

📍 ESPLANADE

FORUM ➤ 10h00 - 12h00 / 14h00 - 17h00

• **Stands d'informations**

PARTENAIRES

- Ma maison A'Vient
- La maison de Léa
- Charente Alzheimer
- DAC PTA
- UNA 16
- Maison Sport et Santé
- Soliha Charente
- France Parkinson
- Vitaria
- CCAS
- Réseau Solidarité
- Centre Social Culturel et Sportif Amical Laïque
- Atelier de lien
- Atelier mémoire
- Randonnée
- Atelier Café Tricot Thé
- Atelier Tricote-Papote

• **Animations (Salle Jean-Ferrus)**

- 10h15 : **Atelier cœur et santé**
- 11h00 : **Atelier multimédia** : CSCS
- 14h00 : **Atelier mémoire** : UNA 16
- 14h45 : **Atelier Gym Douce** : UNA 16
- 15h45 : **"En vieillissant, tout est possible"** : temps d'échange proposé par MONAUSA
- 16h45 : **Goûter équilibré**

Toute la journée :

**BILAN GRATUIT
POUR VIEILLIR EN
BONNE SANTÉ**
avec DAC PTA

ASSOCIATIONS ARÉZIENNES

- Club de l'âge d'Or
- Expressions
- Cœur et Santé
- Les Amis de l'Arézie
- Danser en Arézie
- Comité de Jumelages
- Sophrologie

