

LES ANIMATIONS DU CCAS - 2024

ACTIVITÉS & ANIMATIONS		DATES	DESCRIPTION	MODALITÉS	LIEU
avril	Atelier PILATE adapté	le jeudi matin de 10h à 11h du 18 avril au 02 mai	pour les Séniors, programme de 4 séances, en partenariat avec l'ASEPT PACA	Gratuit, Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal
	Matinée préparatoire à la Marche Nordique	mardi 23 avril de 9h à 12h	pour les Séniors, 1 matinée avec 3 ateliers pour évaluer le niveau de nos futurs participants	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal
mai	MARCHE NORDIQUE	le mardi matin de 9h30 à 11h du 14 mai au 02 juillet	pour les Séniors, programme de 8 randonnées, en partenariat avec TERRADEA	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	pleine nature
	Atelier MÉMOIRE	le jeudi matin de 9h30 à 11h du 16 mai au 04 juillet	Ouvert à tous, 8 séances de jeux de mémoire en partenariat avec le club de loisirs	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Club de Loisirs
	MERCREDI INTERGENERATIONNEL	mercredi 29 mai de 10h à 14h	Pour les Séniors, matinée animée + repas partagé avec les enfants du centre de loisirs	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Ecole
juin	REPAS DU CCAS	mercredi 5 juin à partir de 11h30	pour les Séniors	Participation de 5€. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	jardin théâtre ou foyer municipal
	VISITE COMMENTÉE DU VILLAGE	jeudi 6 juin de 14h à 16h30	Ouvert à tous/ Visite du musée du Jouet ancien et de la figurine historique	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Village & Point d'Information Touristique
	FORUM DE L'EMPLOI LOCAL	mercredi 19 juin de 9h à 11h	Ouvert à tous	entrée libre	jardin théâtre ou foyer municipal
	MERCREDI INTERGENERATIONNEL	mercredi 19 juin de 11h30 à 16h30	Pour les Séniors : après-midi, partagé avec les enfants du centre de loisirs	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Ecole

LES ANIMATIONS DU CCAS - 2024

juillet	LES JEUDIS DE L'ÉTÉ	jeudi 11 juillet de 9h à 12h	Pour tous / balade, jeux, sortie	Gratuit, Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal/extérieur
	MERCREDI INTERGENERATIONNEL	mercredi 17 juillet de 10h à 14h	Pour les Séniors, matinée animée + repas partagé avec les enfants du centre aéré	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Ecole
	LES JEUDIS DE L'ÉTÉ	jeudi 25 juillet de 9h à 12h	Pour tous / balade, jeux, sortie	Gratuit, Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal/extérieur
août	LES JEUDIS DE L'ÉTÉ	jeudi 8 août de 9h à 12h	Pour tous / balade, jeux, sortie	Gratuit, Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal/extérieur
	FESTIVAL DU CINEMA DE PROVENCE	mercredi 21 et jeudi 22 août à partir de 20h30	Ouvert à tous/ Films diffusés: Bonjour Tristesse et La dame dans l'auto avec des lunettes et un fusil	entrée libre	jardin théâtre
	LES JEUDIS DE L'ÉTÉ	jeudi 22 août de 9h à 12h	Pour tous / balade, jeux, sortie	Gratuit, Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal/extérieur
septembre	LES JEUDIS DE L'ÉTÉ	jeudi 5 septembre de 9h à 12h	Pour tous / balade, jeux, sortie	Gratuit, Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal/extérieur
	CROISIERE-REPAS EN CAMARGUES	mercredi 11 septembre	ouvert à tous, journée tout compris (transport, mini-croisière avec repas, visite d'une manade). Participation de 40,00€. Possibilité de prise en charge en fonction des revenus	Places limitées. Renseignements et inscription, Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Départ Le Val
	Atelier GYM & EQUILIBRE	le jeudi de 10h à 11h, du 19 septembre au 12 décembre	Pour les Séniors, programme de 13 séances, en partenariat avec la Mutualité Française	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal

LES ANIMATIONS DU CCAS - 2024

	Atelier CUISINEZ VOTRE VITALITE	le mardi et le samedi matin du 24 septembre au 9 novembre	Pour les Séniors, programme de 13 séances, en partenariat avec Terradea	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal et cuisines des écoles
octobre	SEMAINE BLEUE	mercredi 2 octobre	Pour les Séniors/ Olympiades intergénérationnelles avec les enfants du centre de loisirs + repas partagé à l'école	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Jardin des Gorguettes ou foyer municipal + école
		jeudi 3 octobre	Ouvert à tous. Apéro animé, pique-nique tiré du sac et balade digestive	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Jardin des Gorguettes + village
	SOIREE DANSANTE	vendredi 11 octobre	en partenariat avec BILBOK, le CCAS de Carcés et Umane (à confirmer)	Gratuit, Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Le Mas de Paracol (à confirmer)
	Journée OCTOBRE ROSE	samedi 12 octobre de 9h à 18h	Ouvert à tous. Marche Rose + théâtre "ça n'arrive qu'aux autres" + apé'Rosé + repas tiré du sac + Atelier couture, en partenariat avec Provence Violette	Participation libre en faveur de l'association Le ressort. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal + village
	SEJOUR SENIORS A GRUISSAN	du dimanche 13 au dimanche 20 octobre	Pour les Séniors, Séjour tout compris (transport, pension complète + excursions) de 350€ à 550€ la semaine /personne en fonction de vos revenus	Places limitées. Renseignements et inscription, Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Village de GRUISSAN, visite de Narbonne et Carcassonne
novembre					
décembre	GOÛTER DE NOËL DES AINES	du 16 au 18 décembre de 14h30 à 17h	Pour les séniors de 73 ans et +	Gratuit. Sur inscription, Contact Le Val services 1, place Gambetta / 04.83.67.02.41	Foyer municipal