

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

**ASSOCIATIONS
ARÉDIENNES**

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

• **Animations (Salle Jean-Ferrat)**

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

