

PÔLE SOLIDARITÉ

LE SERVICE SÉNIORS VOUS PROPOSE

**Jeudi
3
Octobre**

Présentations des Ateliers Age'ilité

10h - Salle des Colombes

8 ateliers hebdomadaires pour les 60 ans et plus

Les vendredis 08/11, 15/11, 22/11, 29/11, 06/12, 13/12, 20/12 et 10/01/2024

**Mercredi
16
Octobre**

Repas festif dansant - Salle des Colombes

A partir de 11h30 « Repas d'automne »

Tarif 15€ uniquement en chèque

Menu : Apéritif de bienvenue, sauté de cerf, Gnocchi, Poêlée de Champignons, salade, fromage, dessert, vin café

**5
séances**

Atelier de prévention "Le bien être par la relaxation"

De 9h30 à 11h30 au pôle solidarité (CCAS)

Les mardis 05/11, 12/11, 19/11, 26/11 et 03/12

Inscription à partir du mardi 1er octobre 2024

(gratuit places limitées)

**Mercredi
6
Novembre**

Sortie Coquillage à Marseillan "La ferme Marine"

Départ 7h30 de la gare routière en direction de Marseille (visite guidée mas ostréicole occi marée, restaurant avec buffets fruits de mer à volonté, poisson à la plancha...)

Tarif : 44.40€ (chèque à l'ordre de la Ferme marine)

Inscription à partir du mardi 1er octobre 2024

PÔLE SOLIDARITÉ

LE SERVICE SÉNIORS VOUS PROPOSE

**Mercredi
27
Novembre**

Repas festif dansant - Salle des Colombes

A partir de 11h30 « Repas fin d'année »

Inscription à **partir du jeudi 17 octobre 2024**

Tarif 15€ uniquement en chèque

Infos à venir

**Jeudi
12
Décembre**

Sortie libre au marché de Noël de la Garde (83)

Tarif transport 5€

Inscription à **partir du mardi 12 novembre 2024**

COLIS DE NOËL : La distribution des colis de Noël aura lieu le **mercredi 4 décembre 2024**, comme chaque année vous recevrez fin novembre **l'invitation** à retirer votre colis.

Contact : 04 42 61 23 48 - 04 42 61 23 46 - CCAS 04 42 61 23 80

Renseignements et inscriptions **du lundi au vendredi de 9h à 12h**
04 42 61 23 48 / 04 42 62 23 46 au Pôle Solidarité - 4 Cours Esquiros

**ATTENTION AUCUNE INSCRIPTION NE SERA PRISE PAR
TÉLÉPHONE**