

OFFICE des SENIORS

n°107 - Octobre 2020



Ce programme respecte les règles sanitaires actuelles mais il est susceptible d'être modifié en fonction de l'évolution de la situation.

Programme des activités du mois d'octobre 2020



Activités proposées par l'Office des Seniors du CCAS

POUR TOUTES LES ACTIVITÉS

Inscription obligatoire - Tél : 04 11 95 08 08 - Courriel : espace.senior@ccas-beziers.fr

Les inscriptions se font tous les jours auprès de l'agent de l'accueil de l'Office des Seniors
au 15 Avenue Foch pour tout renseignement, dossier et inscription.

CLUB	Accueil sur Rendez vous.
GYMNASTIQUE DOUCE	Les mardis et jeudis matin de 9H30 à 10H15 à l'Office des seniors
RELAXATION	Les mardis et mercredis à Casimir Péret de 10H à 11H
TAI CHI	Office des Seniors les jeudis de 10H45 à 11H45
ATELIER MÉMOIRE	Les lundis à Casimir Péret de 10H à 11H30 Les Mardis à Casimir Péret de 14h30 à 16H30 Les Vendredis à Casimir Péret de 14h à 15H30
ATELIER COUTURE	Les jeudis à Casimir Peret de 13H30 à 16H
Pour toutes les activités, il faut préalablement s'inscrire auprès de l'agent d'accueil : 04 11 95 08 08	

SORTIE APRÈS-MIDI LES LUNDIS	SORTIE À LA JOURNÉE LES MARDIS	SORTIE MARCHÉ LENTE LES MERCREDIS	SORTIE À THEME LES JEUDIS	SORTIE MARCHÉ LES VENDREDIS MATINS
5/10 La chapelle à Maraussan	6/10 Pique nique et balade à Roquebrun.		1/10 Parc des dinosaures à Méze	
12/10 Les écluses à Fonseranes	13/10 Pique nique et balade à Saint-Christophe.	7/10 Portiragnes	8/10 Prieuré St Michel de Grandmont Lodève	9/10 Bourbaki
19/10 La chapelle Notre Dame de Consolation	20/10 Pique nique et balade à la Tamarissière.	14/10 Valras	15/10 Découverte de St Guilhem le Désert	16/10 Valras
26/10 La sablière à Cazouls les Béziers	27/10 Pique nique et balade Les cabanes de Fleury	21/10 Pézenas	22/10 Visite du musée de la cloche à Hérepian	23/10 Voie verte Réals
		28/10 Saint Genies	29/10 L'oulibo à Bize Minervois	30/10 Parcours santé Bayssan

Pour toutes les activités, il faut préalablement s'inscrire auprès de l'agent d'accueil : 04 11 95 08 08

LUTTE CONTRE LA FRACTURE NUMERIQUE

Activités sur les tablettes à distance
INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS à L'OFFICE DES SENIORS.
TEL : 04 11 95 08 08

COORDONNEES DES CLUBS RESTAURANTS DU CCAS

OFFICE DES SENIORS 15 avenue Foch Tel : 04 11 95 08 08

Club Restaurant VERDIER 15 avenue Verdier Tel : 04 67 62 35 52

Club Restaurant SAINT SAËNS 50 avenue Saint Saëns Tel : 04 67 26 06 46

LES PLUS DU MOIS D'OCTOBRE

CRÉATION D'UN ATELIER COUTURE ECO RESPONSABLE

A partir du mois d'octobre, nous fabriquerons des masques, des disques à démaquiller, des maniques, tabliers, sacs...
Nous récupérerons de la Mercerie, des morceaux de tissus et d'éponges lavés.
Renseignements et inscriptions à l'accueil de l'Office des seniors.
04 11 95 08 08

« En raison de la crise sanitaire actuelle nous ne pouvons vous proposer comme chaque année une programmation spéciale semaine bleue. L'état nous invite cette année à réfléchir avec les seniors sur les conséquences de cette crise dans tous les domaines de la vie quotidienne. Afin d'aider à la réflexion, dans le cadre du programme Ville Amie des Aînés nous avons réalisé un support que vous pouvez recevoir sur votre messagerie directement ou en version papier à l'office des seniors. Ces idées seront synthétisées et pourrons nous guider pour des actions futures. Nous vous remercions par avance pour votre participation. »

ADHÉREZ GRATUITEMENT À LA CARTE SENIOR

Pour tout renseignement s'adresser
à l'Office des Seniors
15 Avenue Foch - Tel : 04 11 95 08 08



VILLE AMIE DES AÎNÉS

BÉZIERS S'ENGAGE DANS LE PROGRAMME MONDIAL VILLE AMIE DES AÎNÉS.

Avec la participation d'un groupe de concertation senior :

La participation des aînés est une caractéristique essentielle des villes accueillantes pour les seniors. Leur contribution est importante pour évaluer les villes, fixer les priorités, proposer des solutions pour agir, et suivre les progrès accomplis.

Présentation du logo :



Activités diverses proposées par diverses associations biterroises aux Seniors

BÉZIERS PLAISIR

Vendredi 2 Octobre 2020 à 17H30 : Second Empire par le conférencier Maurice PICKARD

Vendredi 30 Octobre 2020 à 18H : La Chine du Sud par la conférencière Jacqueline ROLLIN

Vendredi 27 Novembre 2020 à 18H : Le fabuleux destin de Joséphine BAKER

par la conférencière Laurence ELMALIH.

COORDONNÉES DES ASSOCIATIONS DE SENIORS SUR LA VILLE DE BÉZIERS :

Nous vous conseillons de prendre contact avec les associations, elles pourront vous donner tous les renseignements sur leurs activités ainsi que les modalités d'une adhésion

Accueil des Villes Françaises

Place Pierre Lavabre - Tel : 04 67 31 55 74 - courriel : avfbeziers@gmail.com

Association des Usagers de l'Ensemble Social (AUES)

13 avenue Pierre Verdier - Tel : 09 79 35 13 85 - Site : www.aues.fr

Béziers Plaisir

132 route de Pezénas - Tel : 06 32 79 83 06 - Site : www.beziers-plaisir.com

Société Archéologique de Béziers

14 rue du Docteur Bourguet - Tel : 04 67 28 05 40 - Courriel : sasl.bz@gmx.fr

Université du Tiers Temps

6 bis rue Franklin - Tel : 04 67 62 53 14 - courriel : utt-beziers@orange.fr

UNRPA

Caserne Saint Jacques - salle 55 - Tel : 06 88 41 38 67