



Inscription obligatoire pour certaines activités.

Merci de vous présenter 10 minutes avant le début des ateliers.

Marie BÉNA

Référente Pôle Municipal Séniors

07 63 62 81 47 - 05 56 05 19 98

m.bena@saintaubindemedoc.fr



4 rte de Germignan, Pôle Solidarités, Le presbytère
33160 Saint-Aubin de Médoc

Lundi, mardi et jeudi : 9h-12h30/13h30-17h

Mercredi : 9h-16h

Vendredi : 9h-13h

Programme Pôle Municipal Séniors 2025



SEPTEMBRE
▼
DÉCEMBRE
2025





SOUTIEN INFORMATIQUE

Les lundis de 10h à 12h

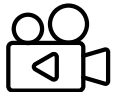
Salle Concorde – Maison des associations
Dates : 8 et 22 septembre | 13 et 27 octobre
10 et 24 novembre | 8 et 15 décembre
(avec votre matériel)



ATELIER ASEP – LE SOMMEIL

Les jeudis de 10h à 12h

Salle Columbus – Maison des associations
Dates : 4, 11, 18, 25 septembre | 2, 9, 16 octobre
(présence obligatoire à l'ensemble des séances)



CLUB ÉCHANGE CULTURE

Les 1^{er} mardis du mois de 10h à 12h

Échanges autour de livres, films et expositions.
Dates : Mardi 1^{er} octobre | Mardi 4 novembre
Mardi 2 décembre
Salle : à définir



MARCHE / BALADE (5 KM)

Les lundis à 10h (départ du Presbytère)

Dates : 8 et 22 septembre | 6 et 20 octobre



CLUB THÉÂTRE

De 10h à 12h

Atelier d'expression et d'émotion
Salle La Scène – Espace Villepreux
Dates : 14 et 28 octobre | 12 et 25 novembre | 9 décembre

POUR LES AIDANTS



CAFÉ MÉMOIRE - RENCONTRE CONVIVIALE

«Comme à la Maison» - 9 route de Saint-Médard
de 14h30 à 16h30

Dates : 17 septembre | 15 octobre | 19 novembre
w17 décembre



GROUPE DE PAROLE

Les lundis de 14h30 à 16H30

Salle Concorde – Maison des associations
Dates : 1^{er} septembre | 6 octobre
3 novembre | 1^{er} décembre