

Concert

Ateliers

Gym-Yoga

Forum

Animations

5 > 9 OCT. 2026 | SAINT DENIS DE PILE

SÉNIORS

Relions tous les âges
dans des territoires engagés

Dans le cadre de la « Semaine Bleue », le CCAS de Saint Denis de Pile et ses partenaires vous invitent à partager les nombreuses animations proposées.

Au programme de cette semaine :

(sous réserve de modifications)



**Lundi
05 OCTOBRE**

FORUM DES AÎNÉS

14h30-17h00

Salle A. Camus/Boma

Rencontrez les acteurs d'aide et de service en faveur des aidants et des séniors (Habitat, aide à domicile, APA CLIC, activités sportives, prévention santé, vie sociale...).

ACCÈS LIBRE ET GRATUIT

RETROUVEZ LES PARTENAIRES :

- Pôle autonomie du Département (APA CLIC, Psy...)
- Réseau visiteurs bénévoles
- CCAS
- Logea Domicile
- Apaisad et le pôle prévention
- Résidence Autonomie «Villa des Platanes»
- EHPAD et Accueil de Jour Barail des Jais
- GE Activité Physique Adaptée
- La Mutuelle Familiale
- L'Âge d'or
- Centre socioculturel Portraits de Familles

ET DES ANIMATIONS :

- Massages proposés par Corps et âme .
- Participez à l'escape game Adapt' Toit pour apprendre, en équipe et de façon ludique, des conseils concrets sur la santé, le bien-être et la sécurisation de votre domicile ! proposé par Soliha.

**Mardi
06 OCTOBRE**

GYM DOUCE

10h00-12h00

Salle A. Camus/Boma

Séance adaptée à votre niveau d'activité physique pour se remettre en mouvement. Avec l'association GE APA

PORTES OUVERTES - THÉ DANSANT

14h30-16h30

EHPAD Le Barail des Jais

Venez découvrir l'établissement, les équipes... Participez au Thé dansant ! Un goûter sera offert.

LE CERCLE DES AIDANTS

15h00-16h30

Atelier polyvalent /Boma

Vous vous occupez d'un proche ? Venez participer à un temps d'échanges, animé par une psychologue et un travailleur social, pour comprendre le rôle d'aidant, ses défis et les aides disponibles.



**Mercredi
07 OCTOBRE**

YOGA SUR CHAISE

sur inscription 10h00-11h00

Maison de l'Isle

L'occasion idéale pour bouger à votre rythme sans contrainte.

BLIND TEST

11h00-12h30

Maison de l'Isle

Blind test (ou quiz musical) spécial sénior, proposé par Portraits de Familles.

JOURNÉE INTER- GÉNÉRATIONNELLE

10h00-17h00

Résidence autonomie

«Villa des Platanes» -

11 bis rue des Platanes

Journée intergénérationnelle («Olympiades») organisée par la résidence autonomie Villa des Platanes, les écoles, le périscolaire et les enfants du Conseil Municipal.

«LES LIEUX AIMÉS : LES PLATANES»

17h00

Salle A. Camus/Boma

Concert de musique contemporaine avec la Villa des Platanes, Musik à Pile et la Cie Eclats.



GRATUIT ET OUVERT à TOUS !



**Jeudi
08 OCTOBRE**

ATELIER SOMMEIL

sur inscription 10h00-12h00

Salle des Associations

Informations et conseils.
Bienfaits du sommeil sur
la santé. Convivialité et
partages d'expérience.
Proposés par l'ASEPT.

«JOUONS ET GOÛTONS»

14h00-17h00

Maison de l'Isle

Jouons et goûtons ensemble
avec la participation d'un
club du 3^{ème} âge, l'Âge d'or,
la résidence autonomie
Villa des Platanes et une
animation autour des
LEGO.

«SORTIE SENIOR AU CLUB EPHEMERE»

sur inscription 17h00

RDV Terrasse de Boma

Sortie au Club Ephémère
de Saint Emilion
(Boutique, concerts,
expos, producteurs locaux,
artisans, créateurs).
Organisée par Portraits de
Familles et ouvert à tous!

**Vendredi
09 OCTOBRE**

PRÉVENTION ROUTIÈRE

sur inscription 10h00-12h00

Salle A.Camus/Boma

Mises en situations,
distracteurs au volant,
remise à niveau du code...

CAFÉ DES GRANDS PARENTS

14h00-15h00

Salle A.Camus/Boma

Venez partager un moment
de convivialité autour d'un
café! Organisé par Portraits
de Familles.

ATELIER PRÉVENTION

15h00-17h00

Salle A.Camus/Boma

Venez participer à des
ateliers de prévention sur
la santé, la nutrition et la
mémoire!



Papi Mamie à la cantine : un nouveau rendez-vous intergénérationnel !

À compter du 8 octobre, jusqu'à 6 résidents de la Villa
des platanes partageront, une fois par mois, le repas des
enfants à la cantine de l'école élémentaire Anne Frank.
Un nouveau rendez-vous convivial pour favoriser les
échanges entre générations et créer du lien autour d'un
moment simple du quotidien.





Informations pratiques :

- Ouvert à tous
- Gratuit
- Pour les ateliers sur inscription, contacter le CCAS au 05 57 55 04 60
- Pour le Concert les lieux aimés - Les platanes, inscription sur <https://musikapile.wixsite.com/musikapile>



Pour tous renseignements, contactez le CCAS au 05 57 55 04 60

Nos partenaires :



PREFECTURE
DE LA GIRONDE

