SENPERE
SAINT-PÉE-SUR-NIVELLE

LA SEMAINE BLEUE

Relions tous les âges dans des territoires engagés !

Découvertes d'activités culturelles, artistiques, ludiques et sportives...

“ Du 5 oct. au 8 oct. 2026 ”

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)
05.59.54.74.96 - accueil.ccas@senpere64.fr

CCAS
Mairie de Saint-Pée-sur-Nivelle : Senpereko Herriko Etxea

La Semaine Bleue
À tout âge, ensemble !

PROGRAMME : TOUS EN BLEU !

LUNDI 5 OCTOBRE 2026

Atelier art plastique “jeu de main”

À partir de 65 ans

10H-12H : atelier art plastique “jeu de main”
Salle Karrikarte

12H : pique-nique “auberge espagnole”
Salle Karrikarte

MARDI 6 OCTOBRE 2026

Gratuit et ouvert à tous

Randonnée bleue : venez tous en bleu !

9H : départ de la salle Karrikarte vers le lac Alain Cami et boucle autour du lac
10H : départ du lac Alain Cami pour faire le tour du lac *(Une joëlette est disponible sur demande pour les personnes en situation de handicap)*

Théâtre : Mon coloc est un senior

14H : l’association Maîllage présente la pièce de théâtre « Mon coloc est un senior » . À l’issue du spectacle, vous pourrez débattre avec les comédiens et l’association présente. Goûter offert.
Espace culturel Larreko

« Jean-Louis se décide à ouvrir sa porte à Antoine. Tous les deux se posent les mêmes questions sur l'envie réelle de cohabiter avec quelqu'un qui n'est pas de la même génération. Il va nécessairement y avoir des points de friction comme dans chaque couple » .

MERCREDI 7 OCTOBRE 2026

Yoga découverte

À partir de 65 ans

9H30 : découverte du yoga adapté à tous
Salle Karrikarte

14H : atelier art plastique « jeu de main » - En présence des enfants du centre de loisirs
Salle Karrikarte

JEUDI 8 OCTOBRE 2026

Gym adaptée

À partir de 65 ans

9H30 : gym adaptée
Salle Karrikarte

14H : atelier « Brain Ball » - Équilibre, coordination, prévention des chutes
Espace culturel Larreko

Série de mouvements rythmés, accompagnés par des boucles sonores. Les exercices se pratiquent à l’aide de petits sacs, de balles de rebond, de petits ballons, ou d’anneaux.

17H : Vernissage de l’atelier art plastique « jeu de main »
Espace culturel Larreko