

EN DECEMBRE



Sortie Bowling Jeudi 4 Décembre

Départ du Centre Social - 19h
Parties en illimitées toute la soirée.
Sur inscription - 12€ par personne



NOEL SOLIDAIRE Dimanche 14 Décembre

Pour que personne ne soit oublié de ces fêtes de fin d'année, nous expérimentons un noel solidaire, un repas et une après midi conviviale et festive.

OUVERT A TOUS !

Envie de s'investir ? contactez nous !
Sur inscription - 8€ par personne



Atelier Cuisine de Noel

Mercredi 17 Décembre

Atelier cuisine de Noel avec les enfants de l'accueil de loisirs. 5€ sur inscription

Nos activités

hebdomadaires :



LUNDI et MERCREDI : AKIDO TAISO
Centre Social de la Montagne B.



LUNDI : GYM SENIORS
Salle des fêtes MOLLES 15h30 à 16H30



MARDI : GENEALOGIE
Centre Social de la Montagne B.
14h-16h30



PROGRAMME

PAS A PAS -

On vous aide à reprendre une activité physique à votre rythme !
En 3 étapes :

- 1 - Diagnostic avec une nutritionniste - diététicienne et animatrice sportive
- 2- Programme D-marche
- 3- Bilan

Du 12 Septembre 2025
au 3 février 2026

En partenariat avec le CDOS et la
Mairie du Mayet de Montagne



GRATUIT

ATELIERS

Pour les + de 55 ans

Programme Prévention Santé et Animations



Centre Social de la
Montagne Bourbonnaise
04-70-59-71-42 / 06-67-60-14-49
accueil@csrmb.fr

EN SEPTEMBRE

Atelier cuisine

Dans le cadre de l'accueil d'Abdoulaye artiste Sénégalais, nous vous proposons **la confection d'un couscous typique du Sénégal.**

Mardi 2 Septembre 2025 - 17h et repas partagé

Sur inscription - 5€



Atelier cuisine intergénérationnelle

Dans le cadre de l'accueil d'Abdoulaye artiste Sénégalais, confection **d'un gouter salé Sénégalais : FATAYAS et jus de bissap.**



Mercredi 3 Septembre 2025 - 14h30 et apéro

Sur inscription - 2€



THEATRE

Festival Mont' en Scène propose en avant première une séance qui vous êtes dédié :

" VIVE L'EMPEREUR "

par la Compagnie ZIGOMART
GRATUIT !

**Dimanche 14
Septembre 2025
15h30 - St Clément**

Interclub à St Clément

Chaque année les clubs des aînés de la Montagne Bourbonnaise se réunissent pour une journée partagée.

RDV pour l'apéritif offert par le Centre Social - repas partagé tiré du sac
Après midi : belotte, pétanque, concert des petites notes et jeux en bois

Lundi 15 Septembre 2025 - rdv 12 h Salle des fêtes



EN OCTOBRE

BUS DES MEMOIRES

Une expérience unique ! Participer à un spectacle vivant !
Monter dans le bus et sillonner la Montagne Bourbonnaise, a chaque arrêt, découvrez l'histoire de la Montagne Bourbonnaise théâtralisée avec des spectacles par la Compagnie Procédé Zèbre !

De l'histoire d'Alice Arteil à aux mines d'uranium partageons la Mémoire de la Montagne Bourbonnaise

Jeudi 2 Octobre 2025

départ 10h ou 14h

Sur inscription - 8€ par personne



Marche

A la découverte du Mayet de Montagne. Le club de l'amitié vous propose de découvrir le Mayet par une balade.

Mardi 21 Octobre

**RDV 13h30
Centre Social
de la Montagne**



EN NOVEMBRE

Sortie BACK STEP



**Comment
draguer après
50 ans?**

15€ -

Départ Centre Social 20h

**Vendredi
07 Novembre**

Sortie

Intergénérationnelle

Sortie au Château de la Roche, visite guidée immersive.

**- Jeudi 23 Octobre -
- départ 13h30 du Centre Social -**

Inscription - 8€ -

