

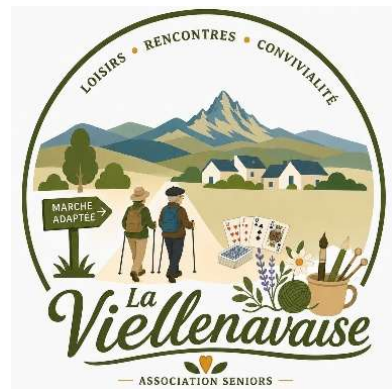
PROGRAMME SEPTEMBRE DECEMBRE 2026

**Les après-midi récréative le 1^{er} jeudi de chaque mois
14h à la maison pour tous**

Goûter – gâteaux confectionnés par les adhérents / adhérentes.,
Boissons offertes par l'association.

- Jeux de société / belote et diverses activités.
- Ateliers créatifs : confection de différents objets.

3 septembre – 1^{er} octobre – 5 novembre – 3 décembre



laviellenavaise@gmail.com

☎ 06 85 82 12 15

OCTOBRE



Animation Bibliothèque - Biblis en folie - Samedi 3 octobre –

10 h à 12 h – Maison pour Tous – Atelier « Lecture et activité créative »

Après l'écoute de plusieurs histoires, laissez libre cours à votre imagination !
Vous réaliserez une création inspirée des albums découverts, en utilisant le dessin ou la peinture.

Semaine bleue du 5 au 11 octobre : « Relions tous les âges dans des territoires engagés ».

Animation le jeudi 8 octobre
Rencontre avec l'école de Casteide-Cami –
précisions à venir.



La Semaine Bleue
À tout âge, ensemble !
Semaine nationale
des retraités et personnes âgées



**Jeudi 22 octobre – 10h
Salle de la maison pour tous
Animation bibliothèque – Atelier d'art et de céramique**

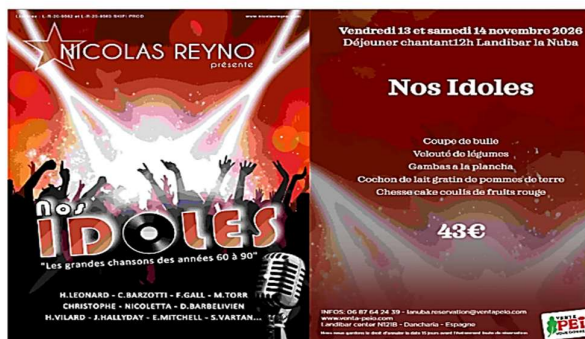
L'école de POUDL'ART – à partir de 8 ans.

Du 26 au 30 octobre : voyage à PARIS – Les chaises de Notre Dame.

Vacances scolaires de la Toussaint

Du samedi 17 octobre après la classe au lundi 2 novembre au matin.

NOVEMBRE



**Samedi 14 novembre : journée à Dancharia –
Matinée shopping.**

12h - Déjeuner chantant au cabaret « les
grandes chansons des années 60 à 90 ».
Participation financière : 60€ (43€ repas + 17€
frais de transport). Acompte de 20€ à
l'inscription avant le 01/10/2026. Plus nous
serons nombreux, le coût du transport pourrait
être revu à la baisse.

DÉCEMBRE



40^e édition du Téléthon organisé à Casteide-Cami



Décoration du village

Faites nous part de vos idées, venez nous aider à décorer le village.

Lundi 21 décembre :
soirée lumineuse et musicale – balade aux flambeaux – vente de décoration.



Vacances scolaires de Noël

Du samedi 19 décembre après la classe au lundi 4 janvier 2027 au matin.

Nouvellement senior, envie de participer à nos activités, n'hésitez pas à nous rejoindre. L'adhésion (15€ cotisation annuelle) vous permet de bénéficier de réductions sur toutes les sorties organisées par LA VIELLENAVAISE, participation aux après-midis récréatives et autres animations, soirées.

ACTIVITÉS PERMANENTES

Marche - Le mardi matin à 9h30 - marche adaptée à chacun / chacune.

Rendez-vous parking de la maison pour tous de Viellenave-d'Arthez.

Activité physique adaptée – Reprise le jeudi 10 septembre - de 9 h. à 10 h 30.

De septembre à début juillet – salle de la maison pour tous de Viellenave-d'Arthez.

Séance d'essai offerte – cours payants.

SAISON 2026 / 2027
EN COLLABORATION AVEC « LA VIELLENAVAISE »

SPORT À VIELLENAVE D'ARTHEZ

DE SEPTEMBRE 2026 À JUILLET 2027* - OUVERT À TOUTES & TOUS

MARDI 19h00	C.A.F. CUISSSES - ABDOS - FESSIERS
MARDI 20h00	PILATES** RENFORCEMENT DOUX & POSTURE
JEUDI 19h30	CIRCUIT TRAINING CARDIO - TONIFICATION

3 SÉANCES D'ESSAI OFFERTES***
VENEZ TESTER QUAND VOUS VOULEZ, SANS ENGAGEMENT

3 COURS AU CHOIX

TARIFS À L'ANNÉE

1 SÉANCE par semaine 250€	2 SÉANCES par semaine 300€	3 SÉANCES par semaine 350€	CARNET 10 séances 100€
--	---	---	-------------------------------------

* Hors vacances scolaires de Noël et d'été.
** Pilates : ouverture du créneau à partir de 12 nouvelles personnes inscrites.
*** Les 3 séances offertes servent à tester les 3 cours différents, quand vous voulez.

TP
CONTACT : THOMAS
06 03 64 97 84

MAISON POUR TOUS DE VIELLENAVE
Chemin Lapassade - 64170 Viellenave d'Arthez

En collaboration avec LA VIELLENAVAISE

Cours de gym CAF et circuit training

Reprise jeudi 27 août.

Nouveau : PILATES

Séance de gymnastique douce qui cible les muscles profonds de la posture, du dos et du ventre.

N'hésitez à venir tester

Première séance gratuite.