

GRAND LOTO

JEUDI 8 OCTOBRE

14h00 – Salle Xéraco

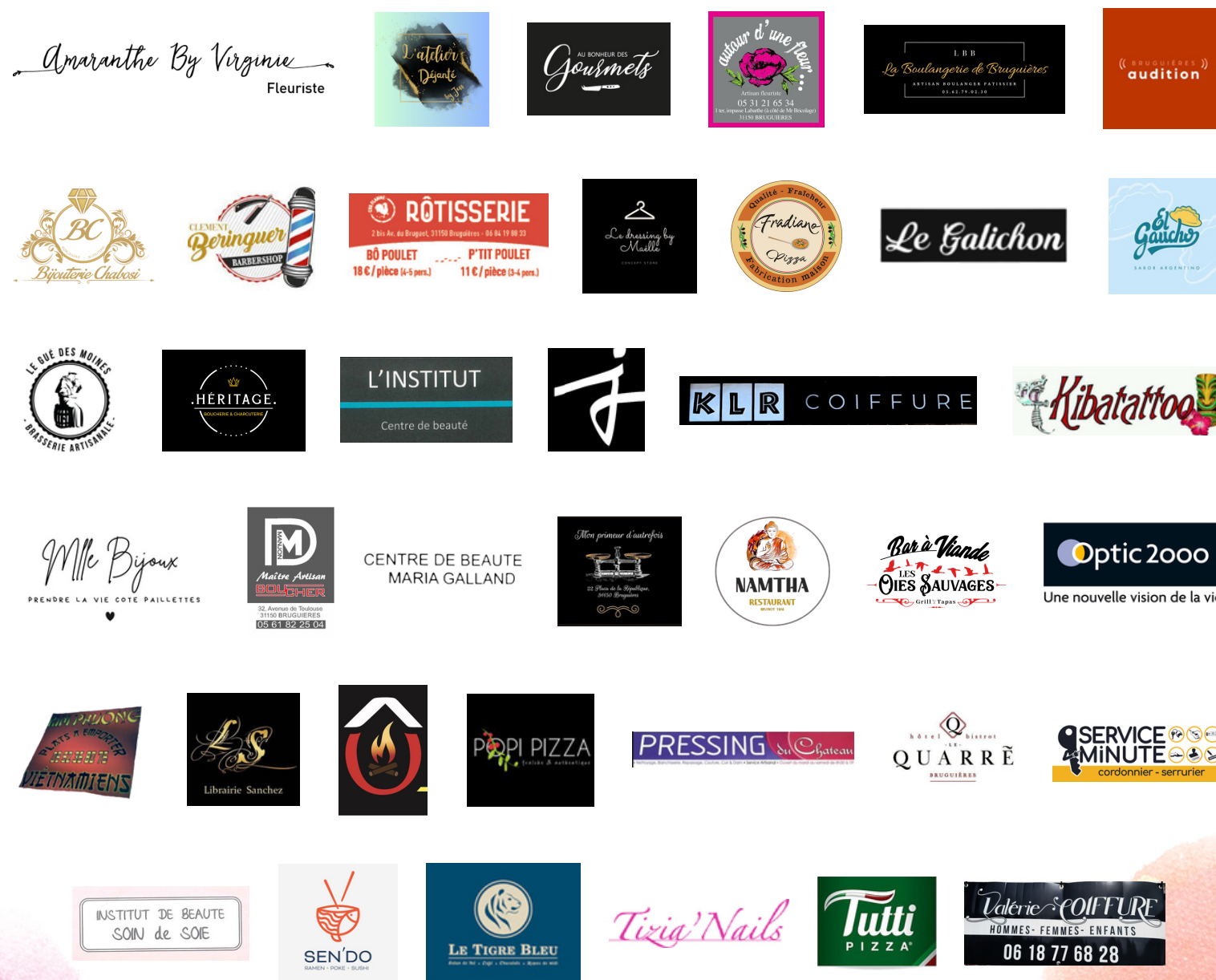
*Lots offerts par les
commerçants de Bruguères*

La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

La semaine Bleue

PROGRAMME D'ANIMATIONS
DU 5 AU 9 OCTOBRE 2026



*Pour tous les
séniors Bruguériens !*



La semaine Bleue...

À l'occasion de la Semaine Bleue, le CCAS de Bruguières propose aux seniors bruguiérois, **qu'ils soient inscrits ou non au CCAS**, un programme d'animations gratuites, organisé en partenariat avec des professionnels et des acteurs locaux.

Les inscriptions sont en cours sur place à la Mairie !

Possibilité d'être transporté aux animations par la navette du CCAS (Renseignements à l'accueil)



Mardi 6 octobre

- **BALADE BUCOLIQUE** autour de Bruguières

🕒 à 9h00
📍 Départ Taverne



- **REPAS AUBERGE ESPAGNOLE**

🕒 à 12h00
📍 Taverne



- **CONFÉRENCE : SÉCURITÉ ROUTIÈRE**

Par la Police Municipale
🕒 à 10h00 📍 à la Taverne

- **L'AUDITION**

Conférence par Audisense
🕒 à 14h00 📍 à la Taverne
Tests auditifs
🕒 à partir de 15h00
prise de rdv tous les 1/2H en Mairie



Mercredi 7 octobre

- **CONFÉRENCE : ÉMOTION STRESS ET DÉPRIME ?**

par Agirc-Arrco

🕒 à 10h00

📍 Taverne



PROJET INTERGÉNÉRATIONNEL AVEC LE CENTRE DE LOISIRS

📍 Ecole des Bruyères

Plus d'info dans notre édition de Septembre !



Jendredi 8 octobre

- **ATELIER QI GONG**

Par le professeur du FJEP

🕒 de 10h00 à 11h00

📍 Salle de danse Pôle culturel
Av. de Toulouse



Vendredi 9 octobre

- **CONFÉRENCE SUR LA VISION**

Par Optic 2000

🕒 9h30 📍 à la Taverne

Contrôle de la vue

🕒 10h30 📍 Optic 2000

prise de rdv tous les 1/4H à la Mairie



- **PROJECTION D'UN FILM**

🕒 à 15h00 📍 à l'Auditorium Pôle Culturel

- **LOTO**

Lots offerts par les commerçants de Bruguières

🕒 à 14h00

📍 Salle Xéraco



- **STAND D'INFO SUR LES DISPOSITIFS : PRÉVOYANCE ET PROTECTION DE LA PERSONNE**

Par le Crédit Agricole

🕒 à 10h30 📍 à la Taverne



À l'occasion de la semaine bleue,
le CCAS de Bruguières propose,
**à tous les seniors Bruguiérois un
programme d'animations gratuites**
en partenariat avec des professionnels et
acteurs locaux. Les inscriptions se font à partir
du 25 août à l'accueil de la mairie ou par
téléphone au 05.62.22.99.33

*Il n'est pas nécessaire d'être adhérent du CCAS
Possibilité d'être transporté aux animations par la navette
(Renseignements à l'accueil)*

Lundi 6 octobre

• BALADE BUCOLIQUE autour de Bruguières

🕒 à 9h00
📍 Départ Taverne



• SOPHROLOGIE (SOPHRO 7 SENS)

Laetitia FAUCHER
🕒 à 14h00
📍 à la Taverne



Mardi 7 octobre

• L'AUDITION

Conférence par Victoria CIOBANU

🕒 à 10h00 📍 à la Taverne

Tests auditifs

📍 au magasin Bruguières Audition,
place de la République

🕒 De 11h15 à 12h30 / 13h30 à 18h
Prise de rdv tous les 1/2H en Mairie



• RÉFLÉXOLOGIE

Par Mélina GERMAIN
🕒 de 14h30 à 16h30 prise de
rdv toutes les 25 min à la Mairie
📍 à la Taverne



Mercredi 8 octobre

ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES AVEC LE CENTRE DE LOISIRS

📍 Ecole des Bruyères

🕒 Après-midi :

- Découverte jeux de société
- Scrapbooking
- Cuisine



🕒 Matin :

- Marche nordique
- Couture
- Cuisine
- Lecture contée
- Atelier d'artiste Peinture
- Jardinage

Jendredi 9 octobre

• CONFÉRENCE : LES RÉFLEXES EN VOITURE

Par la Gendarmerie Mobile

🕒 à 10h00 📍 à la Taverne

• STAND D'INFO SUR LES DISPOSITIFS : PRÉVOYANCE ET PROTECTION DE LA PERSONNE

Par le Crédit Agricole

🕒 à 13h15 📍 Salle Xeraco



• LOTO

Lots offerts par les
commerçants de Bruguières

🕒 à 14h00

📍 Salle Xéraco

Plus d'infos au verso



Vendredi 10 octobre

• CONFÉRENCE : PRÉVENTION DES CHUTES

Par le Dr. Delage - Agirc-Arrco

🕒 à 10h00
📍 à la Taverne



• PROJECTION D'UN FILM : LE DISCOURS D'UN ROI.

🕒 à 15h00 📍 à l'Auditorium Pôle Culturel



GRAND LOTO

JEUDI 8 OCTOBRE

14h00 – Salle Xéraco

*Lots offerts par les
commerçants de Bruguières*

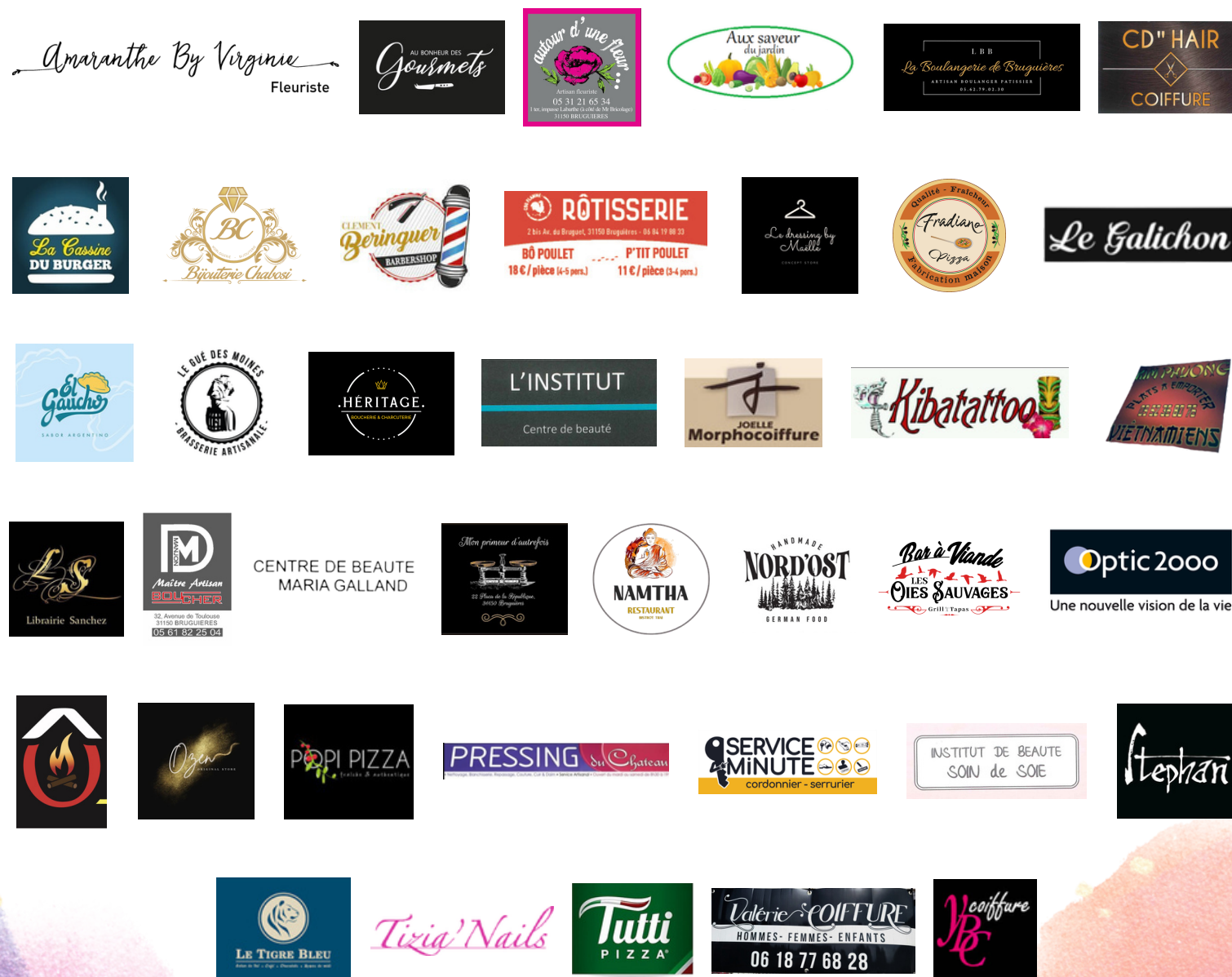
La
Semaine
Bleue
À tout âge, ensemble !

Semaine Nationale
des retraités et
personnes âgées

PROGRAMME D'ANIMATIONS

DU 5 AU 9 OCTOBRE 2026

*Pour tous les
séniors Bruguiérois !*



VIEILLIR
UNE FORCE
À PARTAGER

