

ACTIVITÉS SÉNIORS

PLANNING DES ACTIVITÉS



Communauté
de Communes
du Périgord
Ribéracois

Infos et réservation au 07.89.52.58.46
Service à la population - Actions séniors

PLANNING DES ACTIVITÉS SÉNIORS

MARDI
1 ER
OCT

15H00 : CINÉMA À RIBÉRAC

MERCREDI
2
OCT

10H30 TRANSHUMANCE RIBÉRAC-VILLETUREIX

Projet d'écopastoralisme déployé sur le territoire de la CCPR. Départ à 10h30 des 300 Brebis et 100 agneaux de l'agro verger de Ribérac (sous les vignes) vers l'agro verger de Villeteureix (Les Rebeyrolles). Le trajet sera d'environ 2 Kms.

À PARTIR
DU
3 OCT

« SÉNIORS, A NOUS LA FORME » TOUS LES JEUDIS MATIN À VILLETUREIX

Vous avez plus de 60 ans. Vous souhaitez bouger, découvrir, pratiquer, essayer des activités physiques diverses à travers des ateliers ludiques et adaptés ?

Rendez-vous tous les jeudis matins (sauf vacances scolaires) de 9h à 12h à la plaine des sports de Villeteureix pour découvrir et pratiquer gratuitement sur votre territoire, une offre élargie d'activités physiques et sportives adaptées et diversifiées.

Certificat médical obligatoire

Renseignements auprès du conseil départemental de la Dordogne au 06 30 95 03 75 ou à la communauté de communes du Périgord Ribéracois (documentation disponible) au 07 89 52 58 46

Inscription en ligne : <https://demarches.dordogne.fr/cd/seniors-forme/>

MARDI
8
OCT

ATELIER COUTURE AU VILLAGE DE BEAUCLAIR À DOUCHAPT À 14H

Dans le cadre du développement durable, la Communauté de Communes souhaite diminuer les déchets dans les écoles du territoire et remplacer le papier par des serviettes éponges pour le lavage des mains des enfants. Ces petits carrés seront à usage unique et seront lavés après chaque utilisation. Nous avons donc grand besoin de votre aide pour confectionner ces petites serviettes. Alors tous à vos machines et aiguilles !

**MARDI
22
OCT**

CAFÉ DES SÉNIORS « LA VIE AFFECTIVE ET LA CONSCIENCE DE SOI », ANIMÉ PAR PROMOTION SANTÉ NOUVELLE-AQUITAINE ET ORGANISÉ PAR CASSIOPEA

« Un rendez-vous pour échanger, partager, s'informer autour d'un café »

Rendez-vous à la médiathèque de Ribérac, 13 place du Général de Gaulle, de 14h30 à 16h30

(Places limitées)

Réservation et renseignements au 05 53 53 20 40

**VENDREDI
25
OCT**

SPECTACLE DE NADAU AU PALIO À BOULAZAC À 20H30, GROUPE MYTHIQUE OCCITANISTE.

Les airs de NADAU s'envolent, légers, puis s'enracinent dans nos cœurs, faisant germer souvenirs et espérance. NADAU conjugue avec bonheur, guitare, violon et cornemuse et c'est par une explosion de sons en crescendo qu'il conclue sa prestation. A coup sur une composition brillante qui vous donnera le frisson.

(Places limitées à 48 personnes)

Prix de la sortie : 38 euros par personne (paiement par chèque ou espèce).

Réservation obligatoire avant le 10 octobre

Départ en bus de Ribérac. Rendez-vous sur le parking à côté de la salle polyvalente à 18h30.

**MARDI
5
NOV**

CINÉMA À RIBÉRAC À 15H

**SAMEDI
16
NOV**

SPECTACLE DE THÉÂTRE « LA CAGE AUX FOLLES » À L'ISLE-D'ESPAGNAC À 20H30

Le retour très attendu sur les planches du chef-d'œuvre de Jean Poiret. Immanquable !

(Places limitées à 48 personnes)

Prix de la sortie : 21 euros par personne (paiement par chèque ou espèce). Réservation obligatoire

Départ en bus de Ribérac. Rendez-vous sur le parking à côté de la salle polyvalente à 18h30.

**MARDI
19
NOV**

ATELIER COUTURE AU VILLAGE DE BEAUCLAIR À DOUCHAPT À 14H

Dans le cadre du développement durable, la Communauté de Communes souhaite diminuer les déchets dans les écoles du territoire et remplacer le papier par des serviettes éponges pour le lavage des mains des enfants. Ces petits carrés seront à usage unique et seront lavés après chaque utilisation
Nous avons donc grand besoin de votre aide pour confectionner ces petites serviettes. Alors tous à vos machines et aiguilles !

**MARDI
26
NOV**

CAFÉ DES SÉNIORS « LES PLANTES S'INVITENT AU CAFÉ DES SÉNIORS », ANIMÉ PAR UN HERBORISTE ET ORGANISÉ PAR CASSIOPEA

« Un rendez-vous pour échanger, partager, s'informer autour d'un café »

Rendez-vous à la médiathèque de Ribérac, 13 place du Général de Gaulle, de 14h30 à 16h30

(Places limitées)

Réservation et renseignements au 05 53 53 20 40

**MARDI
3
DEC**

CINÉMA À RIBÉRAC À 15H

**JEUDI
5
DEC**

ATELIER COUTURE AU VILLAGE DE BEAUCLAIR À DOUCHAPT À 14H

Dans le cadre du développement durable, la Communauté de Communes souhaite diminuer les déchets dans les écoles du territoire et remplacer le papier par des serviettes éponges pour le lavage des mains des enfants. Ces petits carrés seront à usage unique et seront lavés après chaque utilisation
Nous avons donc grand besoin de votre aide pour confectionner ces petites serviettes. Alors tous à vos machines et aiguilles !

**MARDI
10
DEC**

MARCHÉ DE NOËL À SARLAT

Une escapade animée et dépayssante autour de ses chalets. Cette année, nous nous retrouverons autour du thème de l'Italie + visite guidée « Noyeraie du Lander » l'après-midi : Suivez le guide et prenez part au voyage que parcourt la noix pour arriver dans votre assiette.

Le repas du midi sera libre !

(Places limitées à 55 personnes)

Prix de la sortie : 5 euros par personne (paiement par chèque ou espèce). Réservation obligatoire

Départ en bus de Ribérac. Rendez-vous sur le parking à côté de la salle polyvalente à 8h.

**MARDI
17
DEC**

CAFÉ DES SÉNIORS « LECTURE DE CONTES FILE LA LAINE ET COURT MON HISTOIRE » ORGANISÉ PAR CASSIOPEA

« Un rendez-vous pour échanger, partager, s'informer autour d'un café »

Rendez-vous à la médiathèque de Ribérac, 13 place du Général de Gaulle, de 14h30 à 16h30

(Places limitées)

Réservation et renseignements au 05 53 53 20 40



Attention : pour faciliter l'organisation de toutes les animations proposées, l'inscription est obligatoire auprès de Sophie. Pour vous inscrire ou tout simplement avoir plus d'informations, merci de contacter :

**Sophie BOSSARD : responsable actions séniors CCPR :
07 89 52 58 46 / s.bossard@ccpr24.fr**

PRÉVENTION • SANTÉ • ANIMATION • SPORT



SENIORS

la nous

forme

GRATUIT

+60 ANS

Un dispositif du Conseil départemental
DORDOGNE-PÉRIGORD
Activités physiques adaptées et ateliers de prévention santé



Du 30 septembre 2024 au 13 juin 2025

**À VILLETUREIX, TOUS LES JEUDIS MATIN
À PARTIR DU 03/10/2024
DE 9H À 12H À LA SALLE DES FÊTES
RÉFÉRENT : GILLES BELIERES 06 30 95 03 75**

LIEUX HORAIRES ET DATES DE REPRISE :

Lundi matin **30/09/2024**

SAINT-JORY-LAS-BLOUX

9h-12h à la salle des fêtes

Référent : Georges DESTRIKATS

06 89 72 43 17

g.destribats@dordogne.fr

Lundi matin **30/09/2024**

SAINT-PIERRE DE CHIGNAC

9h-12h Gymnase intercommunal

Référent : Rachid KERKRI

06 30 96 10 72

r.kerkri@dordogne.fr

Lundi après-midi **30/09/2024**

THENON / LE LARDIN ST-LAZARE

13h45-16h à la salle polyvalente
de Thenon

Référent : Gilles BELIERES

06 30 95 03 75

g.belieres@dordogne.fr

Lundi après-midi **30/09/2024**

JUMILHAC-LE-GRAND

13h45-16h à la salle de la Pépîte

Référent : Geoffrey ABRIAT

07 88 21 43 27

g.abriat@dordogne.fr

Mardi matin **01/10/2024**

DAGLAN

9h-12h à la salle polyvalente

Référent : Benoît ARVOUET

07 88 21 43 27

b.arvouet@dordogne.fr

Mardi matin **01/10/2024**

SAINT-AULAYE - PUYMANGOU

9h-12h à la maison des associations

Référent : Gilles BELIERES

06 30 95 03 75

g.belieres@dordogne.fr

Mardi matin **01/10/2024**

LUSSAS-ET-NONTRONNEAU

9h-12h à la salle polyvalente

Référent : Georges DESTRIKATS

06 89 72 43 17

g.destribats@dordogne.fr

Mardi matin **01/10/2024**

SAINT-LÉON-SUR-L'ISLE

9h-12h à la salle des fêtes
de Montrem

Référent : Rachid KERKRI

06 30 96 10 72

r.kerkri@dordogne.fr

Mardi matin **01/10/2024**

SAINT-JULIEN-DE-LAMPON

9h-12h à la salle polyvalente

Référent : Charly DESSOLAS

07 87 15 39 40

c.dessolas@dordogne.fr

Jeudi matin **03/10/2024**

PRIGONRIEUX

9h-12h au gymnase

Référent : Céline DUBOS

06 30 95 67 36

c.dubos@dordogne.fr

Jeudi matin **03/10/2024**

SAINT-CYPRIEN

9h-12h à la salle polyvalente

Référent : Benoît ARVOUET

07 88 21 43 27

b.arvouet@dordogne.fr

Jeudi matin **03/10/2024**

VILLETUREIX

9h-12h à la salle des fêtes

Référent : Gilles BELIERES

06 30 95 03 75

g.belieres@dordogne.fr

Vendredi matin **04/10/2024**

VILLEFRANCHE-DE-LONCHAT

9h-12h au gymnase

Référent : Geoffrey ABRIAT

07 88 21 43 27

g.abriat@dordogne.fr



→ 9h Accueil

→ 9h30-10h30 Activités

→ 10h30-10h45 Pause

→ 10h45-12h Activités

lien d'inscription :

<https://demarches.dordogne.fr/cd/seniors-forme/>

ou par courrier : Conseil départemental de la Dordogne

Direction des sports

2, rue Paul-Louis Courier - CS11200

24019 Périgueux cedex

Téléphone : 05 53 02 02 80 - Mél. : cd24.sport@dordogne.fr