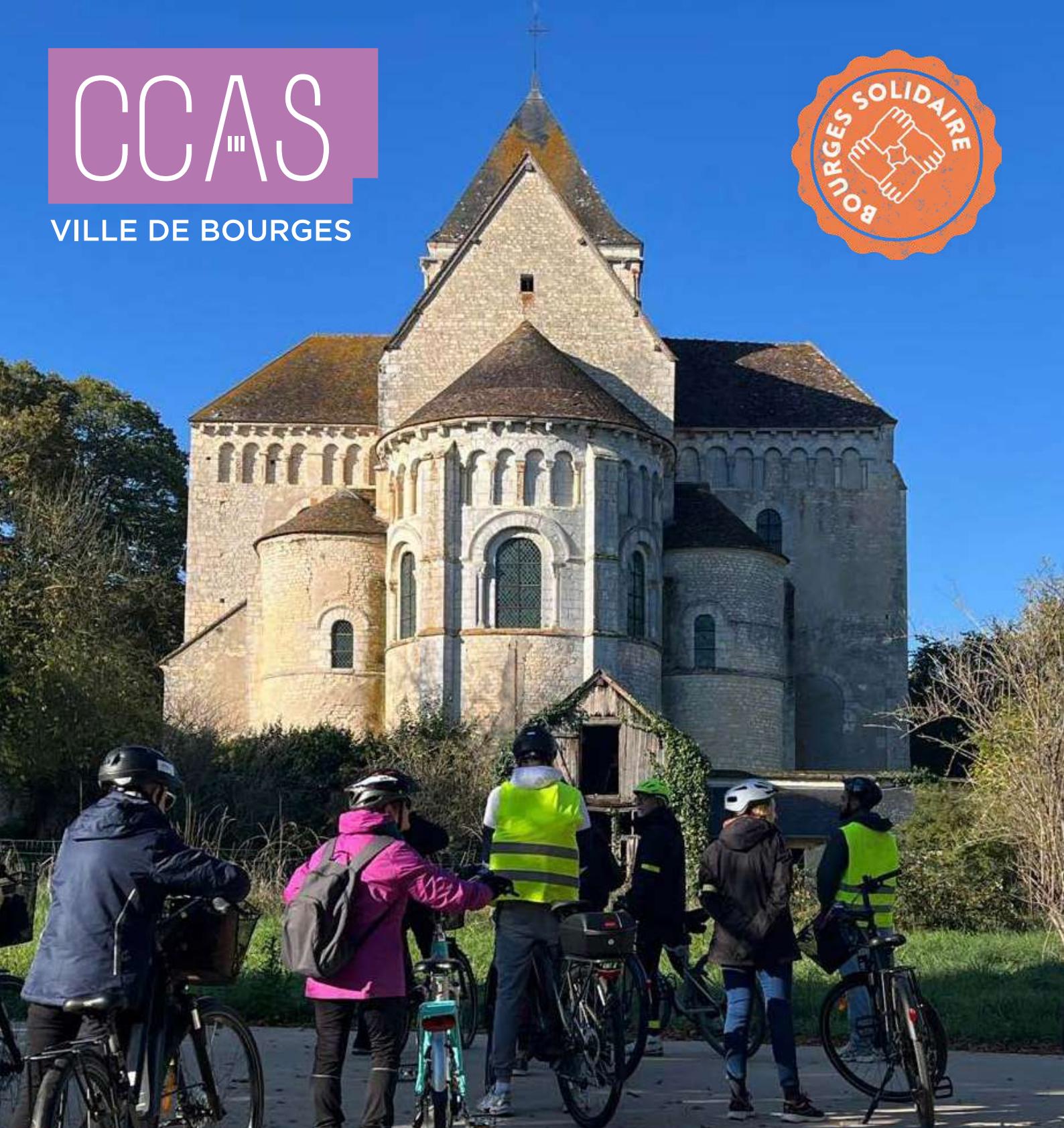




VILLE DE BOURGES



## PROGRAMME D'ANIMATIONS POUR LES SÉNIORS BERRUYERS JANVIER-JUIN 2026

Inscriptions à partir du jeudi 8 janvier



CAP SUR  
**2028** BOURGES  
CAPITALE  
EUROPÉENNE  
DE LA CULTURE

AGENDA 21  
de la longévité





## ÉDITO

La nouvelle année est arrivée.

Il est donc temps de retrouver la programmation concoctée par le Centre Communal d'Action Sociale de la Ville de Bourges pour ce premier semestre 2026.

Des rendez-vous nombreux au plus proche de chez vous. La programmation allie activités culturelles, sportives, numériques, intergénérationnelles participatives sans oublier les sorties que vous affectionnez tant.

L'équipe amorce la rédaction de son projet de service. Votre participation aux réunions thématiques permettra de définir des orientations à l'image de vos besoins et envies.

Enfin, il est encore temps d'apporter votre contribution aux équipes de bénévoles déjà constituées pour prévenir l'isolement de nos aîné(e)s, soutenir les événements organisés par l'équipe d'animation.

Je suis certain que ces nombreux rendez-vous vous permettront de belles découvertes et rencontres.

**Yann Galut**  
Maire de Bourges  
Président duCCAS

## ORGANISATION DES INSCRIPTIONS

Toutes les activités sont proposées aux séniors Berruyers âgés de plus de 60 ans.

Elles sont encadrées par des animateurs diplômés.

Le nombre de places étant limité, l'inscription est obligatoire.

**LES INSCRIPTIONS  
DÉBUTERONT À PARTIR  
DU JEUDI 8 JANVIER DÈS 9H.**

**Un seul numéro pour se renseigner et s'inscrire :  
02.46.08.11.43.**

Les activités sont susceptibles d'être modifiées ou annulées en fonction des conditions météorologiques et ou d'un nombre d'inscrits insuffisant.



# LES ACTIVITÉS SPORTIVES



Des pas en musique

ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
<b>JEUX D'ÉQUILIBRE</b>	Venez découvrir le parcours équilibre séniors installé à la Trouée Verte. Vous travaillez et améliorerez votre équilibre en toute sécurité grâce à plusieurs exercices et parcours de motricité.	<b>Les mardis :</b> <b>20 janvier - 3 février</b> <b>17 mars - 7 avril</b> <b>5 mai - 2 juin</b> de 15h à 16h Trouée verte
<b>VÉLO TWINNER</b>	Nous vous proposons de partager une escapade à bord d'un twinner. Ce vélo à assistance électrique permet de se déplacer en toute sécurité où seul le conducteur pédale pendant que le deuxième profite de la promenade.	<b>Les mardis :</b> <b>28 avril - 12 mai</b> de 14h30 à 16h30 Départ de la résidence Jacqueline Auriol
<b>DES PAS EN MUSIQUE</b>	Venez vous initier à un cours rythmé en musique et travailler l'équilibre, la coordination, le cardio et la mémoire (pour tout public).	<b>Mercredi 28 janvier</b> <b>de 10h à 11h</b> Centre social Ghada Hatem-Gantzer <b>Mercredi 11 février</b> <b>de 10h à 11h</b> Centre social Rosa Parks <b>Les mercredis :</b> <b>4 mars - 29 avril</b> <b>27 mai - 24 juin</b> de 10h à 11h Place Cujas

## ACTIVITÉ MARCHE - 3 niveaux de parcours sont proposés :

- la promenade à petits pas est accessible à tous
- la balade est le niveau intermédiaire
- la marche nécessite une bonne condition physique

Choisissez le parcours qui vous correspond le mieux.  
Un transport en minibus est possible pour l'ensemble des parcours.

ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
<b>PROMENADE À PETITS PAS</b>  	<p><b>NOUVEAU</b></p> <p>Cette promenade accessible est conçue pour les personnes ayant des difficultés à se déplacer. Le parcours est plat, sécurisé et ponctué de zones de repos pour marcher à son rythme. Calme et agréable, il permet de profiter d'un moment en plein air en toute sérénité.</p>	<b>Vendredi 16 janvier de 10h à 12h</b> Prés Fichaux <b>Vendredi 27 février de 10h à 12h</b> Jardin de l'Archevêché <b>Vendredi 13 mars de 10h à 12h</b> Parc Paysager des Gibjons <b>Vendredi 24 avril de 10h à 12h</b> Jardin Edouard André <b>Vendredi 29 mai de 10h à 12h</b> Etang de l'Épinière à Saint-Doulchard <b>Vendredi 12 juin de 10h à 12h</b> Plage du lac d'Auron
<b>BALADE</b>  	<p>Marchez en groupe et partagez une sortie conviviale. Environ 5 kilomètres sont parcourus durant ces promenades. Activité physique modérée.</p>	<b>Lundi 26 janvier de 9h30 à 12h</b> Marais de Bourges <b>Lundi 9 février de 9h30 à 12h</b> Domaine de Varye <b>Lundi 9 mars de 9h30 à 12h</b> Autour du Golf de Bourges <b>Lundi 20 avril de 9h30 à 12h</b> Sentes d'Asnières <b>Lundi 4 mai de 9h30 à 12h</b> Viaduc de Saint-Florent-sur-Cher <b>Lundi 15 juin de 9h30 à 12h</b> Forêt d'Allogny

## MARCHE



Cette activité collective nécessite une bonne condition physique. Environ 8 kilomètres sont parcourus durant ces marches.

**Mercredi 14 janvier de 9h30 à 12h**  
Bourges Nord : CREPS  
**Mercredi 4 février de 9h30 à 12h**  
Etang de l'Epinière à Saint-Doulchard  
**Mercredi 11 mars de 9h30 à 12h**  
Fussy  
**Mercredi 8 avril de 9h30 à 12h**  
Saint-Georges-sur-Moulon  
**Mercredi 13 mai de 9h30 à 12h**  
Etang de la Sablette  
Saint-Germain-du-Puy  
**Mercredi 3 juin de 9h30 à 12h**  
Civray

Venez découvrir en partenariat avec le service des sports de la ville de Bourges, les clubs et associations Berruyères de nouvelles disciplines sportives :

ACTIVITÉ	DATES	HORAIRES ET LIEUX
FOOT EN MARCHANT	<b>Mardi 13 janvier</b> <b>Mardi 24 mars</b> <b>Mardi 5 mai</b>	<b>De 11h à 12h</b> Gymnase d'Asnières Rue Pierre et Jeanne Boiteau
VOLLEY FITNESS	<b>Mardi 20 janvier</b> <b>Mardi 17 mars</b> <b>Mardi 12 mai</b>	<b>De 17h à 18h</b> Gymnase Léo Lagrange Rue du 1 <sup>er</sup> régiment d'Artillerie
TIR À LA CIBLE	<b>Mardi 10 février</b> <b>Mardi 28 avril</b>	<b>16h15 à 17h15</b> Complexe Pierre de Coubertin Avenue du 11 novembre 1918
BASKET	<b>Mercredi 25 mars</b> <b>Mercredi 17 juin</b>	<b>De 16h45 à 17h45</b> Gymnase Léo Lagrange Rue du 1 <sup>er</sup> régiment d'Artillerie



## LES ACTIONS DE PRÉVENTION

L'association Victorine vous propose de participer à son atelier Parcours consacré à la prévention des chutes. Le programme est animé par une psychomotricienne, un ergothérapeute, et une enseignante en activité physique adaptée.

ACTIVITÉ	DATES	HORAIRES & LIEUX
AMÉNAGER SON DOMICILE ET ADOPTER DES GESTES AU QUOTIDIEN	<b>Les mercredis :</b> 25 février, 4 mars, 11 mars et 18 mars	<b>De 14h à 16h</b> Hôtel de ville
MIEUX PRENDRE CONSCIENCE DE SA MOBILITÉ, ÉVALUER SON ÉQUILIBRE, APPRENDRE À SE RELEVER DU SOL ET ENCOURAGER LES ACTIVITÉS PHYSIQUES	<b>Les jeudis :</b> 21 mai, 28 mai, 4 juin, 11 juin	<b>De 10h à 12h</b> Hôtel de ville

ACTIVITÉ	DATES	HORAIRES & LIEUX
JE PRENDS SOIN DE MA SANTÉ. Venez découvrir l'application de prévention ICOPE utile à votre santé et réaliser des autodiagnostic.	<b>Jeudi 19 mars</b>	<b>De 10h à 12h</b> Hôtel de ville



## LES ACTIONS PARTICIPATIVES

Aide à la préparation des plaquettes

ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
J'AIDE L'ÉQUIPE ANIMATION	Les projets sont nombreux tout au long de l'année. Alors si vous avez envie de venir nous donner un petit coup de main, cette réunion sera l'occasion de vous expliquer les actions mises en place (aide aux événements...).	<b>Vendredi 6 février de 14h à 16h</b> Hôtel de ville
LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT	<p>Vous souhaitez donner un peu de votre temps à destination des seniors isolés en intégrant éventuellement les équipes de lutte contre l'isolement ?</p> <p>Mais avant tout, vous souhaitez des informations. Nous vous convions à une présentation des différentes actions proposées : appels de courtoisie, accompagnement de petites marches...</p>	<b>Jeudi 26 mars</b> <b>Vendredi 22 mai de 9h30 à 11h30</b> Hôtel de ville



## VOTRE AVIS NOUS INTÉRESSE

L'équipe s'engage dans l'élaboration de son premier projet de service. Il s'agit d'un document qui définit les priorités et les actions concrètes que le service Animation mènera durant les 5 années à venir.

Suite à la diffusion d'enquêtes auprès des habitants et de temps d'échanges lors de réunions participatives, **10 grands thèmes sont ressortis**.

Afin de définir les grandes orientations dans chaque thématique, nous vous invitons à venir échanger autour :

THÉMATIQUES ABORDÉES	DATE ET LIEU DE LA RENCONTRE
<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Le bénévolat</li><li>&gt; Les activités sportives</li><li>&gt; Le vivre-ensemble</li><li>&gt; La mobilité</li><li>&gt; Les activités, le lien intergénérationnel</li></ul>	<p><b>Vendredi 5 juin de 14h à 17h</b> Espace Monmarteau</p>
<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; La prévention de l'isolement</li><li>&gt; Les activités numériques</li><li>&gt; La culture, Bourges 2028</li><li>&gt; Les actions de prévention</li><li>&gt; La participation de l'habitant, la communication dans le service Animation</li></ul>	<p><b>Vendredi 12 juin de 14h à 17h</b> Centre Social Rosa Parks</p>



Le transport en minibus est possible.

PARCE QUE VOTRE AVIS EST ESSENTIEL POUR PROPOSER DES ACTIONS QUI RÉPONDENT À VOS BESOINS, NOUS COMPTONS SUR VOTRE PRÉSENCE.



# LES ACTIVITÉS CULTURELLES ET DÉCOUVERTES



ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
<b>CONFÉRENCE "SON ET ART CONTEMPORAIN"</b> 	Conférence par Delphine BORDAT, professeur d'histoire et d'art au lycée Alain Fournier. Venez retracer l'histoire de l'insertion du son dans les arts visuels jusqu'à nos jours en se focalisant sur les relations qu'entretient l'auditeur-spectateur face à une œuvre d'art sonore.	<b>Mercredi 14 janvier de 18h30 à 19h45</b> Auditorium Corinne Dadat 34, rue Henri Sellier
<b>ATELIER D'ÉCRITURE</b>	L'atelier d'écriture O' rendez-vous des mots ouvre ses portes le temps d'une matinée. Venez écouter, partager et écrire ensemble.	<b>Mercredi 21 Janvier de 10h à 12h</b> Centre social Rosa Parks
<b>VISITE DE L'HÔTEL DE VILLE</b>	Venez participer à une visite guidée de l'Hôtel de Ville. Monsieur le Maire répondra à vos différentes questions durant un temps d'échanges.	<b>Mardi 27 janvier de 9h à 11h15</b> Hôtel de ville
<b>DICTÉE</b>	Un rendez-vous incontournable pour les amoureux des mots de la langue française.	<b>Les jeudis 29 janvier et 21 mai De 14h30 à 16h</b> Hôtel de ville

ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
L'ART DE LA POTERIE	<p>Venez découvrir l'art de la poterie au travers de 3 propositions :</p> <p><b>1- Conférence autour de la poterie</b> Assistez à une présentation des différentes étapes de réalisation d'un objet en argile ainsi que des explications sur les différents types de terre existants.</p> <p><b>2- Visite de l'entreprise «Les terres Baillet - terre des arts»</b> située à Mehun-sur-Yèvre</p>  <p><b>3- Atelier initiation à la poterie</b> Vous apprendrez à modeler l'argile et à réaliser un petit objet décoratif sans cuisson, grâce à une terre autodurcissante.</p>	<p><b>1-</b> <b>Vendredi 30 janvier de 10h à 12h</b> Hôtel de Ville</p> <p><b>2-</b> <b>Vendredi 6 mars ou vendredi 27 mars de 9h à 10h30 ou de 10h30 à 12h</b> ZA du paradis rue des Terres Rouges Mehun-sur-Yèvre</p> <p><b>3-</b> <b>Lundi 30 mars de 14h à 16h</b> Centre social Rosa Parks <b>ou vendredi 3 avril de 10h à 12h</b> Centre social Ghada Hatem-Gantzer</p>
LES PIGEONS DU SIÈGE DE PARIS 1870-1871	<p>Venez découvrir comment était réalisée la distribution du courrier durant la guerre franco-prussienne (ballons montés).</p> <p>Animé par le Cercle Philatélique de Bourges</p>	<p><b>Vendredi 6 février de 10h à 12h</b> Hôtel de ville</p>
LECTURE THÉÂTRALISÉE	<p>L'association Paroles Publiques vous propose deux lectures théâtralisées sur la période à venir :</p> <p>1- Lecture théâtralisée et musicale, d'après un collectage de paroles auprès de l'Harmonie Fanfare de Chauvigny.</p> <p>2- Une lecture théâtralisée autour de George Sand et Flaubert : une amitié féconde.</p>	<p><b>1- Lundi 16 mars</b> Résidence Simone de Beauvoir</p> <p><b>2- Lundi 1<sup>er</sup> juin</b> Résidence Jacqueline Auriol</p> <p><b>De 14h30 à 16h</b></p>

ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
ET SI ON JOUAIT ENSEMBLE ?	Les ludothèques de la ville de Bourges vous proposent de vous initier à de nouveaux jeux de société.	<b>Mardi 3 mars</b> <b>Mardi 12 mai</b> Résidence Jacqueline Auriol <b>Vendredi 20 mars</b> <b>Mardi 5 mai</b> Résidence Simone de Beauvoir <b>De 14h30 à 16h</b>
VISITE VIRTUELLE DU PALAIS DE L'ÉLYSÉE	Explorez le palais de l'Elysée avec une visite interactive et ludique qui vous permettra de découvrir les salons, les œuvres d'art et les anecdotes qui font l'histoire du lieu.	<b>Mercredi 25 mars</b> <b>de 10h à 12h</b> Centre social Rosa Parks
LES GRANDS MAGASINS À LA BELLE ÉPOQUE	Des Nouvelles Galeries à Aubrun en passant par les Dames de France, une visite pour apprêhender les évolutions sociales et économiques des XIX <sup>e</sup> et XX <sup>e</sup> siècles. Une découverte des grands magasins de la ville de Bourges. Animé par le service du patrimoine. Déambulation dans le centre-ville avec une station debout (pas de possibilité de s'asseoir).	<b>Vendredi 10 avril</b> <b>de 10h à 12h</b> Rendez-vous devant l'office du tourisme Rue Simone Veil
EXPOSITION SUR LES ARTS TEXTILES	Venez découvrir un panorama des pratiques textiles historiques et contemporaines de l'École nationale supérieure des beaux-arts de Bourges et de l'École européenne supérieure d'art de Bretagne-site de Quimper.	<b>Vendredi 22 mai</b> <b>de 10h à 12h</b> Antre peaux 24-26 route de la Chapelle
LE BESTIAIRE DE LA CATHÉDRALE SAINT-ETIENNE	Partez en compagnie du Muséum d'Histoire Naturelle et du service patrimoine de la ville de Bourges, à la rencontre du bestiaire de la cathédrale Saint-Etienne. Activité avec station debout.	<b>Vendredi 29 mai</b> <b>de 10h à 12h</b> Rendez-vous devant l'office du tourisme Rue Simone Veil
LECTURE PIANO AUTOUR DE GEORGE SAND	Venez partager une audition lecture autour de George Sand.	<b>Mercredi 3 juin à 15h</b> Auditorium Corinne Dadat 34, rue Henri Sellier



## LES ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES

ACTIVITÉ	DESCRIPTIF	INFORMATIONS PRATIQUES
<b>RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE</b> 	Venez partager un moment convivial avec les enfants des écoles : Joséphine Baker, Cour Chertier et Maryse Bastié.	<b>Lundi 12 janvier &amp; 27 avril</b> Turly  <b>Lundi 2 février &amp; 18 mai</b> Centre-Ville  <b>Lundi 9 mars &amp; 15 juin</b> Aéroport  <b>De 14h à 16h</b>



## SORTIES, CONVIVIALITÉS

Restaurant la mère poule

\* et \*\* : vous ne pouvez choisir que 2 sorties restaurant\* sur les 4 proposées et 1 sortie découverte\*\* sur les 2 proposées afin que le maximum de personnes puisse en bénéficier.

DATE	DESCRIPTIF & INFORMATIONS PRATIQUES
MARDI 17 FÉVRIER 	<b>APRÈS-MIDI PAPOT'ÂGES</b> Venez papoter, faire de nouvelles connaissances le temps d'un après-midi convivial. <b>Tarif : consommation au choix - Possibilité de transport (5€)</b>
JEUDI 19 FÉVRIER 	<b>SORTIE AU RESTAURANT*</b> Venez partager un moment convivial autour d'un repas au restaurant <b>La Table de Bourges</b> . <b>Tarif : prévoir 20€ - Possibilité de transport (5€)</b>
JEUDI 26 FÉVRIER 	<b>APRÈS-MIDI AU BAR À JEUX : « LA TOUR DE JEU - LES COULEURS DU JEU » (à partir de 17h)</b> Sortie conviviale où vous pourrez découvrir des jeux de société, les fléchettes, le billard... <b>Tarif : 1,80€ + une consommation pour accéder à la ludothèque - Possibilité de transport : 5€</b>
VENDREDI 6 MARS 	<b>SORTIE AU RESTAURANT*</b> Venez partager un moment convivial en soirée autour d'un repas au restaurant Gambas Royale puis karaoké. Sortez les paillettes. <b>Tarif : prévoir 28€ (buffet à volonté, boisson non comprise) - Possibilité de transport (5€)</b>

<b>MARDI 24 MARS</b> 	<b>SORTIE AU BASKET : MATCH DES TANGO À 20H</b> Venez soutenir nos joueuses du Tango Bourges Basket lors du match les opposant à Charnay. <b>Tarif : 10€ - Possibilité de transport (5€)</b>
<b>JEUDI 26 MARS</b> 	<b>APRÈS-MIDI DANSANT</b> Le CCAS vous donne rendez-vous au Wake-Up situé au Prado pour un après-midi festif de danses et de bonne humeur (de 14h à 17h30). Venez vibrer au rythme endiablé de notre après-midi dansant spécial Carnaval ! Enfilez vos plus beaux atous, car une surprise étincelante attend chaque personne déguisée. <b>Tarif d'entrée : 10€ avec une consommation offerte (café, thé, soft ou bière). Possibilité de transport (5€)</b>
<b>MERCREDI 8 AVRIL</b> 	<b>CONCERT DES ORCHESTRES</b> Le conservatoire de Bourges vous invite au concert des orchestres à l'Auditorium (17h). <b>Concert gratuit – possibilité de transport (5€)</b>
<b>JEUDI 16 AVRIL</b> 	<b>SORTIE AU RESTAURANT*</b> Venez partager un moment convivial autour d'un repas au restaurant Le National. <b>Tarif : prévoir 20€ - Possibilité de transport (5€)</b>
<b>MERCREDI 22 AVRIL</b> 	<b>APRÈS-MIDI AU CENTRE AQUALUDIQUE BALNÉOR À SAINT-AMAND-MONTROND</b> Nage sportive, baignade tranquille, balnéo-détente ou papotage, tout est envisageable. <b>Tarif : entrée pour l'accès piscine 6,90€ ; 18€ pour l'accès détente – Possibilité de transport (12€)</b>
<b>JEUDI 23 AVRIL OU VENDREDI 24 AVRIL</b> 	<b>SORTIE D'UNE JOURNÉE AU CHÂTEAU DE CHEVERNY**</b> Visite du Château, de l'exposition Moulinsart et des jardins. Prévoir son pique-nique. Le programme inclut de longues périodes de marche et de station debout. <b>Tarif : prévoir 20€ pour la visite - Possibilité de transport (12€)</b>
<b>MARDI 28 AVRIL</b> 	<b>APRÈS-MIDI PAPOT'ÂGES</b> Venez papoter, faire de nouvelles connaissances le temps d'un après-midi convivial. <b>Possibilité de transport (5€)</b>
<b>JEUDI 28 MAI</b> 	<b>SORTIE AU RESTAURANT*</b> Venez partager un moment convivial autour d'un repas à la brasserie la terrasse des Prés Fichaux. <b>Tarif : prévoir 20€ - Possibilité de transport (5€)</b>
<b>JEUDI 11 JUIN</b> 	<b>APRÈS-MIDI DANSANT</b> Le CCAS vous donne rendez-vous au Wake-Up situé au Prado pour un après-midi festif de danses et de bonne humeur (de 14h à 17h30). <b>Tarif d'entrée : 10€ avec une consommation offerte (café, thé, soft ou bière). Possibilité de transport (5€)</b>

JEUDI 25 JUIN  
OU LUNDI 29 JUIN



LES SORTIES CINÉMA  
DE 13H30 À 17H



### SORTIE D'UNE JOURNÉE AU CANAL DE BRIARE \*\*

Promenade et balade commentée en bateau – prévoir son pique-nique. Le programme inclut de longues périodes de marche et de station debout.

Prévoir 20€ pour la visite - Possibilité de transport (12€)

### SORTIE AU CINÉMA

L'occasion d'allier une sortie conviviale et la découverte d'un film (choisi collectivement ou individuellement).

La sortie se termine par une collation.

**Jeudi 15 janvier - Jeudi 12 février - Jeudi 12 mars**

**Jeudi 7 mai - Jeudi 18 juin**

Possibilité de transport en mini-bus (5€).

Le ticket d'entrée est à votre charge.



Visite de l'entreprise Alterrenative Cosmétique (Fussy)

**VENDREDI 26 JUIN**



**MOMENT CONVIVIAL**

L'équipe vous invite à fêter la fin de saison autour d'un pique-nique convivial à partir de 12h au moulin de la Voiselle pour clôturer ensemble cette année d'ateliers, d'animations.

**Possibilité de transport**





## LES E-ACTIVITÉS

Atelier prise de photos

### ACCÈS-LIBRE

Vous avez une question concernant votre portable, votre tablette, votre ordinateur ? Vous avez besoin que l'on vous montre comment télécharger l'anti-virus, envoyer un MMS, créer une adresse mail ? Les conseillers numériques vous reçoivent sans rendez-vous hors vacances scolaires. Il s'agit de répondre uniquement à des demandes ponctuelles. Par ailleurs, les conseillers numériques ne répondent pas aux demandes de réparations d'équipements.

### ESPACE NUMÉRIQUE DE L'HÔTEL DE VILLE

Les jeudis de 14h à 17h

### LES ATELIERS COLLECTIFS

Les conseillers numériques du CCAS vous invitent à mieux appréhender, découvrir ou vous perfectionner dans l'univers du numérique. Chaque thématique est abordée durant plusieurs séances avec un système de progression et de niveau. Des ateliers collectifs à thème sont mis en place sur les différents territoires au plus proche de chez vous.

NIVEAU	LIEU	JOUR & HORAIRE
Débutant	Résidence Simone de Beauvoir ou CCAS – Hôtel de Ville	Le mardi de 10h à 11h30 ou de 13h30 à 15h
Intermédiaire	CCAS – Hôtel de Ville	Le mardi de 15h30 à 17h

Le nombre de places est limité dans chaque atelier. L'inscription est donc obligatoire et s'effectue pour l'ensemble du module. Il est conseillé d'apporter son propre matériel lors des séances. Si vous n'en avez pas, signalez-le lors de l'inscription.

Voici la programmation du semestre à venir :

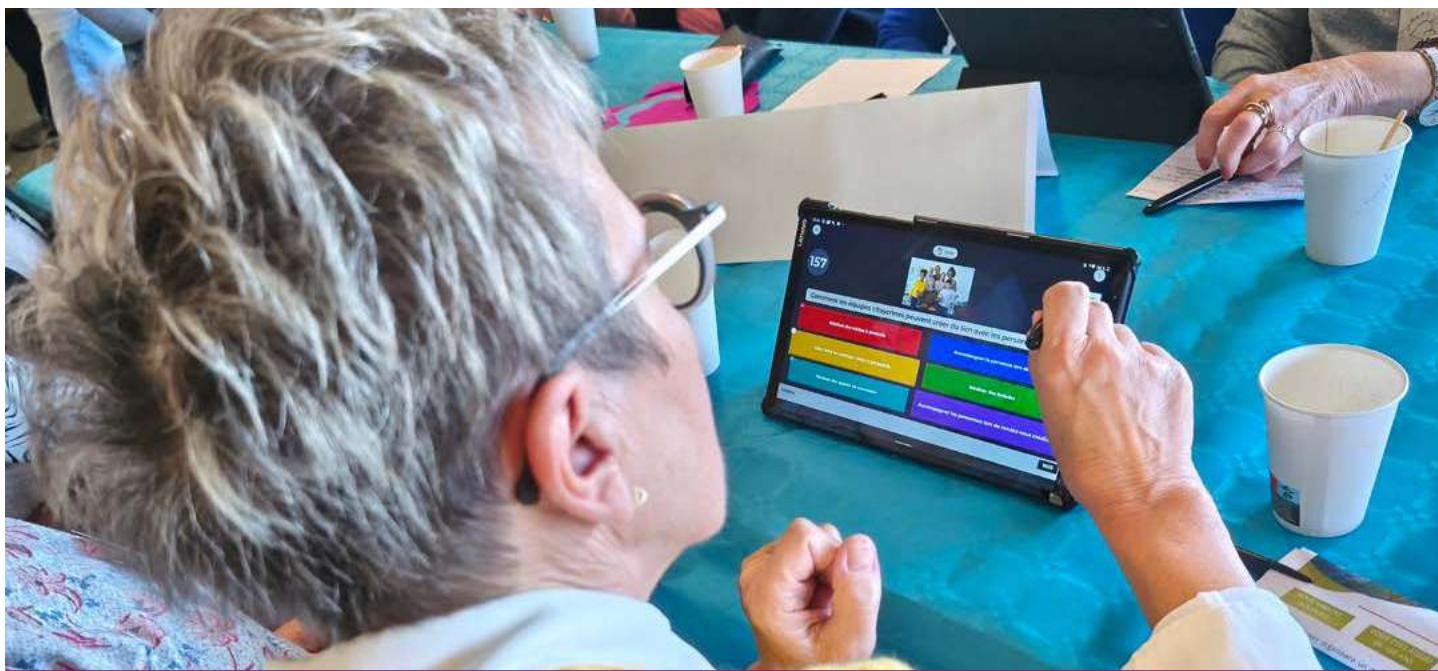
## NIVEAU DÉBUTANT

THÉMATIQUE	DESCRIPTIF	LIEUX & DATES
LES BASES DU SMARTPHONE	<p>Seront abordés au cours de ce module :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Création de contact</li> <li>• Savoir envoyer, consulter et supprimer un sms</li> <li>• Savoir prendre, modifier et envoyer une photo</li> </ul>	<p><b>Du mardi 6 au mardi 20 janvier</b> Hôtel de Ville</p>
LES BASES DE L'ORDINATEUR	<p>Cette thématique développera :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• L'utilisation du clavier et de la souris</li> <li>• Se repérer sur le bureau Windows</li> <li>• Découvrir les différents moyens de connexion à Internet</li> </ul>	<p><b>Du mardi 6 au mardi 20 janvier</b> Résidence Simone de Beauvoir</p>
INTERNET DEPUIS SON SMARTPHONE	<p>Ce module vous permettra de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découvrir les différents moyens de connexion à internet</li> <li>• Naviguer sur internet en toute sécurité</li> <li>• Télécharger une application</li> </ul>	<p><b>Du mardi 27 janvier au mardi 10 février</b> Hôtel de Ville</p>
GOOGLE/GMAIL	<p>Après ce module, vous saurez :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Naviguer sur Internet en toute sécurité</li> <li>• Créer et utiliser une adresse Gmail</li> <li>• Recevoir et envoyer des fichiers</li> <li>• Stocker des documents en ligne</li> </ul>	<p><b>Du mardi 27 janvier au mardi 10 février</b> Résidence Simone de Beauvoir</p>
APPRÉHENDER LES OUTILS DE TRAITEMENT DE TEXTE	<p>Ce module vous permettra de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découvrir l'interface de Word ou de libre office</li> <li>• Mettre en page un document</li> </ul>	<p><b>Du mardi 17 février au mardi 10 mars</b> Résidence Simone de Beauvoir</p> <p><b>Du mardi 17 mars au mardi 7 avril</b> Hôtel de Ville</p>
COMPTES ADMINISTRATIFS/ ACHATS EN LIGNE	<p>Seront abordés au cours de ce module :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Création et découvertes des comptes administratifs</li> <li>• Création et utilisation d'un compte France Connect</li> <li>• Achat et réservation en ligne</li> </ul>	<p><b>Du mardi 17 février au mardi 10 mars</b> Hôtel de Ville</p> <p><b>Du mardi 28 avril au mardi 26 mai</b> Résidence Simone de Beauvoir</p>

DÉCOUVERTE DE L'OUTIL POWERPOINT	<p>Ce module vous permettra de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découvrir l'interface</li> <li>• Créer un diaporama simple</li> <li>• Customiser une création</li> </ul>	<p><b>Du mardi 17 mars au mardi 7 avril</b> Résidence Simone de Beauvoir</p> <p><b>Du mardi 28 avril au mardi 26 mai</b> Hôtel de Ville</p>
PIX ORGA DÉBUTANT	<p>Ce module vous permettra de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faire un bilan de vos compétences numériques</li> <li>• De vous exercer sur l'ensemble des outils numériques</li> </ul>	<p><b>Du mardi 2 au mardi 23 juin</b> Hôtel de ville</p>

## NIVEAU INTERMÉDIAIRE

THÉMATIQUE	DESCRIPTIF	LIEUX & DATES
CRÉATION D'UN EBOOK	<p>Ce module vous permettra de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Créer un ebook</li> <li>• Faire des mises en pages</li> <li>• Aller chercher des images et recettes</li> </ul>	<p><b>Du mardi 6 janvier au mardi 3 février</b> Hôtel de Ville</p>
APPROFONDIR LES OUTILS ET TRAITEMENT DE TEXTE	<p>Ce module vous permettra de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondir l'interface de Word ou de Libre office</li> <li>• Mettre en page un document</li> </ul>	<p><b>Du mardi 10 février au mardi 10 mars</b> Hôtel de Ville</p>
DÉCOUVERTE DE L'OUTIL CANVA	<p>Ce module vous permettra de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découvrir Canva et son interface</li> <li>• Importer des ressources multimédias et d'exporter des conceptions dans plusieurs formats</li> <li>• Créer toutes sortes de supports graphiques</li> </ul>	<p><b>Du mardi 17 mars au mardi 7 avril</b> Hôtel de Ville</p>
INITIATION À LA PROGRAMMATION AVEC SCRATCH	<p>Après ce module, vous saurez :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découvrir le langage de programmation</li> <li>• Créer des projets interactifs, des jeux, des animations ou des histoires</li> <li>• Base de la programmation</li> </ul>	<p><b>Du mardi 28 avril au mardi 26 mai</b> Hôtel de Ville</p>
PIX ORGA INTERMÉDIAIRE	<p>Ce module vous permettra de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faire un bilan de vos compétences numériques</li> <li>• De vous exercer sur l'ensemble des outils numériques</li> </ul>	<p><b>Du mardi 2 au mardi 23 juin</b> Hôtel de ville</p>



## SÉANCES THÉMATIQUES

Des rendez-vous réguliers vous sont proposés pour aborder des thèmes spécifiques :

THEMATIQUE	DESCRIPTIF	LIEUX & DATES
CASQUE DE RÉALITÉ VIRTUELLE	Venez appréhender la réalité virtuelle au travers de casques de toute dernière génération.	<b>Jeudi 22 janvier ou jeudi 9 avril de 10h30 à 12h</b> Hôtel de Ville
QUIZZ DE CULTURE GÉNÉRALE	Venez tester vos connaissances autour d'un quizz de culture générale.	<b>Jeudi 12 février de 10h30 à 12h</b> Centre Social Gada Hatem  <b>Lundi 11 mai de 10h à 11h30</b> Centre Social Rosa Parks
JE PRENDS SOIN DE MA SANTÉ.	Venez découvrir l'application de prévention ICOPE utile à votre santé et réaliser des autodiagnostic.	<b>Jeudi 19 mars de 10h à 12h</b> Hôtel de ville
KARAOKÉ	Venez partager un moment convivial en musique.	<b>Vendredi 27 mars de 9h30 à 11h30</b> Résidence Jacqueline Auriol
SWITCH BOWLING	Venez découvrir le bowling virtuel.	<b>Jeudi 21 mai de 10h à 12h</b> Résidence Jacqueline Auriol
RALLYE PHOTOS	Venez découvrir la ville de Bourges sous un nouvel angle.	<b>Vendredi 19 juin de 10h à 12h</b> Résidence Simone de Beauvoir



## Vous vous sentez SEUL(E) ou ISOLÉ(E) ?

Le CCAS de la ville de BOURGES  
vous propose

Une visite  
de courtoisie

Une promenade  
dans votre quartier

Un moment de papotage  
téléphonique

Ou alors  
vous souhaitez donner  
un peu de votre temps ?

Contactez-nous  
au  
02.46.08.11.43

Soutenu par :



AG2R LA MONDIALE



## LE MINI-BUS DU CCAS À VOTRE SERVICE

Chaque matinée, le minibus du CCAS vous accompagne dans vos déplacements. Le programme est proposé sur deux semaines afin de vous proposer davantage de choix.

### SEMAINE PAIRE

LUNDI	MARDI : DE 9H À 11H30	MERCREDI : DE 9H À 11H30	JEUDI	VENDREDI : DE 9H À 11H30
/	Supermarché E. Leclerc Prado	/	/	Supermarché E. Leclerc Saint-Doulchard

### SEMAINE IMPAIRE

LUNDI : DE 9H À 11H30	MARDI 14H À 16H	MERCREDI : DE 9H À 11H30	JEUDI : DE 9H À 11H	VENDREDI : DE 9H À 11H
/	Grand Frais & Intermarché des Danjons	/	Marché des Marronniers	Supermarché Carrefour (chaussée de Chappe)

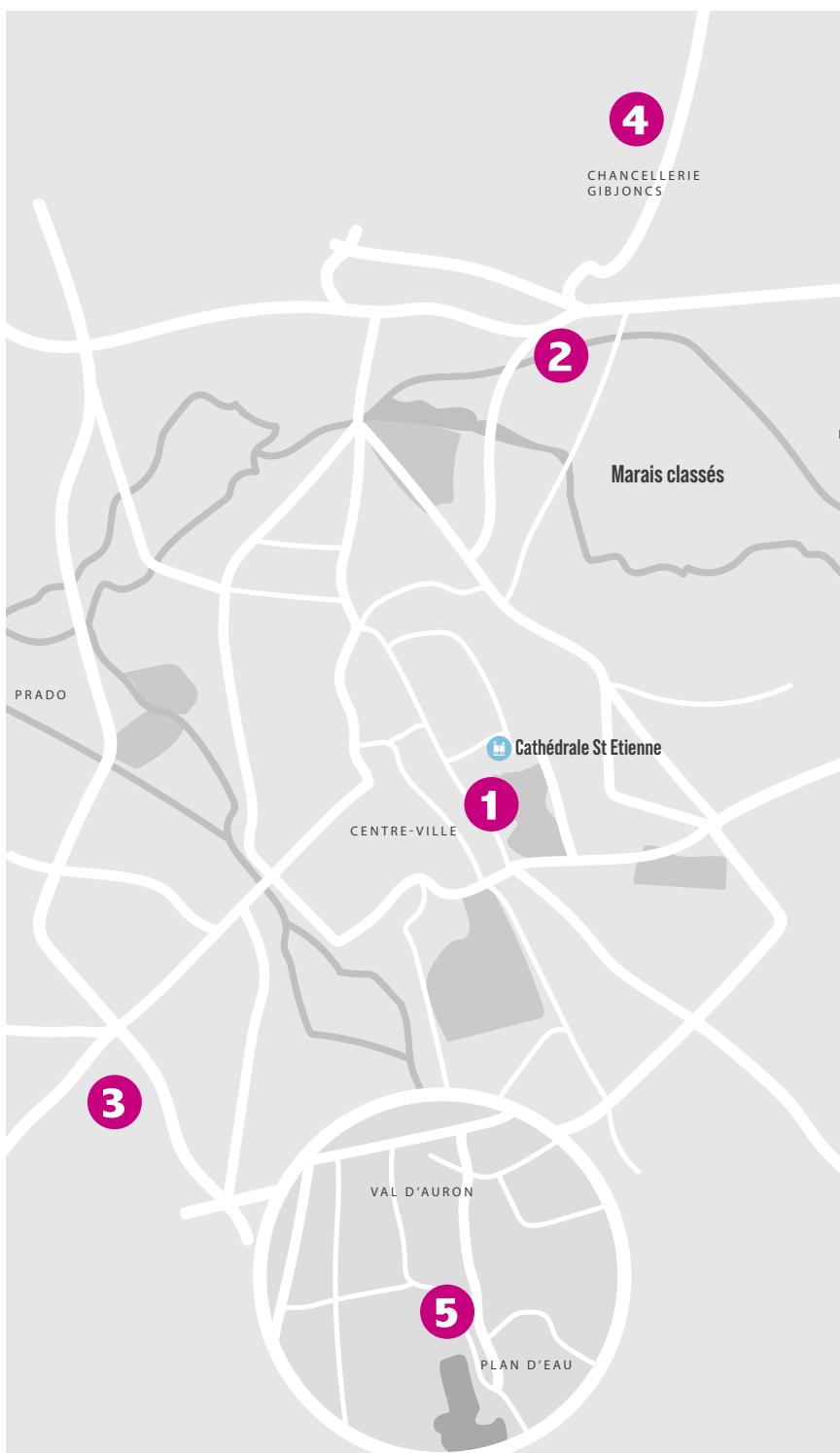
**Tarif du trajet aller/retour : 5€. Délai d'inscription : 4 jours avant la date choisie**

Le service mobilité vous accompagne également vers certaines activités, sorties et animations proposées par le service animation. Nous venons vous chercher et vous ramenons à votre domicile.

Un seul numéro de téléphone pour vous renseigner et vous inscrire :

**02 46 08 11 43**

# DES RENDEZ-VOUS DANS TOUTE LA VILLE



- 1 CCAS/Hôtel de Ville**  
11, rue Jacques Rimbault
- 2 Résidence Autonomie Simone de Beauvoir**  
23, rue Gilbert Baily
- 3 Résidence Autonomie Jacqueline Auriol**  
2, rue Guilbeau
- 4 Centre Social Ghada Hatem**  
8, rue Jules Louis Breton
- 5 Centre Social Rosa Parks**  
Place Martin Luther King

UN SEUL NUMÉRO POUR SE RENSEIGNER ET S'INSCRIRE : 02.46.08.11.43.

**L'ÉQUIPE DU CCAS  
EST JOIGNABLE**

**DU LUNDI AU JEUDI  
DE 9H À 12H ET  
DE 14H À 16H30  
ET LE VENDREDI  
DE 9H À 12H**

**AU 02.46.08.11.43**

**NOUS REMERCIONS L'ENSEMBLE DES PARTENAIRES  
QUI ONT CONTRIBUÉ À LA RÉALISATION DE LA PROGRAMMATION.**

