

# CCAS

VILLE DE BOURGES



Spécial séniors

# Le bel été

EUROPÉEN DE BOURGES

AGENDA 21  
de la longévité





Cher(e) Berruyer(e),

Vous savez pouvoir compter sur nous pour faire du bien vieillir une priorité à Bourges. À ce titre, nous avons le plaisir de vous présenter une édition spécifique du Bel Été Européen destinée aux séniors.

La programmation estivale concoctée par les équipes du CCAS allie animation, culture, numérique, convivialité et sport. Venez découvrir tout au long de l'été de nombreux rendez-vous gratuits près de chez vous.

Par ailleurs, notez dès à présent l'après-midi dansant le 1<sup>er</sup> août prochain. Ce rendez-vous musical répond à votre demande de musique, danse et bonne humeur. Un avant-goût de l'année 2028 où Bourges sera Capitale Européenne de la Culture.

N'hésitez pas à prendre contact avec les animateurs pour vous renseigner et vous inscrire au 02.46.08.11.43 du lundi au jeudi de 14h à 16h30.

Profitez pleinement de ce bel été.

Très cordialement

A handwritten signature in black ink that reads "Y Galut". The signature is stylized and includes a horizontal line at the bottom.

Yann GALUT  
Maire de Bourges

# SPORT

*dans les quartiers*

**DU 8 JUILLET AU 30 AOÛT**

Gratuit sur inscription  
au 02.46.08.11.43

2 ATELIERS SPORTIFS  
MAXIMUM PAR PERSONNE.

Tenue souple et baskets. Prévoir un tapis  
de sol et une bouteille d'eau.

## LES LUNDIS DE 9H À 10H

PILATES

Secteur Gare

## LES MARDIS DE 9H À 10H

PILATES

Secteur Chancellerie

REMISE EN FORME

Secteur Centre-Ville

## LES MERCREDIS DE 9H À 10H

REMISE EN FORME

Secteur Val d'Auron

## LES JEUDIS DE 9H À 10H

PILATES

Secteur Vauvert

REMISE EN FORME

Secteur Gibjons

## LES VENDREDIS DE 9H À 10H

REMISE EN FORME

Secteur Aéroport

MULTISPORTS

Secteur Asnières

Avec Le soutien de La Conférence des Financeurs

# AU PROGRAMME EN **Juillet**

## MARDI 9

A partir de 9h30	Venez admirer la caravane et LA COURSE DU TOUR DE FRANCE. Prévoir son pique-nique	Châteauneuf-sur-Cher	
------------------	--	----------------------	--

## JEUDI 11

9h30-10h30	Venez travailler votre équilibre au PARCOURS SPORT SÉNIOR.	Trouée verte	
A partir de 12h	Venez pique-niquer avec les enfants et retrouver le trésor.	Centre Social Rosa Parks	

## VENDREDI 12

A partir de 9h30	OLYMPIQUE-NIQUE TOURNOI DE PÉTANQUE puis pique-nique	Boulodrome de Port Sec	
------------------	--	------------------------	--

## LUNDI 15

A partir de 12h	Venez pique-niquer avec les enfants et retrouver le trésor.	Centre Social Ghada Hatem-Gantzer	
-----------------	---	-----------------------------------	--

## MARDI 16

A partir de 12h	REPAS AU RESTAURANT LA VILLA PÉKIN*	La Villa Pékin	
-----------------	--	----------------	--

## MERCREDI 17

10h-12h	Partageons une escapade À BORD D'UN TWINNER.	Lac du Val d'Auron	
A partir de 14h	Venez participer à UN CONCOURS DE SCRABBLE.	Résidence Simone de Beauvoir	

## JEUDI 18

9h30-10h30	Venez travailler votre équilibre au PARCOURS SPORT SÉNIOR.	Trouée verte	
10h-12h	Venez découvrir l'exposition «MUSES ET ATHLÈTES : LE SPORT SORT DE SES RÉSERVES ».	Maison des musées	
17h-18h	QUIZZ AU MUSÉE : venez tester vos connaissances en toute convivialité.	Musée Estève	

## VENDREDI 19

A partir de 10h	OLYMPIQUE-NIQUE Venez découvrir LE SPORT NUMÉRIQUE et partager un moment convivial autour d'un pique-nique.	Résidence Simone de Beauvoir	
-----------------	--	------------------------------	--

## LUNDI 22

A partir de 10h	DESCENTE DU CHER EN CANOË puis pique-nique	Lapan	
-----------------	--	-------	--

## MARDI 23

A partir de 9h	JOURNÉE À APREMONT Visite libre du parc floral. Prévoir un pique-nique	Apremont-sur-Allier	
A partir de 9h	Participez à UNE BALADE À VÉLO avec les jeunes du PRJ (environ 30km). Prévoir un pique-nique, possibilité de prêt de vélo	Quais du Prado	

## MERCREDI 24

A partir de 9h30	PROMÈNADE DANS LA FORÊT D'ALLOGNY puis pique-nique au centre de loisirs des Millains	Forêt d'Allogny	
------------------	--	-----------------	--



Possibilité de transport

## JEUDI 25

9h30-11h30	Venez participer à UNE DICTÉE CONVIVIALE EN PLEIN AIR.	Kiosque du jardin de l'Archevêché
9h30-10h30	Venez travailler votre équilibre au PARCOURS SPORT SÉNIOR.	Trouée verte

## VENDREDI 26

9h30-12h	OLYMP'SÉNIOR Venez découvrir le basket et le tir à l'arc.	Parc paysager des Gibjoncs 
A partir de 9h	PÊCHE INTERGÉNÉRATIONNELLE Prévoir un pique-nique.	Lac du Val d'Auron

## MARDI 30

A partir de 12h	REPAS AU RESTAURANT LE PETIT ÉLYSÉE *	Le petit Elysée 
-----------------	--	--

## MERCREDI 31

10h-12h	Partageons une escapade À BORD D'UN TWINNER.	Parc paysager des Gibjoncs
---------	--	----------------------------

# AU PROGRAMME EN **AOÛT**

## JEUDI 1<sup>ER</sup>

9h30-10h30	Venez travailler votre équilibre au PARCOURS SPORT SÉNIOR.	Trouée verte
14h-17h30	ET SI ON DANSAIT ? Le CCAS vous donne rendez-vous au Wake-Up. Au programme : années 80, valse, variété...	Le Wake-Up 

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AU 02 46 08 11 43

## VENDREDI 2

A partir de 10h	<b>OLYMPIQUE-NIQUE</b> Venez découvrir LE SPORT NUMÉRIQUE et partager un moment convivial autour d'un pique-nique.	Résidence Jacqueline Auriol	
-----------------	---	-----------------------------	--

## MARDI 6

A partir de 14h	Après-midi à L'ÉTANG DU PETIT BOIS À HENRICHEMONT	Henrichemont	
-----------------	---	--------------	--

## JEUDI 8

9h30-10h30	Venez travailler votre équilibre au PARCOURS SPORT SÉNIOR.	Trouée verte	
------------	--	--------------	--

A partir de 17h30	Venez participer à UN KARAOKÉ EN PLEIN AIR.	Kiosque du jardin de l'Archevêché	
-------------------	---	-----------------------------------	--

## VENDREDI 9

9h30-12h	<b>OLYMP'SÉNIOR</b> Marche d'orientation et mini-jeux dans Asnières	RDV devant La MJC d'Asnières	
----------	--	------------------------------	--

## MARDI 13

A partir de 19h	<b>DÎNER À LA BRASSERIE LA TERRASSE DES PRÉS FICHAUX *</b>	La Terrasse des Prés Fichaux	
-----------------	--	------------------------------	--

## MERCREDI 14

10h-12h	<b>DÉCOUVERTE DU KAYAK</b>	Lac du Val d'Auron	
---------	----------------------------	--------------------	--

14h-16h30	Venez jouer au PETIT BACCALAURÉAT.	Résidence Jacqueline Auriol	
-----------	------------------------------------	-----------------------------	--



Possibilité de transport

## MARDI 20

A partir de 9h30	<b>JOURNÉE À LA BORNE</b> Découverte du centre de céramique, du musée et atelier poterie, prévoir un pique-nique	La Borne	
------------------	---	----------	--

## MARDI 27

A partir de 12h	<b>REPAS À LA PIZZÉRIA LA BURRATA *</b>	La Burrata	
-----------------	---	------------	--

## MERCREDI 28

10h-12h	<b>DÉCOUVERTE DU PADDLE</b>	Lac du Val d'Auron	
---------	-----------------------------	--------------------	--

## JEUDI 29

A partir de 15h	<b>JEUX DE PLEIN AIR</b> Mölkky, tir à l'arc... et goûter partagé	Etang de Saint-Germain du Puy	
-----------------	---	-------------------------------------	--



Possibilité de transport

\* Possibilité de s'inscrire à 2 restaurants maximum sur les 4 proposés (en fonction des places disponibles).

En cas de mauvais temps ou canicule, les activités sont susceptibles d'être modifiées ou annulées.

**RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS  
AU NUMÉRO SUIVANT :**

Du lundi au jeudi de 14h à 16h30  
**02.46.08.11.43**