

# AGENDA ADULTES ADULTES / SENIORS

## Juillet-Août-Septembre 2024

### ANIMATIONS - SORTIES - BÉNÉVOLAT... DES PUBLICS ADULTES & SÉNIORS

**GOÛTER BLABLA à Baza**  
 12 bd de la corniche - Aubenas  
 2 VENDREDIS par mois - De 15h à 17h  
 Les 24 mai, 7 & 21 juin et 5 juillet 2024.  
 Animation JEUX & Goûter offert  
 Sentez-vous libre d'apporter jeux et gourmandises à partager.

ESPACE CONVIVAL DE RENCONTRE autour de notre Mediateur social.

**ATELIERS D'ÉCRITURE**  
 Préparation des Semaines d'Info en Santé Mentale

GRATUIT  
 « Je m'émancipe pour notre santé mentale »

28 juin 2024  
 5 - 12- 19- 26 Juillet  
 2 et 9 Août 2024

Vendredi 14h- 15h30  
 Animées par Virginie GAUTHIER et Sophie LEMERY

Centre socio culturel LE PALABRE  
 6 Rue Albert Seibel  
 07200 AUBENAS

OUVERT À TOUS  
 De 15 à 99ans  
 Écrivez pour soi et pour les autres

**ANIMATIONS URBAINES**  
 AVRIL À JUILLET 2024

RDV à l'Agora

3 avril 14h-17h atelier poterie avec "Lotty creation" et ludobrique  
 10 avril 14h-17h atelier gruff BDA  
 17 avril 14h-17h ateliers sports avec le TCA et USA Volley  
 15 mai 14h-17h journée ateliers avec l'association minor  
 22 mai 14h-17h à la découverte des minuscules habitants de l'Agora : contes, jeux et reconnaissance d'insectes  
 29 mai 14h-17h atelier gruff BDA  
 5 juin 14h-17h exposition stacque et ludobrique  
 12 juin 14h-17h initiation au tennis de table  
 19 juin 14h-17h initiation au tennis de table  
 26 juin 17h30-20h30 bal ping-pong  
 3 juillet 14h-17h clôture de la saison des animations urbaines, des surprises vous attendent !  
 10 juillet 17h-20h karoké

**Le Roi de l'Oiseau**  
 59<sup>e</sup> Festival des arts à la Renaissance  
 18-22 Sept. 2024

Le PUY en VELAY

www.roioloiseau.com • 04 71 09 58 41

### RENCONTRES & PALABRES

### ANIMATION ADULTES-SENIORS Contact privilégié : Emilie LÉPINE - rers.csclepalabre@gmail.com

**Judi 26 SEPTEMBRE** 09h00 - 17h00  
 Horaires à confirmer.

**SORTIE : Journée départementale sports Séniors. Après-midi jeux & goûter**

Cette journée s'adresse à tous les séniors ardéchois et a pour objectif de favoriser la pratique d'activités physiques et culturelles, et promouvoir les actions de prévention de la perte d'autonomie. Journée organisée par le département, qui offrira un plateau repas et un goûter à chaque participant.e.

Sur inscription auprès de l'accueil du Palabre (17 places).  
 Départ collectif en minibus. Gratuit.  
 Annulation en cas de fortes intempéries.

**Ardèche LE DÉPARTEMENT**

Alba-la-Romaine.

**Numérique (itinérance) :**

**JEUDIS :** **CAFÉ BR@NCHÉ : Espace convivial et aide numérique. Informatique, numérique : pratiques & solutions.**

Espace porté et animé par des bénévoles (collectif d'habitants) pour faire évoluer votre relation au numérique à proximité de chez vous et avec d'autres habitants de votre secteur. Ne restez plus seul avec vos questions !

Accès libre & gratuit.  
 Reprise en cours d'organisation : **demandez nous le planning en septembre.**

**Dates à préciser.** 14h00 - 16h30

Dans la salle polyvalente.  
 Dans la salle polyvalente.

ALTENANCE entre 2 communes :  
 JUVINAS  
 LABASTIDE-SUR-BESORGUES

### Tous nos rendez-vous :

Juillet 2024						
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
1	2	3	4	5	6	7
	CAFÉ BLABLA estival 09h30-11h30	PIQUE-NIQUE Bord de rivière 11h00-17h00		ATELIER D'ÉCRITURE 14h00-15h30		
			BÉNÉVOLAT Temps convivial 18h00-21h00	INVITATION Jeux & goûter 15h00-17h00		
8	9	10	11	12	13	14
	CAFÉ BLABLA estival 09h30-11h30	COEUR DE VILLE Karoké 17h00-20h00		ATELIER D'ÉCRITURE 14h00-15h30		
15	16	17	18	19	20	21
	CAFÉ BLABLA estival 09h30-11h30	COEUR DE VILLE Clôture saison 16h00-19h00		ATELIER D'ÉCRITURE 14h00-15h30		
22	23	24	25	26	27	28
	CAFÉ BLABLA estival 09h30-11h30			ATELIER D'ÉCRITURE 14h00-15h30		

### Août 2024

**CONGÉS ANNUELS - Rendez-vous à la rentrée, à partir du 2 septembre.**

Septembre 2024						
2	3	4	5	6	7	8
	CAFÉ BLABLA REPRISE 09h30-11h30		RERS permanence REPRISE 09h30-12h30		REPAS DE QUARTIER 15h00-22h00	
9	10	11	12	13	14	15
	CAFÉ BLABLA 09h30-11h30	FORUM DE RENTRÉE 10h-17h	RERS permanence 09h30-12h30 CANTINE Repas oriental 12h30-14h00			
16	17	18	19	20	21	22
	CAFÉ BLABLA 09h30-11h30		RERS permanence 09h30-12h30 BÉNÉVOLAT Temps convivial 18h00-21h			SORTIE ROI DE L'OISEAU 08h30-18h00
23	24	25	26	27	28	29
	CAFÉ BLABLA 09h30-11h30		RERS permanence 09h30-12h30 SORTIE Sports Séniors 09h00-17h00			

**Légende :**

- RDV hebdo au Palabre.
- RDV ponctuels au Palabre.
- Sorties.
- Ateliers prévention bien-être au Palabre.



Espace de rencontres & partages :

RDV HEBDOMADAIRES



<p><b>CAFÉ BLABLA : Espace d'échanges convivial entre habitants.</b> Espace autonome entre habitants pour se rencontrer, échanger, s'informer... Un espace apprécié des habitués et idéal pour les nouveaux arrivants. Café / thé chaud offert. Gourmandises à partager bienvenues. <i>Accès libre &amp; gratuit.</i> <i>Interruption en août. Reprise dès le mardi 3 septembre.</i></p>	<b>MARDIS de Juillet</b>	09h30 11h30	Grande salle ESF (à côté de la cuisine), ou en extérieur devant l'entrée.
<p><b>LUDOTHÈQUE : Jeux en tous genres et pour tous les âges.</b> À la belle saison c'est LUDO'MOBILE ! « Ludo'fixe » fermée pour partir à votre rencontre. <b>Demandez le LUDO'GENDA des rendez-vous itinérants.</b> <i>Accès libre &amp; gratuit.</i> <i>Fermée en été. Réouverture aux créneaux habituels le samedi 19 octobre.</i></p>			
<p><b>PERMANENCE DU RERS : Réseau d'Échanges Réciproques de Savoirs, collectif d'habitants partageant leurs savoirs dans la Réciprocité &amp; Gratuité !</b> <i>Interruption en été. Reprise de la permanence dès le jeudi 5 septembre + Rendez-vous au forum de rentrée du mercredi 11 septembre.</i></p>			<p><b>RESTEZ EN CONTACT !</b> N'hésitez pas à continuer à faire des propositions à vos offreurs ou demandeurs de savoirs, en extérieur.</p>

& DES RDV PONCTUELS

<p><b>Vendredis 5-12-19-26 JUILLET &amp; 2-9 AOÛT</b></p>	14h00 15h30	<p><b>ATELIERS D'ÉCRITURE :</b> <b>En préparation des « Semaines d'information sur la santé mentale ».</b> (événement prévu le mercredi 9 octobre prochain). Santé mentale, tous et toutes concernés ! Chacun.e traverse un jour une période difficile ou une pathologie (burn-out, solitude, dépression, anxiété, maladie d'un proche, addictions, troubles alimentaires, deuil... Parlons-en, partageons et créons autour de cette thématique. <i>Ateliers animés par l'APAJH, Association pour Adultes et Jeunes Handicapés. Ouverts à tou.te.s de 15 à 99 ans. Gratuit.</i> <i>Contact : 07.85.73.24.35 - v.gauthier@apajh.asso.fr</i></p>		Au Palabre.
<p><b>Mercredi 11 SEPTEMBRE</b></p>	10h00 17h00	<p><b>FORUM DE RENTRÉE : Associations, Collectifs d'habitants &amp; Bénévolat.</b> Démonstrations, initiations, renseignements, inscriptions.</p>		Au Palabre.
<p><b>Jeudi 12 SEPTEMBRE</b></p>	12h30 14h00	<p><b>REPAS ORIENTAL : Ambiance cantine.</b> <b>Action d'autofinancement du Collectif « Voyage en Irlande ».</b> Repas pensé, cuisiné et servi par des bénévoles. Menu complet proposé à 9€ : • Salade fraîcheur tomate-concombre-oignon • Couscous • Pâtisserie Basboussa (gâteau de semoule au sirop de fleur d'oranger) • Café ou thé à la menthe offert. Verre de vin, en supplément : 1€. Possibilité de repas à emporter : amener vos boîtes ! <i>Inscription et paiement auprès de l'accueil jusqu'au mardi 10 septembre.</i></p>		Cuisine du Palabre.

<p><b>Jeudi 19 SEPTEMBRE</b></p>	18h00 21h00	<p><b>PLACE AUX BÉNÉVOLES : Temps convivial de rentrée.</b> Vous souhaitez offrir de votre temps de façon régulière aux publics du Palabre, et contribuer à faire vivre les valeurs des centres sociaux ? <b>DIGNITÉ HUMAINE • SOLIDARITÉ • DÉMOCRATIE.</b> Nous vous invitons à rencontrer les salariés référents des différents espaces d'implication ainsi que les autres bénévoles, anciens et nouveaux pour un temps de visite, d'informations et de partage. <i>Suivi d'un verre de l'amitié avec grignotage.</i></p>	Au Palabre.
----------------------------------	----------------	---	-------------

Quartier Baza, au 12 boulevard de la corniche - Aubenas

<p><b>Vendredi 5 JUILLET</b></p>	15h00 17h00	<p><b>GOÛTER BLABLA : Après-midi jeux &amp; goûter.</b> <b>Animation jeux et goûter offert.</b> Temps convivial et ludique pour se rencontrer entre habitants. Sentez-vous libres d'apporter jeux et gourmandises à partager. En présence de notre Médiateur social / Adulte relais, Florian. <i>Accès libre et gratuit. RDV sur place.</i></p>		Nouveaux locaux du centre de loisirs, 12 bd de la corniche, Aubenas.
----------------------------------	----------------	---	--	--

Hors les murs

Sorties :

<p><b>Mercredi 3 JUILLET</b></p>	11h00 17h00	<p><b>PIQUE-NIQUE entre habitants : en bord de rivière.</b> <b>Format repas partagé.</b> Apportez un plat salé ou sucré et/ou une boisson à mettre en commun, ainsi que votre jeu préféré, et une chaise pliante si vous en avez. Pensez à vos protections solaires ainsi qu'à vos affaires de baignade si vous souhaitez vous rafraîchir dans la rivière. Rendez-vous au Palabre à 11h pour organisation d'un covoiturage. <i>Sur inscription auprès de Marithé : 06.18.64.36.99.</i></p>	À Lalevade.
----------------------------------	----------------	--	-------------

COEUR DE VILLE : Animations urbaines.

Animations coordonnées par la Mairie d'Aubenas et de son Pôle Cohésion Sociale.  
*Accès libre et gratuit.*

<p><b>Mercredi 10 JUILLET</b></p>	17h00-20h00	<p><b>KARAOKÉ :</b> Sur place retrouvez Florian, notre médiateur social / adulte relais.</p>		À l'Agora du Champ-de-Mars.
<p><b>Mercredi 17 JUILLET</b></p>	16h00-19h00	<p><b>CLÔTURE DE SAISON : Surprises au rendez-vous !</b> Sur place retrouvez Florian, notre médiateur social / adulte relais.</p>		
<p><b>Rentrée 2024-2025</b></p>		<p><b>REPAS DE QUARTIER : format partagé « auberge espagnole ».</b> Animation diverses et convivialité seront au rendez vous. En présence de la ludothèque. <i>Apportez un plat sucré ou salé et/ou une boisson à mettre en commun. Pensez à amener vos assiettes et couverts.</i> <i>Organisé en collaboration avec le Comité des fêtes et les habitants.</i></p>		Centre ville : places du 14 juillet & des cocons, rue du 4 septembre.
<p><b>Samedi 7 SEPTEMBRE</b></p>	À partir de 15h			
<p><b>Dimanche 22 SEPTEMBRE</b></p>	08h30-18h00	<p><b>SORTIE : Fête médiévale du Roi de l'Oiseau.</b> <b>39ème édition de ce festival des arts à la Renaissance.</b> Départ en minibus depuis le Palabre. Prévoir son pique-nique ou de la monnaie pour achat sur place (attention importante attente aux stands !). Venez avec votre costume si vous en avez un. <i>Sur inscription auprès de l'accueil (18 places). Participation : 5€ / personne.</i></p>		Le Puy en Velay.