

AGENDA ADULTES

ADULTES / SENIORS

Février 2026

ANIMATIONS & SORTIES POUR PUBLIC ADULTE-SÉNIOR



ADULTES-SÉNIORS

Animation de la vie locale :

RDV PONCTUELS

Espace de rencontres, hors les murs en centre ville d'Aubenas.

RDV BLABLA de notre Adulte-Relais :			
Venez à la rencontre de notre Adulte-Relais, échanger avec d'autres habitants sur la vie de quartier en centre ville, et partager vos envies pour celui-ci. <i>En Partenariat avec la Ville d'Aubenas et son équipe de Médiation Sociale.</i>			
Accès libre & Gratuit.			
LUNDIS 2 & 16	10h00 - 12h00	BLABLA CAFÉ : Vous êtes accueillis avec <u>une boisson chaude offerte</u> et les programmes d'animation de votre centre socioculturel.	Place du 14 juillet.
MARDIS 10 & 24	10h00 - 12h00		Pont d'Aubenas, fb Jean Mathon.
VENDREDI 27	16h30 - 18h00	BLABLA JEUX : Vous êtes accueillis avec <u>une sélection de jeux</u> et les programmes d'animations de votre centre socioculturel.	À l'Agora du champ-de-Mars.
SAMEDI 28	À partir de 15h	CARNAVAL : mets des paillettes dans ta ville ! Départ du cortège à 15h30, puis à 17h fête sur la place du château. <i>Une initiative du comité des fêtes d'Aubenas.</i> <i>Contact : 07 69 91 14 88 / 07 50 48 43 08.</i>	Aubenas centre ville. 

ANIMATION ADULTES-SENIORS

Accueil du centre socioculturel le Palabre : 04 75 35 00 73



INVITATIONS À SE RENCONTRER - PUBLICS ADULTES

Légende :

- Initiatives entre habitants.

Temps forts au Palabre.

Sorties et excursions.
- Animation de la vie locale.

Animations avec la Ludothèque.

Ateliers prévention bien-être au Palabre.

Rendez-vous réguliers, hebdomadaires :

Au Palabre

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN		Café Blabla Entre habitants 09h30-11h30		Permanence RERS* 9h30-12h00			
APRÈS-MIDI		LUDO PEP'S* Jeux adultes 14h00-16h00		CAFÉ BRONCHÉ* Numérique 14h00-16h30			

* Hors vacances scolaires.

Rendez-vous ponctuels :

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Février 2026						
2	3	4	5	6	7	8
ATELIER CARSAT Retraite (2/4) 9h30-12h	TEMPS AGENDA Permanence 09h30-11h	PROJET SÉJOUR Programme ANCV 14h00-16h00	CAFÉ BRONCHÉ au <u>PALABRE</u> 14h00-16h30	JEUX GOÛTER Entre habitants 14h30-17h00		
BLABLA CAFÉ Place 14 juillet 10h00-12h00						
9	10	11	12	13	14	15
Vacances scolaires						
	BLABLA CAFÉ Pont d'Aubenas 10h00-12h00			JEUX GOÛTER Entre habitants 14h30-17h00		
16	17	18	19	20	21	22
Vacances scolaires						
BLABLA CAFÉ Place 14 juillet 10h00-12h00				JEUX GOÛTER Entre habitants 14h30-17h00		
23	24	25	26	27	28	
ATELIER CARSAT Retraite (3/4) 9h30-12h	ENTRE SÉNIORS Au Pouzin 8h30-17h30		CAFÉ BRONCHÉ à <u>JUVINAS</u> 14h00-16h30	JEUX GOÛTER Entre habitants 14h30-17h00		
	BLABLA CAFÉ Pont d'Aubenas 10h00-12h00			BLABLA JEU À l'Agora 10h00-12h00	CARNAVAL d'Aubenas 15h	

Au palabre, 6 rue Albert Seibel - Aubenas.

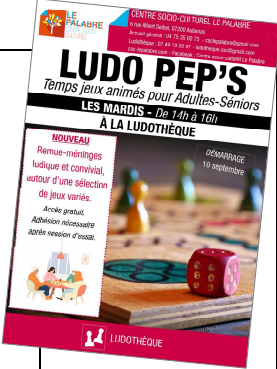
RDV HEBDOMADAIRES

Initiatives entre habitants :

MARDIS	09h30 11h30	CAFÉ BLABLA : Espace d'échanges convivial entre habitants. 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 & gratuit. Vacances scolaires : maintien si bénévoles disponibles.</i>	En salle ESF, au RDC.
JEUDIS scolaires 5 & 26	09h30 12h00	PERMANENCE DU RERS : Réseau d'Échanges Réciproques de Savoirs, Collectif d'habitants partageant leurs savoirs dans la Réciprocité & Gratuité ! Faites vos offres et vos demandes de savoirs dans les domaines de votre choix : passion, habitude, expérience professionnelle... ce que vous avez toujours rêvé de faire, une nouvelle envie, la curiosité... Dynamique collective nourrie par chacun : engagement et posture active nécessaires. <i>Adhésion annuelle au Palabre + Droit d'entrée au RERS 5€ / année scolaire. Hors vacances scolaires.</i>	Petite salle ESF, au niveau de l'accueil, à côté du bar.
JEUDIS :	14h00 16h30	CAFÉ BR@NCHÉ : Pratiques & solutions, convivialité. Espace informatique, numérique, smartphone... 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 ! <i>Accès libre & gratuit, proposé en alternance entre Aubenas et Juvinas. Hors vacances scolaires.</i>	LIEUX :
5			AUBENAS, au Palabre salle numérique.
26			JUVINAS, salle polyvalente.
VENDREDIS : Chaque semaine en février !	14h30 17h00	JEUX GOÛTER : Après-midi ludique entre habitants. Temps convivial et ludique pour se rencontrer entre habitants, autour de vos jeux préférés, dans toute leur diversité. Sentez-vous libres d'apporter jeux et gourmandises à partager. <i>Accès libre et gratuit. RDV sur place.</i>	Au Palabre, RDV dans le hall d'entrée.

RDV HEBDOMADAIRE

Animation à la ludothèque :

MARDIS SCOLAIRES 3 & 24	14h00 16h00	LUDO PEP'S : Temps jeux animé. Remue-méninges ludique et convivial, autour d'une sélection de jeux. La ludothèque vous propose un temps jeux animé entre adultes. Un rendez-vous pour réveiller son âme d'enfant et partager des moments de qualité et de rire entre participants. Au-delà de la convivialité le jeu est aussi un superbe outil pour développer ou entretenir des capacités cognitives ainsi que différentes formes de mémoires. Les motivations à jouer peuvent varier d'une personne à l'autre et pourtant le joyeux plaisir du jeu réunit tout le monde ! <i>Accès libre et gratuit. Session d'essai puis adhésion au Palabre nécessaire. Hors vacances scolaires.</i>	 À la ludothèque, au Palabre (niveau -2).
----------------------------	----------------	--	---

Temps forts au Palabre :

MARDI 3	09h30 11h00	TEMPS AGENDA : distribution & recueil des envies pour février, mars... Permanence de l'animatrice adultes-séniors. Venez chercher votre agenda des animations adultes-séniors du mois. Profitez de ce moment pour poser vos questions, vous inscrire, participer aux choix parmi les propositions, partager vos envies et suggestions.	Dans le hall d'entrée.
---------	----------------	--	------------------------

Bien-être & prévention :

LUNDIS 2 & 23	09h30 12h00	ATELIERS : Bienvenue à la retraite, par Carole Malenfant, sophrologue. Cycle de 4 ateliers proposés par la Carsat (Gratuit). Cette proposition s'adresse aux futurs ou jeunes retraités (depuis 2 ans tout au plus) dans le but d'accompagner et anticiper ce passage de vie qui peut être un moment sensible. En petit groupe, partagez votre expérience et échangez avec un expert en prévention sur des thématiques variées : - Budget, démarches administratives et juridiques. - Envies, projets, tempo, temps pour soi et temps pour les autres. - Prendre soin de soi, équilibre de l'aidant. - Bilan collectif. <i>PROCHAINE DATE : 2 mars.</i> <i>GRATUIT - Sur inscription (auprès de l'accueil) - 15 places.</i>	 Au Palabre, grande salle ESF (RDC)
---------------	----------------	---	---

Hors les murs

Sorties & excursions :

MERCREDI 4	14h00 16h00	PROJET SÉJOUR SÉNIORS 2026 : Projet collectif 2026 ! <i>Dans le cadre du programme ANCV (Agence Nationale des Chèques Vacances).</i> Venez imaginer un séjour entre habitants, pour une semaine d'évasion, à budget limité grâce aux aides de l'ANCV. Venez vous renseigner et participer au choix collectif de la destination et de la période de départ. <i>Accès libre, curieux bienvenus. Tarif indicatif pour 7 jours et 8 nuits en pension complète (hors transport et assurance) : 484€, réduits à 272€ si éligible ANCV.</i>	  Petite salle ESF, au niveau de l'accueil, à côté du bar.
MARDI 24	08h30 17h30	JOURNÉE ENTRE SÉNIORS : Journée inter centres-sociaux au Pouzin, « Ne me demandez pas mon âge demandez moi plutôt mon avis ! » Partez à la rencontre d'autres centres sociaux ardéchois (18 centres et environ 80 participants) et de la FACS (Fédération Ardéchoise des Centres Sociaux) à l'initiative de cette journée. Partagez expériences, idées, suggestions entres usagers des centres sociaux et contribuez ainsi à la dynamique et aux initiatives de votre structure. Au programme de l'après-midi : rencontre avec les partenaires et élus finançant nos structures, venez témoignez ! <i>GRATUIT - Sur inscription (auprès de l'accueil) jusqu'au vendredi 20 février, 8 places (départ collectif en minibus depuis Le Palabre).</i>	 Le Pouzin, salle des fêtes.