

Animations ET Activités Physiques Adaptées

SEPTEMBRE 2025 du CCAS



**INSCRIPTIONS : OBLIGATOIRES LORSQUE
CE LOGO EST PRÉSENT :** 

Au numéro de solidarité 03.23.63.68.63


Association des Retraités Dynamiques
INSCRIPTIONS : Mercredi 27 août
Dès 8^H45


Activités Physiques Adaptées
INSCRIPTIONS : Mercredi 27 août
Dès 13^H45


Animations
INSCRIPTIONS : Vendredi 29 août
Dès 8^H45



Règlement le mardi 9/09 pour le repas et
le mercredi 10/09 pour le loto au CCAS
9^H00-11^H30 / 14^H00-16^H30

Temps Forts

Jeudi 4 septembre

Après avoir exploré et découvert pour certaines personnes chaque salle d'animation. Venez participer à la Festi'belote, nous vous convions pour une finale au Casino !



Rendez-vous de 14^H00 à 18^H00



Casino 48, rue du Général Leclerc



Sur inscription à partir du Vendredi 29 août dès 8^H45
au numéro de solidarité 03 23 63 68 63, places limitées !



Mercredi 10 septembre

Visite de l'Hôtel de Ville aux Cachots du Roy !

Visitez les anciens lieux de pouvoir de Saint-Quentin, entre justice et châtiments, véritable symbole de l'Histoire de la ville, de l'Hôtel de ville, ils résument l'histoire de Saint-Quentin du moyen Âge à nos jours. De l'Hôtel de Ville, plongez sous terre pour découvrir les anciens cachots de la



Rendez-vous à 10^H00

prison royale.



Devant l'Hôtel de ville



Sur inscription à partir du Vendredi 29 août dès 8^H45
au numéro de solidarité 03 23 63 68 63, places limitées !



Jeudi 11 septembre

Repas dansant avec Romuald !

N'oubliez pas le repas dansant de 12^H00 à 18^H00 au Palais de Fervaques.



Rendez-vous de 12^H00 à 18^H00



Palais de Fervaques, rue Victor Basch



Inscription terminée depuis le jeudi 14 août 16^H30



11€ par personne à régler le mardi 9 septembre au CCAS



Temps Forts

Mercredi 17 septembre

Visite du Théâtre Jean Vilar

Construit au milieu du XIX^e siècle, le théâtre de la ville inscrit aux Monuments Historiques a rouvert récemment après une restauration. Accompagnés d'un guide-conférencier, venez redécouvrir cet édifice et son histoire, de sa façade néo-classique à son exceptionnelle salle à l'italienne en passant par les coulisses.



Rendez-vous à 10^H00



Devant le Théâtre. 16, place de l'Hôtel de Ville



Sur inscription à partir du Vendredi 29 août dès 8^H45
au numéro de solidarité 03 23 63 68 63, places limitées !



Mercredi 17 septembre

Inscrivez-vous pour une après-midi bowling à la Bulle de Saint-Quentin



Rendez-vous à 13^H45



La Bulle, rue Lamartine



Sur inscription à partir du Vendredi 29 août dès 8^H45
au numéro de solidarité 03 23 63 68 63, places limitées !

Lundi 22 septembre

Participez à une après-midi pétanque, la convivialité et la bonne humeur seront au rendez-vous !



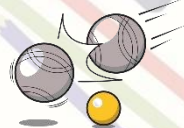
Rendez-vous de 14^H00 à 16^H30



Boulodrome Eugène Tavernier, rue de la Fère



Sur inscription à partir du Vendredi 29 août dès 8^H45
au numéro de solidarité 03 23 63 68 63, places limitées !



Animations



Inscriptions à partir du Vendredi 29 août dès 8^H45

BÉGUINAGE LEBLANC

39, Boulevard Roosevelt
Tricotin

14^H00 à 16^H30

Le Lundi 29

BÉGUINAGE LEBLANC

39, Boulevard Roosevelt
Quilling

9^H30 à 12^H00

Les Mardis 9 / 16 / 23 / 30

14^H00 à 16^H30

Les Mardis 9 / 16 / 23 / 30

BÉGUINAGE BELLEVUE

3, Rue Bellevue

Mardi 2 septembre
Réflexologie Plantaire
Créneaux de 20min
13^H30 à 16^H30



BÉGUINAGE QUENTIN BARRÉ

63, Rue Quentin Barré

Vendredi 5 septembre
Coloriage anti-stress
14^H00 à 16^H30



Avec le soutien de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie

Animations



Inscriptions à partir du Vendredi 29 août dès 8^H45

BÉGUINAGE SAINT LAZARE

22, Rue de la Fère

Mercredi 3 septembre

Jeu d'Adresse

14^H00 à 16^H30

Vendredi 19 septembre

Jeu de Fléchettes

14^H00 à 16^H30

BÉGUINAGE SAINT-AUGUSTIN

9, Rue du Moulin

Judi 4 septembre

Jeu de Fléchettes

14^H00 à 16^H30

Lundi 15 septembre

Loto

14^H00 à 16^H30



Païement le 10 septembre



Carsat

ars

agirc-arrco

ARS

Assurance Maladie

Assurance Maladie

Assurance Retraite

Assurance Retraite

L'AISNE

L'AISNE

Avec le soutien de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie

Animations



Inscriptions à partir du Vendredi 29 août dès 8^H45

RÉSIDENTCE LA FLEURANDE

21, Rue Henri Barbusse

Lundi 1^{er} septembre

Jeux de Société

14^H00 à 16^H30

Lundi 15 septembre

Loto

14^H00 à 16^H30



Païement le 10 septembre

Mercredi 24 septembre

Travaux Manuels

14^H00 à 16^H30

Jeudi 25 septembre

Yoga du Rire

15^H00 à 16^H00



Mardi 30 septembre

Massage Amma Assis

9^H00 à 12^H00



Les Mardis 2 / 9 / 16 / 23 / 30

Atelier Chant

14^H00 à 15^H30



RÉSIDENTCE LA BOISSELLE

4, Rue du Commandant Guy Bieler

Mercredi 10 septembre

Création de Bijoux

14^H00 à 16^H00



Mercredi 17 septembre

Sophrologie

15^H00 à 16^H00



Mardi 23 septembre

Atelier Cuisine

9^H00 à 11^H00



Les Mardis 2 / 9 / 16 / 23 / 30

Atelier Chant

16^H30 à 18^H00



Les Jeudis 18 et 25

Travaux Manuels

14^H00 à 16^H30

Activités Physiques Adaptées



Inscriptions à partir du Mercredi 27 août dès 13^H45

Places limitées à 50 personnes au Palais des Sports

Gym Douce

Palais des Sports



10^H00 à 11^H00

Les Lundis 1 / 8 / 15 / 22 / 29

10^H00 à 11^H00

Les Mardis 2 / 9 / 16 / 23 / 30

10^H15 à 11^H15

Les Jeudis 4 / 11 / 18 / 25

Atelier Stretching

Palais des Sports

14^H00 à 15^H00

Les Mercredis 10 / 24

Gym Dynamique

Palais des Sports



9^H00 à 10^H00

Les Lundis 1 / 8 / 15 / 22 / 29



1 cours de GYM douce ou
dynamique par semaine
pour chaque sénior.
2^{ème} cours en liste d'attente.

Atelier Equilibre

Palais des Sports

14^H00 à 15^H00

Les Mercredis 3 / 17

Qi Gong

Palais des Sports

10^H00 à 11^H00

Les Mercredis 3 / 10 / 17 / 24

10^H15 à 11^H15

Les Vendredis 5 / 12 / 19 / 26

Résidence La Boisselle

4, Rue du commandant Guy Bieler

14^H45 à 15^H45

Le Vendredi 12

Résidence La Fleurande

21, Rue Henri Barbusse

14^H45 à 15^H45

Les Vendredis 5 / 19

COORDONNÉES

Adresse mail

animations.ccas@saint-quentin.fr

Numéro de solidarité

03.23.63.68.63

Pour votre information,

les numéros ci-dessous sont susceptibles de vous appeler lorsqu'une place se libère sur une activité. Les numéros appartiennent au CCAS.

Merci d'en prendre bonne note.

07.84.10.73.85

06.73.05.19.77

07.84.10.73.99

06.08.53.15.83

06.73.05.21.84

Le planning des marches !



-Vendredi 5 septembre : 9^H00 à 11^H00 : Marche Dynamique
Rendez-vous : Résidence la Fleurande 21, rue Henri Barbusse

-Vendredi 12 septembre : 9^H30 à 11^H30 : Marche Nordique
Rendez-vous : Parking Decathlon

-Vendredi 19 septembre : 9^H00 à 11^H00 : Marche Conviviale
Rendez-vous : Entrée du Parc d'Isle

-Vendredi 26 septembre : 9^H30 à 11^H30 : Marche Nordique
Rendez-vous : Parking Decathlon



Sur inscription à partir du Mercredi 27 août dès 13^H45
au numéro de solidarité 03 23 63 68 63, places limitées !



Ne pas oublier une bouteille d'eau



NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE – IMPRIMÉ PAR NOS SOINS