

OSTÉOPOROSE & PRÉVENTION DES CHUTES

Lundi 14 Octobre
Aiguilles

ATELIERS INFORMATIQUE

Aiguilles 14h - 16h :
10, 17, 24 septembre
1, 8, 15 octobre
Guillestre 10h - 12h :
12, 19, 26 septembre
3, 10, 17 octobre



CUEILLETTE FRUITS SAUVAGES

La date sera défini en fonction du climat de cet été

CAMPAGNE ANTI-GRIPPE

Jeudi 7 Novembre
Queyras



REPAS DE NOËL

Jeudi 12 Décembre
Lieu à définir



*Pour toutes les actions une documentation sera envoyée et publiée.
Pour la plupart des actions, une navette sera mise en place*



Contactez-nous

ACSSQ

303 Route de la Chalp - Le Grand Laus

05470 AIGUILLES

GRICOURT Stéphanie

Responsable du secteur Aînés

COALOVA Délia

Agent administratif

04 92 46 89 69

06 30 10 30 52

aines.acssq@queyras.org

www.queyras.org

*Permanence le Lundi matin à Pics et Colégram,
à Guillestre (place du marché) de
9h30 à 12h et tous les jours de 9h à 12 et de 14h à 17h
dans nos locaux à Aiguilles*



A ssociation
C ulturelle
S ociale
S portive du
Q ueyras

Découvrez

Les actions du secteur Aînés

2ÈME SEMESTRE 2024



ATELIERS
NUTRITION & CUISINE
Lundi 1er juillet à Aiguilles
Mercredi 3 Juillet à Réotier



AGORA DU SPORT
Vendredi 26 Juillet
Aiguilles



SORTIES
INTERGÉNÉRATIONNELLES



VISITE EXPO OUSMANE SOW
Jeudi 8 Août
Mont-Dauphin
Avec les enfants de la Crèch'en'do



FÊTE MÉDIÉVALE
Jeudi 22 Août
Embrun
Avec les enfants des Tipis



EXPOSITION PATCH'QUEYRAS
Du 24 juillet au 7 août
Brunissard



MARCHÉ DE SAMPEYRE
Vendredi 5 Juillet
&
Vendredi 30 Août



VISITE DU MUSÉOSCOPE ET
PROMENADE EN CARLINE
Mercredi 4 Septembre
Serre-Ponçon



MARCHÉ DE CUNÉO
Mardi 17 Septembre



ATELIERS SOPHROLOGIE
De 14h à 15h
5, 12, 19, 26, septembre
3, 10, 17 octobre
Salle polyvalente Eyglers



ATELIER REMUE-MÉNINGES
Les jeudis de 14h à 16h par quinzaine
À partir du 5 septembre
Hors vacances scolaires,
Venez faire travailler vos méninges et partager
un moment convivial à la salle d'activités de
l'ACSSQ à Aiguilles



GYM DOUCE

Tous les mercredis matin
A partir de septembre
Hors vacances scolaires,
Salle polyvalente à Aiguilles
Salle polyvalente d'Eyglers



OCTOBRE ROSE
Dimanche 6 Octobre
Guillestre

