

## ATELIER

### REMUE-MÉNINGES

Les jeudis de 14h à 16h par quinzaine

À partir du 16 janvier

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

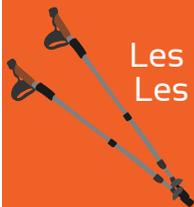
Hors vacances scolaires,  
Salle polyvalente d'Aiguilles  
Salle polyvalente d'Eygliers



### MARCHE NORDIQUE

A partir de mars

Les mercredis dans le Queyras  
Les jeudis dans le Guillestrois



**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](mailto:aines.acssq@queyras.org)

[www.queyras.org](http://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

1ER SEMESTRE 2025





## GALETTES DES ROIS

&

## JEUX DE SOCIÉTÉ

Jeudi 23 Janvier



## MARS BLEU

Dimanche 2 Mars



## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE DE L'ACSSQ

Samedi 15 Mars



## FORMATION

## GESTES DE

## PREMIERS SECOURS

Lundi 24 Mars (Guillestrois)

Mardi 25 Mars (Queyras)



## ATELIERS

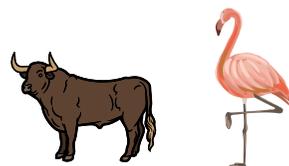
## NUTRITION & CUISINE

Mercredi 2 Avril



## SÉJOUR EN CAMARGUE

Du 22 au 26 Avril



## VISITE MUSÉE

## DIGNE-LES-BAINS

Jeudi 15 Mai

## RANDO 2 JOURS

Mardi 3 au Mercredi 4 Juin



## SORTIE CUEILLETTE

Jeudi 12 Juin



## MARCHÉ DE SAMPEYRE

Vendredi 27 Juin

