

CONFÉRENCE PRÉVENTION DES CHUTES À DOMICILE

Lundi 9 octobre

CONFÉRENCE OSTÉOPOROSE

Lundi 16 octobre

REPAS CHÈVRE SALÉE

Jeudi 19 Octobre

Restaurant Le Chamois à Ancelle

CAMPAGNE ANTI-GRIPPE

Jeudi 9 novembre

Queyras uniquement

MARCHE DE NOËL À TURIN

Samedi 1er Décembre

Avec le secteur Famille

REPAS DE NOËL

Jeudi 7 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 09h30 à 12h.*



Découvrez

Les actions du secteur Aînés

2ÈME SEMESTRE 2023



Guillestrois-Queyras
Communauté de communes

Hauts-Alpes
Département

Liberté • Égalité • Fraternité
REPUBLIQUE FRANÇAISE

santé
famille
retraite
services

ars
Carrefour des services

Carsat
Saf 04

REGION
SUD
ALPES
CANTON

ATELIER CUISINE ET NUTRITION

3 et 5 juillet à Aiguilles



EXPOSITION PATCHWORK

Du 17 au 31 Juillet

Salle les Myosotis à Moline



LE MUSÉE DE L'ABEILLE

Mardi 25 Juillet à Moline

Avec le Centre de Loisirs
Les Renardeaux

VISITE DE LA CHÈVRERIE DES MOULINS D'ARVIEUX

Jeudi 3 Août

Avec les enfants du Centre d'éveil
d'Aiguilles

ATELIER PÂTISSERIE

Mardi 29 Août à Aiguilles

Spécial diabétique



PARC ANIMALIER

Mardi 8 Août au Sauze-du-Lac

Avec le Centre de Loisirs
Les Renardeaux



RANDONNÉE &

REPAS AU LOU CHANCROY

Jeudi 24 Août à Abriès



MARCHÉ DE SAMPEYRE

Vendredi 1er Septembre



RANDONNÉE 2 jours

19 et 20 Septembre
Champoléon dans le Champsaur

RANDONNÉE

Jeudi 7 Septembre
Vallon du Pisset



GYM DOUCE

Tous les mercredis matin

À partir du mercredi 20 septembre

Hors vacances scolaires,
9h-10h à Eyglies / 11h-12h à Aiguilles



ATELIER REMUE-MÉNINGES

Les jeudis de 14h à 16h par quinzaine

À partir du 7 septembre

Hors vacances scolaires,
Venez faire travailler vos méninges et partager un
moment convivial à la salle d'activités de l'ACSSQ



OCTOBRE ROSE

Dimanche 1er Octobre

Animation, parcours de marche, repas



JEUX DE SOCIÉTÉ

Tous les jeudis après-midi

à partir de 14h00

Retrouvez-vous autour d'une partie de cartes,
de jeux...

CUEILLETTE

FRUITS SAUVAGES

En septembre à la Monta

La date sera arrêtée en fonction du climat de l'été