

## ATELIER ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTE



### Arglès-Gazost :

Salle des fêtes

Jeudi : 8h15-9h00

Jeudi : 11h-11h45

### Ayzac-ost ou Lau Balagnas:

Salle des Fêtes

Vendredi : 8h45-9h30

### Cauterets :

Salle Wallon

Mardi : 9h00-10h00

(M2P)

Mardi : 10h00-11h00

### Arrens-Marsous :

Maison des Jeunes

Lundi de 10h-10h45

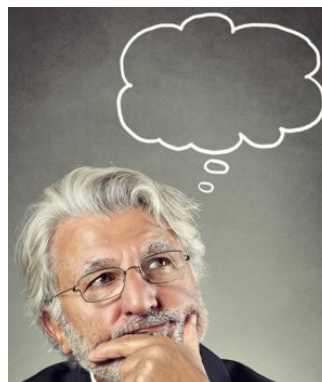
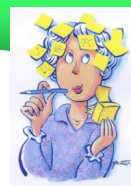
### Partenariat avec les animateurs référents :

Nicolas SERRE et M2P

Professeurs d'Activité Physique et Adaptée  
Séniors

**Tarifs: 45€ le trimestre.**

## ATELIER MEMOIRE



### Prochainement

### Partenariat avec animateur référent :

Nicolas SERRE animateur M2P

## LE GROUPE DE MARCHÉ DÉTENTE



Des Bénévoles organisent autour  
d'Arglès-Gazost des sorties marches.

## ATELIER « ZEN DANS SON ASSIETTE ET DANS SON CORPS »



« Zen dans son assiette et dans son corps » !

*L'importance d'une alimentation adaptée  
couplée à l'activité Physique*

### Prochains ateliers prévus

### Septembre 2022

**Luz-St-Sauveur** Mardi 10h à 12h30

**Arglès-Gazost** Mardi 16h15 à 18h45

**Jarret** Jeudi 10h-12h30

### Animateurs :

Julien LACQUE-LABARTHE Diététicien

Corinne GERBET Sophrologue

et Nicolas SERRE Animateur Sportif

**Tarifs: Adhésion 10 € + 10€ de participation**



## ATELIER INFORMATIQUE



### Argelès-Gazost

Petite salle de la terrasse  
Mercredi 9h-10h30  
Mercredi 10h30-12h

### Agos-Vidalos

Mairie  
Vendredi 9h-10h30  
Vendredi 10h30-12h

### Beaucens

Salle des associations  
Mardi 14h-15h30  
Mardi 15h30-17h

### St-Pé-de-Bigorre

Mairie  
Lundi 14h-15h30

### Barlest

Mairie  
Mercredi 16h30-18h

### Soulom

Mairie  
Mardi 9h-10h30

### Arrens-Marsous

Maison des jeunes  
Jeudi 9h-10h30  
Jeudi 10h30-12h

### Jarret

Espace Abéliou  
Jeudi 13h45-15h15  
Jeudi 15h15-16h45  
Jeudi 16h45-18h15

Animateur : Mr Xavier MARTIAL

Adhésion : 10€ + 15€ le Trimestre

Ateliers de septembre à juin

## VOYAGE CLIC Pays Des Gaves



**Voyager, s'amuser, se créer de  
nouvelles amitiés, il n'y a pas  
d'âge !**

Projet Voyage 2022  
en cours d'élaboration

Accompagnatrices du Séjour :

Nathalie CASENY Coordinatrice CLIC

Bénévoles et Petits Frères des Pauvres

+ Animateur du site d'accueil pour les activités  
et excursions.

Tarifs: Déduction de 150€ de la ANCV sous  
conditions de ressources.



**C.L.I.C.**  
Pays des Gaves

## Actions-Collectives De Prévention

-Vous avez 60 ans ou plus

-Que vous soyez

**Robuste ou Fragile**

- Vous recherchez une  
activité au plus près de chez  
vous qui vous convienne

**Informations-Inscriptions-Tarifs**

**05.62.90.39.85.**

**actionsco.clicpaysdesgaves@gmail.com**

**Situé derrière le Trésor Public**

**-5 Passage du Parc -**

**65400 Argelès-Gazost**

