

Programme d'animations Mai 2024

Pôle Seniors

CONFERENCE

Vendredi 3 mai 2024 à 14H30

« Les 7 péchés capitaux : pas si mortels »

Au fil des temps, l'humour et la légèreté, se sont emparés de ces maladies de l'âme et comme « faute avouée est à moitié pardonnée », ne nous privons pas de nous moquer de ces travers qui mènent les hommes et le monde.

Animée par : Mme LEJON Christiane

Lieu : Salle Mozart, 166 Bd Maréchal Leclerc, 83000 Toulon

Inscriptions au Pôle Séniors à partir du mardi 16 avril 2024

BOWLING

Lundi 6 mai 2024 de 14h à 16h

Lieu : Bowling de La Garde (en bus, lignes 19, 29, 103 et 191)

Tarif : 5 € les 2 parties

Inscriptions au Pôle Séniors à partir du lundi 22 avril 2024

ATELIERS : « MARCHÉ ACTIVE »

En avant ... Marche !

Les mardis 7, 14, 21 et 28 mai 2024 de 10h00 à 12h00

La marche active est un sport d'endurance également appelé « marche sportive » et « marche rapide ».

Elle génère de nombreux bénéfices comme l'amélioration de l'endurance le renforcement musculaire mais aussi l'amélioration de la santé mentale.

Elle prévient le risque de maladies cardiovasculaires et du diabète, améliore la fonction cardiaque et les capacités respiratoires, facilite la résistance à l'effort et lutte efficacement contre le stress

Atelier limité à 12 personnes

Animés par : Monsieur Mathéo PERROT-JURIC, de l'Asept Paca

Lieu de Rdv : Centre Municipal des plages, Promenade Henri Fabre, plage du Mourillon 83000 Toulon

Inscriptions au Pôle Séniors à partir du mardi 23 avril 2024



THEATRE COMEDIA

Samedi 11 mai 2024 à 18h00

Cinéma : « Bougre – La grande hérésie européenne »

Fredo Valla, cinéaste occitan des Vallées Piémontaises, a tourné en 2021 ce film documentaire sous-titré de 3h 20 dont il propose ici une version réduite à 1h 30.

Sur les pas des hérétiques du Moyen-Âge, des Cathares aux Bogomiles, de la Méditerranée jusqu'aux Balkans, c'est un long voyage à travers la Bulgarie, la Bosnie, la Turquie, l'Italie et l'Occitanie. Du simple sens de « bulgare » à l'origine, le mot « bougre » a pris un sens péjoratif dès qu'il a désigné l'hérétique bulgare, le Bogomile. Le bougre aujourd'hui, qu'il soit bon ou mauvais, reste un individu inférieur, sans intérêt ni valeur. Son film démontre que leur persécution s'explique aussi et peut-être surtout, par le motif que les Cathares et les Bogomiles ne proposaient pas seulement une vision différente de l'Eglise mais également une société différente, plus ouverte (l'égalité hommes-femmes par exemple).

Lieu : Espace Comédia, Théâtre de la méditerranée, 10 rue Orvès, le Mourillon, 83000

Tarif : 12 € (sur place au Théâtre Comédia)

Nombre de places limité à 20 personnes

Inscriptions au Pôle Séniors à partir du vendredi 3 mai 2024

Un carton nominatif sera donné

CONFERENCE

Lundi 13 mai 2024 de 15h00 à 17h00

La société des Sciences Naturelles et d'Archéologie de Toulon et du Var propose une conférence intitulée « L'âge de glace ».

Animée par : Madame Anne Sohier-Meyrueis.

Lieu : Salle Mozart, 166 Bd Maréchal Leclerc, 83000 Toulon

Entrée libre. Aucune réservation au préalable

THEATRE LIBERTE

Jeudi 16 mai 2024 à 20h00

« Montessori »

Après avoir monté des textes d'Hannah Arendt dans le spectacle *Fragments* et d'Albert Camus à l'occasion de « l'Année » Albert Camus initiée par la Région Sud, Bérengère Warluzel porte au plateau la voix et la pensée de Maria Montessori dans un nouveau spectacle intense et jubilatoire.

Lieu : Théâtre Liberté, Grand Hôtel, 185 Pl. de la Liberté, 83000 Toulon

Tarif : 20 € (sur place au Théâtre Liberté)

Nombre de places limité à 6 personnes

Inscriptions au Pôle Séniors à partir du vendredi 3 mai 2024

THEATRE COMEDIA

Vendredi 17 mai 2024 à 20h45

Théâtre : « On fabrique, on vend, on se paie »

Besançon, été 1973. Suite au rachat de l'usine Lip, un plan de licenciement est annoncé : ils sont « les 480 à dégager ». Débute alors pour les ouvriers et les ouvrières de l'usine, fleuron de l'horlogerie française, une des grèves les plus emblématiques de la fin des « Trente Glorieuses », qui rencontrera un écho presque mythifié dans l'histoire ouvrière. Au sein de la lutte Lip, la prise de position des femmes est absolument structurante. Le spectacle s'ouvre sur la dernière scène, la fin de la lutte, moins belle, moins épique. Une boucle temporelle, presque comme pour se débarrasser du point final. La fin de la lutte « est moche » comme dirait Monique. Mais toute cette histoire est d'une richesse sans précédent. La force déployée par la mobilisation collective de ces employés, c'est ce qui restera.

Lieu : Espace Comédia, Théâtre de la méditerranée, 10 rue Orvès, le Mourillon, 83000 Toulon

Tarif : 16 € (à régler sur place à l'Espace Comédia)

Nombre de places limité à 20 personnes

Inscriptions au Pôle Séniors à partir du vendredi 3 mai 2024

Un carton nominatif sera donné.

INFORMATIQUE Assistance informatique

Lundi 27 mai 2024 à 14h00

L'objectif est d'aider les seniors à traiter les problèmes liés à l'utilisation de leur outil informatique (répondre aux mails, création du mot de passe, transmettre les fichiers et/ou les photos, ect ...)

Atelier animé par : l'association AGIRabcd.

Lieu : Salle n°005, Pôle Famille, 1 rue Robert Schuman, 83000 Toulon

Nombre de places limité à 8 personnes

Inscriptions au Pôle Seniors à partir du lundi 13 mai 2024

PREVENTION DES ACCIDENTS DOMESTIQUES

Lundi 27 mai 2024 de 10h00 à 12h00

Rappel des précautions, mise en situation pour identifier les erreurs d'aménagement de son habitation.

Nombre de places limité à 8 personnes

Atelier animé par : AGIRabcd

Lieu : Maison de la Méditerranée, salle Port-Cros, Rue Commandant Infernet, 83000 Toulon

Nombre de places limité à 8 personnes

Inscriptions au Pôle Seniors à partir du lundi 13 mai 2024