

Communiqué de presse

Journée des seniors, mardi 15 avril à 14h au Solarium (Gradignan)

Parmi les nombreuses activités proposées, l'Espace seniors organise une sortie pour découvrir le spectacle « À Plein Tubes - Les années Boum », mardi 15 avril à 14h30 à la salle du Solarium de Gradignan.

Un florilège musical qui décoiffe !

Le spectacle « À Plein Tubes » se décline dans un tourbillon de costumes et de lumières pour émerveiller le public. Les huit artistes chanteurs, danseurs et comédiens de la troupe reprennent un répertoire français et international pour faire revivre les plus belles chansons qui ont rythmé les dernières décennies : Lambada, Macarena, Macumba, Les mots bleus, Le Sud, L'été indien... des tubes pour faire renaître la variété à la sauce années Boum, de Jeanne Mas en passant par Téléphone ou Julie Piétri sans oublier Emile et Images, Christophe Maé, Mika...

Des activités pour tous déclinées toute l'année

L'équipe dynamique de l'Espace seniors accueille le public et propose des activités sportives, ludiques et culturelles régulières tout au long de l'année.

-activités « Atout Zen » adaptées à tous les niveaux : forme musculaire, Body zen, Sculpt zen, Fit zen, sons et émotions, atelier autour des senteurs. Ateliers découverte : Qi danse, Bio 'Ty-Qi - Atelier stretching relaxation, ludique (langage corporel).

-ateliers sport et bien-être : gymnastique adaptée, équilibre et mémoire, Qi-Gong, Pilate, Yoga, Zoom'ba douce, fitness danse. Marche douce, d'entretien, rapide, dynamique.

-rendez-vous culturels : conférences, ateliers d'histoire des antiquités nationales, sorties culturelles à la demi-journée ou à la journée, après-midis bal récréatifs, cours d'œnologie, d'écoute musicale, sorties cinéma le lundi, sorties au musée, sorties spectacles, visites d'expositions.

-permanences connectées : accompagnement individuel et conseils informatiques

-ateliers d'expression : « Le petit théâtre des seniors », atelier opérette, chorale Arc-en-ciel, ensemble vocal Chante Clair. Ateliers danses espagnoles, danses Bollywood, modern jazz...

-Conversation et cours d'anglais, cours, conversation et culture espagnols,

-ateliers créatifs et récréatifs : atelier mosaïque, peinture et dessins, peinture sur soie et sur porcelaine, atelier couture (stylisme), atelier libre tricot et crochet, patchwork, broderie.

-jeux de société (bridge, scrabble en duplicate, Mahjong, Tarot et belote, Poker...)

Une carte seniors délivrée gratuitement permet de bénéficier de réductions sur des produits et services chez les commerçants et artisans partenaires de Talence.

Infos et inscriptions : Espace seniors

Château Margaut - 412 cours de la Libération - 33400 Talence

Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h

espacesenior@talence.fr - 05 56 84 78 02 / 01