

EN +



La Semaine Bleue à Fréjus

 Du 6 au 12 octobre 2025

 Une semaine dédiée aux seniors sous le thème national :

« Vieillir, une force à partager »

 Visites, ateliers bien-être, repas dansant, rencontres intergénérationnelles...

 Des moments joyeux à vivre ensemble !

 Inscriptions : du 8 au 26 septembre

 Uniquement à l'accueil du CCAS

Contact

Le Kipling, 305 Avenue Aristide Briand - 83600 FRÉJUS

Du lundi au vendredi de 9h à 17h

Nous joindre : 04 94 17 66 20 – g.rinaudo@ville-frejus.fr

CCAS
FRÉJUS

Programme Animations

Septembre



Décembre 2025



ACTIVITÉS



Bals

Salle du Bateau, Port-Fréjus
de 14h à 18h

- | | |
|--|--|
| ☐ 26 septembre
inscriptions à partir du 08/09 | ☐ 28 novembre
inscription à partir du 03/11 |
| ☐ 31 octobre
inscription à partir du 13/10 | ☐ 12 décembre
inscription à partir du 01/12 |

Gym Douce

Centre d'Animation de Villeneuve
(sauf vacances scolaires)

Reprise le 17 septembre

Tous les mercredis de 9h à 10h

20€/trimestre

Ou



60€ /An



Yoga

Salle de la Résidence
"Les Jardins d'Agrippa"

Reprise le 02 octobre

Tous les jeudis de 15h à 16h

30€/trimestre

Randonnées

(Tenue et chaussures
de randonnée obligatoires)

Départ du CCAS

- | |
|---|
| ☐ 17 octobre
Sillans la Cascade |
| ☐ 14 novembre
Les Meules de Bagnols-en-forêt |

5€/randonnée



RAPPEL

- Pour participer aux activités sportives, merci de bien vouloir fournir un certificat médical.
- Les randonnées sont susceptibles d'être modifiées ou annulées.
- Les activités et les ateliers payants sont non remboursables (sauf cas particuliers, voir règlement).

ATELIERS



Compositions Florales

de 14h à 16h

Respelido

CCAS

Saint Jean de
Cannes

- | | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ 09 septembre | ☐ 23 septembre | ☐ 30 septembre |
| ☐ 07 octobre | ☐ 14 octobre | ☐ 21 octobre |
| ☐ 11 novembre | ☐ 04 novembre | ☐ 18 novembre |
| ☐ 02 décembre | ☐ 09 décembre | ☐ 16 décembre |

8€/atelier



Sophrologie

CCAS

2 lundis par mois de 15h30 à 17h

30€/trimestre

Demander le calendrier

Théâtre



Salle de la Résidence
"Les Jardins d'Agrippa"

2 lundis par mois

un 1er groupe de 9h à 10h30

un 2ème groupe de 10h30 à 12h

35€/trimestre

Demander le calendrier



Numérique

CCAS

Tous les jeudis de 14h à 16h
du 16 octobre au 18 décembre

Niveau débutant



Mémoire

CCAS

Tous les mardis de 10h à 12h
du 30 septembre au 16 décembre