

VOTRE EXCURSION DU MOIS PORQUEROLLES

Mercredi 29 Avril

AU PROGRAMME :

- **8H30** : Rendez-vous parking Place Armée d'Afrique.
- **9H30** : Départ du bateau pour Porquerolles avec la compagnie TLV.
- **10H00** : Arrivée sur l'île de Porquerolles. Au choix : vous pourrez flâner dans le village ou visiter le fort St Agathe (entrée à régler sur place).
- **12H00** : Pique-nique sur la plage de la Courtade (300 m environ de la villa Carmignac).
- **12H45** : Rendez-vous à la Fondation Carmignac pour une visite guidée de l'exposition « Sea, Pop & Sun ». Durée de la visite environ 1h30 - 2h00.
- **15H45** : Retour à l'embarcadère.
- **16H30** : Départ du bateau.
- **17H15** : Retour en bus pour Le Pradet.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : max. 25 pers. en bonne condition physique.

Programmation & horaires sont sous réserves de modification, confirmation 48h avant la sortie.

Participation : 25 €/personne.

Le prix comprend : Le transport en bus aller/retour Le Pradet- Giens Tour fondue. Le transfert bateau Tour Fondue/ Porquerolles aller/retour. L'entrée à la villa, la visite guidée d'une durée de 02h.

Le prix ne comprend pas : le déjeuner/ pique-nique, l'entrée au fort St Agathe (6 € individuel / 3 € tarif groupe à partir de 15 personnes : merci d'indiquer votre choix à la réservation pour bénéficier d'un tarif groupe), les extras.

SERVICE ANIMATION +60

Christine Beaudou, chargée de mission Animation+60

Parc Cravero, 83220 Le Pradet

Email : carte-partage@le-pradet.fr

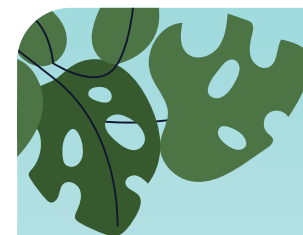
Tél : 04 94 08 69 55

Du lundi au vendredi de 08h30 à 12h
et 13h30 à 17h00



VILLE DU PRADET

*Activités réservées aux membres de la Carte Partage



VOS RENDEZ-VOUS SENIORS

Avril 2026





MARDI 7 AVRIL • 10H30 - 12H00



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * SÉANCE STRETCHING / GYMNASSE LA BÂTIE

À travers des étirements en douceur, Françoise vous aide à libérer les tensions, assouplir votre corps et vous reconnecter à des sensations de bien-être.

*Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 20 personnes.
En cas de forte demande, une seule séance sera validée.*

MERCREDI 8 AVRIL • 14H30 - 16H00



VOTRE RENDEZ-VOUS LUDIQUE * JEU DE MIMES PAR ÉQUIPE / FOYER DES ANCIENS

Venez vous amuser en faisant deviner des mots, des titres de films ou des actions. Un réel moment de partage accessible à tous suivi d'un goûter.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : min. 4 - max. 12 personnes.

VENDREDI 10 AVRIL • 09H15 - 11H15



VOTRE RENDEZ-VOUS MANUEL * ATELIER FLORAL / FOYER DES ANCIENS

Régine vous propose une création d'un bouquet printanier.

*Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 8 personnes.
Participation 10€ / personne (à régler sur place).*

LUNDI 13 AVRIL • 10H30 - 12H00



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * GYM CHINOISE / GYMNASSE LA BÂTIE

Simone toujours en forme, vous communique tous ces secrets pour rester en pleine forme.

*Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 16 personnes.
En cas de forte demande, une séance par mois et par personne sera autorisée. Merci de prioriser vos choix à l'inscription.*

LUNDI 13 AVRIL • 14H30 - 17H00



VOTRE RENDEZ-VOUS LUDIQUE * TAROT / FOYER DES ANCIENS

Jeu ouvert à tous !

Inscription obligatoire « Carte Partage » : min. 8 - max. 20 personnes.

MERCREDI 15 AVRIL • 14H30 - 16H00



VOTRE RENDEZ-VOUS CULTUREL * CONFÉRENCE / FOYER DES ANCIENS

Connaissez-vous l'environnement des espèces marines qui vivent dans notre mer Méditerranée ?

Karine vous invite à plonger au cœur de cet écosystème fascinant afin d'en découvrir toute la richesse et la diversité.

A travers son regard passionné, elle vous emmènera explorer les différents habitats marins, tout en vous sensibilisant à la beauté de ce patrimoine naturel et si fragile.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : min. 6 - max. 20 personnes.

JEUDI 16 AVRIL • 14H45 - 16H30



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * TOURNOI DE PÉTANQUE RÉSIDENCE RAI DE SOULÉOU

Place au jeu et à la convivialité ! Aux côtés des résidents, participez à notre tournoi séniors de la "Carte Partage" contre les séniors de la résidence « Rai de Souleou », avant de se retrouver autour d'un goûter festif.

*Inscription obligatoire « Carte Partage » : min. 4 - max. 9 personnes.
Matériel non fourni.*

LUNDI 20 AVRIL • 14H30 - 17H00



VOTRE RENDEZ-VOUS LUDIQUE * TAROT / FOYER DES ANCIENS

Jeu ouvert à tous !

Inscription obligatoire « Carte Partage » : min. 8 - max. 20 personnes.



MARDI 21 AVRIL • 10H30 - 12H00



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * SÉANCE STRETCHING / GYMNASSE LA BÂTIE

Françoise vous invite à poursuivre des étirements tout en douceur, pour gagner en souplesse et retrouver une sensation de bien-être dans votre corps.

*Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 20 personnes.
En cas de forte demande, une seule séance sera validée.*

MERCREDI 22 AVRIL • 10H30 - 12H00



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * GYM CHINOISE / GYMNASSE LA BÂTIE

Simone toujours en forme, vous communique tous ces secrets pour rester en pleine forme.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 16 personnes.

En cas de forte demande, une séance par mois et par personne sera autorisée. Merci de prioriser vos choix à l'inscription.

MERCREDI 22 AVRIL • 14H30 - 16H00



VOTRE RENDEZ-VOUS CULTUREL * « AU FIL DES MOTS » / FOYER DES ANCIENS

Une odeur, une saveur... et les souvenirs s'éveillent. Voici le thème du jour ! Michèle nous invite à un voyage sensible au cœur de l'enfance, où parfums et goûts d'autrefois ravivent vos émotions.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 10 personnes.

VENDREDI 24 AVRIL • 11H30 - 15H00



VOTRE RENDEZ-VOUS FESTIF * AVANT-PREMIÈRE Ô FÊTES PRADÉTANES PLACE FLAMENQ

Venez profiter en avant-première et découvrir avant l'ouverture au public les exposants, restaurateurs. Prolongez l'expérience avec un concert gratuit offert par la municipalité. Musique et convivialité seront aux rendez-vous.

Inscription obligatoire « Carte Partage » avant le 20 avril.

Entrée gratuite, consommation à votre charge.

Un petit cadeau offert.

MARDI 28 AVRIL • 09H30 - 11H00



VOTRE RENDEZ-VOUS MANUEL * ATELIER CARTERIE / FOYER DES ANCIENS

Christiane vous propose un atelier doux, qui mêle créativité, détente et échanges autour de l'arrivée du printemps.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 10 personnes.

Participation 5€ / personne (à régler sur place).

JEUDI 30 AVRIL • 15H30 - 16H30



VOTRE RENDEZ-VOUS FESTIF * ANIMATION MUSICALE RÉSIDENCE RAI DE SOULEOU

La résidence vous invite à partager un moment festif sur le thème « guinguette » animée par le chanteur « Mister Marigot ».

Un après-midi joyeux clôturé par un goûter.

Renseignement et inscription : Accueil de la résidence ou par téléphone au 04 94 21 39 85.

Adhérents « Carte Partage » : maximum 10 personnes.