

VOTRE EXCURSION DU MOIS SAINTES MARIES DE LA MER CAMARGUE

Mercredi 23 Septembre

AU PROGRAMME :

- **7H :** Rendez-vous et départ du Pradet.
- **9H45 - 10H :** Arrivée au mas de Pioch. Départ en charrette aménagée tiré par un tracteur au cœur du domaine de 250 hectares avec les gardians à cheval (2h environ). Pendant la balade, les gardians vous présenteront la manade, les coutumes et traditions et une démonstration de tri du bétail. Suivi d'un apéritif et déjeuner.
- **Au menu :**
Salade des gardians (salade verte et ses crudités du moment, olives noires)
Gardianne de taureau et riz Camargue
Assiette de fromages
Tarte aux pommes
Café et vin de pays rouge et rose
- **14H15 :** Départ en bus vers l'embarcadère pour rejoindre le bateau TIKI III. 01h30 de promenade en bateau sur le « petit Rhône ».
- **15H45 :** Départ en bus pour le Pradet.
- **18H30 :** Retour

Inscription obligatoire « Carte Partage » : max. 35 personnes.

Les horaires sont à titre indicatif, confirmation 48h avant la sortie.

Participation : 60 €/personne.

Le prix comprend : Le transfert aller/retour en autocar, le gasoil, les péages. La visite guidée et animation. Le déjeuner. La promenade sur le bateau TIKI III.

Le prix ne comprend pas : 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



MERCREDI 2 SEPTEMBRE • 09H00 - 10H30



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * INITIATION KAYAK / CENTRE DE LA GARONNE

La municipalité, en partenariat avec le service des Sports et le centre de kayak, vous propose une séance d'initiation au kayak, encadrée par les éducateurs sportifs de la Ville.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 20 personnes.

La sortie est sous réserve des conditions météorologiques.

DIMANCHE 6 SEPTEMBRE • 10H00 - 16H00



FORUM DES ASSOCIATIONS PARC CRAVÉRO

Les associations pradétanes vous accueillent tout au long de la journée pour vous présenter leurs activités et répondre à toutes vos questions. Votre chargée de mission sera également présente pour procéder à l'actualisation de votre adhésion.

Pour renouveler votre inscription, pensez à vous munir d'un justificatif de domicile de moins de trois mois.

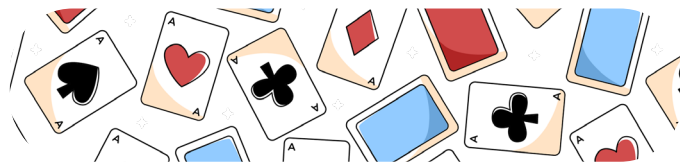
LUNDI 7 SEPTEMBRE • 14H30 - 17H00



VOTRE RENDEZ-VOUS LUDIQUE * TAROT / FOYER DES ANCIENS

Jeu ouvert à tous !

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



MERCREDI 9 SEPTEMBRE • 10H30 - 12H00



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF* GYM CHINOISE / FOYER DES ANCIENS

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

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 15 personnes.

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

MERCREDI 9 SEPTEMBRE • 14H30 - 16H00



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

Une plume, un écrit, un thème ! Michèle vous emmène à réfléchir sur le thème du mois : « Faites la promotion de votre livre préféré ».

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 10 personnes.

VENDREDI 11 SEPTEMBRE • 09H00 - 12H00



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

Laissez libre cours à votre créativité en réalisant une composition florale unique, selon vos envies. À partir de fleurs et de feuillages de saison, créez une œuvre qui vous ressemble, sans modèle imposé, tout en bénéficiant de conseils de votre animatrice Régine.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 8 personnes.

Participation 10€ / personne (à régler sur place).

MARDI 15 SEPTEMBRE • 14H00 - 15H30



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * BALADE EN DRASCOMBE CENTRE NAUTIQUE DE LA GARONNE

Le centre nautique de la Garonne vous embarque encore cette année pour une randonnée côtière d'1h30 à bord de son merveilleux Drascombe.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 7 personnes.

Vous pouvez vous inscrire en liste d'attente sur les prochaines sessions.

Animation sous réserve des conditions météorologiques et sous certaine condition physique.

JEUDI 17 SEPTEMBRE • 10H30 - 12H00



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * BALADE EN DRASCOMBE CENTRE NAUTIQUE DE LA GARONNE

Le centre nautique de la Garonne vous embarque encore cette année pour une randonnée côtière d'1h30 à bord de son merveilleux Drascombe.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 7 personnes.

Vous pouvez vous inscrire en liste d'attente sur les prochaines sessions.

Animation sous réserve des conditions météorologiques et sous certaine condition physique.

JEUDI 17 SEPTEMBRE • 14H00 - 16H00



VOTRE RENDEZ-VOUS MIEUX-ÊTRE * CAFÉ - DÉBAT / FOYER DES ANCIENS

L'héritage invisible de nos histoires familiales

Que transmettons-nous d'une génération à l'autre ?

Les histoires, les secrets, les traumatismes ?

Les croyances familiales peuvent-elles influencer notre parcours ?

Ce café-débat animé par Pierrette sera un temps d'échange pour explorer ces questions que l'on se pose sur notre héritage transgénérationnel.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : minimum 20 personnes.

Participation : 5 € à régler directement sur place.

LUNDI 21 SEPTEMBRE • 10H30 - 12H00



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF* GYM CHINOISE / FOYER DES ANCIENS

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

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 15 personnes.

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

MARDI 22 SEPTEMBRE • 14H00 - 15H30



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * BALADE EN DRASCOMBE CENTRE NAUTIQUE DE LA GARONNE

Le centre nautique de la Garonne vous embarque encore cette année pour une randonnée côtière d'1h30 à bord de son merveilleux Drascombe.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 7 personnes.

Vous pouvez vous inscrire en liste d'attente sur les prochaines sessions.

Animation sous réserve des conditions météorologiques et sous certaine condition physique.

VENDREDI 25 SEPTEMBRE • 09H30 - 11H45



VOTRE RENDEZ-VOUS CHALLENGE * KHO LANTA VERSION SÉNIORS LIEU EN EXTÉRIEUR À CONFIRMER

Vous êtes plutôt rouge ou plutôt jaune !

Venez participer en équipe à différentes épreuves amusantes et accessibles aux plus sportifs. Chaque participant aura son importance, car dans cette aventure, la solidarité sera la plus grande des forces. Alors préparez vos encouragements, votre énergie et votre bonne humeur...

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 14 personnes

Le lieu sera confirmé 48h avant selon les conditions météorologiques.

LUNDI 28 SEPTEMBRE • 14H30 - 17H00



VOTRE RENDEZ-VOUS LUDIQUE * TAROT / FOYER DES ANCIENS

Jeu ouvert à tous !

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

MARDI 29 SEPTEMBRE • 10H30 - 12H00



VOTRE RENDEZ-VOUS SPORTIF * SÉANCE STRETCHING / FOYER DES ANCIENS

Françoise (ex professeur de sports) vous propose de pratiquer des étirements musculaires afin de développer votre souplesse et vous sentir mieux dans votre corps.

Inscription obligatoire « Carte Partage » : maximum 15 personnes.