

Activités bien vieillir

Avec le centre social l'Escale

Un équipement de proximité, ouvert à tous

L'escale est une structure d'animation proposant des activités de loisirs et de prévention en direction des adultes, des seniors et des personnes porteuses de handicap.

L'Escale favorise le bien-être et la convivialité dans les ateliers afin de permettre à chacun d'échanger, de partager, de créer du lien tout en se faisant plaisir !

Adultes et seniors

Ateliers de loisirs

Peinture sur bois/verre/métal, couture, mosaïque, jeux de société, aquarelle, dessin, gym sportive, gym dynamique, gym douce, cuisine du monde, cuisine technique des pâtisseries, les sorties culturelles...

Ateliers de prévention

Form'équilibre, vitalité, mémoire, form'bien-être, nutrition santé, bien chez soi, sécurité routière, accidents domestiques, compost'attitude, les défis familles anti gaspi, réunions d'informations, conférences.



Hôtel de ville

Allée du
Bois
d'Ariste
64230
Lescar
05 59 81
57 00

HORAIRES

:
Lundi au
Vendredi
de 8h30 à
12h et de
13h30 à
17h