



LOISIRS

Le Centre socioculturel en nov

Découvrez le programme du centre Socioculturel en novembre à Lescar

01 > 30
NOV. NOV.

📍 CENTRE SOCIOCULTUREL
COMPLEXE VICTOR-HUGO RUE MAURICE RAVEL
64230 LESCAR

Atelier cuisine végétarienne

Lundi 3 novembre 2025

Apprenez à cuisiner des plats sans viande avec Joël de 18h à 20h : Lasagnes pesto de champignons et sa mousse de roquefort aux poires et gingembre.

Lescariens 7 €, Non-Lescariens 14 €.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Conférence : tout savoir sur la mobilité électrique

Mardi 4 novembre 2025

Enjeux et solutions, présentés par Territoires d'Énergies 64. Tout public.

Au Centre socioculturel à 20h30.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Family Zen : je me rassure dans mes peurs

Mercredi 5 novembre 2025

Des ateliers de sophrologie pour partager un moment de calme, d'échange et de complicité avec vos enfants ou petits-enfants (5-11 ans), de 14h à 16h.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

A vos idées !

Du lundi 3 au 30 novembre 2025

Afin de préparer un moment fort pour les journées des familles du 4 au 7 mai prochain, le Centre socioculturel

souhaite vous associer au projet à travers un sondage : <https://forms.office.com/e/U8YF3rHscg> 
+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Atelier mémoire

A partir du 3 novembre

Le Centre socioculturel et l'ASEPT proposent un cycle de 10 séances pour les plus de 55 ans qui souhaitent améliorer les petits trous de mémoire qui viennent perturber leur quotidien. Redécouvrez vos propres ressources grâce à des exercices ludiques. Les lundis de 9h30 à 11h30. Gratuit, sur inscription. Attention, places limitées.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Atelier yoga du rire

A partir du 7 novembre

Le Centre socioculturel et l'ASEPT proposent un cycle de 8 séances pour les plus de 55 ans qui souhaitent améliorer et maintenir leur qualité de vie : éveil du corps, respiration, rire et relaxation guidée. Les vendredis de 9h45 à 11h, Salle collective des Coustettes. Gratuit, sur inscription. Attention, places limitées.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Inscriptions sortie journée à la découverte d'Auch

A partir du 17 novembre

Visite commentée et dégustation à la ferme En Castéra, spécialisée dans l'élevage de canards. Pique-nique ou repas à la brasserie Le France (menu à 25 €).

Quartier libre dans le centre historique d'Auch, où chacun pourra explorer la ville à son rythme.

Départ 7h30, retour à 18h30.

Attention places limitées.

Inscription Lescariens du 17/11 au 05/12, 20 €. Non-Lescariens du 1/12 au 5/12, 40 €.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Atelier cuisine du monde

Lundi 10 novembre

Escale au Danemark avec Joël de 18h à 20h : Croquettes de crevettes en croûte persillée et ses escargots à la cannelle. Lescariens 7 €, Non-Lescariens 14 €.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Family Zen : chasser sa colère et ramener le calme

Mercredi 12 novembre

<https://www.lescar.fr/information-transversale/agenda/le-centre-socioculturel-en-novembre-1597?>

Des ateliers de sophrologie pour partager un moment de calme, d'échange et de complicité avec vos enfants ou petits-enfants (5-11 ans), de 14h à 16h.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Conférence : le Béarn d'autrefois

Vendredi 14 novembre

C'était le temps où on allait à l'école à pied, le temps des pèlères et des espérrouquères. Une conférence de Jean Touyarou à 14h30. Entrée libre.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Atelier cuisine végétarienne

Lundi 17 novembre

Apprenez à cuisiner des plats équilibrés, sans viande avec Joël de 18h à 20h : OEufs mayo version chef, version tradi et son tatin d'ananas et caramel au rhum. Lescariens 7 €, Non-Lescariens 14 €.

📍+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

L'auberge des âges

Mercredi 19 novembre

Venez partager un moment convivial avec nous. Apportez quelques ingrédients pour réaliser une recette choisie.

De 10h à 12h : Préparation du repas

De 12h à 14h : À table !

Si vous ne pouvez pas être présent pendant la préparation, rejoignez-nous en apportant des boissons, du pain, etc.

Animation gratuite. Inscription obligatoire.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Soirée parentalité : aimer sans tout permettre, les limites éducatives

Vendredi 21 novembre

Le Centre socioculturel vous invite à une soirée d'échanges et de réflexion autour des limites éducatives, animée par une psychopraticienne. L'occasion de partager vos expériences avec d'autres parents et de découvrir des outils concrets pour poser un cadre serein. À 19h30 au Centre socioculturel.

Gratuit, sur inscription.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Atelier cuisine du monde

Lundi 24 novembre

Escale en Italie avec Joël de 18h à 20h : Lasagnes potiron/saucisses et son bavaois chocolat/vanille.

Lescariens 7 €, Non-Lescariens 14 €. Attention, places limitées.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Family Fabrik : la fabrique de Noël

Mercredi 26 novembre

Les lutins du Centre socioculturel ont besoin de vous pour décorer le centre aux couleurs de Noël. De 14h à 16h30, en famille, venez confectionner de jolies décorations que vous pourrez reproduire à la maison.

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr

Le temps d'un film

Vendredi 28 novembre

Le Centre socioculturel et la médiathèque vous invitent à la projection du film Maison de retraite 2. Une comédie intergénérationnelle pleine d'humour, d'émotion et de tendresse.

De 14h à 16h30, à la médiathèque de Lescar. Projection gratuite et ouverte à tous. Inscriptions obligatoires

+ d'info Centre socioculturel, 3 rue Maurice Ravel, 05 59 81 57 25, centresocioculturel@lescar.fr



VOUS POURRIEZ ÊTRE INTÉRESSÉ PAR

<https://www.lescar.fr/information-transversale/agenda/le-centre-socioculturel-en-novembre-1597?>

Lescar.fr

21 > 09
AOÛT JUIL.

LOISIRS

Atelier aquarelle d'après nature



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