

Le programme d'animation : UN ÉTÉ EN VILLE

Un Été Vitaminé

N° 234 Juillet - Août 2022



SOMMAIRE



| | |
|-----------------------------------|-----------|
| Infos pratiques | P 2 |
| Fiche récapitulative | P 3-4 |
| Flash Info | P 5 |
| Animation Juillet | P 6 à 20 |
| Animation Août | P 20 à 32 |
| Plans des sites | P 33 |
| Dispositif Canicule | P 34 |
| Nos partenaires & nos sponsors | P 35-36 |

Office Villeurbannais des Personnes Agées
et des Retraités
56 rue du 1er mars 1943 - 69100 VILLEURBANNE
Tél : 04 78 68 90 50
contact@ovpar.fr - www.ovpar.fr
Métro A arrêt « flachet » - Bus C26 arrêt
« rue du 4 août »





Infos Pratiques

HORAIRES D'OUVERTURE :

Lundi : 13h50 à 17h00
Mardi, mercredi, jeudi :
8h30 à 12h30 et
13h50 à 17h00
Vendredi : 8h30 à 12h30 et
13h50 à 16h00

Adhésion Eté 2022

Adhésion à prendre si vous n'avez pas encore
Adhéré à l'Ovpar depuis Septembre 2021

Villeurbannais 6€ - Non villeurbannais 9€

Les inscriptions aux activités débuteront

Mardi 28 Juin 2022

**Lors de la première journée d'inscription,
nous vous accueillerons de 8h30 à 16h00.**

Le jour des inscriptions, un seul ticket d'ordre d'arrivée vous sera remis, seules les personnes munies de ce ticket pourront s'inscrire auprès des postes ouverts. Dans ce même temps vous avez la possibilité d'inscrire une ou un ami(e). Toute inscription ne sera validée qu'avec le règlement individuel.

Les jours suivants, nos chargées d'accueil prendront vos inscriptions :

- Jusqu'à 16h30 les lundis mardis, mercredis et jeudis, et jusqu'à 15h30 les vendredis.

Elles pourront refuser de prendre votre inscription, si vous ne respectez pas ces horaires.

Avec votre fiche récapitulative, que vous pouvez déposer préalablement dans la boîte aux lettres ou à l'accueil, accompagnée du règlement, celle-ci sera traitée le lendemain des inscriptions,

- Par téléphone dès le lendemain des inscriptions.

⇒ **Vous devez régler lors de l'inscription**, sinon votre inscription ne sera pas validée.

Si vous devez annuler votre activité ou votre sortie, pensez bien à annuler 48h avant la date de votre activité afin d'être remboursé et que nous puissions proposer votre place aux personnes sur liste d'attente.

Pour les sorties, en justifiant de votre feuille d'imposition ou de non imposition 2021 (basée sur les revenus 2020), trois tarifs sont applicables :

| | TARIF T1 | | TARIF T2 | | TARIF T3 |
|--------------------------|-----------------|---|-------------------|---|-----------------|
| Ligne 25 de votre avis : | 15 000 € | < | 15.001€ à 20.000€ | < | 20.000 € |





Nom :Prénom :Tel : Mail :

| DATE | ANIMATIONS | TARIF | TOTAL | DATE | ANIMATIONS | TARIF | TOTAL |
|--------------|--|--|-------|--------------|---|----------------------------------|-------|
| Ven 1/07 | Just Dance | gratuit | | Lun 18/07 | Visite : Forêt d'Asie | 6.50€ | |
| Ven 1/07 | Times Up | gratuit | | Lun 18/07 | Atelier Pâtisserie | 6.50€ | |
| Lun 4/07 | Jardin partagé | gratuit | | Lun 18/07 | Atelier Gym douce | 6.50€ | |
| Lun 4/07 | Lancement de l'été en présence de tous les services de l'Ovpar | gratuit | | Mar 19/07 | Restaurant (à régler sur place) + balade en Vaporetto | 5€ | |
| Mar 5/07 | Relaxation avec Sandrine | 6.50€ | | Mer 20/07 | Relaxation avec Sandrine | 6.50€ | |
| Mar 5/07 | Calligraphie avec Christophe | 12€ | | Mer 20/07 | Glace (à régler sur place) + ciné surprise | 4.70€ | |
| Mar 5/07 | Loto de l'été | 2€ | | Jeu 21/07 | Sortie journée : Moulin & volerie | T1 : 32€ T2 : 40€ T3 : 43€ | |
| Mar 5/07 | TNP : présentation saison 22/23 | gratuit | | Ven 22/07 | Pétanque + pique-nique | gratuit | |
| Mer 6/07 | Mini-golf + pique-nique | A régler sur place | | Ven 22/07 | Quizz | gratuit | |
| Mer 6/07 | Balade au parc de la tête d'or | Gratuit | | Lun 25/07 | Jardin partagé | gratuit | |
| Jeu 7/07 | Sortie journée : Les Lavandes | T1 : 29€ T2 : 36€ T3 : 39€ | | Lun 25/07 | Une journée à Miribel | gratuit | |
| Ven 8/07 | Baladounette Parc Tête d'Or | gratuit | | Lun 25/07 | Restaurant Le Taille Crayon | A régler sur place | |
| Ven 8/07 | Mölkky | gratuit | | Lun 25/07 | Atelier Equilibre | 6.50€ | |
| Lun 11/07 | Jardin partagé | gratuit | | Mar 26/07 | Balade sur la voie verte Caluire | gratuit | |
| Lun 11/07 | Balade à St Jean/Villeurbanne | gratuit | | Mar 26/07 | Café Ponyo + Pétanque | A régler Sur place | |
| Lun 11/07 | MBA : Exposition Eric Poitevin | 6.50€ | | Mer 27/07 | Pétanque | gratuit | |
| Lun 11/07 | Atelier Equilibre | 6.50€ | | Mer 27/07 | L'avenue est à vous | gratuit | |
| Mar 12/07 | Peinture sur verre | 6.50€ | | Jeu 28/07 | Sortie journée : Avignon | T1 : 43€ T2 : 54€ T3 : 58€ | |
| Mar 12/07 | Relaxation avec Sandrine | 6.50€ | | Ven 29/07 | Glace en terrasse | A régler sur place | |
| Mar 12/07 | Multi-activités | gratuit | | | | | |
| Mer 13/07 | Sortie journée : Lac des sapins Enfant | T1 : 18€ T2 : 23€ T3 : 25€ 5€ | | | | | |
| Ven 15/07 | Balade à Lacroix Laval + pique-nique | gratuit | | | | | |
| Lun 18/07 | Jardin partagé | gratuit | | | | | |
| TOTAL | | | | TOTAL | | | |

Fiche récapitulative Août

| DATE | ANIMATIONS | TARIF | TOTAL | DATE | ANIMATIONS | TARIF | TOTAL |
|--------------|---|----------------------------------|-------|--------------|--|----------------------------------|-------|
| Lun 1/08 | Jardin partagé | gratuit | | Mer 17/08 | Balade Parc Parilly | gratuit | |
| Lun 1/08 | Carnet de voyage + pique-nique | gratuit | | Mer 17/08 | Café Cinéphile | gratuit | |
| Lun 1/08 | Atelier Gym douce | 6.50€ | | Jeu 18/08 | Sortie journée : Vache qui rit & Lons le Saunier | T1 : 36€ T2 : 45€ T3 : 49€ | |
| Mar 2/08 | Multi-activités | gratuit | | Ven 19/08 | Musée Gadagne | 6.50€ | |
| Mar 2/08 | Café littéraire | gratuit | | Lun 22/08 | Jardin partagé | gratuit | |
| Mer 3/08 | Balade parc Tête d'Or | gratuit | | Lun 22/08 | Quizz | gratuit | |
| Mer 3/08 | Jeu Baccalauréat | gratuit | | Lun 22/08 | Atelier Gym douce | 6.50€ | |
| Jeu 4/08 | Sortie journée : Grotte de Choranche & Pont en Royans | T1 : 33€ T2 : 41€ T3 : 44€ | | Mar 23/08 | Restaurant Taille Crayon | A régler sur place | |
| Ven 5/08 | Blind test | gratuit | | Mer 24/08 | Relaxation avec Sandrine | 6.50€ | |
| Lun 8/08 | Jardin partagé | gratuit | | Mer 24/08 | L'avenue est à vous | gratuit | |
| Lun 8/08 | Atelier Equilibre | 6.50€ | | Mer 24/08 | Cinéma Le Zola | 4.70€ | |
| Lun 8/08 | Accrobranche | 12€ | | Jeu 25/08 | Sortie journée : Château de la Roche & Train de la Loire | T1 : 30€ T2 : 38€ T3 : 41€ | |
| Mar 9/08 | Mini-golf + pique-nique | À régler sur place | | Ven 26/08 | Mölkky | gratuit | |
| Mer 10/08 | Baladounette Parc Tête d'Or | gratuit | | Lun 29/08 | Jardin partagé | gratuit | |
| Mer 10/08 | Multi-activités | gratuit | | Lun 29/08 | Atelier pâtisserie | gratuit | |
| Jeu 11/08 | Sortie journée : Aix les Bains | T1 : 37€ T2 : 46€ T3 : 50€ | | Lun 29/08 | Atelier Equilibre | 6.50€ | |
| Ven 12/08 | Pétanque | gratuit | | Mar 30/08 | Zumba | 6.50€ | |
| Lun 15/08 | Jardin partagé | gratuit | | Mar 30/08 | Les jardins du Palais St Pierre | 6.50€ | |
| Mar 16/08 | Relaxation avec Sandrine | 6.50€ | | Mar 30/08 | Carnet de voyage | gratuit | |
| Mar 16/08 | Glace en terrasse | A régler | | Mer 31/08 | Fête de clôture de l'été | gratuit | |
| | | | | Jeu 1/09 | Carnet de voyage | gratuit | |
| | | | | | | | |
| TOTAL | | | | TOTAL | | | |





SE PROTEGER DU SOLEIL

Afin de passer un bel été, prenez vos précautions pour éviter une insolation ou un coup de chaleur. Lors de vos sorties en extérieur, n'oubliez pas d'apporter **vosre chapeau et vosre bouteille d'eau**. Retrouvez toutes les recommandations du plan canicule en page 34.

TELEPHONE



Régulièrement vous allez retrouver le logo d'un téléphone dans certains articles.

Ce numéro sert exclusivement lors des activités extérieures avec l'animatrice salariée.

Il est activé le jour de la sortie, 30 mn avant le départ et désactivé à la fin de la journée.

Cela vous permet avant l'activité, le jour même, de prévenir :

- en cas de retard à l'heure du rendez-vous,
- en cas d'annulation de dernière minute.

En journée

- pour joindre les animateurs durant les temps libres en cas de nécessité.

Voici le numéro : 06.70.79.42.75

**Attention, toute annulation doit être effectuée auprès de l'accueil au 04.78.68.90.50
En dehors des sorties ce téléphone est éteint.**

CINEMA LE ZOLA

Tout au long de l'année, sur présentation de votre carte d'adhérent de l'OVPAR, vous bénéficiez d'un tarif préférentiel au cinéma le Zola de 4.70€.

INFO TCL

Afin de rejoindre les lieux de rendez-vous, si vous avez besoin de plus de renseignements, vous pouvez contacter Allo TCL au 04.26.10.12.12 (prix d'un appel local).

EQUIPE ANIMATION PENDANT L'ETE

Nous avons le plaisir d'accueillir Coralie SOYER qui vous accompagnera durant les deux mois de l'été en renfort.





 **Vendredi 1er juillet** *matin* **Just Dance**



Rejoignez Valérie, Coralie et Ninon afin de danser et vous entraîner sur un Just Dance.

Mais c'est quoi Just Dance ? Le principe du jeu consiste à suivre les chorégraphies proposées sur l'écran en suivant les mouvements des personnages.

Que vous soyez danseur/danseuse confirmé(e) ou non venez rejoindre l'équipe d'animation ! Fou rire garanti...

« après l'effort, le réconfort », nous vous proposerons un apéro à la fin de l'activité.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **10h00**
 Horaire de l'activité : **de 10h15 à 12h00**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**
 Nombre maximum de personnes : **20**
 Date limite des inscriptions : **30/06**

 **Vendredi 1er juillet** *après-midi* **Jeux : Times Up**

Toute l'équipe de l'animation vous propose une après-midi jeux de société. Venez jouer au Times Up dans une ambiance conviviale et détendue. Lors de ce jeu d'ambiance, vous devrez deviner et faire deviner en équipe, des objets, des animaux, des personnages...

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **13h50**
 Horaire de l'après midi: **de 14h00 à 16h00**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **6**
 Nombre maximum de personnes : **15**
 Date limite des inscriptions : **1/07**

 **Lundi 4 juillet** *matin* **Jardin partagé**

Le jardin « partagé », à l'initiative de la Protection Judiciaire de la Jeunesse a été créé en 2013. Depuis, plus de 100 jeunes ont participé au moins une fois à l'activité jardin, amenant chacun une pierre à l'édifice. Tous ces temps passés au jardin laissent de bons souvenirs, et espérons qu'il y en aura encore de nombreux à créer avec vous. C'est pourquoi vous êtes les **bienvenus pour jardiner sur la parcelle réservée à l'Ovpar** dans l'esprit de convivialité, de solidarité. Et plus tard, récolter des légumes ou simplement organiser des pique-niques dans cette parcelle . (voir plan page 33).

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au bout du chemin - Villeurbanne St Jean**
 Heure de rendez-vous : **9h30**
 Horaire de l'activité : **le temps que vous souhaitez**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **4**
 Nombre maximum de personnes : **4**
 Date limite des inscriptions : **01/07**

Indication d'accès : A Laurent Bonnevey, prendre le Bus 7, direction Vaulx-en-Velin « le Bourg ». Descendre à l'arrêt « Cité Saint-Jean » et marcher jusqu'au jardin (environ 5 minutes de marche)



Lundi 4 juillet après-midi

Lancement de l'été en présence de tous les services de l'OVPAR

A l'occasion de cette journée festive, l'ensemble des activités et services de l'Ovpar seront présents pour répondre à vos questions : Accueil, Bénévolat, Services Médico-Sociaux, Aide aux Aidants, Animation et vous pourrez aussi découvrir l'histoire et les valeurs de l'association. Puis venez découvrir des animations.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**

Heure de rendez-vous : **14h00**

Horaire de l'après-midi : **de 14h00 à 16h30**

Tarif : **gratuit**

14h00 - 15h00 : Le groupe de Zumba, animé par Sylvie Ancian, vous fera une démonstration de leur cours de cette année. Vous serez également invités à danser avec eux dans la joie, en toute « simplicité » !

16h00 à 17h00 : Le groupe de Chant, mené par Gigi de Ugomina, vous fera découvrir son répertoire.

Activités gratuites de découvertes, sur inscription :

15h00 à 16h00 : Venez prendre le thé et converser en anglais avec Sonia Hemingray
Nombre maximum de personnes : **10**

15h00 à 16h00 : Venez tester le cours de préventions des chutes, spécialement conçu pour vous par Vincent Roussel.
Nombre maximum de personnes : **10**

15h30 à 16h30 : Découvrez notre atelier gym douce animé par Siel Bleu. Cette gym douce permet de maintenir et développer la fonctionnalité articulaire et musculaire, repousser le seuil de fatigue global, sensibiliser à l'entretien du capital-santé et permet la prévention des chutes. Elle s'adresse aux personnes qui ont besoin d'une gymnastique qui puisse s'adapter à son rythme. Elle ne comporte pas d'exercices violents, trop difficiles ou trop rapides. On y exerce la fonctionnalité des muscles et des articulations, ainsi que la capacité à se mouvoir aisément.

Nombre maximum de personnes : **12**

Attention : En cas de pluie l'après-midi sera annulée !





Mardi 5 juillet matin **Relaxation avec Sandrine Vivant**

Sandrine vous propose deux séances de relaxation dans le parc des Droits de l'Homme. Cet atelier alterne des mouvements doux de relaxation dynamique, des mouvements d'automassage (do in) et un temps de relaxation douce. C'est une véritable pause détente pour se reconnecter à son essentiel. C'est aussi se laisser porter par la présence du groupe et son énergie bienfaisante. Prévoyez votre tapis de sol, une tenue confortable ainsi que de l'eau. En cas de pluie l'activité se fera dans une salle.

1ère séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **9h15**
 Horaire de la séance : **de 9h30 à 10h30**
 Tarif : **6.50€ la séance**

Nombre minimum de personnes : **7**
 Nombre maximum de personnes : **9**
 Date limite des inscriptions : **04/07**

2ème séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **10h40**
 Horaire de la séance : **de 10h45 à 11h45**
 Tarif : **6.50€ la séance**

Nombre minimum de personnes : **7**
 Nombre maximum de personnes : **9**
 Date limite des inscriptions : **04/07**

Mardi 5 juillet matin **Découverte de la Calligraphie Chinoise**

Soyez les bienvenus à cet atelier de découverte de la calligraphie animé par Christophe Desmurs. Venez découvrir l'art d'écrire au pinceau les caractères chinois dans différents styles d'écriture (écriture régulière, courante et cursive). La pratique de la calligraphie est un travail sur l'équilibre, la maîtrise du geste, la patience et le respect de ses propres rythmes. L'apprentissage de quelques dizaines de caractères (et parfois plus) renforce la mémoire visuelle et ouvre les portes d'une culture riche.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **9h45**
 Horaire de l'atelier : **de 10h00 à 12h00**
 Tarif : **12€ (les 2 heures)**

Nombre minimum de personnes : **5**
 Nombre maximum de personnes : **10**
 Date limite des inscriptions : **29/06**

Mardi 5 juillet après-midi **Loto de l'été**

Ninon vous propose un loto. Dans une ambiance conviviale et détendue, venez tenter votre chance. Les lots seront composés de gourmandises et de surprises.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **13h50**
 Horaire du loto : **de 14h00 à 16h30**
 Tarif : **2€ pour 2 cartons** (possibilité d'acheter d'autres cartons 1€ l'unité le jour de l'activité)

Nombre minimum de personnes : **8**
 Nombre maximum de personnes : **20**
 Date limite des inscriptions : **4/08**





 **Mardi 5 juillet** *après-midi*  **Théâtre du TNP : Présentation de la saison 2022/2023**

Sarah médiatrice au Théâtre National Populaire de Villeurbanne (TNP), vous présentera les spectacles de la saison 2022-2023. Vous pourrez échanger avec elle sur les spectacles et les différents temps de rencontres qui vous seront proposés l'année prochaine.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **14h15**
 Horaire de la présentation : **de 14h30 à 15h30**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**
 Nombre maximum de personnes : **20**

 **Mercredi 6 juillet** *matin*  **Mini-golf + pique-nique**

Au cœur du Parc de la Tête d'Or se cache un terrain de mini-golf joliment aménagé. Que vous soyez débutant ou confirmé, rejoignez Coralie pour vous amuser sur ce parcours parsemé d'obstacles variés. **Inscription et annulation OBLIGATOIRES** auprès de l'accueil de l'OVPAR.

A l'issue de cette matinée nous pourrions pour ceux qui le souhaitent, pique-niquer tous ensemble dans le parc de la tête d'or (n'oubliez pas votre pique-nique).

Possibilité pour ceux qui ne souhaitent pas jouer au mini-golf de nous rejoindre uniquement pour le temps du pique-nique (rendez-vous à midi au mini-golf).

Lieu de rendez-vous : **devant l'entrée du mini-golf - Parc de la Tête d'Or**

Heure de rendez-vous : **10h00**

Horaire de la matinée : **de 10h15 à 12h00 + pique nique**

Tarif : **8.50€** à régler sur place

A partir de 10 personnes inscrites vous bénéficierez du tarif groupe à 6€ la partie

Nombre minimum de personnes : **4**

Nombre maximum de personnes : **10**

Date limite des inscriptions : **4/07**

Indication d'accès : **entrée Boulevard Stalingrad à proximité du Vélodrome** (Voir plan page 33)

 **Mercredi 6 juillet** *après-midi*  **Balade au parc de la Tête d'Or**

Coralie vous propose une balade douce au parc de la tête d'or. A l'issue de la balade, venez partager une glace au bord du lac.

Lieu de rendez-vous : **Parc de la tête d'or - Porte de la voûte**

Heure de rendez-vous : **14h00**

Horaire de la balade : **de 14h15 à 16h00**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **15**

Date limite des inscriptions : **4/07**

Indication d'accès : bus C26 ou C2 - arrêt tête d'or Stalingrad





 **Jeudi 7 juillet**  **Sortie journée : Les lavandes dans la Drôme**

Rejoignez Valérie, Coralie et Ninon pour une journée à Chamaloc (26). Venez visiter la distillerie des 4 vallées, et rencontrer les producteurs et distillateurs de lavande. Situé dans le **Parc naturel régional du Vercors**, les champs de lavande et de lavandin poussent parmi les lavandes sauvages des montagnes de la Drôme.



Le matin vous irez dans les champs de Lavande à 5 mn de marche (possibilité de monter dans un véhicule pour les personnes qui ont des difficultés à marcher), afin de récolter de la lavande à la faucille. Après avoir ramassé votre lavande, retour à la distillerie.

A l'heure du déjeuner, plusieurs possibilités :

-  - soit vous pique-niquez sous le hangar de la distillerie (chaises et tables à votre disposition),
-  - soit vous pique-niquez au bord de la rivière qui est à 50 m de la distillerie (pas de tables ni de bancs),
-  - soit vous déjeunez au Restaurant Le Touron qui se trouve à 5 mn à pied de la distillerie (réservation et organisation à votre charge)

En début d'après-midi, nous nous retrouvons pour la visite de la distillerie et l'atelier distillation à l'ancienne. Votre lavande fraîchement cueillie du matin sera distillée dans un vieil alambic en cuivre des années 1900. Pendant ce temps un guide vous expliquera la culture, la récolte et la distillation de la lavande, la botanique, l'histoire et les utilisations. Découvrez la lavande, cette magnifique fleur au parfum unique et aux mille vertus à travers toute une gamme de produits artisanaux. Vous repartirez avec un petit flacon de la récolte du jour.

Important : pensez à vous vêtir d'une tenue adaptée, chapeau et chaussures adaptées.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **7h30**
 Heure de départ : **8h00**
 Heure de retour : **19h00**
 Tarifs : **T1 : 29€ T2 : 36€ T3 : 39€**

Nombre minimum de personnes : **34**
 Nombre maximum de personnes : **40**
 Transport : **Cars Faure**
 Temps de trajet : **2h30 + 20mn de pause**
 Date limite des inscriptions : **30/06 16h**





 **Vendredi 8 juillet** *matin*  **Baladounette au parc de la Tête d'Or**

Vous souhaitez vous balader mais la distance, votre condition physique et le rythme parcourus vous effraient ! Pas de problème, cette marche est faite pour vous. Nous l'avons appelé : «la baladounette». N'hésitez pas à rejoindre Ninon pour une balade au Parc de la Tête d'Or. Beaucoup de bancs bordent les allées, ce qui vous permettra de vous reposer régulièrement.

Lieu de rendez-vous : **Parc de la tête d'or - Porte de la voûte** (voir plan Page 33)
 Heure de rendez-vous : **9h45** Nombre minimum de personnes : **5**
 Horaire de la marche : **de 10h00 à 12h00** Nombre maximum de personnes : **15**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **06/07**

 **Vendredi 8 juillet** *après-midi* **Jeux d'extérieur : Le Mölkky**

Venez avec Coralie découvrir le célèbre jeu de quilles finlandais en bois qui connaît un franc succès en France. Son principe repose sur l'adresse, la tactique ainsi que la chance. Ce jeu de quille en bois est très convivial, il se pratique en plein air et est adapté à tout le monde.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR** Nombre minimum de personnes : **6**
 Heure de rendez-vous : **14h00** Nombre maximum de personnes : **12**
 Horaire de l'après-midi : **de 14h15 à 15h30** Date limite des inscriptions : **06/07**
 Tarif : **gratuit**

 **Lundi 11 juillet** *matin* **Jardin partagé**

Le jardin « partagé », à l'initiative de la Protection Judiciaire de la Jeunesse a été créé en 2013. Depuis, plus de 100 jeunes ont participé au moins une fois à l'activité jardin, amenant chacun une pierre à l'édifice. Tous ces temps passés au jardin laissent de bons souvenirs, et espérons qu'il y en aura encore de nombreux à créer avec vous. C'est pourquoi vous êtes les **bienvenus pour jardiner sur la parcelle réservée à l'Ovpar** dans l'esprit de convivialité, de solidarité. Et plus tard, récolter des légumes ou simplement organiser des pique-niques dans cette parcelle . (voir plan page 33).

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au bout du chemin - Villeurbanne St Jean**
 Heure de rendez-vous : **9h30** Nombre minimum de personnes : **4**
 Horaire de l'activité : **le temps que vous souhaitez** Nombre maximum de personnes : **4**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **08/07**

Indication d'accès : A Laurent Bonnevey, prendre le Bus 7, direction Vaulx-en-Velin « le Bourg ». Descendre à l'arrêt « Cité Saint-Jean » et marcher jusqu'au jardin (environ 5 minutes de marche)

 **Lundi 11 juillet** *matin* **Balade à St Jean Villeurbanne**

Rejoignez Ninon et l'animatrice du centre d'animation de Saint-Jean pour une balade le long de Saint-Jean, à la découverte du quartier et de ce qui l'entoure. Cette balade d'environ 9 km se veut conviviale et tranquille. Un pique-nique sera pris pour faire une pause au milieu de la balade. Prévoyez de bonnes chaussures et une tenue vestimentaire adaptée de l'eau en quantité suffisante ainsi que votre pique-nique.

Lieu de rendez-vous : **Centre d'Animation St Jean - Petite rue du Roulet - Villeurbanne**
 Heure de rendez-vous : **9h15** Nombre minimum de personnes : **4**
 Horaire de l'atelier: **de 9h30 à 12h00 + pique-nique** Nombre maximum de personnes : **15**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **6/07**





 **Lundi 11 juillet après-midi**  **Visite : Expo Musée des Beaux Arts**

Accompagnés de Valérie et d'une médiatrice du musée, venez découvrir l'exposition temporaire **Eric Poitevin** au musée des Beaux Arts. Invité par le musée à travailler à partir des œuvres de ses collections, l'artiste Eric Poitevin a eu carte blanche pour produire de nouvelles photographies en résonance avec les œuvres de son choix : Lucas Cranach, Odilon Redon, Frans Snyders... L'artiste porte un nouveau regard sur certaines œuvres connues ou moins connues du public, en les faisant dialoguer avec son propre travail photographique. Eric Poitevin propose un parcours et un éclairage totalement inédit qui offre des perspectives aussi évidentes qu'inattendues sur son œuvre et sur les collections.

Lieu de rendez-vous : **Dans le jardin du Musée des Beaux Arts**
20 Place des Terreaux 69001 Lyon

Heure de rendez-vous : **14h00**

Horaire de la visite : **de 14h30 à 15h30**

Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **19**

Nombre maximum de personnes : **19**

Date limite des inscriptions : **05/07 à 17h00**

 **Lundi 11 juillet après-midi** **Atelier Equilibre avec SIEL Bleu**

Prévenir une chute, c'est apprendre à en reconnaître les paramètres : se déplacer mieux, s'asseoir et se lever en confiance, apprivoiser le sol. C'est aussi agir pour modifier ses défauts : s'exercer, se concentrer et comprendre. Siel Bleu vous propose d'apprendre à adopter un comportement préventif, où tous les aspects de l'équilibre sont abordés.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**

Heure de rendez-vous : **15h15**

Horaire de l'atelier: **de 15h30 à 16h30**

Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **6**

Nombre maximum de personnes : **15**

Date limite des inscriptions : **5/07**

 **Mardi 12 juillet matin** **Atelier créatif : Peinture sur verre**

Ninon vous propose un atelier créatif, la peinture sur verre. Laissez vous inspirer pour décorer vos verres. Nul besoin d'avoir de grandes compétences en art ! Des pochoirs peuvent être confectionnés pour faciliter la pose de la peinture sur vos verres. Des modèles de différents types (florales, etc...) seront également mis à votre disposition. Pensez à amener les verres ou tasses que vous souhaitez décorer et un petit sac afin de ramener vos créations.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**

Heure de rendez-vous : **9h45**

Horaire de l'atelier: **de 10h00 à 11h30**

Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **6**

Nombre maximum de personnes : **10**

Date limite des inscriptions : **8/07**

 **Mardi 12 juillet matin** **Relaxation avec Sandrine Vivant**

Sandrine vous propose deux séances de relaxation dans le parc des Droits de l'Homme. Cet atelier alterne des mouvements doux de relaxation dynamique, des mouvements d'automassage (do in) et un temps de relaxation douce. C'est une véritable pause détente pour se reconnecter à son essentiel. C'est aussi se laisser porter par la présence du groupe et son énergie bienfaisante. Prévoyez votre tapis de sol, une tenue confortable ainsi que de l'eau. En cas de pluie l'activité se fera dans une salle.

1ère séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**

Heure de rendez-vous : **9h15**

Horaire de l'après-midi : **de 9h30 à 10h30**

Tarif : **6.50€ la séance**

Nombre minimum de personnes : **7**

Nombre maximum de personnes : **9**

Date limite des inscriptions : **05/07**

2ème séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**

Heure de rendez-vous : **10h40**

Horaire de l'après-midi : **de 10h45 à 11h45**

Tarif : **6.50€ la séance**

Nombre minimum de personnes : **7**

Nombre maximum de personnes : **9**

Date limite des inscriptions : **05/07**





 **Mardi 12 juillet après-midi** **Multi-activités**

Autour de diverses activités comme le football en marchant, le morpion géant, le puissance 4 en plein air et une diversité d'activités proposées par la MJC, venez partager un moment avec les enfants. Quoi de mieux que d'allier jeux de société en extérieur et pratiques adaptées ? Un après-midi sous le signe du partage intergénérationnel, du plaisir et de la bienveillance.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **14h15**
 Horaire de l'après-midi : **de 14h30 à 16h30**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **6**
 Nombre maximum de personnes : **20**
 Date limite des inscriptions : **11/07**

 **Mercredi 13 juillet**  **Sortie journée : Lac des Sapins**

Rejoignez Amandine, Valérie, Coralie et Ninon pour une journée libre en « Beaujolais Vert ». Accompagnés de vos petits-enfants si vous le souhaitez, venez profiter de cet oasis de fraîcheur. Petits et grands trouveront leur bonheur au Lac des Sapins : le plaisir de se baigner dans le lac, profiter des aires de jeux et de pique-nique aménagées tout autour du Lac, ou tout simplement se poser sur la pelouse à l'ombre des arbres.

Vous pouvez si vous le souhaitez, profiter de la piscine biologique à côté du lac. Cette prestation devra être réglée individuellement et son coût est de 5€ pour les adultes et 4€ pour les enfants.

Vous pouvez emporter votre pique-nique ou déjeuner à l'Auberge La Voisinée (organisation et réservation à votre charge) ou dans l'un des nombreux snacks qui bordent le lac.

Important : pensez à vous vêtir d'une tenue adaptée, chapeau, écran solaire.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **9h00**
 Nombre maximum de personnes : **34 adultes - 14 enfants**
 Heure de départ : **9h30**
 Heure de retour : **17h15**
 Tarifs : **T1 : 18€ T2 : 23€ T3 : 25€**
Enfant : 5€

Nombre minimum de personnes : **34**
 Transport : **Cars Faure**
 Temps de trajet : **1h20**
 Date limite des inscriptions : **06/07**

 **Vendredi 15 juillet matin**  **Balade à Lacroix-Laval + pique-nique**

Coralie vous propose une balade douce au parc de Lacroix Laval avec au programme jardin à l'anglaise, jardin à la française et forêt. Suite à cette balade vous pique-niquerez tous ensemble.

Lieu de rendez-vous : **Devant le métro D - Gorge du loup, au niveau des arrêts de bus**
 Heure de rendez-vous : **9h45**
 Horaire de la balade : **de 10h00 à 12h00**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**
 Nombre maximum de personnes : **15**
 Date limite des inscriptions : **08/07**

 **Lundi 18 juillet matin**  **Visite : Immersion en Forêt d'Asie**

Valérie vous propose une visite avec un guide dans le nouvel espace du parc de la Tête d'Or : **la forêt d'Asie**. Ce nouveau projet propose de créer un espace boisé qui vient s'insérer dans le parcours du zoo. L'aménagement paysagé présente une palette végétale riche, à l'image des forêts que l'on trouve en Asie et vous permet une immersion totale et un bien-être maximal des animaux.

Venez découvrir des plantations qui sont les plus denses possibles : toutes les strates sont représentées des vivaces jusqu'aux arbres. Laissez vous porter par l'ambiance intérieure qui est celle d'un bâtiment envahi par une végétation luxuriante et spontanée.

Lieu de rendez-vous : **Devant le kiosque vert du parc de la tête d'or - face aux girafes**
 Heure de rendez-vous : **9h45**
 Horaire de la visite : **de 10h00 à 11h00**
 Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **10**
 Nombre maximum de personnes : **14**
 Date limite des inscriptions : **11/07**

Indication d'accès : voir plan page 33





 **Lundi 18 juillet** *matin* **Jardin partagé**

Le jardin « partagé », à l'initiative de la Protection Judiciaire de la Jeunesse a été créé en 2013. Depuis, plus de 100 jeunes ont participé au moins une fois à l'activité jardin, amenant chacun une pierre à l'édifice. Tous ces temps passés au jardin laissent de bons souvenirs, et espérons qu'il y en aura encore de nombreux à créer avec vous. C'est pourquoi vous êtes les **bienvenus pour jardiner sur la parcelle réservée à l'Ovpar** dans l'esprit de convivialité, de solidarité. Et plus tard, récolter des légumes ou simplement organiser des pique-niques dans cette parcelle . (voir plan page 33).

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au bout du chemin - Villeurbanne St Jean**
 Heure de rendez-vous : **9h30** Nombre minimum de personnes : **4**
 Horaire de l'activité : **le temps que vous souhaitez** Nombre maximum de personnes : **4**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **12/07**

Indication d'accès : A Laurent Bonnevey, prendre le Bus 7, direction Vaulx-en-Velin « le Bourg ». Descendre à l'arrêt « Cité Saint-Jean » et marcher jusqu'au jardin (environ 5 minutes de marche)

 **Lundi 18 juillet** *après-midi*  **Atelier Pâtisserie**

Ninon vous propose de vous partager sa passion pour la pâtisserie à travers un atelier. Vous aurez à réaliser une tarte aux pêches sur fond de crème d'amande. Venez confectionner cette tarte, de la pâte aux fruits en passant par la crème d'amande. Vous repartirez avec la recette à refaire chez vous. Astuce de pâtissier et dégustation de votre tarte viendront compléter cette après-midi gourmande.



Lieu de rendez-vous : **Espace St André - 26 Allée des Cèdres - 69100 Villeurbanne**
 Heure de rendez-vous : **13h45** Nombre mini de personnes : **8**
 Horaire de l'atelier : **de 14h à 16h30** Nombre maxi de personnes : **10**
(2h de cuisine + 30 mn de dégustation) Date limite des inscriptions : **15/07**
 Tarif : **6.50€**

Indication d'accès : T3 - arrêt « Bel Air les Brosses »

 **Lundi 18 juillet** *après-midi* **Atelier Gym douce avec SIEL Bleu**

Découvrez notre atelier gym douce animé par Siel Bleu. Cette gym douce permet de maintenir et développer la fonctionnalité articulaire et musculaire, repousser le seuil de fatigue global, sensibiliser à l'entretien du capital-santé et permet la prévention des chutes. Elle s'adresse aux personnes qui ont besoin d'une gymnastique qui puisse s'adapter à son rythme. Elle ne comporte pas d'exercices violents, trop difficiles ou trop rapides. On y exerce la fonctionnalité des muscles et des articulations, ainsi que la capacité à se mouvoir aisément.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **15h15** Nombre minimum de personnes : **6**
 Horaire de l'atelier: **de 15h30 à 16h30** Nombre maximum de personnes : **15**
 Tarif : **6.50€** Date limite des inscriptions : **11/07**





Mardi 19 juillet après-midi  **Restaurant et Balade en Vaporetto**



Valérie vous propose une après-midi à la Confluence avec son Pôle de commerces et de loisirs et d'embarquer à bord du **Vaporetto** pour découvrir Lyon vue de la Saône.

A midi, vous déjeunerez tous ensemble au restaurant Italien **Fuxia**.
A l'issue du repas vous vous baladerez le long des quais puis rendez-vous à 15h40 à la Darse (quai d'embarquement) où vous prendrez le Vaporetto, ce petit bateau, moyen de transport original et convivial de Lyon qui partira à 16h10.

Voyagez à l'avant du bateau en profitant des bancs extérieurs ! Après 15/20 mn de navigation, vous pourrez descendre soit sur les Quais à Bellecour, soit à Saint Paul.

Lieu de rendez-vous : **Devant le restaurant Fuxia, 3^{ème} niveau du centre Cial la Confluence**
 Heure de rendez-vous : **11h50**
 Horaire de l'après-midi : **de 12h00 à 16h30**
 Tarif : **5€** le vaporetto (restaurant à régler sur place)

Nombre minimum de personnes : **6**
 Nombre maximum de personnes : **19**
 Date limite des inscriptions : **12/07**

IMPORTANT : à 15h40, lorsque vous serez dans la file d'attente afin de faire la queue pour monter à bord du Vaporetto, il n'y a pas d'ombre. En fonction de la météo, prévoyez votre chapeau, casquette, ombrelle/parapluie et de l'eau en cas de forte chaleur.

Mercredi 20 juillet matin **Relaxation avec Sandrine Vivant**

Sandrine vous propose deux séances de relaxation dans le parc des Droits de l'Homme. Cet atelier alterne des mouvements doux de relaxation dynamique, des mouvements d'automassage (do in) et un temps de relaxation douce. C'est une véritable pause détente pour se reconnecter à son essentiel. C'est aussi se laisser porter par la présence du groupe et son énergie bienfaisante. Prévoyez votre tapis de sol, une tenue confortable ainsi que de l'eau. En cas de pluie l'activité se fera dans une salle.

1ère séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **9h15**
 Horaire de l'après-midi : **de 9h30 à 10h30**
 Tarif : **6.50€** la séance

Nombre minimum de personnes : **7**
 Nombre maximum de personnes : **9**
 Date limite des inscriptions : **13/07**

2ème séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **10h40**
 Horaire de l'après-midi : **de 10h45 à 11h45**
 Tarif : **6.50€** la séance

Nombre minimum de personnes : **7**
 Nombre maximum de personnes : **9**
 Date limite des inscriptions : **13/07**





 **Mercredi 20 juillet après-midi**  **Glace + Ciné surprise Zola**

Coralie vous propose d'aller manger une glace avant d'aller voir un film avec le groupe des adolescents de la MJC. A l'heure où nous rédigeons notre article, le programme du Zola n'est pas encore finalisé, c'est pourquoi le titre du film n'est pas annoncé. Deux possibilités s'offrent à vous : soit vous vous prêtez au jeu et vous venez sans connaître le film, soit quelques jours avant, vous vous renseignez pour connaître le film projeté.

Pour la glace :

Lieu de rendez-vous : **devant le Ninkasi Gratte-ciel - 6 avenue Henri Barbusse - Villeurbanne**
 Heure de rendez-vous : **14h00**
 Horaire de la dégustation : **de 14h15 à 15h30**
 Tarif : **à régler sur place**

Nombre minimum de personnes : **5**
 Nombre maximum de personnes : **10**
 Date limite des inscriptions : **19/07**

Pour le cinéma :

A noter : il n'est pas possible d'attendre dans le hall d'entrée du cinéma avant les 15 minutes précédant la séance.

Lieu de rendez-vous : **117, cours Emile Zola – Villeurbanne, métro ligne A « République »**
 Heure de rendez-vous : **15h45**
 Horaire de la séance : **de 16h00 à 18h00**
 Tarif : **4.70€**

Nombre minimum de personnes : **5**
 Nombre maximum de personnes : **25**
 Date limite des inscriptions : **11/05**

 **Jeudi 21 juillet**  **Sortie journée : Moulin & Volerie (42)**



Rejoignez Valérie, Coralie et Ninon pour une journée dans la Loire (42). Au cœur des monts du Forez, venez découvrir le Moulin des Massons avec ses bâtiments du XVI^{ème} siècle, le moulin à huile, la scierie, où les traditions locales revivent sous vos yeux. Assistez à la fabrication de l'huile de colza grillé, de l'huile de noix, ou de l'huile de noisette. Puis dégustez-les !

Pour accéder au site, il y a des escaliers, mais un petit chemin pour les contourner. En fin de matinée, vous reprendrez le bus en direction de la Volerie du Forez où vous arriverez pour l'heure du déjeuner : **Pique-nique OBLIGATOIRE** (Il y aura des tables, des bancs dans la volerie et un lieu pour vous abriter en cas de pluie). En début d'après-midi, lors de votre parcours dans la volerie, vous pourrez rencontrer tous les pensionnaires : aigles, buses, faucons, chouettes, hiboux, perroquets, mais aussi des chiens-loups. Vous pourrez profiter des volières d'immersion afin d'être au plus près des oiseaux.

Vous assisterez également à deux spectacles :

- à 15h00 : spectacle des rapaces, chevaux et chameau en extérieur,
- à 16h30 : spectacle des chouettes et hiboux en intérieur dans la Tour des spectacles.



Précision : pour accéder à la volerie il y a 5 minutes de marche en côte, veuillez être bien chaussés. Si vous avez des difficultés pour « grimper », un véhicule pourra vous emmener à la volerie (merci de le préciser lors de votre inscription).

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **7h00**
 Heure de départ : **7h15**
 Heure de retour : **19h30**
 Tarifs : **T1 : 32€ T2 : 40€ T3 : 43€**

Nombre minimum de personnes : **30**
 Nombre maximum de personnes : **34**
 Transport : **Cars Faure**
 Temps de trajet : **1h40**
 Date limite des inscriptions : **12/07 16h00**

Important : En fonction de la météo, pour le spectacle en extérieur, prévoyez votre chapeau et de l'eau en cas de forte chaleur.



 **Vendredi 22 juillet** *matin* **Pétanque + pique-nique**

Rejoignez Ninon et l'animatrice du centre d'animation de St-Jean pour un tournoi de pétanque. Pensez à amener vos boules !
Si vous le souhaitez, vous pouvez amener votre pique-nique pour un déjeuner tous ensemble.

Lieu de rendez-vous : **Centre d'Animation St Jean - Petite rue du Roulet - 69100 Villeurbanne**
Heure de rendez-vous : **9h45** Nombre minimum de personnes : **6**
Horaire du tournoi : **de 10h00 à 12h00** Nombre maximum de personnes : **12**
Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **20/07**

 **Vendredi 22 juillet** *après-midi* **Quizz**

Rejoignez Coralie autour d'un Quizz sur les spécialités culinaires des régions de France, un moyen de découvrir des recettes bien gourmandes ! Ce quizz sera suivi d'un goûter.

Lieu de rendez-vous : **Résidence Tonkin - 20 rue Salvador Allende - 69100 Villeurbanne**
Heure de rendez-vous : **13h50** Nombre minimum de personnes : **5**
Horaire de l'après-midi : **de 14h00 à 15h30** Nombre maximum de personnes : **12**
Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **20/07**

 **Lundi 25 juillet** *matin* **Jardin partagé**

Le jardin « partagé », à l'initiative de la Protection Judiciaire de la Jeunesse a été créé en 2013. Depuis, plus de 100 jeunes ont participé au moins une fois à l'activité jardin, amenant chacun une pierre à l'édifice. Tous ces temps passés au jardin laissent de bons souvenirs, et espérons qu'il y en aura encore de nombreux à créer avec vous. C'est pourquoi vous êtes les **bienvenus pour jardiner sur la parcelle réservée à l'Ovpar** dans l'esprit de convivialité, de solidarité. Et plus tard, récolter des légumes ou simplement organiser des pique-niques dans cette parcelle .
(voir plan page 33).

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au bout du chemin - Villeurbanne St Jean**
Heure de rendez-vous : **9h30** Nombre minimum de personnes : **4**
Horaire de l'activité : **Le temps que vous souhaitez** Nombre maximum de personnes : **4**
Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **22/07**

Indication d'accès : A Laurent Bonnevey, prendre le Bus 7, direction Vaulx-en-Velin « le Bourg ». Descendre à l'arrêt « Cité Saint-Jean » et marcher jusqu'au jardin (environ 5 minutes de marche)

 **Lundi 25 juillet** *Information* **Une journée à MIRIBEL avec le centre social de St Jean**

Le centre d'animation de Saint-Jean vous propose de venir partager une journée au lac de Miribel. Venez rencontrer les seniors du centre d'animation de Saint-Jean et partager un moment convivial. Au programme : promenade le long des berges du lac, pique-nique et baignade pour ceux qui le souhaitent.

Pour le repas, le centre d'animation propose que chacun amène une entrée ou un plat ou un dessert afin de faire un repas partagé.

Pour y aller, le centre d'animation vous donne rdv devant celui-ci pour partir ensuite tous ensemble en transport en commun.

Lieu de rendez-vous : **Centre d'animation St Jean - Petite rue du Roulet - 69100 Villeurbanne**
Heure de rendez-vous : **10h00**
Horaire de la sortie : **de 10h00 à 17h00**
Tarif : **gratuit**

Pas d'inscription auprès de l'Ovpar, contacter le Centre d'animation St Jean 04.78.79.26.16





 **Lundi 25 juillet**  **Restaurant**

Retrouvez Valérie et Ninon au restaurant Le Taille Crayon à Villeurbanne à l'ombre des arbres afin de partager un bon repas. Seule la formule à 17€ sera disponible : choix entre 2 entrées/2 plats/4 desserts, boisson en supplément.

Lieu de rendez-vous : **Devant le restaurant le Taille-crayon - 21 rue Flachet - Villeurbanne**
 Heure de rendez-vous : **12h00**
 Horaire de l'activité : **le temps du déjeuner**
 Tarif : **à régler sur place**

Nombre minimum de personnes : **8**
 Nombre maximum de personnes : **30**
 Date limite des inscriptions : **18/07**

 **Lundi 25 juillet après-midi** **Atelier Equilibre avec SIEL Bleu**

Prévenir une chute, c'est apprendre à en reconnaître les paramètres : se déplacer mieux, s'asseoir et se lever en confiance, apprivoiser le sol. C'est aussi agir pour modifier ses défauts : s'exercer, se concentrer et comprendre. Siel Bleu vous propose d'apprendre à adopter un comportement préventif, où tous les aspects de l'équilibre sont abordés.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **15h15**
 Horaire de l'atelier: **de 15h30 à 16h30**
 Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **6**
 Nombre maximum de personnes : **15**
 Date limite des inscriptions : **18/07**

 **Mardi 26 juillet matin**  **Balade sur la voie verte de Caluire**

Valérie vous accompagne pour une balade facile et conviviale le long de la voie verte de Caluire. Attention, prévoyez une tenue adaptée (chaussures de marche, chapeau/casquette) ainsi qu'une bouteille d'eau.

Lieu de rendez-vous : **ligne 33 arrêt « Les Marronniers »**
 Heure de rendez-vous : **9h30**
 Horaire de la balade : **de 9h45 à 11h30**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **8**
 Nombre maximum de personnes : **15**
 Date limite des inscriptions : **25/07**

 **Mardi 26 juillet après-midi**  **Café Ponyo + Pétanque**

Venez découvrir ce « café-vélo » avec un jardin mignonnet et boulodrome ! Un café où il fait bon boire un verre ou grignoter un crumble maison autour de jeux de société (Et oui, il y a une ludothèque dans le café !), jouer à une partie de pétanque ou tout simplement se poser paisiblement à une table dans le jardin ombragé.

Lieu de rendez-vous : **Café Ponyo - 21 rue de Bruxelles - 69100 Villeurbanne**
 Heure de rendez-vous : **14h15**
 Horaire de l'après-midi : **de 14h30 à 16h00**
 Tarif : **Consommation à régler sur place**

Nombre minimum de personnes : **5**
 Nombre maximum de personnes : **15**
 Date limite des inscriptions : **22/07**

Indication d'accès : Tram T4 et T1 arrêt Condorcet

 **Mercredi 27 juillet matin** **Pétanque**

Venez jouer à la pétanque avec Coralie. N'oubliez pas d'apporter vos boules. Si vous n'en n'avez pas, l'Ovpar en possède quelques unes.

Lieu de rendez-vous : **Devant la Maison des Aînés**
 Heure de rendez-vous : **9h45**
 Horaire de la matinée : **de 10h00 à 11h30**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**
 Nombre maximum de personnes : **12**
 Date limite des inscriptions : **25/07**





Mercredi 27 juillet après-midi **L'avenue est à vous**

Dans le cadre de Vivez l'été 2022 labélisé Capitale Française de la Culture, la ville de Villeurbanne propose d'animer le centre-ville en juillet et en août. Au cœur des Gratte-ciel, l'avenue s'anime autour d'un espace détente, d'ateliers créatifs, de temps artistiques. Ninon et Coralie vous proposent deux jeux sportifs adaptés (sur le même stand) : le puissance 4 géant et le foot en marchant. Rejoignez les pour passer un moment convivial avec d'autres personnes en partageant ces activités.

Lieu de rendez-vous : **Stand OVPAR Avenue Henri Barbusse - Gratte-ciel**

Heure de rendez-vous : **13h50**

Horaire de l'après-midi : **de 14h00 à 16h00 (4 sessions de 30 mn)**

Tarif : **gratuit**

Jeudi 28 juillet **Sortie journée : AVIGNON (84)**



Valérie, Coralie et Ninon vous emmènent pour une journée en Provence.

Au départ de la gare de Perrache, vous prendrez un train OUIGO qui vous déposera 1h plus tard dans la ville d'Avignon. Tous ensemble nous partirons en direction du centre-ville afin d'effectuer une visite guidée du Palais des Papes. Venez franchir les portes du temps avec une visite guidée qui vous plongera au cœur du XIV^{ème} siècle.

Cette monumentale résidence des souverains pontifes, symbole du rayonnement de l'Eglise sur l'Occident Chrétien du XIV^{ème} siècle, constitue le plus important palais gothique du monde !

Attention : la visite du Palais des Papes comporte **beaucoup** d'escaliers et une accessibilité difficile. Cependant, une alternative est possible pour le visiter sans bouger grâce à la tablette interactive.

A midi, chacun est libre d'aller déjeuner dans Avignon ! Peut-être dans l'un des nombreux restaurants de la ville, ou simplement manger votre pique-nique que vous aurez emporté dans le parc des Doms. Attention pour accéder à ce parc il y a une grande montée avec environ 5 mn de marche.

L'après-midi sera libre. Vous pourrez découvrir le jardin des Doms, situé à côté de la cathédrale, l'espace vert et le jardin public le plus connu à voir à Avignon. Avec ses sentiers aménagés, ses statues des grands hommes d'Avignon et ses fontaines, le jardin est l'endroit idéal pour se promener au frais, au calme et à l'ombre.

Perché sur le rocher des Doms, il offre en plus une vue exceptionnelle sur toute la vallée du Rhône.

Lieu de rendez-vous : **Gare Perrache - Place Carnot - en bas des escalators**

Heure de rendez-vous soyez à l'heure : **6h30**

Heure de départ : **7h06**

Arrivée à Avignon : **8h10**

Heure d'arrivée à **Lyon Part Dieu** : **20h20**

Tarifs : **T1 : 43€ T2 : 54€ T3 : 58€**

Nombre minimum de personnes : **30**

Nombre maximum de personnes : **30**

Transport : **Train OUIGO**

Temps de trajet : **1h00**

Date limite des inscriptions : **21/07**

Le tarif comprend : le billet de train aller/retour, les billets de bus pour se rendre au centre d'Avignon aller/retour et l'entrée avec visite guidée au palais des papes.

Attention la gare de départ (Perrache) n'est pas la même que la gare d'arrivée (Part-Dieu).





 **Vendredi 29 juillet** *après-midi*  **Glace en terrasse**

Retrouvez Coralie au glacier « Chez Fresco» afin de déguster leurs délicieuses glaces à l'Italienne. Petit frère de l'artisan glacier Unico, vous aurez ici des glaces à des tarifs très abordables, faites avec des produits artisanaux et de la région. Quoi de mieux que d'allier gourmandise et éco-responsabilité ?

Lieu de rendez-vous : **Glacier Chez Fresco - 29 Quai Saint Antoine - 69002 Lyon**
 Heure de rendez-vous : **14h30** Nombre minimum de personnes : **5**
 Horaire de l'après-midi : **de 14h45 à 16h00** Nombre maximum de personnes : **12**
 Tarif : **A régler sur place** Date limite des inscriptions : **20/07**

Indication d'accès : Métro A arrêt Cordelier, à 5mn de marche

 **Lundi 1er août** *matin* **Jardin partagé**

Le jardin « partagé », à l'initiative de la Protection Judiciaire de la Jeunesse a été créé en 2013. Depuis, plus de 100 jeunes ont participé au moins une fois à l'activité jardin, amenant chacun une pierre à l'édifice. Tous ces temps passés au jardin laissent de bons souvenirs, et espérons qu'il y en aura encore de nombreux à créer avec vous. C'est pourquoi vous êtes les **bienvenus pour jardiner sur la parcelle réservée à l'Ovpar** dans l'esprit de convivialité, de solidarité. Et plus tard, récolter des légumes ou simplement organiser des pique-niques dans cette parcelle (voir plan page 33).

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au bout du chemin - Villeurbanne St Jean**
 Heure de rendez-vous : **9h30** Nombre minimum de personnes : **4**
 Horaire de l'activité : **Le temps que vous souhaitez** Nombre maximum de personnes : **4**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **29/07**

Indication d'accès : A Laurent Bonnevey, prendre le Bus 7, direction Vaulx-en-Velin « le Bourg ». Descendre à l'arrêt « Cité Saint-Jean » et marcher jusqu'au jardin (environ 5 minutes de marche)

 **Lundi 1er août** **Carnet de voyage + Pique-nique**

Venez laisser parler votre imagination pour cet atelier créatif proposé par Ninon. Il s'agit de réaliser le carnet de voyage du mois de juillet de toutes les activités proposées à l'OVPAR. Venez ajouter dans ce carnet, vos idées, vos mots, vos textes afin que ce carnet vous représente à travers les activités que vous avez vécues à l'OVPAR. Vous aurez pour cela à disposition du matériel créatif : des feuilles et des feutres de couleurs, des petits accessoires comme des plumes, des boutons, etc... Laissez libre cours à votre imagination. Le temps du déjeuner nous pourrons pique-niquer tous ensemble dans le parc (pensez à emporter votre pique-nique), puis nous continuerons le carnet de voyage. Aucune obligation de rester toute la journée.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - Ovpar**
 Heure de rendez-vous : **10h00** Nombre minimum de personnes : **8**
 Horaire de l'activité : **de 10h15 à 16h00** Nombre maximum de personnes : **8**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **29/07**

 **Lundi 1er août** *après-midi* **Atelier Gym douce avec SIEL Bleu**

Découvrez notre atelier gym douce animé par Siel Bleu. Cette gym douce permet de maintenir et développer la fonctionnalité articulaire et musculaire, repousser le seuil de fatigue global, sensibiliser à l'entretien du capital-santé et permet la prévention des chutes. Elle s'adresse aux personnes qui ont besoin d'une gymnastique qui puisse s'adapter à son rythme. Elle ne comporte pas d'exercices violents, trop difficiles ou trop rapides. On y exerce la fonctionnalité des muscles et des articulations, ainsi que la capacité à se mouvoir aisément.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **15h15** Nombre minimum de personnes : **6**
 Horaire de l'atelier : **de 15h30 à 16h30** Nombre maximum de personnes : **15**
 Tarif : **6.50€** Date limite des inscriptions : **25/07**





Août

 **Mardi 2 août** *matin* **Multi-activités**

Autour de diverses activités comme la pétanque, le molkkÿ, le football en marchant ou le morpion géant en plein air, venez partager un moment avec Coralie et Ninon. Quoi de mieux que d’allier jeux de société en extérieur et pratiques adaptées ! Une matinée sous le signe du partage, du plaisir et de la bienveillance.

Lieu de rendez-vous : **Parc de la tête d’Or - Entrée Porte de la Voute** (voir plan page 33)
 Heure de rendez-vous : **9h45** Nombre minimum de personnes : **6**
 Horaire de l’après-midi : **de 10h00 à 12h00** Nombre maximum de personnes : **15**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **29/07**

Indication d’accès : Bus C26 ou C2 - arrêt Tête d’Or Stalingrad

 **Mardi 2 août** *après-midi* **Café littéraire**

Vous avez lu un livre qui vous a plu et vous avez envie de le partager avec d’autres personnes ? Venez échanger avec Valérie à l’ombre des arbres, dans le parc des droits de l’homme (si la météo le permet), lors d’un temps convivial.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR** Nombre minimum de personnes : **3**
 Heure de rendez-vous : **14h00** Nombre maximum de personnes : **6**
 Horaire de l’après-midi : **de 14h15 à 16h00** Date limite des inscriptions : **01/08**
 Tarif : **gratuit**

 **Mercredi 3 août** *matin* **Balade au Parc de la Tête d’Or**

Coralie vous propose une balade tranquille au parc de la tête d’or.

Lieu de rendez-vous : **Parc de la tête d’Or - Entrée Porte de la Voute** (voir plan page 33)
 Heure de rendez-vous : **9h45** Nombre minimum de personnes : **6**
 Horaire de l’après-midi : **de 10h00 à 12h00** Nombre maximum de personnes : **15**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **1/08**

Indication d’accès : Bus C26 ou C2 - arrêt Tête d’Or Stalingrad

 **Mercredi 3 août** *après-midi* **Baccalauréat**

Souvenirs, souvenirs.... Venez jouer au petit baccalauréat avec Ninon. Il s’agit d’un jeu mêlant réflexion et rapidité. Des catégories sont choisies, ainsi qu’une lettre de l’alphabet qui elle est choisie de façon aléatoire. Le but du jeu est de trouver des mots commençant par cette lettre qui rentre dans les catégories. Par exemple dans la catégorie « Prénom masculin » avec la lettre A, vous pouvez écrire Alain, Albert, etc... Un mot par catégorie. L’objectif étant de remplir son tableau.

Lieu de rendez-vous : **Maison des aînés - OvpAr** Nombre minimum de personnes : **4**
 Heure de rendez-vous : **14h15** Nombre maximum de personnes : **12**
 Horaire de l’activité : **de 14h30 à 15h30** Date limite des inscriptions : **01/08**
 Tarif : **gratuit**





 **Jeudi 4 août**  **Sortie journée : Grotte de Choranche & Pont en Royans**



Rejoignez Valérie, Coralie et Ninon pour une journée en Isère, aux portes du Vercors. Le matin venez visiter la Grotte de Choranche qui offre un spectacle féérique : stalagmites, stalactites fistuleuses, rivières et lacs émeraude. Laissez-vous guider dans la mystérieuse beauté intérieure des montagnes. Vous suivrez un guide sur un parcours aménagé, où les galeries s'illumineront au rythme de vos pas. Découvrez ce monde souterrain féeriquement mis en lumière, ses milliers de stalactites fistuleuses et ses protégés.

Important : Pour accéder à la grotte, il y a un chemin d'accès d'environ 300m ; dans la grotte il fait frais 10°, pensez à emporter une veste.

Nous reprendrons le bus pour nous rendre dans le village de **Pont en Royans** afin de déjeuner. Sur place vous pourrez déjeuner soit dans un restaurant du village (organisation et réservation à votre charge), soit pique-niquer dans un parc ou dans une salle hors sac en cas de fortes intempéries (pensez à emporter votre pique-nique).

Retrouvons nous à 14h00 afin de découvrir lors d'une visite guidée d'1 heure le musée de l'eau de Pont en Royans, complexe audacieux ludique, scientifique et culturel consacré à l'eau sous toutes ses formes. Les eaux du Vercors, les eaux du Monde, l'eau poétique et vitale, le sujet, objet de ce musée, semble inépuisable...



De 15h à 16h15, lors de ce temps libre, vous pourrez déambuler dans le village et admirer les maisons suspendues.

Important : *prévoyez une tenue adaptée, de bonnes chaussures, une veste pour la grotte, chapeau ou casquette.*

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **7h00**
 Heure de départ : **7h30**
 Heure de retour : **18h15**
 Tarifs : **T1 : 33€ T2 : 41€ T3 : 44€**

Nombre minimum de personnes : **30**
 Nombre maximum de personnes : **40**
 Transport : **Cars Faure**
 Temps de trajet : **2h00**
 Date limite des inscriptions : **27/07**

 **Vendredi 5 août** *après-midi* **Blind Test**

Venez tester vos connaissances musicales avec Coralie autour d'un Quizz en musique suivi d'un goûter.

Lieu de rendez-vous : **Résidence Autonomie Marx Dormoy - 183/185 rte de Genas - Villeurbanne**
 Heure de rendez-vous : **13h50**
 Horaire de l'activité : **de 14h00 à 15h30**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **4**
 Nombre maximum de personnes : **12**
 Date limite des inscriptions : **01/08**

 **Lundi 8 août** *matin* **Jardin partagé**

Le jardin « partagé », à l'initiative de la Protection Judiciaire de la Jeunesse a été créé en 2013. Depuis, plus de 100 jeunes ont participé au moins une fois à l'activité jardin, amenant chacun une pierre à l'édifice. Tous ces temps passés au jardin laissent de bons souvenirs, et espérons qu'il y en aura encore de nombreux à créer avec vous. C'est pourquoi vous êtes les **bienvenus pour jardiner sur la parcelle réservée à l'Ovpar** dans l'esprit de convivialité, de solidarité. Et plus tard, récolter des légumes ou simplement organiser des pique-niques dans cette parcelle (voir plan page 33).

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au bout du chemin - Villeurbanne St Jean**
 Heure de rendez-vous : **9h30**
 Horaire de l'activité : **Le temps que vous souhaitez**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **4**
 Nombre maximum de personnes : **4**
 Date limite des inscriptions : **5/08**

Indication d'accès : A Laurent Bonnevey, prendre le Bus 7, direction Vaulx-en-Velin « le Bourg ». Descendre à l'arrêt « Cité Saint-Jean » et marcher jusqu'au jardin (environ 5 minutes de marche)





 **Lundi 8 août** *après-midi* **Atelier Equilibre avec SIEL Bleu**

Prévenir une chute, c'est apprendre à en reconnaître les paramètres : se déplacer mieux, s'asseoir et se lever en confiance, apprivoiser le sol. C'est aussi agir pour modifier ses défauts : s'exercer, se concentrer et comprendre. Siel Bleu vous propose d'apprendre à adopter un comportement préventif, où tous les aspects de l'équilibre sont abordés.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **15h15**
 Horaire de l'atelier: **de 15h30 à 16h30**
 Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **6**
 Nombre maximum de personnes : **15**
 Date limite des inscriptions : **01/08**

 **Lundi 8 août** *après-midi*  **Accrobranche**

Envie d'aventure ? Rejoignez Ninon pour une session de parcours dans les arbres. Vous découvrirez 7 parcours d'accrobranche de différents niveaux de difficulté allant du très facile au difficile. Vous pourrez donc choisir ceux qui vous tentent le plus. Rien ne vous oblige de faire les plus difficiles ! Respectez vos limites. Pensez à venir avec de bonnes chaussures ainsi qu'une tenue adaptée et une bouteille d'eau.

Lieu de rendez-vous : **France Aventure Lyon Fourvière - Place du 158^{ème} régiment - Lyon 5**
 Heure de rendez-vous : **13h45**
 Horaire de l'après-midi : **de 14h00 à 17h00**
 Tarif : **12€**

Nombre minimum de personnes : **3**
 Nombre maximum de personnes : **3**
 Date limite des inscriptions : **03/08**

Indication d'accès : Funiculaire : arrêt « Fourvière » ou Bus : Ligne 90 Arrêt « Cimetière de Loyasse » puis 5mn de marche

 **Mardi 9 août** *matin*  **Mini-golf + pique-nique**

Au cœur du Parc de la Tête d'Or se cache un terrain de mini-golf joliment aménagé. Que vous soyez débutant ou confirmé, rejoignez Ninon pour vous amuser sur ce parcours parsemé d'obstacles variés. **Inscription et annulation OBLIGATOIRES** auprès de l'accueil de l'OVPAR.

A l'issue de cette matinée nous pourrions pour ceux qui le souhaitent, pique-niquer tous ensemble dans le parc de la tête d'or (n'oubliez pas votre pique-nique). Possibilité pour ceux qui ne souhaitent pas jouer au mini-golf de nous rejoindre uniquement pour le temps du pique-nique (rendez-vous à midi au mini-golf)

Lieu de rendez-vous : **devant l'entrée du mini-golf - Parc de la Tête d'Or**
 Heure de rendez-vous : **10h00**
 Horaire de la matinée : **de 10h15 à 12h00 + pique nique**
 Tarif : **8.50€** à régler sur place

Nombre minimum de personnes : **4**
 Nombre maximum de personnes : **10**
 Date limite des inscriptions : **5/08**

A partir de 10 personnes inscrites vous bénéficierez du tarif groupe à 6€ la partie

Indication d'accès : **entrée Boulevard Stalingrad à proximité du Vélodrome** (Voir plan page 33)





 **Mercredi 10 août** *matin*  **Baladounette au parc de la Tête d'Or**

Vous souhaitez vous balader mais la distance, votre « petite » condition physique et le rythme parcourus vous effraient ! Pas de problème, cette marche est faite pour vous. Nous l'avons appelé : «la baladounette». N'hésitez pas à rejoindre Coralie pour une balade au Parc de la Tête d'Or. Beaucoup de bancs bordent les allées, ce qui vous permettra de vous reposer régulièrement.

Lieu de rendez-vous : **Parc de la tête d'or—Porte de la Voûte (voir plan page 33)**

Heure de rendez-vous : **9h45**

Horaire de la marche : **de 10h00 à 12h00**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **15**

Date limite des inscriptions : **08/08**

 **Mercredi 10 août** *après-midi* **Multi-activités**

Autour de diverses activités comme la pétanque, le molkkÿ, le football en marchant ou le morpion géant en plein air, venez partager un moment avec Coralie et Ninon. Quoi de mieux que d'allier jeux de société en extérieur et pratiques adaptées ! Une matinée sous le signe du partage, du plaisir et de la bienveillance avec la Miete.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - Ovpar**

Heure de rendez-vous : **14h30**

Horaire de l'après-midi : **de 14h45 à 16h30**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **6**

Nombre maximum de personnes : **20**

Date limite des inscriptions : **8/08**





Jeudi 11 août  **Sortie journée : Croisière Aix les bains & Cuivrierie**



Rejoignez Amandine, Coralie et Ninon pour une croisière de Hautecombe au départ d'Aix les bains. Le matin partez en croisière pendant 1h sur le plus grand lac naturel de France ! Lieu touristique très prisé, le lac du Bourget vous enchante par la beauté de ses rives sauvages et la pureté de ses eaux avec une escale à l'Abbaye de Hautecombe. Prenez le temps d'admirer les sublimes paysages des montagnes se reflétant dans l'eau.

A midi, vous pourrez déjeuner soit dans l'un des nombreux restaurants du bord de lac (organisation et réservation à votre charge), soit vous pourrez pique-niquer le long du lac (attention, pas de salle hors sac).

En début d'après-midi, direction la cuivrierie de Lavours. Venez découvrir la fabrique où l'artiste vous fera une démonstration de la technique de repoussage, travail à l'ancienne. Fils de compagnon, cet artisan fait partie des derniers artisans du cuivre en France.



Important : pensez à vous vêtir d'une tenue adaptée, de bonnes chaussures, chapeau ou casquette écran solaire et de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR** Nombre minimum de personnes : **30**
 Heure de rendez-vous : **7h00** Nombre maximum de personnes : **34**
 Heure de départ : **7h30** Transport : **Cars Faure**
 Heure de retour : **18h15** Temps de trajet : **2h00**
 Tarifs : **T1 : 37€ T2 : 46€ T3 : 50€**
 Date limite des inscriptions et des annulations remboursables : **27/07 à 16h00**

Vendredi 12 août matin **Pétanque**

Venez jouer à la pétanque avec Coralie. N'oubliez pas d'apporter vos boules. Si vous n'en n'avez pas, l'Ovpar en possède quelques unes.

Lieu de rendez-vous : **Devant la Maison des Aînés** Nombre minimum de personnes : **5**
 Heure de rendez-vous : **9h45** Nombre maximum de personnes : **11**
 Horaire de la matinée : **de 10h00 à 11h30** Date limite des inscriptions : **10/08**
 Tarif : **gratuit**

Lundi 15 août matin **Jardin partagé**

Le jardin « partagé », à l'initiative de la Protection Judiciaire de la Jeunesse a été créé en 2013. Depuis, plus de 100 jeunes ont participé au moins une fois à l'activité jardin, amenant chacun une pierre à l'édifice. Tous ces temps passés au jardin laissent de bons souvenirs, et espérons qu'il y en aura encore de nombreux à créer avec vous. C'est pourquoi vous êtes les **bienvenus pour jardiner sur la parcelle réservée à l'Ovpar** dans l'esprit de convivialité, de solidarité. Et plus tard, récolter des légumes ou simplement organiser des pique-niques dans cette parcelle . (voir plan page 33).

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au bout du chemin - Villeurbanne St Jean**
 Heure de rendez-vous : **9h30** Nombre minimum de personnes : **4**
 Horaire de l'activité : **Le temps que vous souhaitez** Nombre maximum de personnes : **4**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **12/08**

Indication d'accès : A Laurent Bonnevey, prendre le Bus 7, direction Vaulx-en-Velin « le Bourg ». Descendre à l'arrêt « Cité Saint-Jean » et marcher jusqu'au jardin (environ 5 minutes de marche)





 **Mardi 16 août** *matin* **Relaxation avec Sandrine Vivant**

Sandrine vous propose deux séances de relaxation dans le parc des Droits de l'Homme. Cet atelier alterne des mouvements doux de relaxation dynamique, des mouvements d'automassage (do in) et un temps de relaxation douce. C'est une véritable pause détente pour se reconnecter à son essentiel. C'est aussi se laisser porter par la présence du groupe et son énergie bienfaisante. Prévoyez votre tapis de sol, une tenue confortable ainsi que de l'eau. En cas de pluie l'activité se fera dans une salle.

1ère séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **9h15**
 Horaire de la séance : **de 9h30 à 10h30**
 Tarif : **6.50€ la séance**

Nombre minimum de personnes : **7**
 Nombre maximum de personnes : **9**
 Date limite des inscriptions : **09/08**

2ème séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **10h40**
 Horaire de la séance : **de 10h45 à 11h45**
 Tarif : **6.50€ la séance**

Nombre minimum de personnes : **7**
 Nombre maximum de personnes : **9**
 Date limite des inscriptions : **09/08**

 **Mardi 16 août** *après-midi*  **Glace en terrasse**

Retrouvez Ninon au glacier NARDONE afin de déguster une glace, ou autres gourmandises.

Lieu de rendez-vous : **Glacier NARDONE - 26 quai Bondy - 69005 Lyon (vieux Lyon)**
 Heure de rendez-vous : **14h45**
 Horaire de l'après-midi : **de 15h00 à 17h00**
 Tarif : **A régler sur place**

Nombre minimum de personnes : **6**
 Nombre maximum de personnes : **12**
 Date limite des inscriptions : **20/07**

 **Mercredi 17 août** *matin*  **Balade au Parc de Parilly**

Ninon vous propose une balade au sein du parc de **Parilly** afin d'y découvrir son hippodrome et ses chemins ombragés. De nombreux bancs sont installés tout le long du parcours pour une balade tranquille à la fraîche.

Lieu de rendez-vous : **A l'entrée du parc de Parilly en face de l'arrêt T2 « Parilly Université »**
 Heure de rendez-vous : **9h45**
 Horaire de la balade : **de 10h00 à 11h30**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **10**
 Nombre maximum de personnes : **15**
 Date limite des inscriptions : **16/08**

Indication d'accès : T2 arrêt « Parilly Université »

 **Mercredi 17 août** *après-midi* **Café Cinéophile**

Rejoignez Coralie autour d'un café et échangez sur vos films ou séries préférés, un moyen de découvrir de nouvelles œuvres du 7^{ème} art.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **14h45**
 Horaire de l'après-midi : **de 15h00 à 16h30**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **10**
 Nombre maximum de personnes : **15**
 Date limite des inscriptions : **16/08**





 **Jeudi 18 août**  **Sortie journée : Musée de la vache qui rit & Lons le Saunier**

Rejoignez Amandine, Coralie et Ninon pour une journée dans le Jura. Le matin venez effectuer une visite guidée de la vieille ville de Lons le Saunier. Cette ville s'illustre pour son patrimoine, ses commerces, et la célèbre Maison de la Vache Qui Rit, emblématique de la ville ! Arpentez les boutiques cachées sous ses arcades, slalomez entre les jets d'eau de la place de la Liberté, saluez la statue de Rouget-de-Lisle, l'un des prestigieux enfants de la ville...

A midi, vous pourrez déjeuner soit dans l'un des nombreux restaurants de la ville (organisation et réservation à votre charge), soit pique-niquer dans le parc ou dans une salle hors sac (pensez à emporter votre pique-nique).



L'après-midi venez découvrir lors d'une **conférence puis d'une visite libre** le musée de la Vache qui rit. Cette maison est bâtie sur le site même où est née la marque en 1921, à Lons-le-Saunier. Elle s'offre aujourd'hui une nouvelle jeunesse. Joyeuse, conviviale, impertinente, synonyme de plaisir gustatif lié à nos souvenirs d'enfance, La Vache qui rit mérite d'avoir une maison à la hauteur de sa réputation.

Depuis son ouverture, elle est le lieu de référence de la mémoire de la marque. Les 2 200 m² du bâtiment sont entièrement distribués et aménagés avec la volonté de partager du plaisir, de la vie, du sourire. Venez vous étonner, vous évader, vous arrêter, dans cette maison qui espère vous déclencher des émotions.

***Important** : pensez à vous vêtir d'une tenue adaptée, de bonnes chaussures, chapeau et d'une bouteille d'eau.*

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**

Heure de rendez-vous : **7h30**

Heure de départ : **8h00**

Heure de retour : **18h15**

Tarifs : **T1 : 36€ T2 : 45€ T3 : 49€**

Date limite des inscriptions et des annulations remboursables : **5/08**

Nombre minimum de personnes : **30**

Nombre maximum de personnes : **34**

Transport : **Cars Faure**

Temps de trajet : **1h45**

 **Vendredi 19 août après-midi**  **Musée Gadagne : Lyon se la raconte**

Retrouvez Coralie pour une visite au sein de l'exposition permanente Portraits de Lyon pour une première approche de l'histoire urbaine de la ville.

Quel serait votre portrait de Lyon ? Quels mots, quelles images vous viennent à l'esprit quand on évoque la ville ? Venez échanger votre propre vision de Lyon avec le médiateur ou la médiatrice.

A travers l'histoire de son développement urbain, découvrez comment Lyon est devenue la ville que nous connaissons aujourd'hui avec ses enjeux contemporains. Enfin, explorez la maquette interactive de Lyon avec plus de 100 points d'intérêt localisés et racontés en images : Hôtel-de-ville, Opéra, tunnel de Fourvière, etc. Une visite qui permet, au fil des questions et des découvertes, de dresser ensemble un portrait de la ville.

A l'issue de la visite, vous pourrez boire un verre tous ensemble avec Coralie au café Gadagne situé dans les hauteurs du musée à côté des sublimes jardins du 4^{ème} étage.

Lieu de rendez-vous : **devant le musée Gadagne - 1 Place du Petit Collège - 69005 Lyon**

Heure de rendez-vous : **13h50**

Horaires de la visite : **de 14h00 à 15h30**

Tarif : **6.50€ + votre consommation**

Nombre minimum de personnes : **14**

Nombre maximum de personnes : **20**

Date limite des inscriptions : **12/08**

Indication d'accès : Arrêt C3 gare Saint Paul à 7 mn à pied ou Métro A Arrêt Bellecour puis traverser le pont en direction de St Jean





 **Lundi 22 août** *matin* **Jardin partagé**

Le jardin « partagé », à l'initiative de la Protection Judiciaire de la Jeunesse a été créé en 2013. Depuis, plus de 100 jeunes ont participé au moins une fois à l'activité jardin, amenant chacun une pierre à l'édifice. Tous ces temps passés au jardin laissent de bons souvenirs, et espérons qu'il y en aura encore de nombreux à créer avec vous. C'est pourquoi vous êtes les **bienvenus pour jardiner sur la parcelle réservée à l'Ovpar** dans l'esprit de convivialité, de solidarité. Et plus tard, récolter des légumes ou simplement organiser des pique-niques dans cette parcelle . (voir plan page 33).

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au bout du chemin - Villeurbanne St Jean**
 Heure de rendez-vous : **9h30** Nombre minimum de personnes : **4**
 Horaire de l'activité : **Le temps que vous souhaitez** Nombre maximum de personnes : **4**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **16/08**

Indication d'accès : A Laurent Bonnevey, prendre le Bus 7, direction Vaulx-en-Velin « le Bourg ». Descendre à l'arrêt « Cité Saint-Jean » et marcher jusqu'au jardin (environ 5 minutes de marche)

 **Lundi 22 août** *après-midi* **Quizz**

Rejoignez Coralie pour un quizz autour de l'histoire de la région suivi d'un goûter.

Lieu de rendez-vous : **Résidence autonomie Château Gaillard - 1E rue Michel Dupeuble**
 Heure de rendez-vous : **13h50** Nombre minimum de personnes : **4**
 Horaire de l'après-midi : **de 14h00 à 15h30** Nombre maximum de personnes : **12**
 Tarif : **gratuit** Date limite des inscriptions : **19/08**

 **Lundi 22 août** *après-midi* **Atelier Gym douce avec SIEL Bleu**

Découvrez notre atelier gym douce animé par Siel Bleu. Cette gym douce permet de maintenir et développer la fonctionnalité articulaire et musculaire, repousser le seuil de fatigue global, sensibiliser à l'entretien du capital-santé et permet la prévention des chutes. Elle s'adresse aux personnes qui ont besoin d'une gymnastique qui puisse s'adapter à son rythme. Elle ne comporte pas d'exercices violents, trop difficiles ou trop rapides. On y exerce la fonctionnalité des muscles et des articulations, ainsi que la capacité à se mouvoir aisément.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **15h15** Nombre minimum de personnes : **6**
 Horaire de l'atelier: **de 15h30 à 16h30** Nombre maximum de personnes : **15**
 Tarif : **6.50€** Date limite des inscriptions : **16/08**

 **Mardi 23 août**  **Restaurant**

Retrouvez Valérie, Coralie et Ninon au restaurant Le Taille Crayon à Villeurbanne à l'ombre des arbres afin de déguster un bon repas. Seule la formule à 17€ (choix entre 2 entrées/2 plats/4 desserts, sera disponible (boisson en supplément)

Lieu de rendez-vous : **Devant le restaurant le Taille-crayon - 21 rue Flachet - Villeurbanne**
 Heure de rendez-vous : **12h00** Nombre minimum de personnes : **8**
 Horaire de l'activité : **le temps du déjeuner** Nombre maximum de personnes : **30**
 Tarif : **à régler sur place** Date limite des inscriptions : **16/08**





Août

 **Mercredi 24 août** *matin* **Relaxation avec Sandrine Vivant**

Sandrine vous propose deux séances de relaxation dans le parc des Droits de l'Homme. Cet atelier alterne des mouvements doux de relaxation dynamique, des mouvements d'automassage (do in) et un temps de relaxation douce. C'est une véritable pause détente pour se reconnecter à son essentiel. C'est aussi se laisser porter par la présence du groupe et son énergie bienfaisante. Prévoyez votre tapis de sol, une tenue confortable ainsi que de l'eau. En cas de pluie l'activité se fera dans une salle.

1ère séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **9h15**
 Horaire de la séance : **de 9h30 à 10h30**
 Tarif : **6.50€ la séance**

Nombre minimum de personnes : **7**
 Nombre maximum de personnes : **9**
 Date limite des inscriptions : **17/08**

2ème séance :

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **10h40**
 Horaire de la séance : **de 10h45 à 11h45**
 Tarif : **6.50€ la séance**

Nombre minimum de personnes : **7**
 Nombre maximum de personnes : **9**
 Date limite des inscriptions : **17/08**

 **Mercredi 24 août** *après-midi* **L'Avenue est à vous**

Dans le cadre de Vivez l'été 2022 labélisé Capitale Française de la Culture, la ville de Villeurbanne propose d'animer le centre-ville en juillet et en août. Au cœur des Gratte-ciel, l'avenue s'anime autour d'un espace détente, d'ateliers créatifs, de temps artistiques.

Ninon vous propose la création d'un souvenir de vacances. Des photos de vacances différentes seront mises à disposition (mer, montagne, ville, été en ville à l'OVPAR, etc...) afin que chacun puisse s'y retrouver. Vous choisirez la photo qui vous convient le mieux, puis place à l'imagination. Vous aurez accès à du matériels créatifs en tout genre afin de mettre en scène comme vous le souhaitez votre photo de vacances. L'idée étant de repartir avec une création qui représente le mieux un de vos souvenirs de vacances. Rejoignez-la pour passer un moment convivial avec d'autres personnes en partageant cette activité. Vous avez la possibilité d'amener vos propres photos si vous le souhaitez. »

Lieu de rendez-vous : **Stand OVPAR Avenue Henri Barbusse - Gratte-ciel**
 Heure de rendez-vous : **13h15**
 Horaire de l'après-midi : **de 13h30 à 15h30 (2 sessions de 45 mn)**
 Tarif : **gratuit**

 **Mercredi 24 août** *après-midi* **Cinéma : Le Zola**

Coralie vous propose d'aller voir un film au cinéma le Zola. Pour l'instant nous ne connaissons pas les films qui seront projetés, la surprise sera double : retourner dans une salle obscure et se laisser porter par la magie du film proposé. A la suite du film vous pourrez vous retrouver autour d'une boisson à la terrasse d'un café afin d'échanger sur le film visionné.

Lieu de rendez-vous : **Devant le cinéma Le Zola**
 Heure de rendez-vous : **15h50**
 Horaire de l'après-midi : **de 16h00 à 18h00**
 Tarif : **4.70€ la place de cinéma**

Nombre minimum de personnes : **4**
 Nombre maximum de personnes : **30**
 Date limite des inscriptions : **17/08**

Le titre du film vous sera communiqué une semaine avant la projection. N'hésitez pas à contacter l'accueil de l'Ovpar





Jeudi 25 août  **Sortie journée : Château de la Roche & train de la Loire**



Rejoignez Valérie, Coralie et Ninon pour une journée dans la Loire. Le matin, venez visiter le château de la Roche. Ancré sur son piton rocheux, bien en place depuis le 13ème siècle avec sa tour et son donjon, le Château de la Roche devient, selon l'humeur du fleuve, tantôt rocher défensif, tantôt îlot romantique. Sa situation improbable sur la Loire en fait un site emblématique du Département.

A l'heure du déjeuner pique-nique obligatoire au bord du lac de Villerest (pensez à emporter votre couverture de pique-nique et votre repas).

L'après-midi montez dans le Train de la Loire qui vous emmènera pour une promenade commentée longeant le fleuve. Sur le trajet entre les belvédères de Commelle-Vernay et de Magneux, découvrez une balade nature parsemée de points de vue sur le lac de Villerest et sur les paysages du Roannais.



Important : pensez à vous vêtir d'une tenue adaptée, de bonnes chaussures, chapeau et d'une bouteille d'eau.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**
 Heure de rendez-vous : **7h30**
 Heure de départ : **8h00**
 Heure de retour : **18h30**
 Tarifs : **T1 : 30€ T2 : 38€ T3 : 41€**

Nombre minimum de personnes : **30**
 Nombre maximum de personnes : **34**
 Transport : **Cars Faure**
 Temps de trajet : **1h30**
 Date limite des inscriptions : **17/08**

Vendredi 26 août *matin* **Jeux : le Mölkky**

Venez avec Coralie et Ninon, découvrir le célèbre jeu de quilles finlandais en bois qui connaît un franc succès en France. Son principe repose sur l'adresse, la tactique ainsi que la chance. Ce jeu de quilles en bois est très convivial, il se pratique en plein air et est adapté à tout le monde.

Lieu de rendez-vous : **Devant la Maison des Aînés**
 Heure de rendez-vous : **9h45**
 Horaire de la matinée : **de 10h00 à 12h00**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**
 Nombre maximum de personnes : **11**
 Date limite des inscriptions : **24/08**

Lundi 29 août *matin* **Jardin partagé**

Le jardin « partagé », à l'initiative de la Protection Judiciaire de la Jeunesse a été créé en 2013. Depuis, plus de 100 jeunes ont participé au moins une fois à l'activité jardin, amenant chacun une pierre à l'édifice. Tous ces temps passés au jardin laissent de bons souvenirs, et espérons qu'il y en aura encore de nombreux à créer avec vous. C'est pourquoi vous êtes les **bienvenus pour jardiner sur la parcelle réservée à l'Ovpar** dans l'esprit de convivialité, de solidarité. Et plus tard, récolter des légumes ou simplement organiser des pique-niques dans cette parcelle . (voir plan page 33).

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au bout du chemin - Villeurbanne St Jean**
 Heure de rendez-vous : **9h30**
 Horaire de l'activité : **Le temps que vous souhaitez**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **4**
 Nombre maximum de personnes : **4**
 Date limite des inscriptions : **22/08**

Indication d'accès : A Laurent Bonnevey, prendre le Bus 7, direction Vaulx-en-Velin « le Bourg ». Descendre à l'arrêt « Cité Saint-Jean » et marcher jusqu'au jardin (environ 5 minutes de marche)





Lundi 29 août après-midi  **Atelier Pâtisserie**

Ninon vous propose de vous partager sa passion pour la pâtisserie à travers cet atelier. Vous aurez à réaliser des madeleines, des cookies et des muffins pour le dessert du repas partagé de la clôture de l'été proposé le mercredi 31 août. Vous repartirez avec les recettes à refaire chez vous. Astuce et dégustation des petits gâteaux viendront compléter cette après-midi gourmande.



Lieu de rendez-vous : **Accueil de jour de l'Ovpar - Espace St André**
26 Allée des Cèdres - 69100 Villeurbanne

Heure de rendez-vous : **13h45**

Horaire de l'atelier : **de 14h à 16h30**
(2h de cuisine + 30 mn de dégustation)

Tarif : **gratuit**

Indication d'accès : T3 - arrêt « Bel Air - les Broses »

Nombre mini de personnes : **8**

Nombre maxi de personnes : **10**

Date limite des inscriptions : **24/08**

Lundi 29 août après-midi **Atelier Equilibre avec SIEL Bleu**

Prévenir une chute, c'est apprendre à en reconnaître les paramètres : se déplacer mieux, s'asseoir et se lever en confiance, apprivoiser le sol. C'est aussi agir pour modifier ses défauts : s'exercer, se concentrer et comprendre. Siel Bleu vous propose d'apprendre à adopter un comportement préventif, où tous les aspects de l'équilibre sont abordés.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - OVPAR**

Heure de rendez-vous : **15h15**

Horaire de l'atelier: **de 15h30 à 16h30**

Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **6**

Nombre maximum de personnes : **15**

Date limite des inscriptions : **22/08**

Mardi 30 août matin **Zumba avec Sylvie ANCIAN**

Si vous souhaitez garder la forme tout en vous amusant, venez découvrir le cours de danse de zumba qui se déroulera dans le parc des Droits de l'Homme avec Sylvie ANCIAN notre professeure de danse. Les mouvements sont les mêmes que dans un cours de zumba traditionnel mais ils sont adaptés et l'intensité est moins soutenue. Ces cours permettent de développer l'équilibre et la coordination. Ce cours complet et festif se fait sur des musiques entraînantes latino-américaines et des musiques du monde. L'activité se fera en extérieur. En cas de pluie une solution de repli est prévue.

Lieu de rendez-vous : **Devant la Maison des Aînés**

Heure de rendez-vous : **9h45**

Horaire du cours : **de 10h00 à 11h00**

Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **9**

Date limite des inscriptions : **23/08**

Mardi 30 août matin **Visite : Les jardins du Palais St Pierre**

Rejoignez Valérie et une médiatrice du musée pour une visite guidée des jardins du Palais St Pierre. Au cœur de la ville moderne, le jardin du musée est un petit miracle de calme et d'harmonie. Après la Révolution et le départ des religieuses, le cloître s'ouvre au public et connaît plusieurs aménagements notamment en 1998 lors de la rénovation du musée.

Au centre, le bassin circulaire est surmonté d'un sarcophage antique et d'une petite statue d'Apollon, dieu des arts. Flânez au frais sous les galeries, dans les allées et sur ses bancs accueillants !

Lieu de rendez-vous : **devant le bassin central du Jardin Palais Saint Pierre**
20 place des terreaux - Lyon 1 (Musée des Beaux Arts)

Heure de rendez-vous : **9h45**

Horaire de la visite : **de 10h00 à 11h30**

Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **10**

Nombre maximum de personnes : **24**

Date limite des inscriptions : **23/08**





Mardi 30 août **Carnet de Voyage + Pique-nique**

Venez laisser parler votre imagination pour cet atelier créatif proposé par Ninon. Il s'agit de réaliser le carnet de voyage du mois de juillet de toutes les activités proposées à l'OVPAR. Venez ajouter dans ce carnet, vos idées, vos mots, vos textes afin que ce carnet vous représente à travers les activités que vous avez vécues à l'OVPAR. Vous aurez pour cela à disposition du matériel créatif : des feuilles et des feutres de couleurs, des petits accessoires comme des plumes, des boutons, etc... Laissez libre cours à votre imagination. Le temps du déjeuner nous pourrons pique-niquer tous ensemble dans le parc (pensez à emporter votre pique-nique), puis nous continuerons le carnet de voyage. Aucune obligation de rester toute la journée.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - Ovpar**
 Heure de rendez-vous : **10h00**
 Horaire de l'après-midi : **de 10h15 à 16h00**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **8**
 Nombre maximum de personnes : **8**
 Date limite des inscriptions : **29/08**

Mercredi 31 août **Fête de clôture de l'été**



Rejoignez toute l'équipe d'animation afin de clôturer l'été 2022 dans une ambiance festive. Retrouvons-nous autour d'un repas partagé (chacun apporte une spécialité dont il/elle a le secret).

En début d'après-midi, vous pourrez danser au rythme de la musique créole grâce au groupe Patrick Pierre Band, avec son musicien et sa danseuse qui vous proposent une ambiance créole.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - Ovpar**
 Heure de rendez-vous : **12h00**
 Horaire de l'après-midi : **de 12h00 à 16h30**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **8**
 Nombre maximum de personnes : **40**
 Date limite des inscriptions : **29/08**



Jeudi 1er septembre **Carnet de Voyage**

Valérie et Ninon vous proposent de venir terminer le carnet de voyage du mois d'août en incluant les photos et souvenirs de la journée de cloture du mercredi 31 aout.

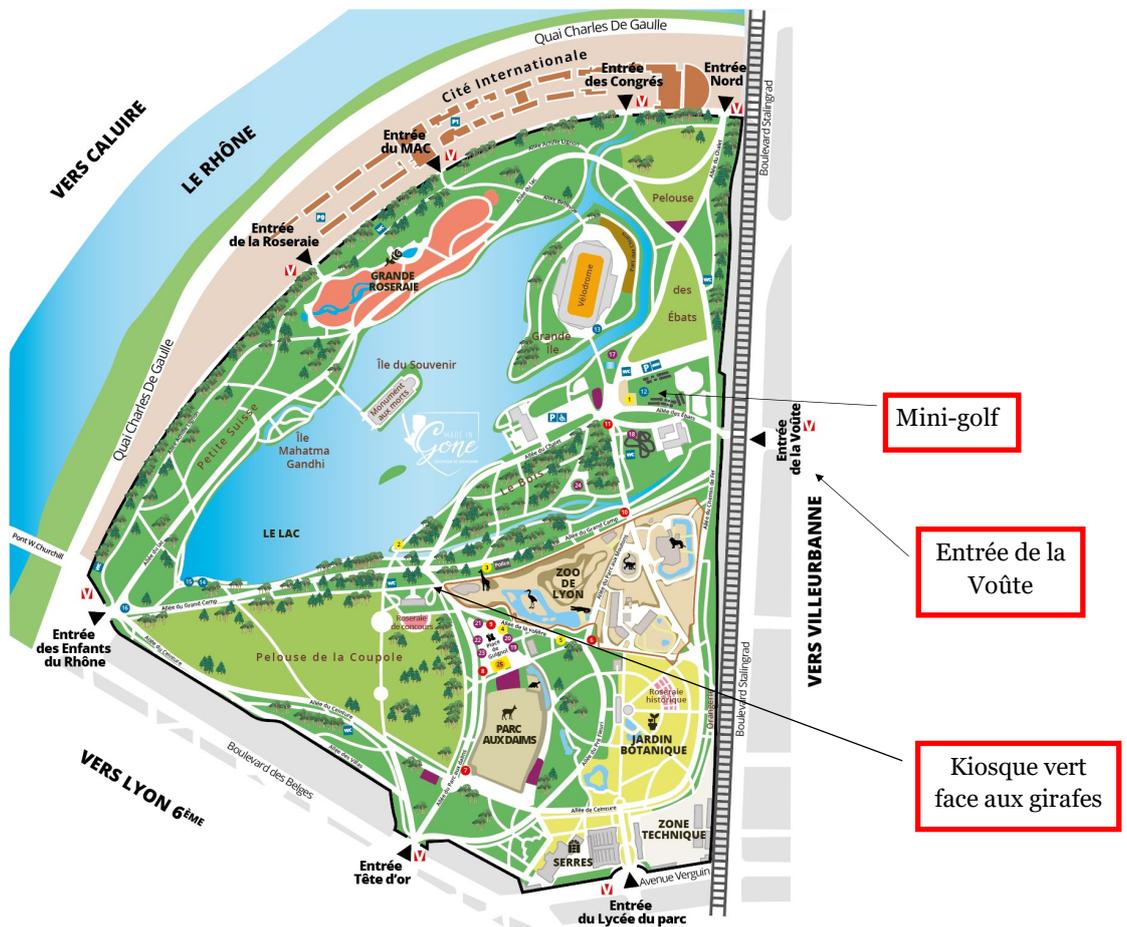
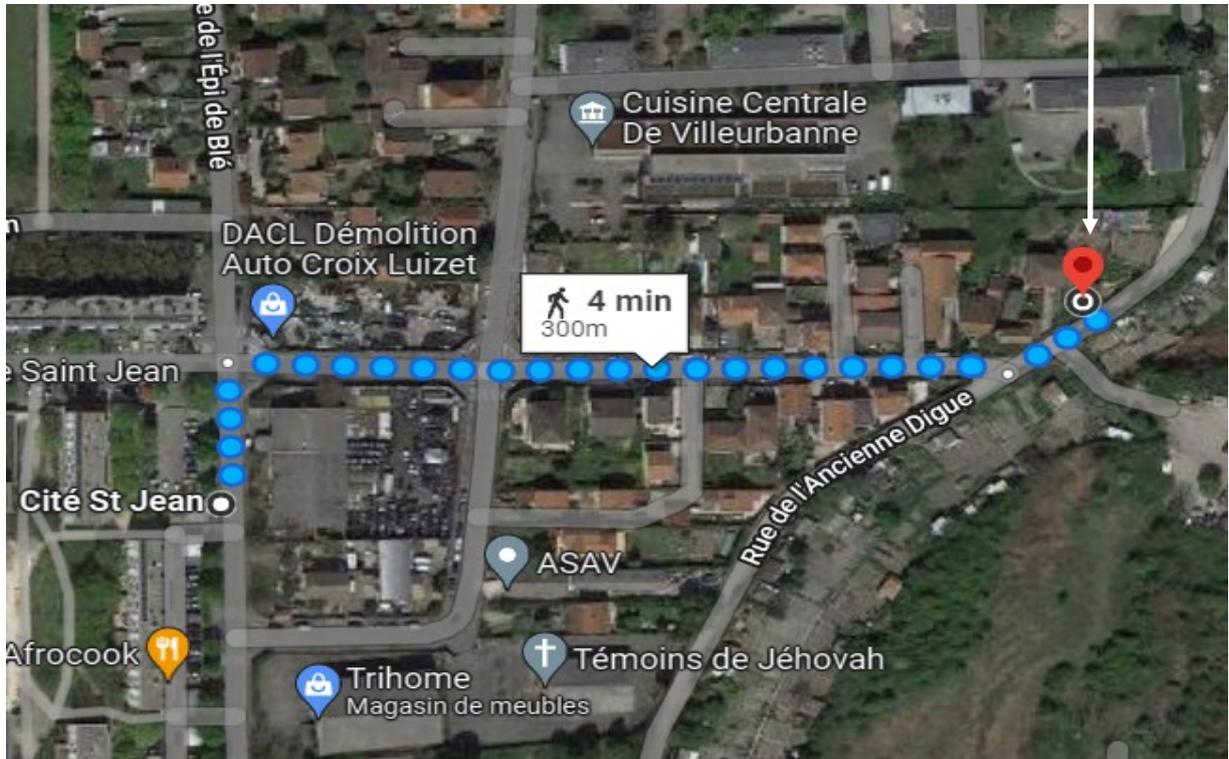
Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés - Ovpar**
 Heure de rendez-vous : **13h50**
 Horaire de l'activité : **de 14h00 à 16h30**
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **8**
 Nombre maximum de personnes : **8**
 Date limite des inscriptions : **30/08**



Plans

JARDIN PARTAGE





PLAN CANICULE

A Villeurbanne la **direction seniors du CCAS, situé à la Maison des Aînés, est en charge de l'animation et de la gestion du dispositif canicule.**

Depuis la canicule 2003, il y a eu une prise de conscience forte sur les besoins des personnes âgées peu mobiles en ville l'été. Ainsi les familles, les amis de personnes âgées peu mobiles restent en contact durant les périodes estivales, mais en même temps, les personnes âgées vivent le départ en vacances de leurs proches comme un éloignement et ressentent un sentiment d'isolement. Depuis 2008, à Villeurbanne, le dispositif canicule a évolué afin de prendre en compte toute la dimension de l'isolement des personnes âgées en ville l'été avec le départ en vacances des enfants, des amis, des commerçants, des médecins et autres intervenants libéraux à domicile.

Qu'est-ce qui est prévu ?

L'inscription

A partir **du 1er juin et jusqu'au 15 septembre**, elle se fait soit en ligne, sur le site de la Ville, soit par l'intermédiaire **d'un coupon réponse** à disposition à l'accueil de la Mairie, de la Maison des Aînés, dans les pharmacies, les résidences du CCAS, etc.... Toutes les personnes âgées de + de 65 ans ou handicapées peuvent s'inscrire. La démarche est volontaire. Des tiers (familles, amis, etc.), peuvent inscrire une personne dès lors que cette dernière exprime son accord d'être dans ce dispositif.

Une ligne téléphonique : **le 04.72.65.80.80** fonctionne **de 8h30 à 17heures**.

Les appels

La loi prévoit qu'en période de chaleur intense le Préfet peut déclencher le niveau 3 du plan canicule. Dans ce cas, il est demandé aux communes de rappeler l'ensemble des personnes inscrites quotidiennement (semaine et week-end). **La ville par l'intermédiaire du CCAS met en œuvre un dispositif plus large** que celui prévu par les textes en prévoyant de juin à septembre des appels réguliers des personnes inscrites quelque soit la chaleur et rompre l'isolement des personnes âgées peu mobiles vivant à domicile.

Comment cela se passe ?

Une écoutante prend contact avec l'ensemble des personnes inscrites et leur demande à quelles fréquences elles souhaitent être appelées. Ainsi, au fil de ces 3 mois, un lien se tisse entre cette écoutante et la personne âgée. Ces appels sont l'occasion de parler du quotidien, des petits tracas, du dernier film passé à la télévision et permettent, en cas de besoin, d'alerter. L'alerte peut se faire en direction des familles, de l'assistant social seniors du CCAS, des professionnels de santé voire les secours.

CCAS direction seniors : les services complémentaires.

Le service de portage de repas géré par le CCAS maintient son service durant toute la période estivale. Il s'inscrit dans le dispositif de veille et assouplit ses critères d'entrée. Les repas prenant en compte les besoins de la personne âgée sont ainsi possibles du lundi au samedi. Les 4 résidences (Ch. Gaillard, Jean Jaurès, Tonkin, M. Dormoy,) maintiennent l'ouverture de leurs restaurants aux personnes âgées de + de 60 ans (en fonction des mesures gouvernementales liées à la crise sanitaire).

Ces 4 résidences ainsi que la Maison des aînés mettent à disposition une pièce rafraîchie.

Pour tout renseignement :

www.villeurbanne.fr/ rubrique Bien vieillir ou Maison des aînés (04-78-68-90-50)



Nos partenaires

Soutien financier du dispositif d'aide



les petits frères
des Pauvres



La vie à domicile



CYPRIAN SERVICES

Aide à domicile



croix-rouge française
PARTOUT OÙ VOUS AVEZ BESOIN DE NOUS



Groupama



Vous aider, chez vous



PAPAVL - M.A.D.
M AINTIEN À D OMICILE

PAPAVL - S.P.
S ERVICE P ROXIMITÉ



FONDATION
ARALIS
LOGEMENT ACCOMPAGNE



Résidom

Aide & Soins à Domicile



SERVICES À LA PERSONNE



NOUS PRENONS SOIN DE VOUS



MÉDIPÔLE HÔPITAL MUTUALISTE



Vivons
ALERTE

La téléassistance bienveillante



Réseau

OMERIS

Vous sentir chez vous, c'est possible chez nous.



FRANCE

PRÉSENCE



ADÉA présence
Développeurs d'autonomie



Nos Partenaires & Nos Sponsors



**UNE BANQUE SANS ACTIONNAIRES,
N'A QUE SES CLIENTS À SATISFAIRE.**

UNE BANQUE QUI APPARTIENT À SES CLIENTS, ÇA CHANGE TOUT.

Venez nous rencontrer à Villeurbanne
3 Caisses de Crédit Mutuel • 1 Crédit Mutuel Enseignant

Crédit Mutuel

Le Crédit Mutuel, banque coopérative, appartient à ses 8 millions de clients-sociétaires.

Caisse Fédérale de Crédit Mutuel et Caisses affiliées, société coopérative à forme de société anonyme au capital de 5 458 531 000 euros, 4 rue Frédéric-Guillemain Raillotin, 69113 Strasbourg Cedex 9, RCS Strasbourg B 589 506 354
N° Siret : 07 003 756. Banques régies par les articles L.511-1 et suivants du code monétaire et financier.



Bienvenue à la Maison !

SÉLECTION 2022



FAURE TOURISME
HAVAS VOYAGES



ANDORRE

à partir de
524€

ESCAPADE EN ANDORRE
5 jours / 4 nuits
Le 04/07/2022



FRANCE

à partir de
973€

CROISIÈRE SUR LA VALLÉE DE LA SEINE
5 jours / 4 nuits
Le 14/07/2022



SUISSE

à partir de
1220€

LES CÉLÈBRES TRAINS SUISSES
6 jours / 5 nuits
Le 30/06/2022



DÉCOUVREZ TOUS NOS VOYAGES !
POUR PLUS D'INFORMATIONS, DEMANDE DE DEVIS
CONTACTEZ NOS CONSEILLERS VOYAGES

Faure Tourisme - Atout France IM038100043

- Rendez-vous en agence
- Par téléphone : 04 72 78 07 77
- Sur notre site internet : www.faure-tourisme.com

FAURE TOURISME SAINT-PRIEST
12 rue Mozart 69800 Saint-Priest
Tél : 04 78 20 99 38
ft-stpriet@faure-tourisme.fr

