



**Le programme trimestriel d'animation : ÉTÉ**  
**N° 242 Juillet - Aout 2024**



**Audrey, Valérie et  
Salomé vous  
attendent pour passer  
un été vitaminé !**



**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](mailto:contact@ovpar.fr) - [www.ovpar.fr](http://www.ovpar.fr)  
Métro A arrêt « flachet » - Bus C26 arrêt « rue du 4 août »

**NOUVEAU !!!**  
**HORAIRES D'OUVERTURE :**  
**Du 15 juillet au 25 août**  
**Du Lundi au Vendredi**  
**de 7h30 à 14h30**

**Adhésion été 2024 :**  
Villeurbannais 6€ - Non villeurbannais 9€

**Début des inscriptions: Mardi 2 juillet 2024 à 8H30**

### Du nouveau à la Maison des aînés !

Pour vous éviter un trop long temps d'attente, **nous avons fait évoluer les modalités d'inscription**. Comme pour les dernières inscriptions (hiver et printemps 2024), nous vous proposerons de nous laisser votre fiche récapitulative. Les fiches seront numérotées et donc traitées par ordre d'arrivée. **Attention** : si vous souhaitez inscrire **une** autre personne, vous devez **impérativement** venir avec sa fiche récapitulative ou à minima connaître ses choix d'activités.

### Concrètement, comment ça se passe le jour des inscriptions ?

Vous nous déposez votre fiche récapitulative, **sans aucun règlement** (donc, inutile de préparer un chèque).

- Les fiches seront traitées par ordre d'arrivée.
- **L'équipe de l'OVPAR vous appellera** dans la semaine qui suit le dépôt de votre fiche pour vous dire si vous êtes inscrit à une ou plusieurs activités, à quel moment vous devez passer apporter le règlement, et le montant.

### S'il ne vous est pas possible de venir le 2 juillet à 8H30, vous pouvez :

- Venir déposer à l'accueil votre fiche récapitulative remplie, sur les horaires d'ouverture.
- Déposer votre fiche dans notre boîte aux lettres ou nous l'envoyer par courrier.

Dans tous les cas, les fiches sont traitées par ordre d'arrivée dès le lendemain de la journée d'inscription, et vous serez rappelé par l'équipe.

### Annulations et remboursements

Pour être remboursé, et pour que nous puissions proposer votre place aux personnes sur liste d'attente, vous devez **impérativement** prévenir l'équipe de votre annulation : **48 h à l'avance** pour une activité; **une semaine à l'avance** pour une sortie journée.

### Activités gratuites

Nous souhaitons que le plus grand nombre d'adhérents puisse profiter d'activités, sans que l'aspect financier soit un frein. De fait, la programmation de cet été comporte un grand nombre d'activités gratuites. Pour que votre place ne soit pas perdue, vous devez annuler votre inscription à une activité gratuite 48H à l'avance. **Au bout de deux absences non prévenues**, vous ne pourrez plus bénéficier des activités gratuites de la prochaine programmation.

### Tarif

Pour les sorties, en justifiant de votre feuille d'imposition ou de non-imposition sur les revenus de l'année 2022 (avis de situation déclarative établi en 2023), trois tarifs sont applicables : Ligne 25 de votre avis

TARIF T1		TARIF T2		TARIF T3
15000 euros	<	15 001 à 20 000 euros	<	20 000 euros

Un tarif « bénévole » est appliqué une fois pour la saison 2023-2024 soit pour un atelier annuel, soit pour une sortie journée.



**Nom :** ..... **Prénom :** ..... **Tél :** .....  
**Mail**.....

DATE	ANIMATIONS	TARIF	COCHEZ VOS CHOIX
Mar 09/07	<b>Relaxation avec Sandrine</b>	6,50€	
Mar 09/07	<b>Apéro lecture à voix haute - MLIS</b>	Gratuit	
Mer 10/07	<b>Atelier créatif Fleurs Bleues – Camille Claudel</b>	Gratuit	
Mer 10/07	<b>Jeu de plateau</b>	Gratuit	
Jeu 11/07	<b>Apéro Quizz terroir à la MLIS</b>	Gratuit	
Jeu 11/07	<b>Sortie Journée Grignan – Lavandes</b>	T1 : 45€ T2 : 56€ T3 : 61€	
Ven 12/07	<b>Molky</b>	Gratuit	
Ven 12/07	<b>Petit BAC</b>	Gratuit	
Lun 15/07	<b>Repas au Jardin partagé</b>	Gratuit	
Mar 16/07	<b>Atelier Pâtisserie à la Cantina</b>	4€	
Mar 16/07	<b>Puzzle</b>	Gratuit	
Mer 17/07	<b>Balade urbaine avec Anne Marie : Croix rousse</b>	Gratuit	
Mer 17/07	<b>Film - débat</b>	Gratuit	
Jeu 18/07	<b>Sortie Journée en Châtreuse</b> <b>Restaurant : Oui / Non (entourer votre choix)</b>	T1 : 28€ T2 : 35€ T3 : 38€	
Ven 19/07	<b>Atelier prévention des chutes et visite de l'appartement témoin CRIAS</b>	Gratuit	
Ven 19/07	<b>Atelier créatif : Fleurs bleues avec Colette</b>	Gratuit	
Lun 22/07	<b>Atelier créatif : Fleurs bleues à Château Gaillard</b>	Gratuit	
Lun 22/07	<b>Balade à l'île barbe</b>	Gratuit	
Mar 23/07	<b>Relaxation avec Sandrine</b>	6,50€	
Mar 23/07	<b>Balade sensorielle au jardin botanique</b>	8€	
Mer 24/07	<b>Balade urbaine avec Anne Marie : Tony Garnier</b>	Gratuit	
Mer 24/07	<b>Quizz et Blind test</b>	Gratuit	
Jeu 25/07	<b>Sortie Journée : Musée de l'automobile et Guinguette</b> <b>Restaurant : Oui / Non (entourer votre choix)</b>	8€	
Ven 26/07	<b>Stretching avec Sylvie</b>	6,50€	
Ven 26/07	<b>Gym douce avec Sylvie</b>	6,50€	
Ven 26/07	<b>Cuisine aux petites cantines</b>	8€	
Lun 29/07	<b>Musée des beaux arts : Mondes connectés</b>	12€	



## Fiche récapitulative

DATE	ANIMATIONS	TARIF	COCHEZ VOS CHOIX
Lun 29/07	<b>Pétanque</b>	Gratuit	
Mar 30/07	<b>Mini-golf et pique-nique</b>	8,50€	
Mar 30/07	<b>Puzzle</b>	Gratuit	
Mer 31/07	<b>Atelier Fleurs Bleues</b>	Gratuit	
Jeu 01/08	<b>Sortie journée Yvoire</b>	T1 : 32€ T2 : 40€ T3 : 43€	
	<b>Jardin des 5 sens, entourez votre choix (voir explication sur le descriptif de cette journée)</b>	14,50€	Je participe Je participe pas
Ven 02/08	<b>Petit déjeuner et moment d'échange</b>	Gratuit	
Lun 05/08	<b>Jeux de société</b>	Gratuit	
Lun 05/08	<b>Atelier peinture</b>	4€	
Mar 06/08	<b>Atelier pâtisserie à la Cantina</b>	4€	
Mer 07/08	<b>Balade urbaine avec Anne Marie : Bazin</b>	Gratuit	
Mer 07/08	<b>Puzzle</b>	Gratuit	
Jeu 08/08	<b>Loto de l'été</b>	4€	
Lun 19/08	<b>Jeux en bois</b>	Gratuit	
Lun 19/08	<b>Restaurant : Le taille Crayon</b>	25€	
Mar 20/08	<b>Atelier créatif : Scrapbooking</b>	4€	
Mar 20/08	<b>Pétanque</b>	Gratuit	
Mer 21/08	<b>Pédalo + Pique-nique</b>	6€	
Jeu 22/08	<b>Sortie Journée : Lac des sapins</b>	T1 : 28€ T2 : 35€ T3 : 38€	
Ven 23/08	<b>Atelier créatif – pliage de serviettes avec Colette</b>	4€	
Ven 23/08	<b>Times up</b>	Gratuit	
Lun 26/08	<b>Zumba avec Sylvie</b>	6,50€	
Lun 26/08	<b>Stretching avec Sylvie</b>	6,50€	
Lun 26/08	<b>Petit BAC</b>	Gratuit	
Lun 26/08	<b>Initiation au théâtre d'improvisation</b>	Gratuit	
Mar 27/08	<b>Relaxation avec Sandrine</b>	6,50€	
Mar 27/08	<b>Baladounette – Tête d'Or</b>	Gratuit	
Mer 28/08	<b>Karaoke</b>	Gratuit	
Jeu 29/08	<b>Fête de clôture de l'été</b>	Gratuit	



### TELEPHONE

**Lors d'une activité ou une sortie en extérieur de l'OVPAR vous avez la possibilité de nous contacter :**

- **juste avant la sortie**, pour prévenir d'un retard ou d'une annulation de dernière minute (qui ne pourra pas faire l'objet d'un remboursement)
- **pendant les temps libres** lors des sorties à la journée

Le numéro est le 06 70 79 42 75. Il est activé 30 minutes avant le départ, et désactivé à la fin de la journée. En dehors des sorties, le téléphone est éteint.

### HORAIRES

**Nouveauté Horaire été du 15 juillet au 25 aout** : La Maison des Aînés vous accueillera du lundi au vendredi de **7h30 à 14h30**.

L'après-midi si vous le souhaitez l'association **Ensemble au 44** reste ouverte jusqu'à 18h00.

### NOS PARTENAIRES

**Cinéma le Zola** : tout au long de l'année, sur présentation de votre carte d'adhérent de l'OVPAR, vous bénéficiez d'un tarif préférentiel de 5 euros au cinéma le Zola : <https://www.lezola.com/>

Nous sommes heureux pour cette programmation « Eté 2024 » de vous proposer des activités en lien avec des partenaires moins habituels de l'OVPAR : **la MLIS (Maison du Livre, de l'Image et du Son), les Petites Cantines...** Laissez-vous surprendre !

### PLAN CANICULE

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

Pour tout renseignement ou inscription, vous pouvez contacter la ligne dédiée : 04.78.68.79.82

### INFORMATIONS ACTIVITES

**Information sur les activités puzzle** : des puzzles seront mis à votre disposition en salle Versailles tous les mardi, mercredi et vendredi aux horaires d'ouverture de la Maison des Aînés. N'hésitez pas à venir les utiliser.

**Information sur les activités fleurs bleues** : Retrouvez tout au long de l'été des activités de création de fleurs bleues recyclées. Ces créations serviront de décoration lors du bal de la semaine bleue.

### LE COMPTOIR

Venez boire un café, discuter, échanger vos idées ou emprunter un livre au Comptoir !

Cet été le comptoir est ouvert **les lundis et jeudis de 10h à 12h30 !**





**Mardi 9 juillet****Relaxation avec Sandrine**

Sandrine vous propose une séance de relaxation dans le parc des Droits de l'Homme. Cet atelier alterne des mouvements doux de relaxation dynamique, des mouvements d'auto massage et un temps de relaxation douce. C'est une véritable pause détente pour se reconnecter à son essentiel. Prévoyez votre tapis de sol, une tenue confortable ainsi qu'une bouteille d'eau. En cas de pluie, l'activité se fera dans une salle.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés**Heure de RDV : **9h15**Horaire : **9h30 à 10h30**Tarif : **6.50€**Nombre minimum de personnes : **7**Nombre maximum de personnes : **10****Mardi 9 juillet****Apéro lecture à voix haute à la MLIS**

Avec Audrey, venez écouter des textes qui sentent bon l'été. Découvrez dans les rayonnages de la MLIS des idées de lectures ou venez avec vos textes préférés pour les partager.

Lieu de rendez-vous : **MLIS**Heure de RDV : **11h00**Horaire : **de 11h00 à 12h30**Tarif : **gratuit**Nombre minimum de personnes : **5**Nombre maximum de personnes : **20****Mercredi 10 juillet****Atelier créatif – Fleurs bleues**

Nous les avons portés pendant des mois, et maintenant ils encombrant nos caves ou nos placards : les masques chirurgicaux ! Venez leur donner une seconde vie avec Audrey, en réalisant de jolies fleurs bleues. **Vos créations seront nos décorations lors de la semaine bleue.** Les résidents de Camille Claudel seront ravis de votre visite !

Lieu de rendez-vous : **EHPAD Camille Claudel, 12 rue Charles Montaland 69100 Villeurbanne**Heure de RDV : **9h45**Horaire : **de 10h00 à 11h30**Tarif : **gratuit**Nombre minimum de personnes : **3**Nombre maximum de personnes : **6****Mercredi 10 juillet****Jeu de plateau**

Rejoignez Salomé pour une matinée jeu de plateau. Nous vous proposons le jeu « **Les Aventuriers du rail** », il vous permettra d'élaborer des stratégies et de faire appel à votre concentration.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés OVPAR**Heure de RDV : **8h50**Horaire : **de 9h00 à 12h00**Tarif : **gratuit**Nombre minimum de personnes : **3**Nombre maximum de personnes : **6**

Jeudi 11 juillet

Sortie journée – Grignan et Lavandes

C'est au sud-est de Montélimar, à **Grignan** en plein cœur de la Drôme provençale que vous rejoindrez Audrey, Valérie et Salomé pour la visite du Château de Grignan. Dominant plaines et montagnes, il est bâti sur un promontoire rocheux surplombant le village.

Il est le plus grand château Renaissance du sud-est de la France.

**Accompagné d'une guide, venez découvrir la beauté de ce château du moyen-âge.** Cette visite guidée de 1h15 vous dévoilera son histoire depuis le XIIe siècle.

**Important : L'accès au château nécessite une marche en montée de 15 minutes**



A l'heure du déjeuner, **2 options s'offrent à vous :**

- Déjeuner dans l'un des deux restaurant de proximité : La Bastide ou La Table des Délices.
- (Organisation et réservation conseillée à votre charge)**
- Apporter votre pique-nique (salle hors sac à disposition).

**L'après-midi sera rythmée par la visite de la ferme Rambaud.**

Virginie et Laurent, agriculteurs, seront heureux de vous accueillir sur leur domaine au milieu des lavandes et des vignes, avec vue sur le château de Grignan.

Pendant ces 2h30 de visite, vous aurez l'opportunité de visiter les **champs de lavande**, Vous découvrirez la distillerie afin de voir l'extraction et bien sûr vous apprendrez tout sur la production des produits issus de leur exploitation : Huile essentielle de lavande et lavandin, confitures, miel, truffes et vin Grignan-les-Adhémar.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aines**

Heure de RDV : **7h15**

Heure de départ : **7h30**

Heure de retour : **19h30**

Nombre minimum de personnes : **34**

Nombre maximum de personnes : **38**

Tarif : **T1 : 45€ T2 : 56€ T3 : 61€**



 **Jeudi 11 juillet****Apéro Quizz terroir**

Vous aimez les romans du terroir ? Vous pensez être incollable sur le sujet ? Venez tester vos connaissances et partager un moment convivial autour d'un apéro !

Lieu de rendez-vous : **MLIS**  
 Heure de RDV : **11h00**  
 Horaire : **de 11h00 à 12h30**  
 Tarif : **gratuit**

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

 **Vendredi 12 juillet****Jeux d'extérieur : Le Molcky**

Venez avec Salomé découvrir le célèbre jeu de quilles finlandaises 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 : **Maison des Aînés**  
 Heure de RDV : **9h15**  
 Horaire : **9h30 à 11h00**  
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **6**  
 Nombre maximum de personnes : **12**

 **Vendredi 12 juillet****Petit BAC**

Venez jouer au jeu du Baccalauréat avec Audrey. Le but est de trouver, par écrit et en un temps limité, une série de mots appartenant à une catégorie prédéfinie par des joueurs et commençant par la même lettre. Ce jeu de rapidité vous permettra de mettre à l'épreuve votre mémoire.

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

Nombre minimum de personnes : **6**  
 Nombre maximum de personnes : **12**

 **Lundi 15 juillet****Repas au jardin partagé**

Les adhérents apprentis jardiniers de l'OVPAR vous ouvrent le jardin partagé pour un temps de convivialité et de découverte. A midi, vous déjeunerez tous ensemble. Chacun amène soit un plat, une entrée ou un dessert, pour que vous puissiez partager le repas. Ils vous feront visiter leur petit coin de verdure. Temps festif assuré !

Lieu de rendez-vous : **rue des Coquelicots - tout au fond du chemin - Villeurbanne St Jean**  
 Heure de rendez-vous : **11h50**  
 Horaire de l'activité : **de 12h00 à 16h00**  
 Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**  
 Nombre maximum de personnes : **15**

*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 juillet**

**Atelier pâtisserie à la Cantina**

Audrey vous propose un **atelier pâtisserie**. Astuce de pâtissier et dégustation viendront compléter cette matinée gourmande. Vous pouvez apporter votre tablier si vous le souhaitez ainsi qu'une boîte pour récupérer le fruit de votre atelier.

Lieu de rendez-vous : **La cantina : 172 B Rue Anatole France 69100 Villeurbanne**

Heure de RDV : **9h15**

Nombre minimum de personnes : **4**

Horaire de l'activité : **9h30 à 11h30**

Nombre maximum de personnes : **8**

Tarif : **4€**



**Mardi 16 juillet**

**Puzzle**

Salomé vous propose de venir vous amuser à un **atelier puzzle**. Le puzzle possède des vertus apaisantes. Si la pratique du puzzle permet de lutter contre les pertes de mémoire et d'exercer ses capacités cognitives, il permet également de se relaxer.

**Des puzzles seront mis à votre disposition en salle Versailles tous les mardi, mercredi et vendredi aux horaires d'ouverture de la Maison des Aînés. N'hésitez pas à venir les utiliser.**

Lieu de rendez-vous : **Maison des aînés, OVPAR**

Heure de RDV : **8h45**

Nombre minimum de personnes : **4**

Horaire : **9h à 11h**

Nombre maximum de personnes : **8**

Tarif : **gratuit**



**Mercredi 17 juillet**

**Balade urbaine Croix rousse**

Anne-Marie vous amène pour une balade de fresques en fresques et vous fera découvrir les spécificités croix-roussiennes ...

Lieu de rendez-vous : **Lieu de rendez-vous : Rdv : Métro Henon – sortie boulevard des Canuts**

Heure de RDV : **9h15**

Nombre minimum de personnes : **5**

Horaire : **9h30 à 11h30**

Nombre maximum de personnes : **15**

Tarif : **gratuit**



**Mercredi 17 juillet**

**Film et apéro débat**

Rejoignez Farah à la Maison des Aînés pour la diffusion d'un film. Pour l'instant nous n'avons pas encore choisi quel sera le film. Nous vous proposons de nous retrouver après la projection autour d'un apéro afin d'échanger sur le film visionné. Vous pouvez ramener une boisson ou des gâteaux apéritifs pour ce moment de partage.

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

Heure de RDV : **9h45**

Nombre minimum de personnes : **5**

Horaire : **de 10h00 à 13h00**

Nombre maximum de personnes : **15**

Tarif : **gratuit**



**Jeudi 18 juillet**

**Sortie Journée en Chartreuse**

C'est à Saint-Geoire en Valdaine dans le département de l'Isère et au pied de la Chartreuse que vous retrouverez Audrey, Valérie et Salomé pour une belle journée.

Venez visiter les coulisses de la **biscuiterie Louvat**, derrière un biscuit ou une meringue Louvat, c'est toute une équipe de gourmets, fidèle aux valeurs familiales de l'entreprise, au savoir-faire et aux traditions, qui souhaite partager un moment gourmand avec vous. Venez découvrir les méthodes de fabrication de ces biscuits délicieux !



Après le moment biscuit, passons à l'apéro ! Et oui, à quelques petits kilomètres de la biscuiterie se trouve une **Brasserie artisanale** nommée « La Dauphine ». Cette Brasserie uniquement tenue par des femmes propose un très large choix de bières locales. Nous vous proposons donc de venir découvrir leur fabrication et de les déguster.

**A l'heure du déjeuner, 2 options :**

- Vous déjeunez dans l'espace jardin du château votre pique-nique.
- Vous déjeunez dans le restaurant « La Table du Château ».

**Apéritif**

Verre de Bienvenue  
Soupe Champenoise *ou* Jus de Fruit *ou* Perrier

**Plat**

Lasagnes au Four façon Bolognaise  
*avec*  
Salade composée

**Desserts**

Panna Cotta à la Framboise  
*ou*  
Crème au Chocolat façon Liégeois  
  
Café *ou* Infusion

**VINS**

(en supplément : 1 verre 4,50 Euros)

**Organisation et réservation à la charge de l'OVPAR mais règlement à votre charge.**

**Menu : 20€**



En début d'après-midi, nous irons visiter **le château de Saint-Geoire en Valdaine**. Laissez-vous séduire par le charme d'un des plus beaux châteaux de l'Isère. Vous comprendrez l'architecture du château médiéval construit au XIe siècle, mais aussi ses nombreuses transformations, de la Renaissance jusqu'à sa reconstruction du XIXe siècle, par la Marquise de Tourzel, dernière gouvernante des enfants de Louis XVI.

La visite du château débute par les deux magnifiques salons, aux boiseries remarquables et vitraux restaurés, aux larges ouvertures donnant sur le Parc.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aines**

Heure de RDV : **7h15**

Heure de départ : **7h30**

Heure de retour : **18h30**

Nombre minimum de personnes : **34**

Nombre maximum de personnes : **38**

Tarif : **T1 : 28€ T2 : 35€ T3 : 38€**



**Vendredi 19 juillet**

**Journée au CRIAS**

Accompagné d'Audrey venez passer une journée au CRIAS de 10h00 à 15h00 avec au programme :

- **Un atelier thématique : Parez aux chutes**
- **Cuisinons tous ensemble avec des aides techniques**
- **Repas convivial**
- **Visite de l'appartement de démonstration**

*L'atelier « Parez aux chutes » a pour but de prévenir les risques dans mon logement. Un atelier découverte des solutions pour aménager chaque pièce de mon logement : une baignoire bien équipée, des barres d'appui bien installées, un éclairage bien optimisé, ... et bien plus encore !*

Lieu de rendez-vous : **CICAT ELSA 28 rue Etienne Richerand 69003 Lyon**

Heure de RDV : **9h45**

Nombre minimum de personnes : **4**

Horaire : **de 10h00 à 15h00**

Nombre maximum de personnes : **8**

Tarif : **gratuit**



**Vendredi 19 juillet**

**Atelier créatif – Fleurs bleues**

Nous les avons portés pendant des mois, et maintenant ils encombrant nos caves ou nos placards : les masques chirurgicaux ! Venez leur donner une seconde vie avec Colette PAGES, bénévole à l'OVPAR et Audrey en réalisant de jolies fleurs bleues. **Ces créations serviront de décoration lors du bal de la semaine bleue.**

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

Heure de RDV : **9h15**

Nombre minimum de personnes : **3**

Horaire : **de 9h30 à 11h30**

Nombre maximum de personnes : **10**

Tarif : **gratuit**



**Lundi 22 juillet**

**Atelier créatif – Fleurs bleues**

Nous les avons portés pendant des mois, et maintenant ils encombrant nos caves ou nos placards : les masques chirurgicaux ! Venez leur donner une seconde vie avec Audrey, en réalisant de jolies fleurs bleues. Cet atelier se tiendra à la résidence autonome **Château Gaillard**, en compagnie de leur résidents qui seront ravis de votre visite ! **Ces créations serviront de décoration lors du bal de la semaine bleue.**

Lieu de rendez-vous : **1<sup>E</sup> Rue Michel Dupeuble, 69100 Villeurbanne**

Heure de RDV : **9h15**

Nombre minimum de personnes : **3**

Horaire : **de 9h30 à 11h30**

Nombre maximum de personnes : **6**

Tarif : **gratuit**



**Lundi 22 juillet**

**Balade île Barbe**

Salomé vous propose une balade, si vous ne souhaitez pas faire trop de kilomètres, de **l'île Barbe à l'Hôtel de Ville – Louis Pradel** (environ 6 km). Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante

Lieu du rendez-vous : **Place Bellecour, à l'arrêt du bus 40, 19 place Bellecour Le Viste en direction de Neuville sur Saône**

Heure de rendez-vous : **9h00**

Nombre minimum de personnes : **4**

Horaire : **de 9h15 à 11h00**

Nombre maximum de personnes : **15**

Tarif : **gratuit**



 **Mardi 23 juillet**
**Balade sensorielle au jardin botanique**

**Mettez à contribution tous vos sens pour une découverte des plantes des plus originales !**  
Des parfums savoureux aux odeurs pestilentielles, des touchers délicats à l'agressivité de certains feuillages, vous percevrez les richesses du monde végétal au-delà d'un simple regard...

Lieu du rendez-vous : **Jardin botanique du parc de la tête d'or (voir plan à la fin du programme)**


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

**Horaire : 10h00 à 11h30**

Tarif : **8€**

Nombre minimum de personnes : **12**

Nombre maximum de personnes : **15**

 **Mardi 23 juillet**
**Relaxation avec Sandrine**

Sandrine vous propose une séance de relaxation dans le parc des Droits de l'Homme. Cet atelier alterne des mouvements doux de relaxation dynamique, des mouvements d'auto massage et un temps de relaxation douce. C'est une véritable pause détente pour se reconnecter à son essentiel. Prévoyez votre tapis de sol, une tenue confortable ainsi qu'une bouteille d'eau. En cas de pluie, l'activité se fera dans une salle.

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

Heure de RDV : **9h15**

Horaire : **9h30 à 10h30**

Tarif : **6,50€**

Nombre minimum de personnes : **7**

Nombre maximum de personnes : **10**

 **Mercredi 24 juillet**
**Balade Urbaine**

**Voyage dans la cité idéale de Tony Garnier !** Il l'a pensée, il l'a rêvée, il l'a dessinée : sa cité industrielle idéale.

Grâce à la complicité d'Edouard Herriot, alors maire de Lyon, Tony Garnier a pu en réaliser certaines parties. De murs peints en murs peints, levons le voile sur son utopie et la réalisation de sa zone d'habitation dans le quartier des Etats Unis.

Lieu de rendez-vous : **Devant le musée Tony Garnier, 4 rue des Serpollières, 69008 Lyon**

Heure de RDV : **9h15**

Horaire : **de 9h30 à 11h30**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **15**

 **Mercredi 24 juillet**
**Quizz / blind test**

**Rejoignez Salomé et Audrey pour une matinée en chanson.** Nous vous proposons un blind test ainsi qu'un quizz sur le thème de la musique. Révisez bien vos classiques !

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

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

Horaire de la visite : **10h00 – 12h00**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **4**

Nombre maximum de personnes : **15**



**Jeudi 25 juillet : Journée****Musée de l'automobile et guinguette**

C'est à Rochetaillée-sur Saône que vous retrouverez Valérie, Audrey et Salomé pour la **visite du musée de l'automobile**.

Profitez de la découverte de véhicules anciens : joie de voir rouler ou de monter à bord de voitures mythiques ou quiétude lorsque l'on flâne au cœur d'un site magnifique. Un moment d'expérimentation où se rencontrent histoire, passion et imagination.

**Une visite guidée de 1h aura lieu dans le Château où accueille le musée.** Vous aurez également un temps de visite en autonomie dans les halls.

En effet, le musée est divisé en deux espaces séparés, séparés par un grand parc :

- Le château, qui abrite les automobiles d'avant 1905, les motos et les cycles.
- Les halls, où se trouvent les automobiles plus récentes, les transports en commun et les voitures de course.

**Important :** L'accès au site comporte 5 à 10 minutes à pied en montée.

A l'heure du déjeuner, 2 options :

- Vous déjeuner dans le restaurant La Paillote. **Organisation et réservation à la charge de l'OVPAR mais règlement à votre charge.**
- Vous apportez votre pique-nique. Des espaces publics seront à disposition

Pour la suite de la journée, vous aurez la possibilité de jouer aux boules à la fin du repas, un espace y est dédié au restaurant. (Pensez à apporter vos boules)

Vous avez aussi le choix de pouvoir aller vous balader au bord de Saône si vous le souhaitez ou bien de vous reposer sur les transats.

Lieu de rendez-vous : **645 rue du musée, 69270 Rochetaillée-sur-Saône**

Heure de RDV : **9h45**

Heure de visite : **10h00 à 16h00**

Nombre minimum de personnes : **30**

Nombre maximum de personnes : **34**

Tarif : **8€ (règlement du restaurant à votre charge sur place)**

Transport : **Bus 40 ou 79 arrêts à Rochetaillée centre**







**Vendredi 26 juillet**

**Stretching avec Sylvie**

Rejoignez Sylvie ANCIAN pour un cours de stretching. Le stretching est une pratique dite "douce" qui consiste à s'étirer et s'assouplir. Basé sur des mouvements lents et maîtrisés alliés à une respiration profonde, le stretching vous invite à la détente et à la relaxation. **L'activité se fera en extérieur. En cas de pluie, une solution de repli est prévue.**

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

Heure de RDV : **8h45**

Horaire : **9h00 à 10h00**

Tarif : **6,50€**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **9**



**Vendredi 26 juillet**

**Gym douce avec Sylvie**

Rejoignez Sylvie ANCIAN pour un cours de gym douce. Cette activité physique adaptée s'adresse à tous ceux qui ont besoin d'une gymnastique qui puisse s'adapter à leur rythme. Ses objectifs sont atteints grâce à une alternance entre un travail debout, assis et autour de la chaise. On y exerce la fonctionnalité des muscles et des articulations et la capacité à se mouvoir aisément. **L'activité se fera en extérieur. En cas de pluie, une solution de repli est prévue.**

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

Heure de RDV : **10h20**

Horaire : **10h30 à 11h30**

Tarif : **6,50€**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **9**



**Vendredi 26 juillet**

**Cuisine et repas aux petites cantines**

Rejoignez Audrey aux petites cantines de Villeurbanne afin de partager un moment de convivialité. C'est dans les locaux chaleureux des petites cantines de Villeurbanne que vous vous retrouverez afin de cuisiner tous ensemble. A la suite de ça, vous vous réunirez pour déguster les bons plats que vous aurez préparés.

**Alors à vos fourneaux !**

Lieu de rendez-vous : **Les petites Cantines, 10 rue Jubins, 69100 Villeurbanne**

Heure de RDV : **8h45**

Horaire : **9h00 à 14h00**

Tarif : **8€**

Nombre minimum de personnes : **4**

Nombre maximum de personnes : **4**



**Lundi 29 juillet**

**Visite guidée - MBA**

Accompagné de Salomé, nous vous proposons la visite guidée de l'exposition « **Connecter les mondes** » au musée des Beaux-Arts.

À l'aube d'une société plurielle plongée dans la globalisation, l'exposition *Connecter les mondes* sera l'occasion d'apporter un nouvel éclairage sur ce dialogue artistique, à partir d'un ensemble de peintures, dessins, installations et vidéos, issu des collections du musée et du maCLYON, et enrichi par des prêts exceptionnels.

Lieu de rendez-vous : **Musée des Beaux-Arts - 20 place des Terreaux à Lyon**

Heure de RDV : **10h15**

Horaire : **10h30- 12h00**

Tarif : **12€**

Nombre minimum de personnes : **19**

Nombre maximum de personnes : **25**



## Lundi 29 juillet

## Pétanque

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

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

Heure de RDV : **9h45**

Horaire : **10h00 à 11h30**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **11**

## Mardi 30 juillet

## Puzzle

Salomé vous propose de venir vous amuser à un **atelier puzzle**. Le puzzle possède des vertus apaisantes. Si la pratique du puzzle permet de lutter contre les pertes de mémoire et de faire exercer ses capacités cognitives, il permet également de se relaxer.

**Des puzzles seront mis à votre disposition en salle Versailles tous les mardi, mercredi et vendredi aux horaires d'ouverture de la Maison des Aînés. N'hésitez pas à venir les utiliser.**

Lieu de rendez-vous : **Maison des aînés, OVPAR**

Heure de RDV : **8h45**

Horaire : **9h à 11h**

Tarif : **Gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **15**

## Mardi 30 juillet

## Mini-golf et pique-nique

Au cœur du Parc de la tête d'Or se cache un terrain de mini-golf joliment aménagé. Rejoignez Audrey et Salomé pour vous amuser sur ce parcours parsemé d'obstacles. A l'issue de cette matinée vous pourrez pour ceux qui le souhaitent, pique-niquer tous ensemble dans le parc. Possibilité pour ceux qui ne souhaitent pas jouer au mini-golf de nous rejoindre uniquement pour le temps du pique-nique.

Lieu de rendez-vous : **Devant l'entrée du mini-golf au Parc de la tête d'Or**

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

Horaire : **10h à 12h**

Tarif : **8,50€ à régler sur place**

Nombre minimum de personnes : **4**

Nombre maximum de personnes : **10**

**Pour le pique-nique seul : Rendez-vous à 12h00 devant le mini golf**

## Mercredi 31 juillet

## Atelier créatif fleurs bleues

Nous les avons portés pendant des mois, et maintenant ils encomrent nos caves ou nos placards : les masques chirurgicaux ! Venez leur donner une seconde vie avec Audrey, en réalisant de jolies fleurs bleues. Nous partagerons cet atelier avec le groupe vitaminés du centre social de la Ferrandière.

**Ces créations serviront de décoration lors du bal de la semaine bleue.**

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

Heure de RDV : **9h15**

Horaire : **de 9h30 à 11h30**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **3**

Nombre maximum de personnes : **6**

Jeudi 1<sup>er</sup> Août

Sortie journée : Yvoire (74)

Entrez par la porte fortifiée, le ton est donné : avec son château, ses vieilles pierres et ses ruelles tortueuses, Valérie, Audrey et Salomé vous offrent un retour au Moyen-Âge à **Yvoire**, la perle du Léman. Accompagné d'une guide, venez découvrir **ce village médiéval** avec ses maisons de pierre à balcons de bois et ses ruelles fleuries de géraniums.

**Yvoire est classé parmi les plus beaux villages de France** pour le charme de ses ruelles qui débouchent sur le Léman et ses vieilles pierres qui vous invitent à plonger dans l'histoire.

**A l'heure du déjeuner, 2 options s'offrent à vous :**

- Vous déjeuner dans l'un des nombreux restaurants du village (organisation et réservation conseillée à votre charge)
- Vous apportez votre pique-nique (salle hors sac à disposition, attention quelques marches d'escaliers pour accéder à la salle). Pas de micro-onde dans la salle, seulement un point d'eau.

L'après-midi est libre, cependant nous vous proposons au choix :

**1) LE JARDIN DES 5 SENS** en visite libre d'environ 1h30 :

Respirez, admirez, salivez, touchez, écoutez, vos 5 sens sont en éveil. Véritable bijou de verdure en plein cœur du village, ce petit paradis de nature est classé **Jardin Remarquable**. Ce labyrinthe de charmilles et de pommiers palissés délimite de petits jardins charmants où plantes et fleurs correspondent à chacun de vos cinq sens.

Tarif : 14,50€ par personnes / 12€ si + de 12 personnes (à régler sur place le jour de la visite)

***Merci de préciser lors de votre inscription si vous souhaitez faire ce jardin***

**2) Balade d'environ 25mn** (aller) sur une voie sécurisée pour aller jusqu'au DOMAINE DE ROVORÉE - LA CHÂTAIGNIÈRE. Le Domaine est l'un des plus grands sites naturels accessibles au public sur la rive française du Léman. Il s'agit d'un espace naturel sensible abritant une forêt ancienne avec ses châtaigniers séculaires, des vestiges médiévaux, et du rivage un panorama splendide sur le Léman.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Ainés**

Heure de RDV : **7h45**

Heure de départ: **8h00**

Heure de retour : **19h30**

Temps de trajet : **2h15**

Nombre minimum de personnes : **30**

Nombre maximum de personnes : **35**

Tarif : **T1 : 32€ T2 : 40€ T3 : 43€**

Ces tarifs comprennent uniquement le trajet en bus et la visite guidée du village d'Yvoire. Ils ne comprennent pas : le restaurant et l'entrée au jardin des 5 sens



**Vendredi 2 Août****Petit déjeuner et moment d'échange**

Rejoignez Audrey et Salomé pour un petit déjeuner dans le parc des droit de l'Homme. Ce moment de convivialité autour de bons croissants sera l'occasion pour vous d'échanger, de discuter ou même de débattre sur les thèmes de vos choix.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés**Heure de RDV : **9h15**Horaire de l'activité : **9h30 à 11h**Tarif : **gratuit**Nombre minimum de personnes : **5**Nombre maximum de personnes : **15****Lundi 5 Août****Jeux de société**

Rejoignez Salomé pour une matinée jeux de société. Moment joyeux et convivial garanti !

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés**Heure de RDV : **9h15**Horaire de l'activité : **9h30 à 11h30**Tarif : **gratuit**Nombre minimum de personnes : **5**Nombre maximum de personnes : **10****Lundi 5 Août****Peinture avec Lila**

Lila vous propose de venir développer votre esprit créatif à travers un atelier peinture sur toile. Vous réaliserez une reproduction d'un célèbre tableau de Georgia O'Keefe.

Elle vient du Nouveau-Mexique et est une peintre américaine considérée comme l'une des plus modernistes, féministes et précisionnistes du XX<sup>e</sup> siècle.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés**Heure de RDV : **9h15**Horaire de l'activité : **9h30 à 12h30**Tarif : **4€**Nombre minimum de personnes : **4**Nombre maximum de personnes : **8****Mardi 6 Août****Atelier pâtisserie**

Salomé vous propose un **atelier pâtisserie**. Vous repartirez avec la recette à refaire chez vous. Astuce de pâtissier et dégustation de votre pâtisserie viendront compléter cette après-midi gourmande. Vous pouvez apporter votre tablier si vous le souhaitez ainsi qu'une boîte pour récupérer le fruit de votre atelier.

Lieu de rendez-vous : **La cantina : 172 B Rue Anatole France 69100 Villeurbanne**Heure de RDV : **9h15**Horaire de l'activité : **9h30 à 11h30**Tarif : **4€**Nombre minimum de personnes : **4**Nombre maximum de personnes : **8**

**Mercredi 7 août****Balade urbaine Bazin**

Rejoignez Anne-Marie pour une balade urbaine entre 2 squares qui vous permettra de découvrir quelques murs peints. De balade en découverte des 4 saisons, une marche pour la santé et la bonne humeur.

Lieu de rendez-vous : **Reconnaissance Balzac (Tram T3 et bus 09)**

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

Horaire de balade : **9h30 à 11h30**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **4**

Nombre maximum de personnes : **15**

**Mercredi 7 août****Puzzle**

Salomé vous propose de venir vous amuser à un **atelier puzzle**. Le puzzle possède des vertus apaisantes. Si la pratique du puzzle permet de lutter contre les pertes de mémoire et de faire exercer ses capacités cognitives, il permet également de se relaxer.

Lieu de rendez-vous : **Maison des aînés, OVPAR**

Heure de RDV : **8h45**

Horaire : **9h à 11h**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **15**

**Jeudi 8 août****Loto de l'été**

Salomé vous proposent 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 RDV : **9h15**

Horaire : **9h30 à 12h**

Tarif : **4€ pour 4 cartons**

Nombre minimum de personnes : **8**

Nombre maximum de personnes : **20**

**Lundi 19 Août****Jeux en bois**

Retrouvez Audrey et Salomé dans le parc des droits de l'Homme afin de partager un moment de convivialité autour de jeux en bois en extérieur. Molkky, croquet...seront de la partie,

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

Heure de RDV : **9h15**

Horaire de l'activité: **9h30 à 11h**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **4**

Nombre maximum de personnes : **10**





**Lundi 19 Août****Restaurant**

Retrouvez les animatrices au restaurant le Taille Crayon afin de déguster un bon repas. Le restaurant vous proposera sa formule à 25€ (apéritif / entrée / plat / dessert / café), Pour ceux qui le souhaitent, après le repas vous pourrez jouer à la pétanque. N'oubliez pas de ramener vos boules de pétanque.

Lieu de rendez-vous : **Devant le restaurant le Taille-Crayon – 21 rue Flachet – Villeurbanne**

Heure de RDV : **12h**

Horaire de l'activité: **Le temps de déjeuner**

Nombre minimum de personnes : **8**

Nombre maximum de personnes : **30**

**Mardi 20 Août****Atelier Scrapbooking**

Retrouvez Audrey pour un atelier scrapbooking. Ce loisir créatif consiste à mettre en scène des photographies, généralement rassemblées en album, dans un décor que l'on réalise soi-même. Alors à vos ciseaux et vos scotch ! **Nous pourrions créer ensemble un album photo de l'été.**

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

Heure de RDV : **8h50**

Horaire de l'activité: **9h00 à 12h00**

Tarif : **4€**

Nombre minimum de personnes : **4**

Nombre maximum de personnes : **8**

**Mardi 20 Août****Pétanque**

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

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

Heure de RDV : **9h15**

Horaire de l'activité: **9h30 à 11h**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **5**

Nombre maximum de personnes : **11**

**Mercredi 21 Août****Pédalo, balade et Pique-Nique**

Retrouvez Audrey et Salomé pour une balade en pédalo au parc de la tête d'or. Suite à ce moment d'amusement sur l'eau retour sur la terre ferme afin de faire une petite balade avant de pique-niquer tous ensemble.

Il est possible pour vous de venir juste pique-niquer si vous le souhaitez.

Lieu de rendez-vous : **Devant la porte principale du parc de la tête d'or (Porte des Enfants du Rhône)**

Heure de RDV : **9h45**

Horaire de l'activité: **10h à 14h**

Tarif : **6€ à régler sur place**

**Pour le pique-nique seul : Rendez-vous à 12h00 devant la porte de la voute**

Nombre minimum de personnes : **4**

Nombre maximum de personnes : **12**



**Jeudi 22 Août****Sortie Journée au Lac des Sapins**

**Rejoignez Audrey, Valérie et Salomé pour une journée libre en « Beaujolais Vert ».** Venez vous rafraîchir dans un oasis de fraîcheur au Lac des Sapins. Prenez plaisir à vous baigner dans le lac, profiter des aires de pique-nique aménagées tout autour du lac, ou tout simplement vous 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€.

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.

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

Heure de RDV : **9h00**

Heure de départ: **9h30**

Heure de retour : **17h15**

Nombre minimum de personnes : **30**

Nombre maximum de personnes : **38**

Tarif : **T1 : 28€ T2 : 35€ T3 : 38€**



**Vendredi 23 Août****Atelier pliage et rond de serviette**

Colette PAGES, bénévole à l'OVPAR vous propose un atelier créatif. Venez créer vos ronds de serviettes en liège et apprenez toutes les techniques de pliages. Avec ou sans expérience ou talent dans l'art, venez simplement laisser libre cours à votre imagination. Tout le matériel vous sera fourni.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés – OVPAR**Heure de RDV : **9h15**Horaire de l'activité: **9h30 à 11h30**Tarif : **4€**Nombre minimum de personnes : **5**Nombre maximum de personnes : **10****Vendredi 23 Août****Times up**

Salomé vous propose une matinée 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 devinez des objets, des animaux... Fous rire garantis !

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés – OVPAR**Heure de RDV : **9h45**Horaire de l'activité: **10h00 à 11h30**Tarif : **gratuit**Nombre minimum de personnes : **5**Nombre maximum de personnes : **12****Lundi 26 Août****Zumba avec Sylvie ANCIAN**

Rejoignez Sylvie ANCIAN pour un cours de zumba. 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 : **Maison des aînés OVPAR**Heure de RDV : **8h45**Horaire : **9h00 à 10h**Tarif : **6,5€**Nombre minimum de personnes : **5**Nombre maximum de personnes : **9**

**Lundi 26 Août****Stretching avec Sylvie ANCIAN**

Rejoignez Sylvie ANCIAN pour un cours de stretching. Rejoignez Sylvie ANCIAN pour un cours de stretching. Le stretching est une pratique dite "douce" qui consiste à s'étirer et s'assouplir. Basé sur des mouvements lents et maîtrisés alliés à une respiration profonde, le stretching vous invite à la détente et à la relaxation. **L'activité se fera en extérieur. En cas de pluie, une solution de repli est prévue.**

Lieu de rendez-vous : **Maison des aînés OVPAR**Heure de RDV : **10h20**Horaire : **10h30 à 11h30**Tarif : **6,50€**Nombre minimum de personnes : **5**Nombre maximum de personnes : **9****Lundi 26 août****Initiation au théâtre d'improvisation**

Initiez-vous au théâtre d'improvisation avec Farah autour d'exercices ludiques et participatifs. Venez jouer avec le corps et les mots pour donner vie à de petites scènes improvisées !

Heure de RDV : **9h50**Horaire : **10h00 à 11h30**Tarif : **gratuit**Nombre minimum de personnes : **4**Nombre maximum de personnes : **8****Mardi 27 août****Petit Bac**

Venez jouer au jeu du Baccalauréat avec Audrey. Le jeu du baccalauréat ou plus connu sous le nom du petit bac est un jeu de société et de lettres. Le but est de trouver, par écrit et en un temps limité, une série de mots appartenant à une catégorie prédéfinie par des joueurs et commençant par la même lettre. Ce jeu de rapidité vous permettra de mettre à l'épreuve votre mémoire.

Lieu de rendez-vous : **Maison des Aînés**Heure de rendez-vous : **9h45**Horaire de l'activité : **de 10h00 à 11h30**Tarif : **gratuit**Nombre minimum de personnes : **6**Nombre maximum de personnes : **10**

 **Mardi 27 Août**
**Relaxation avec Sandrine Vivant**

Rejoignez Sandrine Vivant pour un atelier de relaxation. Cet atelier alterne des mouvements doux de relaxation dynamique, des mouvements d'automassage 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.

**L'activité se fera en extérieur. En cas de pluie, une solution de repli est prévue.**

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

Heure de RDV : **8h50**

Horaire : **9h à 10h**

Tarif : **6.50€**

Nombre minimum de personnes : **7**

Nombre maximum de personnes : **9**

 **Mardi 27 Août**
**Baladounette au parc de la tête d'Or**

Vous souhaitez vous balader mais la distance parcourue, votre condition physique et le rythme de marche vous effraient ! Pas de problème, rejoignez Salomé pour cette marche au Parc de la tête d'or.

Lieu de rendez-vous : **Parc de la tête d'Or – Porte de la Voute** (Voir plan à la fin du programme)

Heure de RDV : **10h20**

Horaire : **10h30 à 11h30**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **4**

Nombre maximum de personnes : **10**

 **Mercredi 28 Août**
**Karaoké**

Audrey et Salomé vous invitent à un karaoké. Il s'agit d'un divertissement musical convivial pouvant être pratiqué par tous (interprètes débutants ou expérimentés) et qui consiste à chanter au micro sur un morceau musical connu en suivant les paroles qui défilent sur un écran.

Heure de RDV : **9h50**

Horaire : **10h00 à 11h30**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **10**

Nombre maximum de personnes : **15**

 **Jeudi 29 Août**
**Fête de l'été**

Rejoignez Valérie, Audrey et Salomé et tout l'équipe de la Maison des Aînés afin de clôturer l'été 2024 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 venez danser sur de la cumbia avec le groupe de musique Los Burritos Santos !

Heure de RDV : **Maison des Aînés**

Horaire : **12h à 16h30**

Tarif : **gratuit**

Nombre minimum de personnes : **8**

Nombre maximum de personnes : **40**







Fête de clôture été 2023



Atelier créatif été 2023



Sortie journée - jardin zen été 2023

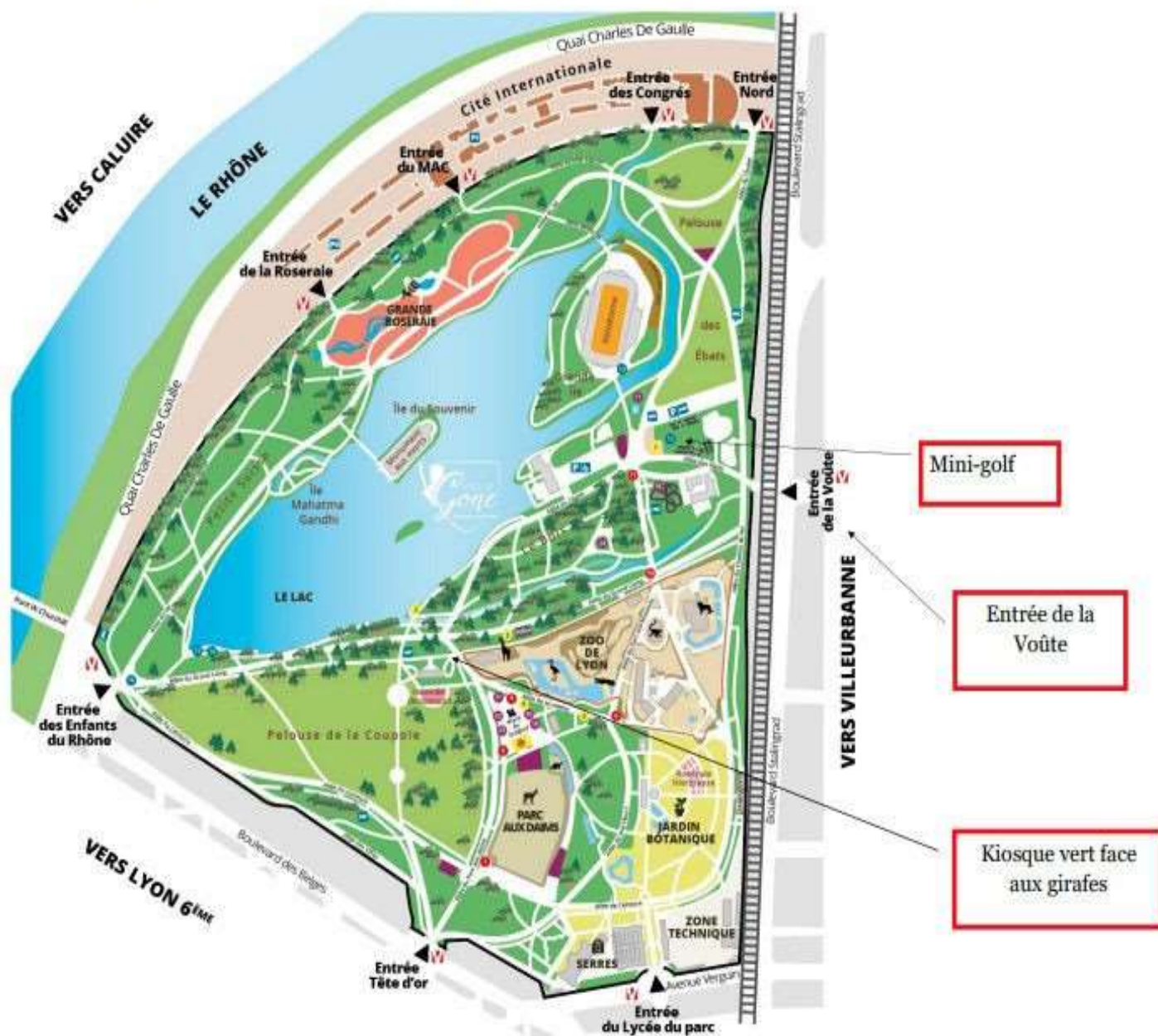


Sortie journée - Château de la Roche été 2023

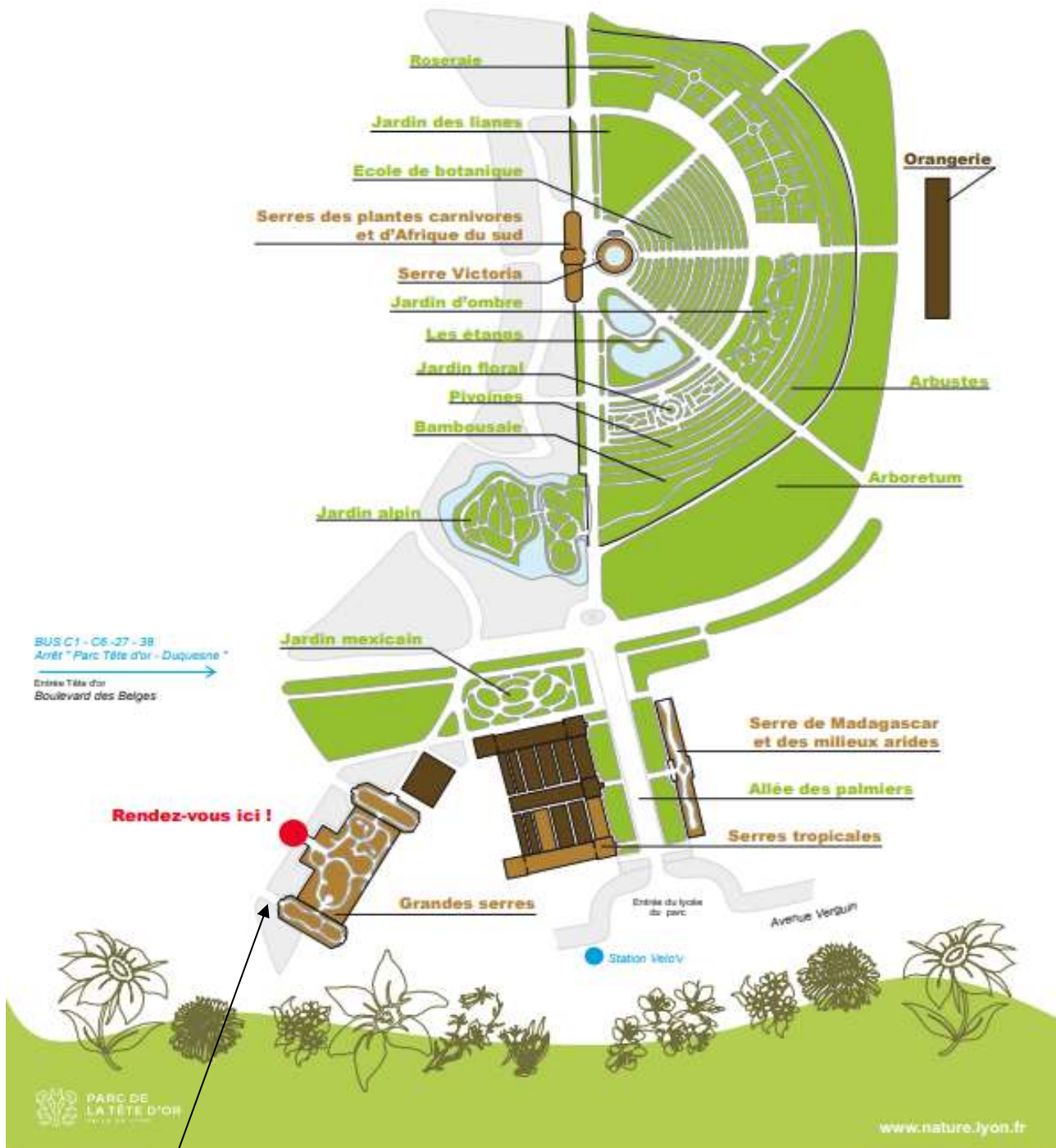


Repas au jardin partagé été 2023

# Parc de la Tête d'Or







Point de rendez vous pour la balade sensorielle du 23/07

## Soutien financier du dispositif d'aide aux aidants

**PETITS FRÈRES  
DES PAUVRES**  
Non à l'isolement de nos aînés

  
**ADIHAM**

**CYPRIAN SERVICES**  
*Aide à domicile*

  
croix-rouge française  
PARTOUT OÙ VOUS AVEZ BESOIN DE NOUS

**Age &  
perspectives**  
*Vous aider, chez vous*

  
**domaliance**  
LE PARTENAIRE DE VOTRE QUOTIDIEN

**PAPAVL - M.A.D.**  
M AINTIEN À D OMICILE  
**PAPAVL - S.P.**  
S E R V I C E P R O X I M I T É

**ACPPA** **Résidom**  
Aide & Soins à Domicile

  
**Vivons  
ALERTE**  
La téléassistance bienveillante

FONDATION  
**ARALIS**  
LOGEMENT ACCOMPAGNE

  
**At'home  
Complicé**  
SERVICES À LA PERSONNE

  
**Aide & A**  
NOUS PRENONS SOIN DE VOUS

Réseau  
**OMERIS**  
  
Vous sentir chez vous, c'est possible chez nous.

**FRANCE  
PRÉSENCE**

  
**mHm**  
MÉDIPOLE HÔPITAL MUTUALISTE

  
**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

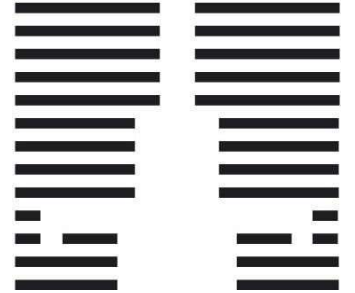
**Crédit Mutuel**

La Crédit Mutuel, banque coopérative, appartient à ses 9 millions de clients-sociétaires.

Crédit Mutuel est un réseau d'adhésion, composé de sociétés de crédit coopératives au capital de 1 400 000 euros, 4 rue Frédéric Colonna-Raffin, 69737 Strobilung Cedex 3, RCS Strobilung 538 936 384  
N° Siret : 52 027 733. Banque régie par les articles L5111 et suivants du code monétaire et financier.



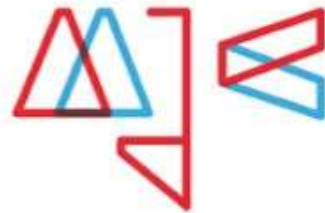
médiathèques  
de villeurbanne



LE ZOLA  
CINÉMA



École nationale  
de musique, danse  
et art dramatique  
Villeurbanne



Villeurbanne  
Maison des jeunes  
et de la culture

**CARS FAURE**

DES SOLUTIONS DE TRANSPORTS  
ADAPTÉES À VOS BESOINS DE MOBILITÉS

■ NOS ACTIVITÉS :	■ NOUS CONTACTER
• Transports réguliers	VALENCIN
• Transports scolaires	680 route d'Heyrieux,
• Transports périscolaires	38540 Valencin
• Transports aéroports / gares	Tél : 04 72 48 16 16
• Transports sportifs et loisirs	<a href="http://www.cars-faure.fr">www.cars-faure.fr</a>

*Rejoignez nos équipes !*  
**BESOIN D'UN COMPLÈMENT DE REVENU ?**  
Devenez conducteur/conductrice de car à temps partiel.  
Cars Faure finance votre formation jusqu'à votre prise de poste.

■ ■ ■ CONTACTEZ-NOUS : 04 72 48 16 16

