



Le programme trimestriel d'animation : HIVER N°245 : Janvier - Février - Mars 2025



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 »

Début des inscriptions: Mardi 14 Janvier 2025 à 8H30

Adhésion saison 2024/2025 :
- Villeurbannais 15€
- Non Villeurbannais 20€

Concrètement, comment ça se passe le jour des inscriptions ?

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 recapitulative 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 14 Janvier 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 notre 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

Tarif

Pour les sorties, en justifiant de votre feuille d'imposition ou de non-imposition sur les revenus de l'année 2023 (avis de situation déclarative établi en 2024), trois tarifs sont applicables : Ligne 25 de votre avis

TARIFT1		TARIFT2		TARIFT3
15000 euros	<	15001 à 20000 euros	<	20000 euros

Un tarif « bénévole » est appliqué une fois pour la saison 2024-2025 soit pour un atelier annuel, soit pour une sortie journée.



Fiche Récapitulative

Nom : Prénom : N° de fiche :

Tél : Mail :

DATE	ANIMATIONS	TARIF	CHOIX
Jeu 16/01	La clé des Chants	10€	
Ven 17/01	Marche avec Anne et René	Gratuit	
Mar 21/01	Atelier cognitif : La fabrique à Neurones	Gratuit	
Mar 21/01	Conversation anglaise	8.50€	
Mar 21/01	Conférence Anaëlle : Les Villas Palladienne	8.50€	
Mer 22/01	Conversation anglaise	8.50€	
Mer 22/01	Marche avec Anne	Gratuit	
Jeu 23/01	Conférence ciné-club	Gratuit	
Jeu 23/01	Bowling	À régler sur place	
Ven 24/01	Ludicité	2€	
Ven 24/01	Atelier sur les rêves	5€	
Mar 28/01	Atelier cognitif : La fabrique à neurones	Gratuit	
Mar 28/01	Visite du musée du chocolat Sève	Gratuit	
Mar 28/01	Spectacle au TNP : « Sensuelle »	12€	
Mer 29/01	Balade douce avec Anne	Gratuit	
Mer 29/01	Conférence Ludivine : l'Australie	8.50€	
Jeu 30/01	Spectacle à l'IRIS : « Sweetie »	9€	
Jeu 30/01	Initiation à la danse orientale	8.50€	
Jeu 30/01	Escape Game	20€	
Ven 31/01	Marche avec Anne et René	Gratuit	
Lun 03/02	Crêpe party	3€	
Mar 04/02	Atelier cognitif : Fabrique à neurones	Gratuit	
Mar 04/02	Conférence Anaëlle : Bruges	8.50€	
Mer 05/02	Goûter + Ciné surprise	5€	
Mer 05/02	Marche avec Anne	Gratuit	
Jeu 06/02	Sortie Journée : Abbaye d'Ainay et Brasserie Georges	T1 : 38€ T2 : 48€ T3 : 52€	
Ven 7/02	Marche avec Anne et René	Gratuit	
Mar 11/02	Atelier cognitif : Fabrique à neurones	Gratuit	
Mar 11/02	Atelier cuisine : Couscous	10€	
Mar 11/02	Conversation anglaise	8.50€	
Mer 12/02	Conversation anglaise	8.50€	
Mer 12/02	Balade douce avec Anne	Gratuit	
Mer 12/02	Conférence Ludivine : Naples et Pompéi	8.50€	
Jeu 13/02	Restaurant Pizzeria « Papaveri »	A régler sur place	

Fiche Récapitulative

DATE	ANIMATIONS	TARIF	CHOIX
Jeu 13/02	Spectacle à l'IRIS : « La comédie de K »	9€	
Ven 14/02	Ludicité	2€	
Lun 17/02	Conférence Ciné-club	Gratuit	
Mar 18/02	Atelier cognitif : Fabrique à neurones	Gratuit	
Mar 18/02	Atelier pâtisserie	5€	
Mar 18/02	Conférence Sandrine « Sucre, stress et sédentarité : quels risques ? »	8.50€	
Mer 19/02	Atelier créatif : Masque Vénitien	6.50€	
Mer 19/02	Esperanto avec Patrice	Gratuit	
Mer 19/02	Marche avec Anne	Gratuit	
Jeu 20/02	Visite : Les ateliers Mattelon	6€	
Jeu 20/02	Bowling	A régler sur place	
Ven 21/02	Atelier sur les rêves	5€	
Ven 21/02	Marche avec Anne et René	Gratuit	
Lun 10/03	Musée des moulages	Gratuit	
Mar 11/03	Conversation anglaise	8.50€	
Mar 11/03	Conférence Ciné-club	Gratuit	
Mer 12/03	Conversation anglaise	8.50€	
Mer 12/03	Marche avec Anne	Gratuit	
Mer 12/03	Conférence Ludivine : L'Ecosse	8.50€	
Jeu 13/03	Visite du théâtre des Célestins	8.50€	
Jeu 13/03	Bowling	A régler sur place	
Jeu 13/03	Initiation à la danse orientale	8.50€	
Ven 14/03	Atelier d'écriture	Gratuit	
Mar 18/03	Conférence Sandrine : La vitalité	8.50€	
Mar 18/03	Spectacle au TNP : « L'Avenir nous le dira »	8€	
Mer 19/03	Esperanto avec Patrice	Gratuit	
Mer 19/03	Balade douce avec Anne	Gratuit	
Mer 19/03	Goûter + Ciné surprise	5€	
Jeu 20/03	Sortie journée: De la noix à la soie	T1 : 43€ T2 : 54€ T3 : 58€	
Ven 21/03	Atelier sur les rêves	5€	
Ven 21/03	Ludicité	2€	
Ven 21/03	Randonnée à la journée avec Anne et René	Gratuit	
Lun 24/03	Conférence Anaëlle : Edgar Degas	8.50€	
Mer 26/03	Marche avec Anne	Gratuit	
Jeu 27/03	Bowling	A régler sur place	
Ven 28/03	Randonnée à la journée avec Anne et René	Gratuit	

Bonne nouvelle : nos ateliers avec la fabrique à neurones reprennent !

Les personnes ayant déjà participées à ces ateliers l'année dernière ne peuvent pas se réinscrire. Les places sont réservées aux personnes n'ayant pas participés à ces ateliers.

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

Ce 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.

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/>

La MIETE: Vous retrouverez dans le programme des ateliers « Ludicité ». Ces ateliers sont des jeux de société à la MIETE avec une intervenante ludothécaire.

BALADE DOUCE ? MARCHE ? RANDONNÉE ?

Grâce à nos bénévoles Anne Sion et René Besson nous vous proposons différentes balades pour tous les niveaux ! Vous avez du mal à marcher, la distance et le rythme vous effraient ? Anne vous propose ses **balades douces**. Des belles balades en douceur et à votre rythme **(3 à 4km)**

Vous souhaitez parcourir peu de kilomètres mais avec une **bonne dynamique** ? Vous avez le choix des **marches** avec Anne. **(4 à 5km)**

Vous êtes très bon marcheur, vous supportez le dénivelé et les grandes randonnées ? Retrouvez Anne et René pour de belles marches. Ils vous proposent des **marches en demi-journée (10 à 11km)** mais aussi des **randonnées à la journée (17 à 18km)**.

Merci de bien vous inscrire au niveau qui correspond à vos capacités physiques.



 **Jeudi 16 janvier**

Clés des chants : « Liberté Amour et Amitié »

La clé des chants décide cette fois de vous faire voyager entre amour et amitié dans une totale liberté. Nous voguerons sur le radeau de la méduse et nous rirons sur une salsa du démon endiablée. René et Brigitte seront malades, tandis que Marjorie nous présentera Paris en colère. Il suffira que Béatrice fasse un signe et Rolland sera à Amsterdam. Bref encore un spectacle enchanteur et enjoué avec toujours de beaux costumes et un décor soigné.

Lieu du spectacle : **CCVA - 234 cours Emile Zola - 69100 Villeurbanne**

Début du spectacle : **14H30**

Tarif : **10€**

Modification : pas d'inscription auprès de l'Ovpar, vous vous rendez directement sur place le jour du spectacle afin de régler votre place au tarif préférentiel de 10€ sur présentation de votre carte d'adhérent.

 **Vendredi 17 janvier**

Marche avec Anne et René

Anne et René vous proposent une marche de 10 km à la Boucle du Grand Large à côté de Décines Grand Large. Prévoyez des chaussures de marche, une tenue vestimentaire adaptée (cape de pluie et éventuellement bâtons de marche) et de l'eau en quantité suffisante.

Lieu du rendez-vous : **A l'arrêt de tram T3 Décines Grand Large**

Heure de rendez-vous : **13H15**

Tarif : **Gratuit**

 **Mardi 21 janvier**

Atelier cognitif : « la fabrique à neurones »

Corinne Pyrée-Marx, de la Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées, vous propose lors de ce cycle un atelier de stimulation pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme. Parce qu'elle sait à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, la Fabrique à Neurones fonctionne selon quatre piliers fondamentaux : Convivialité, jeux, interaction et bienveillance.

Les prochains ateliers seront les mercredis : 28 janvier – 4 février – 11 février et 18 février.

Il est préférable si vous commencez ce cycle de vous inscrire aux 5 dates. Atelier uniquement réservé aux personnes n'ayant pas participé à cet atelier l'année dernière.

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

Heure de rendez-vous : **9H45**

Horaire : **de 10H00 à 11H00**

Tarif : **Gratuit**



 **Mardi 21 janvier**

Conversation anglaise

Tea time ! Venez converser dans la langue de Shakespeare avec Sonia, notre intervenante so British. La meilleure façon d'acquérir du vocabulaire, de gagner en confiance et d'améliorer votre anglais dans une ambiance conviviale.

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

Heure de rendez-vous : **9H45**

Horaire : **10H00 à 11H30**

Tarif : **8.50€**

 **Mardi 21 janvier**

Conférence animée par Anaëlle Charoin

Les Villas Palladiennes : Anaëlle vous emmène en Italie du nord, en Vénétie plus exactement, à la découverte des villas conçues par Andrea Palladio. Leur architecture influencée par les villas romaines de l'Antiquité révèle le goût des commanditaires de la Renaissance pour la nature. Cette relation harmonieuse entre paysage et architecture est aussi présente à l'intérieur des édifices et pour les orner, quoi de mieux que de faire appel au plus grand décorateur de l'époque, le peintre Véronèse. L'Unesco ne s'y est pas trompé, inscrivant l'ensemble de ces villas palladiennes en 1994 sur la liste du patrimoine mondial remarquable.

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

Heure de rendez-vous : **14H00**

Horaire : **14H15 à 16H15**

Tarif : **8.50€**

 **Mercredi 22 janvier**

Conversation anglaise

Tea time ! Venez converser dans la langue de Shakespeare avec Sonia, notre intervenante so British. La meilleure façon d'acquérir du vocabulaire, de gagner en confiance et d'améliorer votre anglais dans une ambiance conviviale

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

Heure de rendez-vous : **9H45**

Horaire : **10H00 à 11H30**

Tarif : **8.50€**



 **Mercredi 22 janvier**

Marche avec Anne

Anne, bénévole à l'OVPAR vous propose une marche sur le sentier de Feuilly à St Priest (5.7 Km). Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous: **Grange Blanche – arrêt du tram T2 vers St-Priest Bel Air**

Heure de rendez-vous: **13H15**

Départ du Tram T2: à **13H34 où vous descendrez à l'arrêt « Parc Technologique »**

Tarif: **Gratuit**

 **Jeudi 23 janvier**

Bowling

Colette et René, bénévoles à l'OVPAR, vous donnent rendez-vous pour une ou plusieurs parties de Bowling. Pensez à apporter des chaussettes car des chaussures vous seront prêtées à l'accueil du bowling.

Lieu de rendez-vous: **PlayInk – 117 Bd Stalingrad, 69100 Villeurbanne**

Heure de rendez-vous: **13H50**

Horaire: **14H00 à 16H00**

Tarif: **6€ à régler sur place**

 **Jeudi 23 janvier**

Conférence, ciné-club avec Philippe D'Hennezel

Venez découvrir les grands classiques de cinéma avec Philippe D'Hennezel, monteur, réalisateur et animateur de ciné-club.

L'Aurore (titre original: Sunrise: A Song of Two Humans) est un film américain réalisé par Friedrich Wilhelm Murnau, sorti en 1927.

Scénario: Une femme de la ville, qui passe ses vacances dans un petit village, séduit un fermier et le convainc de tuer son épouse. Film mythique ! Avant tout une œuvre de lumières, d'ombres et une mise en scène de Friedrich Wilhelm Murnau incroyablement moderne avec ses mouvements de caméra, ses flashbacks et son sens inouï du cadrage... L'interprétation du couple Janet Gaynor et George O'Brien est bouleversante et nous offre l'une des plus belles histoires d'amour de l'histoire du cinéma pour une fable contée simple comme la vie. Ce film fut classé 4ème dans liste réunissant les 100 meilleurs films, ou les films les plus importants de l'histoire du cinéma.

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

Heure de rendez-vous: **14H00**

Horaire: **14H15 à 17H00**

Tarif: **Gratuit**



 **Vendredi 24 janvier**

Ludicité

Rejoignez Rachel, ludothécaire de Ludicité, pour une matinée jeux de société. Parmi sa bibliothèque de 300 jeux, Rachel vous accompagnera pour en découvrir de nouveaux et passer un bon moment.

Lieu de rendez-vous : **La MIETE - 50 Rue du 4 Août 1789, 69100 Villeurbanne**

Heure de rendez-vous : **9H50**

Horaire : **10H00 à 12H00**

Tarif : **2€**

 **Vendredi 24 janvier**

Atelier Rêves

Thierry Lechenault, vous propose un atelier sur les rêves qui sont des portes ouvertes sur notre histoire, sur notre actualité, et parfois même sur notre avenir... Il échangera avec vous afin de comprendre vos rêves en tant que messages importants que vous recevez (car nous ne faisons pas de rêve, nous le recevons de l'inconscient individuel et collectif...). Venez bénéficier de la lecture et de l'expertise de Thierry sur vos rêves !

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

Heure de rendez-vous : **9H45**

Horaire : **de 10H00 à 12H00**

Tarif : **5€**

 **Mardi 28 janvier**

Atelier cognitif : « la fabrique à neurones »

Corinne Pyrée-Marx, de la Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées, vous propose lors de ce cycle un atelier de stimulation pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme. Parce qu'elle sait à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, la Fabrique à Neurones fonctionne selon quatre piliers fondamentaux : Convivialité, jeux, interaction et bienveillance.

Les prochains ateliers seront les mercredis : 4 février – 11 février et 18 février.

Il est préférable si vous commencez ce cycle de vous inscrire aux 5 dates. Atelier uniquement réservé aux personnes n'ayant pas participé à cet atelier l'année dernière.

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

Heure de rendez-vous : **9H45**

Horaire : **de 10H00 à 11H00**

Tarif : **Gratuit**



 **Mardi 28 janvier****Visite du Musée du chocolat Sève**

Venez visiter la maison Sève, musée du chocolat de Limonest. Richard Sève est artisan pâtissier et chocolatier lyonnais classé parmi les 10 meilleurs chocolatiers de France depuis les années 2000. Il rejoint le groupe très restreint des chocolatiers français qui réalisent leur propre chocolat de la fève à la tablette, parcourant désormais le monde à la recherche des meilleures fèves de cacao.

Pour arriver au musée depuis Charpenne: Prendre le **métro A** jusqu'à Bellecour puis prendre le **métro D** jusqu'à Gare de Vaise. Une fois à Vaise, prendre le **bus 10** en direction de Porte de Lyon (Dardilly) et s'arrêter à l'arrêt « Frênes » à Limonest.

Lieu de rendez-vous : **324 Allée des Frênes, Parc du Puy D'or, 69760, Limonest**

Heure de rendez-vous : **13H50**

Horaire : **14H00 à 16H00**

Tarif : **Gratuit**

 **Mardi 28 janvier****Spectacle TNP : « Sensuelle »**

Accompagné d'une animatrice de l'Ovpar, venez découvrir l'histoire d'une femme de soixante ans, prénommée Sensuelle. Un jour, au comptoir d'un bar, un homme lui dit qu'elle n'est plus sensuelle. Elle le tue. De retour chez elle, elle reçoit la visite de sa fille, Blanche, qui vient lui présenter son petit ami. La soirée défile et, à mesure que Sensuelle ouvre des bouteilles de Sancerre, les masques tombent et les langues se délient. Le huis clos se resserre : tôt ou tard, la police viendra embarquer la criminelle. Mais le polar n'est qu'un prétexte. Sensuelle orchestre avant tout la rencontre entre trois personnes que tout oppose, à part une incapacité à être soi. L'auteur croise des thématiques aussi diverses que l'émancipation féminine, les relations mère-fille, l'appartenance, le racisme ou le désir.

Vous retirerez votre billet au guichet 30 minutes avant le début du spectacle sur présentation de la carte d'adhérent OVPAR.

Lieu de rendez-vous : dans le hall d'entrée du TNP, 8 place Lazare-Goujon, Villeurbanne

Indication d'accès : **Métro A - Gratte-ciel**

Salle : **Salle Jean Bouise**

Heure de rendez-vous : **19H30**

Nombre de places disponibles à l'OVPAR : **20**

Heure du spectacle : **20H00**

Durée : **2H00**

Tarif : **12€**

Date limite des inscriptions et des annulations remboursables : **15/01 à midi**



 **Mercredi 29 janvier****Balade douce avec Anne**

Vous souhaitez vous balader mais la distance, votre condition physique et le rythme parcourus vous effraient ! Pas de problème, Anne, bénévole à l'OVPAR vous propose une balade au parc de la Tête d'or (d'environ 4km). Des bancs longeront le parcours pour effectuer des arrêts si besoin.

Lieu de rendez-vous: **Terminus du C26 «cité internationale, transbordeur**

Heure de rendez-vous: **13H45**

Tarif: **Gratuit**

 **Mercredi 29 janvier****Conférence animée par Ludivine Machado**

L'Australie. Ce pays-continent fait tant fantasmer par sa superficie, ses grands espaces désertiques, et sa faune plus ou moins dangereuse... Venez-vous mesurer aux milliers de kilomètres et aux kangourous sauvages à bord d'un van aménagé ! Vous parcourrez d'abord une partie de la côte ouest, entre Esperance et Exmouth à la rencontre de vigneron, surfers blonds et bébés requins ; puis vous vous envolerez pour Adelaïde afin de rejoindre Sydney via Melbourne et la célèbre Great Ocean Road au goût d'embruns: tout un programme ! *Let's go mates !*

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

Heure de rendez-vous: **14H15**

Horaire: **de 14H30 à 16H00**

Tarif: **8.50€**

 **Jeudi 30 janvier****Spectacle théâtre de l'Iris: « Sweetie »****Sweetie: Cie Collectif7 – Mise en scène Muriel Coadou**

Accompagné d'une animatrice de l'Ovpar venez découvrir la pièce de théâtre « Sweetie ». Nous sommes dans l'antre d'une famille. Un parent s'adresse à son enfant et le met en garde des dangers alentours car il doit le protéger, coûte que coûte. Mais quelles sont les limites ? Cette poussée des curseurs de l'éducation jusqu'à l'absurde nous amène à percevoir que se joue ici quelque chose de plus global: nous assistons à la construction d'un Etat totalitaire dans cette micro-société qu'est la famille.

Un temps d'échange avec Muriel Coadou, le metteur en scène, est prévu en amont du spectacle. Il offrira au public l'occasion de discuter des thèmes abordés dans la pièce et découvrir la vision artistique derrière sa création.

Lieu de rendez-vous: **331 rue Francis de Pressensé - Villeurbanne**

Heure de rendez-vous: **18H30**

Nombre de places disponibles à l'OVPAR: **15**

Heure du spectacle: **20H00**

Durée: **1H25**

Tarif: **9€**

Date limite des inscriptions et des annulations remboursables: **22/01**



 **Jeudi 30 janvier****Danse Orientale avec la compagnie Sohan**

Les danses orientales offrent une pratique équilibrée et stabilisante permettant de conjuguer la force et la douceur. Cela en mobilisant particulièrement le travail du bassin, la mobilité de la colonne vertébrale, des mouvements spiralés ainsi que la respiration. On dit de ces danses qu'elles sont 'pelviennes'. Dans ces initiations, nous travaillerons les fondamentaux propres à ces répertoires de danses, nous progresserons pas à pas vers plus de conscience et confiance corporelle. Peu à peu, les formes enseignées s'impriment, s'intègrent et constituent un nouveau vocabulaire, propice à l'échange, au jeu, et au plaisir de laisser parler le corps.

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire de l'initiation: **10H à 12H**

Tarif: **8.50€**

 **Jeudi 30 janvier****Escape Game* : « l'île aux trésors »**

Quand le jeune Jim Hawkins découvre une carte au trésor dans le coffre du pirate Billy Bones, décédé dans son auberge, il décide d'aller à sa recherche. Embarquez avec Valérie à bord de l'Hispaniola, pour vous rendre sur une île, sans savoir que les membres de l'équipage sont en fait des pirates à la recherche du même trésor. Passant à travers des aventures inattendues, vous devrez faire face à des pirates, trouver le trésor et retourner à la maison.

Lieu de rendez-vous: **Way Out Escape Game - 219 rue Vendôme – 69003 Lyon**

Heure de rendez-vous: **14H30**

Horaire: **de 15H00 à 16H30**

Tarif: **20€**

Date limite des annulations remboursables: **le 23/01 à midi**

** Un Escape Game est un jeu d'évasion, un type de jeu de rôle grandeur nature, un jeu d'énigmes qui se vit en équipe. Les joueurs évoluent dans une pièce thématique, décorée en fonction du thème. Vous devez résoudre une série d'énigmes, de « casse-tête » dans un temps imparti pour réussir à vous échapper ou à accomplir une mission.*

 **Vendredi 31 janvier****Marche avec Anne et René**

Anne et René vous proposent une marche de 10 à 11 km au parc de Décines en passant par le parc de Miribel jusqu'à Vaulx-En-Velin.

Prévoyez des chaussures de marche, une tenue vestimentaire adaptée (cape de pluie et éventuellement bâtons de marche) et de l'eau en quantité suffisante.

Lieu du rendez-vous: **A l'arrêt de Tram T3 Décines Grand Centre**

Heure de rendez-vous: **13H00**

Tarif: **Gratuit**



 **Lundi 3 février****Crêpes Party**

Rejoignez Valérie et Audrey pour une après-midi festive autour d'un verre de cidre et des crêpes. N'hésitez pas à apporter vos confitures ou autres gourmandises « maison » que nous partagerons ensemble.

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

Heure de rendez-vous: **14H00**

Horaire: **14H15 à 16H00**

Tarif: **3€**

 **Mardi 4 février****Atelier cognitif: « la fabrique à neurones »**

Corinne Pyrée-Marx, de la Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées, vous propose lors de ce cycle un atelier de stimulation pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme. Parce qu'elle sait à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, la Fabrique à Neurones fonctionne selon quatre piliers fondamentaux: Convivialité, jeux, interaction et bienveillance.

Les prochains ateliers seront les mercredis: 11 février et 18 février.

Il est préférable si vous commencez ce cycle de vous inscrire aux 5 dates. Atelier uniquement réservé aux personnes n'ayant pas participé à cet atelier l'année dernière.

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire: **de 10H00 à 11H00**

Tarif: **Gratuit**

 **Mardi 4 février****Conférence animée par Anaëlle Charoin**

Bruges: Anaëlle vous propose de partir à Bruges pour y découvrir son histoire, son architecture et ses musées principaux. Cette ville flamande a pour particularité d'avoir un habitat médiéval et renaissant extrêmement bien conservé mais en connaissez-vous la raison ? Lors de cette promenade, nous croiserons les fantômes de marchands, de grands peintres tels que Van Eyck et Memling, quelques béguines, un tunnel étrange, des gaufres ... et si vous avez l'impression d'être à Venise c'est tout à fait normal !

Lieu de rendez-vous: **Maison des Aînés – devant la porte latérale**

Heure de rendez-vous: **14H00**

Horaire : **14H15 à 16H15**

Tarif: **8.50€**



 **Mercredi 5 février****Ciné surprise et goûter**

Venez retrouver Audrey autour d'un café/thé et douceurs avant d'aller visionner un film tous ensemble. 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 encore annoncé.

Lieu de rendez-vous: **devant le salon de thé Maison BETTAN -33 Av Henri Barbusse**

Heure de rendez-vous: **14H30 (pour le goûter) / 15H45 pour le cinéma**

Tarif: **5€ l'entrée au cinéma** (les consommations prises au café sont à votre charge)

 **Mercredi 5 février****Marche avec Anne**

Anne, bénévole à l'OVPAR vous propose une marche à l'Iloz – Tour du lac des Allivoz (environ 4.9 km). Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous: **Meyzieu gare devant l'arrêt du bus 95 (par le T3 en direction de Meyzieu)**

Heure de rendez-vous: **13H15**

Départ du bus 95: à **13H33** où vous descendrez à l'arrêt « **Meyzieu** » Parc Grand Large »

Tarif: **Gratuit**

 **Jeudi 6 février****Basilique - Abbaye Saint Martin d'Ainay & Brasserie Georges**

Rejoignez Valérie et Audrey pour une sortie à la demi-journée au cœur de Lyon. Parmi les plus anciennes églises de Lyon, la basilique Saint-Martin d'Ainay vous invite à la découverte de son passé mouvementé, de la puissante abbaye médiévale aux destructions et reconstructions des siècles passés. Accompagné d'une médiatrice venez déambuler entre les chapiteaux romans et leur iconographie médiévale et venez admirer les fresques du chœur. Entre Passé et présent, laissez-vous surprendre par une église les plus méconnues de Lyon. A l'issue de cette visite nous nous rendrons tous ensemble à la Brasserie Georges pour le déjeuner.

MENU BRASSEUR

Choucroute Royale (Poitrine fumée, Kässler, Saucisses de Francfort et Fumées)

Nougat Glacé aux Fruits Confits, Coulis de Fruits Rouges + Café

Eaux Minérales Plates ou Gazeuses, 1 bouteille pour 2 personnes

1 Bière GEORGES, Pils Blonde 40 cl

Lieu de rendez-vous: **devant l'Abbaye – Place d'Ainay – 69002 LYON**

Heure de rendez-vous: **9H45**

Heure de la visite: **de 10H00 à 12H00**

Tarif: T1: **38€** T2: **48€** T3: **52€**

Date limite des annulations remboursables: **16/01 à 16H00**



 **Vendredi 7 février**

Marche avec Anne et René

Anne et René vous proposent une Marche de 10 à 11 km au parc de Parilly et au Parc Technologique.

Prévoyez des chaussures de marche, une tenue vestimentaire adaptée (cape de pluie et éventuellement bâtons de marche) et de l'eau en quantité suffisante.

Lieu du rendez-vous: **Métro D-Parilly, sortie sud**

Heure de rendez-vous: **13H15**

Tarif: **Gratuit**

 **Mardi 11 février**

Atelier cognitif: « la fabrique à neurones »

Corinne Pyrée-Marx, de la Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées, vous propose lors de ce cycle un atelier de stimulation pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme. Parce qu'elle sait à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, la Fabrique à Neurones fonctionne selon quatre piliers fondamentaux: Convivialité, jeux, interaction et bienveillance.

Le prochain et dernier atelier sera le 18 février.

Il est préférable si vous commencez ce cycle de vous inscrire aux 5 dates. Atelier uniquement réservé aux personnes n'ayant pas participé à cet atelier l'année dernière.

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire: **de 10H00 à 11H00**

Tarif: **Gratuit**

 **Mardi 11 février**

Conversation anglaise

Tea time ! Venez converser dans la langue de Shakespeare avec Sonia, notre intervenante so *British*. La meilleure façon d'acquérir du vocabulaire, de gagner en confiance et d'améliorer votre anglais dans une ambiance conviviale

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire: **10H00 à 11H30**

Tarif: **8.50€**



 **Mardi 11 février****Atelier cuisine**

Venez découvrir les secrets du couscous, plat emblématique de la cuisine marocaine. Lors de cet atelier, vous apprendrez à préparer un couscous savoureux, de la cuisson de la semoule à la préparation des légumes et viandes. Nous dégusterons ce plat tous ensemble.

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

Heure de rendez-vous : **8H45**

Horaire : **9H00 à 14H00**

Tarif : **10€**

 **Mercredi 12 février****Conversation anglaise**

Tea time ! Venez converser dans la langue de Shakespeare avec Sonia, notre intervenante so British. La meilleure façon d'acquérir du vocabulaire, de gagner en confiance et d'améliorer votre anglais dans une ambiance conviviale

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

Heure de rendez-vous : **9H45**

Horaire : **10H00 à 11H30**

Tarif : **8.50€**

 **Mercredi 12 février****Balade douce avec Anne**

Vous souhaitez vous balader mais la distance, votre condition physique et le rythme parcourus vous effraient ! Pas de problème, Anne, bénévole à l'OVPAR vous propose une balade au parc de la Tête d'or (d'environ 4km). Des bancs longeront le parcours pour effectuer des arrêts si besoin.

Lieu de rendez-vous : **Terminus du C 26 «cité internationale, transbordeur »**

Heure de rendez-vous : **13H45**

Tarif : **Gratuit**

 **Mercredi 12 février****Conférence animée par Ludivine Machado**

Naples et Pompéi : Napoli, c'est la mafia, la mozzarella... et le Vésuve entré dans l'Histoire et en éruption en 79 après J.-C., recouvrant de cendres la célèbre Pompéi, mais aussi Herculanium ou encore Stabies. Un voyage au cœur des «vieux cailloux», de quoi réunir les deux passions de Ludivine qui n'attend plus que vous pour l'accompagner et déguster un petit limoncello de Sorrento.

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

Heure de rendez-vous : **14H15**

Horaire : **de 14H30 à 16H00**

Tarif : **8.50€**



 **Jeudi 13 février****Restaurant Pizzeria Papaveri**

Rejoignez Valérie et Audrey pour un déjeuner au restaurant Papaveri où vous pourrez déguster des pizzas 100% artisanales, authentiquement italiennes, au cœur du 7ème arrondissement.

Lieu de rendez-vous: **37 rue de la Thibaudière – 69007 Lyon**

Heure de rendez-vous: **12H00**

Horaire: **de 12H15 à 14H30**

Tarif: **à régler sur place**

Indication d'accès: **Métro A jusqu'à Charpenne puis Métro B arrêt Saxe Gambetta + 5 min de marche**

 **Jeudi 13 février****Spectacle au Théâtre de l'Iris: « La comédie de K »**

La comédie de K. - d'après l'œuvre de Franz Kafka - Cie Les Beaux parleurs

Un voyage insolite dans l'humour kafkaïen. Frédéric Moulin a assemblé une sélection de fragments narratifs extraits du Journal de Franz Kafka.

K., amnésique et sans passé, est catapulté sur scène. Invité à une soirée, il hésite entre rester seul ou rejoindre la société. K. zigzague alors parmi une foule de doubles, chacun à la recherche de plénitude. Tous incarnent au pied levé différents rôles qui les font basculer dans des situations à la fois familières et grotesques, comiques et hallucinées.

Un temps d'échange avec Frédéric Moulin, le metteur en scène, est prévu en amont du spectacle. Il offrira au public l'occasion de discuter des thèmes abordés dans la pièce et découvrir la vision artistique derrière sa création.

Lieu de rendez-vous: **331 rue Francis de Pressensé - Villeurbanne**

Heure de rendez-vous: **18H30**

Nombre de places disponibles à l'OVPAR: **15**

Heure du spectacle: **20H00**

Durée: **1H10**

Tarif: **9€**

 **Vendredi 14 février****Ludicité**

Rejoignez Rachel, ludothécaire de Ludicité, pour une matinée jeux de société. Parmi sa bibliothèque de 300 jeux, Rachel vous accompagnera pour en découvrir de nouveaux et passer un bon moment.

Lieu de rendez-vous: **La MIETE 50 Rue du 4 Août 1789, 69100 Villeurbanne**

Heure de rendez-vous: **9H50**

Horaire: **10H00 à 12H00**

Tarif: **2€**



 **Lundi 17 février****Conférence, ciné-club avec Philippe D'Hennezel**

Venez découvrir les grands classiques de cinéma avec Philippe D'Hennezel, monteur, réalisateur et animateur de ciné-club.

Pain et Chocolat (*Pane e cioccolata*) est un film italien réalisé par Franco Brusati, sorti en 1974. L'histoire d'un migrant italien en Suisse qui est, selon l'imagination des émigrés, un pays riche et hospitalier, où il est possible de faire fortune car il y a du travail en abondance pour tout le monde. Un immense film de la fin de la grande époque du cinéma italien, c'est plus une comédie dramatique portée par le grand Nino Manfredi au sommet de son art. Le film traite du combat, perdu d'avance, d'un immigré italien sorti de sa misère pour intégrer une société suisse aseptisée, symbole du capitalisme triomphant. Brûlant d'actualité, certaines scènes font beaucoup rire, d'autres sont d'une sensibilité extrême, notamment le rapport entre Manfredi et Anna Karina.

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

Heure de rendez-vous: **14H00**

Horaire: **14H15 à 17H00**

Tarif: **Gratuit**

 **Mardi 18 février****Atelier cognitif: « la fabrique à neurones »**

Dernier atelier du trimestre.

Corinne Pyrée-Marx, de la Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées, vous propose lors de ce cycle un atelier de stimulation pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme. Parce qu'elle sait à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, la Fabrique à Neurones fonctionne selon quatre piliers fondamentaux: Convivialité, jeux, interaction et bienveillance.

Il est préférable si vous commencez ce cycle de vous inscrire aux 5 dates.

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

Heure de rendez-vous: **09H45**

Horaire: **de 10H00 à 11H00**

Tarif: **Gratuit**

 **Mardi 18 février****Atelier Pâtisserie**

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 rendez-vous: **9H15**

Horaire: **9H30 à 12H00**

Tarif: **5€**



 **Mardi 18 février****Conférence animée par Sandrine Vivant****Sucre, stress et sédentarité: quels risques ?**

Il s'agira, au cours de cette conférence de comprendre quels sont les risques liés à une exposition au sucre, au stress et à la sédentarité, de faire le lien entre ces facteurs de risques, l'inflammation et les pathologies chroniques et de voir quelles sont les solutions naturelles proposées.

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

Heure de rendez-vous: **14H15**

Horaire: **de 14H30 à 16H00**

Tarif: **8.50€**

 **Mercredi 19 février****Atelier créatif Masque vénitien**

Venise et ses masques traditionnels: un symbole, un lien indissoluble, une icône connue et appréciée dans le monde entier. Alors que va débiter le carnaval de Venise ce week-end, rejoignez Audrey afin de réaliser un beau masque vénitien que vous pourrez offrir.

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire: **10H00 à 12H00**

Tarif: **6.50€**

 **Mercredi 19 février****Présentation Esperanto par Patrice Berne**

Venez découvrir cette langue à vocation universelle qu'est l'Esperanto. Patrice, adhérent à l'OVPAR, a commencé à l'apprendre pendant le confinement et propose de vous la présenter ! Lors de cette séance, il s'agit d'une initiation et non pas d'un cours.

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

Heure de rendez-vous: **14H30**

Horaire de l'après-midi: **de 14H45 à 16H45**

Tarif: **Gratuit**

 **Mercredi 19 février****Marche avec Anne**

Anne, bénévole à l'OVPAR vous propose une marche sur les Berges du canal de Jonage, de Laurent Bonnevey au parc de la Feyssine (environ 6 km). Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous: **Métro A – à l'arrêt Laurent Bonnevey**

Heure de rendez-vous: **14H00**

Tarif: **Gratuit**



 **Jeudi 20 février****Les Ateliers Mattelon**

Venez visiter l'atelier familial de tissage à bras, classé Monument Historique, du célèbre maître tisseur Georges Mattelon. La visite commencera par une démonstration de tissage sur les métiers d'origine, accompagné par des explications sur les techniques employées, suivie d'une présentation des différents métiers de la Fabrique des Soies.

Lieu de rendez-vous: **10 Rue Richan, 69004 Lyon**

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire de la visite: **10H00 à 11H30**

Indication d'accès: **Metro C arrêt Hénon + 7min à pied**

Tarif: **6€**

 **Jeudi 20 février****Bowling**

Colette et René, bénévoles à l'OVPAR, vous donnent rendez-vous pour une ou plusieurs parties de Bowling. Pensez à apporter des chaussettes car des chaussures vous seront prêtées à l'accueil du bowling.

Lieu de rendez-vous: **PlayInk – 117 Bd Stalingrad, 69100 Villeurbanne**

Heure de rendez-vous: **13H50**

Horaire: **14H00 à 16H00**

Tarif: **6€ à régler sur place**

 **Vendredi 21 février****Atelier Rêves**

Thierry Lechenault, vous propose un atelier sur les rêves qui sont des portes ouvertes sur notre histoire, sur notre actualité, et parfois même sur notre avenir... Il échangera avec vous afin de comprendre vos rêves en tant que messages importants que vous recevez (car nous ne faisons pas de rêve, nous le recevons de l'inconscient individuel et collectif...). Venez bénéficier de la lecture et de l'expertise de Thierry sur vos rêves !

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire: **de 10H00 à 12H00**

Tarif: **5€**



Vendredi 21 février

Marche avec Anne et René

Anne et René vous proposent une Marche de 10 à 11 km entre Jonage et Miribel. Prévoyez des chaussures de marche, une tenue vestimentaire adaptée (cape de pluie et éventuellement bâtons de marche) et de l'eau en quantité suffisante.

Lieu du rendez-vous: **A l'arrêt du bus 95 Meyzieu gare (direction Château des Marres)**

Heure de rendez-vous: **12H40 – Départ du bus à 12H48**

(deux bus par heure, merci d'être à l'heure)

Tarif: **Gratuit**

Lundi 10 mars

Musée des Moulages

Audrey vous propose une visite au Musée des Moulages sur le thème de la mythologie. La visite mythologie s'articule autour d'un jeu de cartes un peu particulier qui vous mènera à la découverte de différents mythes en lien avec nos collections mais aussi avec notre quotidien. Ce sera l'occasion de comprendre ce que représentent les moulages du musée mais aussi comment la mythologie impacte encore notre monde contemporain.

Lieu de rendez-vous: **devant le musée, 87 cours Gambetta - 69003 Lyon**

Heure de rendez-vous: **14H15**

Horaire de la visite: **de 14H30 à 16H00**

Indication d'accès: **Métro ligne D arrêt Garibaldi-Gambetta**

Tarif: **Gratuit**

Mardi 11 mars

Conversation anglaise

Tea time! Venez converser dans la langue de Shakespeare avec Sonia, notre intervenante *so British*. La meilleure façon d'acquérir du vocabulaire, de gagner en confiance et d'améliorer votre anglais dans une ambiance conviviale.

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire: **10H00 à 11H30**

Tarif: **8.50€**



 **Mardi 11 mars****Conférence, ciné-club avec Philippe D'Hennezel**

Venez découvrir les grands classiques de cinéma avec Philippe D'Hennezel, monteur, réalisateur et animateur de ciné-club.

La Nuit du chasseur (The Night of the Hunter) est un chef d'œuvre en noir et blanc américain réalisé par Charles Laughton, sorti sur les écrans en 1955.

Il est tiré du roman homonyme La Nuit du chasseur de Davis Grubb publié en 1953 et qui s'inspire de Harry Powers, un tueur en série qui a sévi dans la ville où vivait Grubb. En 1992, le film est sélectionné par le National Film Registry pour être conservé à la Bibliothèque du Congrès aux États-Unis pour son « importance culturelle, historique ou esthétique ». Le grand acteur qu'était Charles Laughton n'a réalisé qu'un seul long-métrage mais c'est l'un des plus beaux chefs d'œuvre de l'histoire du cinéma ! Interprété par un immense Robert Mitchum, le film raconte aux petits enfants comment ils doivent se méfier des apparences et ne pas croire les gens sur leur bonne mine. Un must du cinéma américain, considéré unanimement comme l'un des meilleurs films noirs de tous les temps... Classé 2ème dans liste réunissant les 100 meilleurs films, ou les films les plus importants de l'histoire du cinéma

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

Heure de rendez-vous: **14H00**

Horaire: **14H15 à 17H00**

Tarif: **Gratuit**

 **Mercredi 12 mars****Conversation anglaise**

Tea time ! Venez converser dans la langue de Shakespeare avec Sonia, notre intervenante so British. La meilleure façon d'acquérir du vocabulaire, de gagner en confiance et d'améliorer votre anglais dans une ambiance conviviale

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire: **10H00 à 11H30**

Tarif: **8.50€**

 **Mercredi 12 mars****Marche avec Anne**

Anne, bénévole à l'OVPAR vous propose une marche sur **les berges de st Clair** (environ 5 km). Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous: **Arrêt « Cité internationale – Transbordeur » terminus du bus C26**

Heure de rendez-vous: **14H00**

Tarif: **Gratuit**



 **Mercredi 12 mars****Conférence animée par Ludivine Machado**

L'Écosse: Traversons la Manche, direction l'Écosse et ses paysages à couper le souffle (et pas seulement à cause du vent froid) ! Venez slalomer entre les moutons avec Ludivine pour (re)découvrir Edimbourg et son château, Glasgow la mal-aimée, les Highlands, ou encore la magnifique île de Skye, qui regorge de cascades et autres curiosités de la nature qui valent le détour... et d'affronter la pluie battante. Pour se réchauffer ? Rien ne vaut le fameux haggis, ou panse de brebis farcie... accompagnée d'un verre de scotch ! Et qui sait, peut-être croiserons-nous le Monstre du Loch Ness ? Soyez prévenus, il parle avec un fort accent écossais !

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

Heure de rendez-vous: **14H15**

Horaire: **de 14H30 à 16H00**

Tarif: **8.50€**

 **Jeudi 13 mars****Initiation danse orientale avec la compagnie Sohan**

Les danses orientales offrent une pratique équilibrée et stabilisante permettant de conjuguer la force et la douceur. Cela en mobilisant particulièrement le travail du bassin, la mobilité de la colonne vertébrale, des mouvements spiralés ainsi que la respiration. On dit de ces danses qu'elles sont 'pelviennes'. Dans ces initiations nous travaillerons les fondamentaux propres à ces répertoires de danses, nous progresserons pas à pas vers plus de conscience et confiance corporelle. Peu à peu, les formes enseignées s'impriment, s'intègrent et constituent un nouveau vocabulaire, propice à l'échange, au jeu, et au plaisir de laisser parler le corps.

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire de l'initiation: **10H à 12H**

Tarif: **8.50€**

 **Jeudi 13 mars****Visite du théâtre Célestin**

De la Grande salle rouge et or à la petite Célestine en passant par le foyer des artistes et les dessous de scène, la visite guidée des Célestins lève le voile sur 200 ans d'histoire.

Lieu de rendez-vous: **devant le Théâtre des Célestins**

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire: **10H00 à 11H30**

Tarif: **8.50€**



 **Jeudi 13 mars**

Bowling

Colette Touret et René Besson, bénévoles à l'OVPAR, vous donnent rendez-vous pour une ou plusieurs parties de Bowling. Pensez à apporter des chaussettes car des chaussures vous seront prêtées à l'accueil du bowling.

Lieu de rendez-vous: **PlayInk – 117 Bd Stalingrad, 69100 Villeurbanne**

Heure de rendez-vous: **13H50**

Horaire: **14H00 à 16H00**

Tarif: **6€ à régler sur place**

 **Vendredi 14 mars**

Atelier d'écriture

Que vous soyez débutant ou écrivain confirmé, cet atelier est conçu pour libérer votre plume et nourrir votre créativité. À travers des exercices ludiques et des défis d'écriture, nous irons à la rencontre de votre propre voix littéraire. L'objectif est de prendre du plaisir à écrire, d'oser, de se surprendre

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

Heure de rendez-vous: **9H50**

Horaire: **10H00 à 11H30**

Tarif: **Gratuit**

 **Mardi 18 mars**

Conférence animée par Sandrine Vivant

La vitalité: la conserver ou la retrouver

Venez découvrir comment optimiser votre santé globale en stimulant votre force vitale, qui confèrera à votre organisme ses capacités d'auto-réparation.

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

Heure de rendez-vous: **14H15**

Horaire: **de 14H30 à 16H00**

Tarif: **8.50€**



Mardi 18 mars **Spectacle au TNP « l'avenir nous le dira » + échange**

L'avenir nous le dira : un opéra de Diana Soh sur un livret d'Emmanuelle Destremau, conception et mise en scène Alice Laloy avec la Maîtrise de l'Opéra de Lyon.

Trente-cinq enfants sont à l'abandon sur une île déserte. Au cours d'une performance à la croisée du mécanique et du vivant, ils font l'expérience de la dérégulation à toutes les échelles. Le petit groupe s'apprête à vivre une étonnante traversée météorologique et émotionnelle. Sur scène, grâce à la robotique, des instruments prennent vie et s'animent. Et si un nouvel horizon pouvait naître de l'interaction entre la communauté des enfants et cet orchestre mécanique ?

Vous retirerez votre billet au guichet 30 minutes avant le début du spectacle sur présentation de votre carte d'adhérent OVPAR.

Lieu de rendez-vous : **dans le hall d'entrée du TNP, 8 place Lazare-Goujon, Villeurbanne**

Indication d'accès : **Métro A – Gratte-ciel**

Salle : **Salle Roger Planchon**

Heure de rendez-vous : **14H00**

Nombre de places disponibles à l'OVPAR : **20**

Heure du spectacle : **14H30**

Durée : **1H00 + échange**

Tarif : **8€**

Date limite des inscriptions et des annulations remboursables : **4/03 à midi**

Mercredi 19 mars **Présentation Esperanto par Patrice Berne**

Venez découvrir cette langue à vocation universelle qu'est l'Esperanto. Patrice, adhérent à l'OVPAR, a commencé à l'apprendre pendant le confinement et propose de vous la présenter ! Lors de cette séance, il s'agit d'une initiation et non pas d'un cours !

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

Heure de rendez-vous : **9H45**

Horaire de la matinée : **de 10H00 à 12H00**

Tarif : **Gratuit**

Mercredi 19 mars **Balade douce avec Anne**

Vous souhaitez vous balader mais la distance, votre condition physique et le rythme parcourus vous effraient ! Pas de problème, Anne, bénévole à l'OVPAR vous propose une balade au parc de la Tête d'or (d'environ 4km). Dans bancs longeront le parcours pour effectuer des arrêts si besoin.

Lieu de rendez-vous : **Terminus du C 26 « cité internationale, transbordeur »**

Heure de rendez-vous : **13H45**

Tarif : **Gratuit**



 **Mercredi 19 mars****Ciné surprise**

Venez retrouver Audrey autour d'un café/thé et douceurs avant d'aller visionner un film tous ensemble. 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 encore annoncé.

Lieu de rendez-vous: **devant le salon de thé Maison BETTAN -33 Av Henri Barbusse**

Heure de rendez-vous: **14H30 (pour le goûter)**

Horaire: **16H00 pour le cinéma**

Tarif: **5€, l'entrée au cinéma** (les consommations prises au café sont à votre charge)

 **Jeudi 20 mars****Sortie journée: « De la Soie à la noix »**

C'est dans le département de l'Isère que vous retrouverez les animatrices pour une belle sortie à la journée de la Soie à la Noix. Le matin, vous découvrirez la Galicière, cette ancienne fabrique de soie de la fin du XVIII^e siècle, un ensemble unique en France, voire en Europe, dont les particularismes en font un objet patrimonial exceptionnel et singulier.

Les bâtiments sont inscrits à l'inventaire des Monuments Historiques depuis 2004 et les machines depuis 2007. Alors même si ces machines se sont tues depuis longtemps, que les ouvrières ont quitté les lieux, la vie est encore bien là, logée au plus profond de ces ateliers. Un simple instant d'éternité pour le plaisir des yeux.

À l'heure du déjeuner, nous reprendrons le bus en direction du musée de la noix.

Pique-nique obligatoire dans une salle hors sac.

L'après-midi: Visite guidée gourmande «La Noix, un produit en or».

Laissez-vous embarquer pour un voyage singulier au cœur du pays de la noix ! En compagnie d'un guide, vous découvrirez les secrets de fabrication d'un produit unique, élevé par des hommes et des femmes profondément attachés à leur terroir. A l'issue de la visite, vous dégusterez les délicieuses saveurs de ce fruit d'exception à la renommée mondiale.

A la suite de cette visite guidée vous pourrez librement découvrir l'exposition permanente du musée et effectuer des achats en boutique.

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

Heure de rendez-vous: **7H45**

Heure de départ: **8H00**

Heure de retour: **Aux alentours de 18H00**

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



 **Vendredi 21 mars****Atelier Rêves**

Thierry Lechenault, vous propose un atelier sur les rêves qui sont des portes ouvertes sur notre histoire, sur notre actualité, et parfois même sur notre avenir... Il échangera avec vous afin de comprendre vos rêves en tant que messages importants que vous recevez (car nous ne faisons pas de rêve, nous le recevons de l'inconscient individuel et collectif...). Venez bénéficier de la lecture et de l'expertise de Thierry sur vos rêves !

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

Heure de rendez-vous: **9H45**

Horaire: **de 10H00 à 12H00**

Tarif: **5€**

 **Vendredi 21 mars****Ludicité**

Rejoignez Rachel, ludothécaire de Ludicité, pour une matinée jeux de société. Parmi sa bibliothèque de 300 jeux, Rachel vous accompagnera pour en découvrir de nouveaux et passer un bon moment.

Lieu de rendez-vous: **La MIETE 50 Rue du 4 Août 1789, 69100 Villeurbanne**

Heure de rendez-vous: **9H50**

Horaire: **10H00 à 12H00**

Tarif: **2€**

 **Vendredi 21 mars****Randonnée à la journée avec Anne et René**

Anne et René vous proposent une randonnée à la journée de 17 à 18 km à Dardilly et ses alentours. N'oubliez pas de prendre un pique-nique. Prévoyez des chaussures de marche, une tenue vestimentaire adaptée (cape de pluie et éventuellement bâtons de marche) et de l'eau en quantité suffisante.

Lieu du rendez-vous: **A l'arrêt du bus 3 à la station du Métro D à Gorge de Loup**

Heure de rendez-vous: **8H55**

Tarif: **Gratuit**



 **Lundi 24 mars****Conférence animée par Anaëlle Charoin**

Edgar DEGAS: Edgar Degas est célèbre pour ses peintures de danseuse mais cet artiste est loin de se résumer à ce motif. Les courses hippiques, la vie parisienne l'intéressent aussi. Degas est passionné par l'étude du mouvement. Ses recherches le conduisent à comparer ses créations à ce nouveau médium naissant qu'est la photographie. Est-il capable de capturer avec les pigments la liberté de mouvement des êtres et des animaux. Ce grand peintre parisien n'est pas qu'un peintre impressionniste, terme qu'il rejeta. C'est un peintre du monde en animation.

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

Heure de rendez-vous: **14H00**

Horaire : **14H15 à 16H15**

Tarif: **8.50€**

 **Mercredi 26 mars****Marche avec Anne**

Anne, bénévole à l'OVPAR vous propose une marche au Parc de La Tête d'Or (environ 5km). Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous: **Arrêt « Cité internationale – Transbordeur » terminus du bus C26**

Heure de rendez-vous: **14H00**

Tarif: **Gratuit**

 **Jeudi 27 mars****Bowling**

Colette et René, bénévoles à l'OVPAR, vous donnent rendez-vous pour une ou plusieurs parties de Bowling. Pensez à apporter des chaussettes car des chaussures vous seront prêtées à l'accueil du bowling.

Lieu de rendez-vous: **PlayInk – 117 Bd Stalingrad, 69100 Villeurbanne**

Heure de rendez-vous: **13H50**

Horaire: **14H00 à 16H00**

Tarif: **6€ à régler sur place**

 **Vendredi 28 mars****Randonnée journée avec Anne et René**

Anne et René vous proposent une randonnée à la journée de 18 km environ à Neuville sur Saône et ses alentours. N'oubliez pas de prendre un pique-nique.

Prévoyez des chaussures de marche, une tenue vestimentaire adaptée (cape de pluie et éventuellement bâtons de marche) et de l'eau en quantité suffisante.

Lieu du rendez-vous: **à Neuville Sur Saône au terminus des bus 40 et 70**

Heure de rendez-vous: **9H15**

Tarif: **Gratuit**



Sudoku

En partant des chiffres déjà inscrits, vous devez remplir chaque grilles avec des chiffres de 1 à 9 qui ne se trouvent qu'une seule fois sur chaque ligne, chaque colonne et dans chaque section de 3x3 carrés.

sudoku 1

1	5		7				9
3			9	1			6
					4		1
	8		5				6
	9		8		7		4
6					2		7
	3		4				
	6			7	9		2
	4				3		8 9

sudoku 2

1	4	9	7					6
	6					4		2
	2		4		6	7		
5				3	1			8
	3		6		9			2
	8		5	4				3
		7	1		2		4	
2		3						7
6					8	2	9	1

sudoku 3

	5	9			2	7		
7	4					6	2	1
1	2		7				9	3
	7			2	3			
6	3	2	9		7	8	1	4
			8	1				7
5	1				4		8	9
9	8	3					6	5
		4	5			1	3	

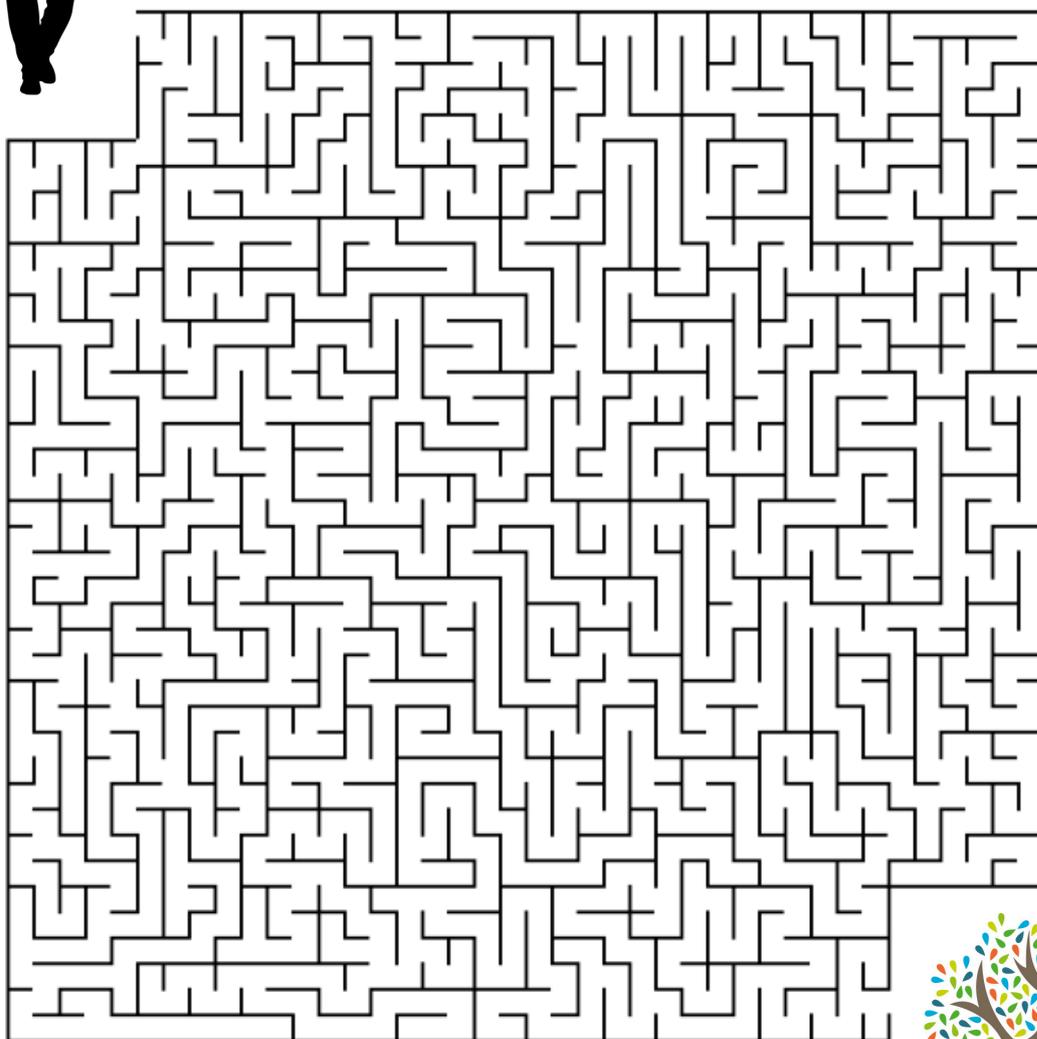
sudoku 4

		6	5			3			
	3	4	2				9	8	
			4	7		6	1	2	
1	7	2						9	
8		3	9		7	4		5	
5							1	7	3
3	9	5		4	2				
4	2					5	9	3	
		7				9	2		





**Retrouvez votre chemin pour venir
vous inscrire à l'OVPAR le mardi
14 Janvier!**



Soutien financier du dispositif d'aide aux aidants



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.

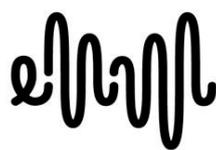
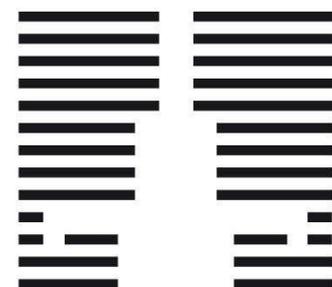
Venez nous rencontrer à Villeurbanne
 3 Caisses de Crédit Mutuel + 1 Crédit Mutuel Enseignant

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

Crédit Mutuel est un établissement de crédit agréé par la Banque de France au capital de 1 604 121 000 euros. L'axe Public Culture Partenaire, 47013 Douchery Cedex 9, RCS Doubs 818 008 344. N° Siret : 37 023 748. Banque agréée par les articles L.3121 et suivants Article monétaire et Banque.



médiathèques
de villeurbanne

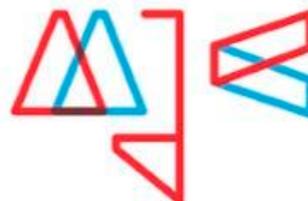


École nationale
de musique, danse
et art dramatique
Villeurbanne




MIETE

Bienvenue à la Maison !



Villeurbanne
Maison des jeunes
et de la culture

CARS FAURE
 DES SOLUTIONS DE TRANSPORTS
 ADAPTÉES À VOS BESOINS DE MOBILITÉS

<p>NOS ACTIVITÉS :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Transports réguliers • Transports scolaires • Transports périscolaires • Transports aéroports / gares • Transports sportifs et loisirs 	<p>NOUS CONTACTER</p> <p>VALENCIN 680 route d'Heyrieux, 38540 Valencin Tél. : 04 72 48 16 16 www.cars-faure.fr</p>
--	--



Rejoignez nos équipes !
BESOIN D'UN COMPLÉMENT 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

