

PROGRAMME D'ANIMATION



L'Automne à L'OVPAR



Octobre-Novembre-Décembre
2026

Office Villeurbannais des Personnes Agées et des Retraités

56 rue du 1er mars 1943, 69100 Villeurbanne

Métro : A arrêt « flachet » - Bus : C26 arrêt « Rue du 4 Août »

Tél : 04 78 68 90 50

Mail : contact@ovpar.fr

Web : www.ovpar.fr

Infos Pratiques

Début des inscriptions :

Mardi 29 septembre à 8h30

Concrètement, comment ça se passe le jour des inscriptions ?

Pour traiter au mieux les inscriptions, nous vous proposerons de nous laisser votre fiche récapitulative. Les fiches seront numérotées et donc traitées par ordre d'arrivée.

Vous nous déposez votre fiche récapitulative, **sans aucun règlement.**

A partir de maintenant il n'est plus possible de déposer une fiche pour une autre personne (sauf certificat médical)

- 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 29 septembre, 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 :

- **48h à l'avance** pour une activité
- **Une semaine à l'avance** pour une sortie journée

Les adhésions à l'OVPAR ne sont pas remboursables. Attention, l'adhésion ne vous garantit pas l'inscription à une activité.

Dorénavant, l'accueil de la Maison des Aînés ne prendra plus d'encaissement les vendredis après-midi.

Tarif :

Pour les sorties, en justifiant de votre feuille d'imposition ou de non-imposition sur les revenus de l'année 2025 (avis de situation déclarative établi en 2026), trois tarifs sont applicables : Ligne 25 de votre avis

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

Un tarif « bénévole » est appliqué une fois pour la saison 2026-2027 soit pour un atelier annuel, soit pour une sortie journée.

Nom :Prenom :N° de fiche
Tél :Mail.....

DATE	ACTIVITES	PRIX	Choix
Mer 7/10	Marche avec Anne et Jean-Luc	Gratuit	
Sam 10/10	Festival ICONIQUE !	1€	
Lun 12/10	Conférence Anaëlle : Mary Cassat	8€50	
Mar 13/10	Mise en couleur	Gratuit	
Mar 13/10	Conversation Anglaise	8.50€	
Mar 13/10	Scrabble avec Bruno	Gratuit	
Mar 13/10	Atelier Floral de l'automne	15€	
Mar 13/10	Assemblée Générale	Gratuit	
Mer 14/10	Marche avec Anne et Jean-Luc	Gratuit	
Mer 14/10	Conférence Ludivine : Les Asturies	8€50	
Mer 14/10	Atelier Puzzle avec Bruno	1€50	
Mer 14/10	Atelier CityGem	Gratuit	
Mer 14/10	TNP : Seul dans Berlin	12€	
Jeu 15/10	Les Bobines de Michèle	Gratuit	
Jeu 15/10	Exposition Alphonse Mucha	17€	
Jeu 15/10	Bowling	6€ à régler sur place	
Ven 16/10	Petit BAC	Gratuit	
Ven 16/10	Randonnée René et Marie Genay / Neuville	Gratuit	
Lun 19/10	Conférence Charlotte : Bonaparte en Egypte	8€50	
Mar 20/10	Photos séjour Vichy et déjeuner partagé	Gratuit	
Mar 20/10	Conférence Sandrine : Booster ses défenses immunitaires avant l'hiver	8.50€	
Mer 21/10	Atelier créatif avec Jocelyne	2€	
Mer 21/10	Les Bobines de Philippe	Gratuit	

Nom :Prenom :N° de fiche
Tél :Mail.....

DATE	ACTIVITES	PRIX	Choix
Jeu 22/10	Sortie Journée : à la découverte du Pilat	T1 : 55€ T2 : 69€ T3 : 75€	
Choix restaurant	Joue de porc - Truite meuniere	Vacherin - Tarte de saison	Merci d'entourer vos choix
Jeu 22/10	La Fabrique à Neurones	10€	Atelier 1 Atelier 2
Ven 23/10	Ludicité	2€	
Ven 23/10	Randonnée René et Marie Craponne	Gratuit	
Ven 23/10	Festival ICONIQUE !	1€	
Lun 26/10	Photolangage "Les Préjugés Liés à l'âge"	Gratuit	
Mar 27/10	Mise en couleur	Gratuit	
Mar 27/10	La Fabrique à Neurones	10€	Atelier 1 Atelier 2
Mar 27/10	Exposition Robert DOISNEAUX	25.50€	
Mar 27/10	Femmes à la Une - Escape Game	Gratuit	
Mer 28/10	Atelier Puzzle avec Bruno	1.50€	
Mer 28/10	Atelier City Gem	Gratuit	
Mer 28/10	Jeu Crack list avec Bruno	Gratuit	
Jeu 29/10	P'tit Dej confidences	2€	
Jeu 29/10	Balade Urbaine en T6	Gratuit	
Jeu 29/10	Walking Rugby	2€	
Ven 30/10	Festival ICONIQUE !	1€	
Ven 30/10	Bal dia de los muertos	2€	
Lun 2/11	Voyage dans la cité Tony garnier	Gratuit	
Mar 3/11	Mise en couleur	Gratuit	
Mar 3/11	Atelier à la Cantina avec Catherine	6€	

Nom :Prenom :N° de fiche
Tél :Mail.....

DATE	ACTIVITES	PRIX	Choix	
Mar 3/11	Sortie journée Clermont	T1 : 54€ T2 : 68€ T3 : 74€		
Mer 4/11	Conférence : Maison du Droit et de la Justice	Gratuit		
Mer 4/11	Conférence Ludivine : Le Vietnam et Laos	8.50€		
Mer 4/11	Marche avec Anne et Jean-Luc	Gratuit		
Jeu 5/11	Café littéraire	Gratuit		
Jeu 5/11	Sublimes : A la MLIS	Gratuit		
Ven 6/11	Festival ICONIQUE !	1€		
Ven 6/11	Marche René et Marie Parilly	Gratuit		
Ven 6/11	A la découvert des plantes médicinales	10,00€		
Lun 9/11	La Fabrique à neurones	10€	Atelier 1	Atelier 2
Mar 10/11	Conférence Sandrine	8.50€		
Mar 10/11	Femmes à la Une : Episode 2	Gratuit		
Mar 10/11	Visite de l'Institut lumière	11€		
Jeu 12/11	Musée Jean Couty	15,00€		
Jeu 12/11	Atelier Puzzle avec Bruno	1.5€		
Jeu 12/11	Bowling	6€ à régler sur place		
Jeu 12/11	Scrabble avec Bruno	Gratuit		
Ven 13/11	Ludicité	2€		
Ven 13/11	Festival ICONIQUE !	1€		
Ven 13/12	Marche Dardilly	Gratuit		

Nom :Prenom :N° de fiche
Tél :Mail.....

DATE	ACTIVITES	PRIX	Choix	
Lun 16/11	Conférence Anaëlle : Michel Ange	8.50€		
Mar 17/11	Mise en couleur	Gratuit		
Mar 17/11	Conversation Anglaise	8.50€		
Mar 17/11	Les Bobines de Michèle	Gratuit		
Mar 17/11	La Fabrique à neurones	10€	Atelier 1	Atelier 2
Mer 18/11	Conférence : Booster votre mémoire	8.50€		
Mer 18/11	Conférence : Prévention des arnaques par ruses	Gratuit		
Mer 18/11	Marche avec Anne et Jean-Luc	Gratuit		
Mer 18/11	Atelier CityGem	Gratuit		
Jeu 19/11	Conférence sur Georges Brassens	8.50€		
Ven 20/11	Marche René et Marie Parc Lacroix Laval	Gratuit		
Mar 24/11	Atelier Floral avec Nicole	15,00€		
Mar 24/11	Atelier Puzzle avec Bruno	Gratuit		
Mar 24/11	Pictonnary avec Bruno	Gratuit		
Mer 25/11	Les Bobines de Philippe	Gratuit		
Mer 25/11	Atelier CityGem	Gratuit		
Jeu 26/11	Sublimes ! à l'Ovpar	Gratuit		
Jeu 26/11	Partage d'un voyage en Islande	Gratuit		
Jeu 26/11	Femmes à la Une - Episode 3	Gratuit		
Jeu 26/11	Iris : Carmen dans la cuisine	9€		
Ven 27/11	Festival ICONIQUE !	1€		
Lun 30/11	Femme à la Une : Episode 4	1€		
Lun 30/11	Conférence Charlotte : Champollion	8.50€		

Nom :Prenom :N° de fiche
Tél :Mail.....

DATE	ACTIVITES	PRIX	Choix	
Mar 1/12	Conférence Bien ensemble, mieux chez nous !	Gratuit		
Mar 1/12	Mise en couleur avec Eve	Gratuit		
Mar 1/12	Scrabble avec Bruno	Gratuit		
Mar 1/12	Atelier Puzzle avec Bruno	1.50€		
Mar 1/12	Walking Rugby	2€		
Mer 2/12	Marche avec Anne et Jean Luc	Gratuit		
Mer 2/12	Conférence Ludivine : Lanzarote / Canaries	8.50€		
Jeu 3/12	La Fabrique à Neurones	10€	Atelier 1	Atelier 2
Jeu 3/12	Balade et goûter à l'Hotel Dieu	Gratuit		
Jeu 3/12	Escape game et goûter	Gratuit		
Ven 4/12	Festival ICONIQUE !	1,00€		
Ven 4/12	Visite MBA "Evocation de femmes"	8€		
Ven 4/12	Marche René et Marie Irigny / Vernaison			
Lun 7/12	Théâtre Forum "Les préjugés liés à l'âge"	Gratuit		
Lun 7/12	Sand painting de Noel	5€		
Mar 8/12	Atelier cuisine à la Cantina	10€		
Mar 8/12	Femmes à la Une - Episode 5	Gratuit		
Mar 8/12	Conférence Sandrine : La mémoire	8.50€		
Mer 9/12	Marche avec Anne et Jean-Luc	Gratuit		
Mer 9/12	Iris : Le Petit Prince	9€		
Jeu 10/12	Sortie journée Annecy	T1 : 41€ T2 : 51€ T3 : 55€	choix ci-dessous	
Choix menu	savoyard 35€ - Montagne 39€ - Tartane 40€		Merci d'entourer vo choix	

Nom :Prenom :N° de fiche
Tél :Mail.....

DATE	ACTIVITES	PRIX	Choix
Jeu 10/12	TNP : Les corps incorruptibles	12€	
Ven 11/12	Festival ICONIQUE !	1€	
Ven 11/12	Marche René et Marie - Tour du Grand Large	Gratuit	
Lun 14/12	Conférence Anaëlle : Le Costa Rica	8.50€	
Mar 15/12	Conversation Anglaise	8.50€	
Mar 15/12	Atelier floral avec Nicole	15€	
Mar 15/12	Atelier pâtisserie	6€	
Mar 15/12	Marche avec Anne et Jean-Luc	Gratuit	
Mer 16/12	Times'up avec Bruno	Gratuit	
Mer 16/12	Puzzle avec Bruno	Gratuit	
Mer 16/12	Atelier créatif : Cartes de Noel	4€	
Jeu 17/12	Les Bobines de Michèle	Gratuit	
Jeu 17/12	Restaurant de Noël : Le Laurencin	A régler sur place	
Jeu 17/12	Bowling	6€ à régler sur place	
Ven 18/12	Ludicité	2€	
Lun 21/12	Visite des crèches Napolitaines	5€	
Lun 21/12	Femmes à la Une - Episode 6	Gratuit	
Mar 22/12	Les Bobines de Philippe	Gratuit	
Mer 23/12	Restaurant de Noël : Au vestiaire	A régler sur place	
Jeu 24/12	Festival ICONIQUE !	Gratuit	

Flash infos

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€ au cinéma le Zola.

La Cantina : portée par l'association le MAS, elle propose des cuisines partagées et une buanderie dédiée aux familles hébergées à l'hôtel ou chez un tiers. La cantina dispose aussi d'un café associatif ouvert au grand public.

La MIETE : en adhérent à l'OVPAR vous devenez automatiquement adhérent à la MIETE.

Les Pas Pressés-es

L'OVPAR créé son équipe de rugby en marchant. Un nouvel atelier annuel pour les plus de 60 ans, pour offrir une bulle de rires, de complicité et de sport adapté.

Venez profiter d'un fabuleux moment de rugby et de partage à nos côtés !



ICONIQUE !

Parce que l'âge n'a jamais été une limite pour prendre sa place et célébrer la vie ! Marine vous invite à découvrir ICONIQUE !, un festival né d'une envie forte : célébrer les corps, la liberté et le pouvoir d'agir des femmes séniorees à travers 9 films vibrants, drôles et émouvants.

Cet événement donne le coup d'envoi du projet Existences'Elles, une initiative engagée pour développer le pouvoir d'agir des femmes séniorees, lutter contre leur invisibilité et réinvestir pleinement notre territoire.

Au-delà de l'écran, Marine vous propose de prolonger chaque projection autour d'un moment d'échange et de débat serein. Venez rire, partager vos ressentis et bousculer les idées reçues : elles sont là, elles osent, elles sont ICONIQUE !

Joëlle ISCAYE, bénévole de l'activité Sand Painting à l'Ovpar, a le plaisir de vous inviter à la 19^e édition de l'exposition de l'Atelier des Peintres Réunis

Cette édition se tiendra du 10 au 20 novembre 2026 au Centre Culturel de Villeurbanne. À cette occasion, Joëlle présentera plusieurs créations réalisées en sables et ocres, parmi lesquelles une œuvre représentant la mairie de Villeurbanne.

La remise des prix aura lieu le jeudi 12 novembre à partir de 17 h 30.

L'entrée est gratuite !

FÊTES DE FIN D'ANNÉE

VOUS AVEZ 65 ANS OU PLUS
OU VOUS ÊTES À LA RETRAITE ?
VOUS HABITEZ VILLEURBANNE ?

Un panier garni vous est offert !



ccas
VILLEURBANNE
Centre
communal
d'action
sociale

villeur

COLIS DE NOËL

À l'occasion des fêtes de fin d'année, recevez un panier garni avec une dizaine de produits gourmands !

QUELLES SONT LES CONDITIONS POUR EN BÉNÉFICIER ?

- Être villeurbannais-e depuis au moins trois mois
- Avoir au moins 65 ans ou être à la retraite
- Avoir des ressources mensuelles inférieures à 1 252 € pour une personne seule et 1 945 € pour un couple.



COMMENT VOUS INSCRIRE ?

Vous pouvez vous inscrire **jusqu'au 15 octobre**, au Centre communal d'action sociale (CCAS), place Lazare Goujon.
Horaires : lundi, mardi, mercredi et vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h - Tel. : 04 78 03 69 00

Trois permanences d'inscription sont aussi organisées près de chez vous :

- **Lundi 15 septembre**, de 9h à 12h – Maison des services publics de l'Autre Soie, 28 rue Alfred de Musset
- **Lundi 22 septembre**, de 9h à 12h – Maison des services publics des Buers, 32 rue du 8-Mai-1945
- **Lundi 28 septembre**, de 9h à 12h – Maison des services publics du Tonkin, 4 allée Henri-Georges-Clouzot (Dalle des Samouraïs)



AMENEZ LES DOCUMENTS SUIVANTS :

- Un titre d'identité (passeport ou carte d'identité)
- Les justificatifs de ressources des trois derniers mois
- Le dernier avis d'imposition sur le revenu
- Un justificatif de domicile de moins de trois mois (facture d'électricité, de gaz, de téléphone fixe, ou quittance de loyer).

COMMENT RÉCUPÉRER VOTRE PANIER GARNI ?

Un courrier postal vous sera envoyé quelques semaines avant, vous informant du lieu et de l'horaire pour venir retirer votre colis.

JOYEUSES FÊTES À TOUTES ET TOUS !



Programme Semaine Bleue



Lundi 5 octobre

En forme dans mon quartier

9h-10h

Cusset - Square Dreieich

Une balade gratuite proposée par la Ville de Villeurbanne, adaptée au rythme de chacun

Mardi 6 octobre

Ciné "Adopte un veuf"

**15h
CCVA**

*Inscription obligatoire par mail
contact@timetcolette.fr
04 26 84 49 36*

Mercredi 7 octobre

Théâtre Forum

**14h30
CCVA**

Venez échanger sur les préjugés liés à l'âge grâce au théâtre-forum, puis partagez un goûter convivial.

Samedi 10 octobre

Rencontre transmission intergénérationnelle

**14h30
Maison des Aînés**

Réfléchissons ensemble au rapprochement des générations pour construire un avenir plus solidaire.

Lundi 5 octobre

Forum Séniors

**14h - 18h
Place Wilson**

Animations : percussions, fanfare, marché solidaire, théâtre, initiations rugby ...

Mercredi 7 octobre

Théâtre "Fin de service"

15h

À La Croizet - 35 rue Armand

*Inscription par mail
patricia.veyret@mairie-villeurbanne.fr
04.72.33.03.32*

Entrée Payante 8€



**Reversé au
service pédiatrique
hôpital Léon
Bérard**

Jeudi 8 octobre

Grand Bal

**14h - 17h
CCVA**

Venez habillés d'une seule et même couleur de la tête aux pieds pour composer ensemble une fresque géante et festive.

Octobre



Marche avec Anne et Jean-Luc

Mercredi 7 octobre

Anne et Jean Luc, bénévoles à l'OVPAR, vous proposent une marche de 10 Km avec 200 m de dénivelé à Ste Foy Les Lyons.

Attention, cette marche est réservée aux bons marcheurs. Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : **Perrache, arrêt du bus 46 (ou 49 selon l'horaire)**

Heure de rendez-vous : **12h30**

Tarif : **Gratuit**

Festival ICONIQUE !

Samedi 10 octobre



Pour ouvrir le festival « ICONIQUE ! », préparez-vous à vibrer devant **Calendar Girls**, une comédie irrésistible qui donne le coup d'envoi du projet Existences'Elles ! Ce beau programme est né d'une conviction profonde : il est temps de développer le pouvoir d'agir des femmes séniors, de balayer leur invisibilité et de leur redonner toute leur place dans l'espace public comme sur leur territoire. Inspiré d'une histoire vraie à la fois hilarante et bouleversante, le film Calendar Girls suit

une bande d'amies extraordinaires qui décident de poser nues pour un calendrier caritatif. À travers leurs rires, leur complicité et leur audace, ces femmes envoient valser les tabous sur le corps qui vieillit et prouvent qu'il n'y a pas d'âge pour s'unir, faire bouger les lignes et croquer la vie à belles dents. Une pépite solaire, profondément humaine et féroce joyeuse.

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

Heure de rdv : **10h00**

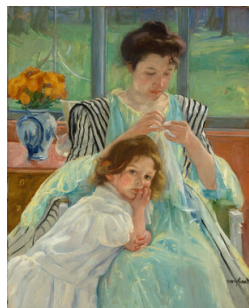
Tarif : **1€**

Octobre



Conférence Anaëlle : Mary Cassat

Lundi 12 octobre



Mary Cassatt, 1844-1926. Pour cette première conférence de la rentrée Anaëlle vous propose de découvrir la vie et les oeuvres d'une femme peintre. D'origine américaine, elle intégra le groupe des impressionnistes. Son art est tout entier dédié à la couleur et la lumière dont elle rechercha les effets dans la peinture en extérieur. Cependant loin des paysages, elle préféra se consacrer aux portraits, ceux de jeunes femmes de bonne société ou de mères avec leurs enfants. Son interprétation personnelle des relations familiales lui vaudront une reconnaissance internationale. Après le musée Jacquemart-André en 2018, le musée d'Orsay lui consacre une exposition cet automne.

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

Horaire de la conférence : **14h15 - 16h15**

Tarif : **8€50**

Mise en couleur avec Eve

Mardi 13 octobre

Eve Gil, bénévole à l'OVPAR, vous propose un atelier d'initiation à la mise en couleur parmi les plus paisibles qui soient ! Dans une ambiance douce, sereine et pleine d'entrain, vous laisserez libre cours à votre imagination et peut-être pourrez-vous vous épanouir en toute simplicité. Apportez une boîte de crayons de couleur e une gomme. Des modèles vous seront fournis, mais vous pouvez également venir avec vos propres créations et dessins à colorier.

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

Horaire : **10h00 - 12h00**

Tarif : **Gratuit**

Conversation Anglaise

Mardi 13 octobre

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**

Horaire : **10h00 à 11h30**

Tarif : **8.50€**

Octobre



Atelier floral de l'automne avec Nicole

Mardi 13 octobre

Venez célébrer les couleurs de l'automne lors d'un atelier floral animé par Nicole DISSES, bénévole à l'Ovpar !

Au fil de cet atelier, laissez libre cours à votre créativité en réalisant une jolie composition florale aux teintes automnales. Que vous soyez débutant ou passionné, Nicole vous accompagnera pas à pas dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Repartez avec votre composition pour apporter une touche d'automne à votre intérieur ou pour l'offrir à un proche.

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

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

Horaire : **de 9h30 à 12h00**

Tarif : **15€** (merci de venir avec votre chèque le jour des inscriptions)

Assemblée Générale

Mardi 13 octobre

Tous les adhérents sont invités à ce temps fort de la vie associative de l'OVPAR (seule condition, être à jour de sa cotisation). Nous reviendrons ensemble sur les événements marquants de l'année 2024, et partagerons les projets en cours et à venir.

L'AG est aussi une belle occasion de rencontrer d'autres adhérents, et de mieux faire connaissance avec l'équipe des salariés. Elle se terminera par un temps convivial.

Lieu de rendez-vous : **Résidence Marx Dormoy - 183 route de Genas 69100 Villeurbanne**

Heure de rendez-vous : **14h15**

Horaire : **14h30 à 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Octobre



Marche avec Anne et Jean-Luc

Mercredi 14 Octobre

Anne et Jean Luc, bénévoles à l'OVPAR vous proposent une marche de 5 Km avec 140 m de dénivelé. L'itinéraire sera le suivant : du parc des Hauteurs au vieux Lyon afin de découvrir Lyon depuis les hauteurs de la rive droite de la Saône, Fourvière puis St Jean(vieux Lyon).

Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : arrêt «**Minimes Théâtres Romains** » du funiculaire **F1 vers st Just**

Heure de rendez-vous : **13h30 (attention départ immédiat)**

Tarif : **Gratuit**

Indication d'accès : Prendre le métro A jusqu'à Bellecour (ou le métro B jusqu'à Saxe Gambetta), puis le métro D (vers Vaise) jusqu'à Vieux Lyon-Cat St Jean puis F1 vers st Just. Descendre à Minimes Théâtres Romains. Attention, départ immédiat.

Conférence Ludivine : Les Asturies

Mercredi 14 Octobre

Buenos días! Venez chercher la fraîcheur aux Asturies, la "Bretagne ibérique", là où nos voisins espagnols vont se réfugier en temps de canicule ! Entre mer et montagne, ou plutôt, entre la Mer Cantabrique et la chaîne des Picos de Europa, vous attendent : une descente en kayak sur la Sella, une fabada (le cassoulet local) les pieds dans le sable de la plage de Borizu, la statue de Mafalda au détour d'un parc d'Oviedo (la capitale), sans oublier l'ourse Molina, oui, vous avez bien lu, une ourse ! Alors, vamos a la playa ?

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

Horaire de la conférence : **14h30 - 16h30**

Tarif : **8€50**

Octobre



Atelier Puzzle avec Bruno

Mercredi 14 octobre

Envie de passer un bon moment dans la bonne humeur ? Bruno, bénévole à l'Ovpar, vous invite à rejoindre un atelier puzzle placé sous le signe du partage et de la convivialité. Autour de puzzles variés, venez participer à votre rythme, échanger des astuces, discuter et profiter simplement d'un moment agréable ensemble. Que vous soyez passionné de puzzles ou débutant, l'important est de se retrouver, de s'entraider et de passer un moment chaleureux.

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

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

Tarif : **1.50€**

Atelier CityGem

Mercredi 14 octobre

Accompagné d'un animateur diplômé dans le sport, venez partagé une matinée autour de la marche, au rythme de chacun, pour redécouvrir les recoins de Villeurbanne. Voici comment la matinée va se découper :

Partie 1 | Atelier Prévention santé : Les bienfaits de la marche

Partie 2 | Atelier Présentation de l'outil CityGem pour prendre plaisir à marcher en autonomie

Partie 3 | Activité physique en ville : Balade culturelle en groupe

Partie 4 | Moment de convivialité : Café social

Prévoyez des chaussures confortables pour marcher.

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

Horaire de l'activité : **14h - 17h00**

Tarif : **Gratuit**

TNP : Seul dans Berlin

Mercredi 14 octobre

Mise en scène Jean Bellorini : Au coeur du Berlin de la Seconde Guerre mondiale, en proie aux pénuries, où l'effort de guerre et la propagande imprègnent la vie des gens, Otto et Anna Quangel apprennent le décès de leur fils unique, mort en héros « pour la Patrie ». Leur monde s'écroule. Ils se mettent alors à écrire contre Hitler de petits textes sur des cartes postales qu'ils déposent dans les halls d'immeubles et les cages d'escaliers. Cet acte de résistance, à la fois dérisoire et héroïque, redonne un sens à leur vie. Ils finissent par être arrêtés par la police et comparaissent au tribunal où nous assistons à leur procès.

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

Heure de rendez-vous : **18h30**

Salle : **Roger Planchon**

Heure du spectacle : **19h30**

Durée : **2h30**

Tarif : **12€**

Date limite des inscriptions et des annulations remboursables : **Lundi 5/10 à 16h30**

Octobre



Les Bobines de Michèle

Jeudi 15 octobre

Michèle vous propose de découvrir ou redécouvrir ce grand classique du cinéma français : **LES 400 COUPS de François Truffaut**.

Antoine Doinel a 14 ans. À l'école, il ne cesse d'avoir des ennuis avec son maître. À la maison, ses parents se montrent indifférents à son égard. Sa vie va peu à peu basculer entre mensonges, débrouille et petites fugues.

Film phénomène du Festival de Cannes et révélation du jeune Jean-Pierre L  aud, Les 400 Coups est un film marquant sur l'enfance « difficile », mais aussi un formidable témoignage sur la société française des années 60. Passionnant et bouleversant, ce grand classique de François Truffaut reste encore aujourd'hui un film coup de poing, qui ne laisse pas indifférent.    l'issue de la projection, Michèle vous proposera un temps d'échange pour partager vos impressions, vos ressentis et discuter ensemble du film, de ses personnages et des thèmes abordés.

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

Horaire de l'activité : **14h15 - 17h00**

Tarif : **Gratuit**

Exposition Alphonse MUCHA

Jeudi 15 octobre



Laissez-vous captiver par l'univers d'Alphonse Mucha et découvrez le parcours consacré à ce maître incontournable de l'Art nouveau.

Valérie vous accompagne pour cette découverte, mais il s'agit d'une visite libre : chacun avance à son rythme pour explorer l'exposition.

Le Grand Hôtel-Dieu accueille cette exposition dédiée à cet artiste, figure majeure de l'Art nouveau et créateur d'une représentation de la femme devenue emblématique de la Belle   poque.

Réunissant plus de 90 œuvres originales – affiches, dessins et peintures –, l'exposition explore son univers artistique à travers la figure féminine, entre théâtre, publicité, photographie, nature et spiritualité.

Le parcours, organisé en six sections thématiques, retrace l'évolution de l'artiste et la richesse de son œuvre.

Lieu de rendez-vous : **Grand Hôtel Dieu - 13 rue de la barre (accès par la cour du midi, niveau -1)**

Heure de rendez-vous : **10h15**

Horaire de la visite : **10h30**

Tarif : **17  **

Date limite des annulations remboursables : **jeudi 8 octobre à midi**

Octobre



Bowling **Jeudi 15 octobre**

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 - 16h00**

Tarif : **6€ à régler sur place**

Petit BAC **Vendredi 16 octobre**

Venez participer à un petit bac convivial et amusant ! Testez vos connaissances et votre imagination à travers différentes catégories : prénoms, animaux, villes, métiers, objets...
Un moment de réflexion, de rires et de bonne humeur à partager tous ensemble !

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

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

Tarif : **Gratuit**

Randonnée avec René et Marie **Vendredi 16 octobre**

René et Marie vous proposent une randonnée d'environ 15 km entre Genay et Neuville, sur un parcours avec très peu de dénivelé. Une belle randonnée pour profiter des paysages et de la nature.

À prévoir : pique-nique, eau en quantité suffisante, chapeau, crème solaire et cape de pluie.

Lieu de rendez-vous : **Gare de Vaise – arrêt du Bus 43**

Heure de rendez-vous : **8h30**

Départ du bus : **8h42**

Tarif : **Gratuit**

Scrabble avec Bruno **Vendredi 16 octobre**

Bruno, bénévole à l'OVPAR, vous propose une partie de Scrabble !

Vous aimez associer les lettres, chercher le mot juste et enchaîner les mots ? Venez mettre vos compétences à l'épreuve dans l'un des jeux de lettres les plus appréciés !

Que vous soyez débutant ou joueur confirmé, venez partager un moment convivial, ludique et chaleureux autour du Scrabble.

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

Horaire de l'activité : **14h30 - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Octobre



Conférence Charlotte : Bonaparte en Egypte

Lundi 19 Octobre



L'expédition de Bonaparte en Egypte...ou comment un fiasco militaire devint une grande aventure culturelle et scientifique. En 1798, pour ceux plus bercés par les philosophes des Lumières que la Bible, l'Égypte apparaît comme la terre de la Sagesse, où sont nées sciences et arts. C'est une des justifications parmi d'autres à l'Expédition d'Égypte de Bonaparte en 1798-1801, mais surtout à la présence parmi les soldats de 167 « savants », en charge de l'étude du pays sous tous ses aspects : histoire, faune et flore, savoir-faire locaux, population contemporaine, etc.

Par bien des aspects, et pas seulement par la découverte de la « Pierre de Rosette », l'Expédition d'Égypte marque la naissance de l'égyptologie européenne.

Image : Maurice ORANGE, Napoléon Bonaparte devant les pyramides, contemplant la momie d'un roi (1798) (Musée d'Art moderne Roger Anacréon, Granville)

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

Horaire de la conférence : **14h15 - 16h15**

Tarif : **8.50€**

Photos séjour Vichy & Déjeuner partagé

Mardi 20 Octobre

Retour en images sur votre séjour à Vichy !

Valérie, Audrey et Marine vous invitent à revivre votre séjour de 3 jours à Vichy à travers une projection pleine de souvenirs.

Que vous ayez participé au séjour ou non, vous êtes tous les bienvenus ! Ceux qui étaient présents pourront partager leurs anecdotes, leurs meilleurs souvenirs (et peut-être quelques petits secrets...), tandis que les autres pourront découvrir cette belle escapade en images.

À l'issue de la projection, nous vous proposons un déjeuner partagé pour prolonger ce moment dans la bonne humeur. Chacun peut apporter un plat, une salade, un dessert ou une boisson afin de partager un repas convivial, placé sous le signe de la rencontre, des échanges et des souvenirs.

Et bonne nouvelle : en octobre, nous devrions profiter de températures plus agréables... normalement, pas de canicule cette fois-ci !

Nous espérons vous retrouver nombreux pour revivre ensemble cette belle aventure !

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

Horaire : **11h00 - 14h00**

Tarif : **Gratuit (n'oubliez pas d'apporter vos spécialités salées/sucrées)**

Octobre



Conférence Sandrine

Mardi 20 octobre

Booster ses défenses immunitaires avant l'hiver

Gastro, rhume, grippe... en hiver, la baisse des températures rend les virus plus résistants. Résultat : on observe une hausse considérable des maladies infectieuses. A l'approche du froid, nos défenses immunitaires ont bien besoin d'un coup de pouce pour jouer leur rôle à fond.

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

Horaire : **14h30 - 16h30**

Tarif : **8.50€**

Atelier pliage de livres

Mercredi 21 octobre

Donnez une seconde vie aux vieux livres en les transformant en un adorable petit hérisson ! Grâce à une technique simple de pliage, Jocelyne, bénévole, vous guidera pas à pas dans la réalisation de cette jolie décoration.

Un atelier créatif et convivial, parfait pour célébrer l'arrivée de l'automne !

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

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

Tarif : **2€**

Les Bobines de Philippe

Mercredi 21 Octobre

Philippe vous propose le film **Hostiles (2017)**, réalisé par Scott Cooper. Ce western américain, rare dans le paysage cinématographique contemporain, s'impose comme une œuvre puissante et majestueuse. Porté par des décors naturels d'une beauté saisissante, le film impressionne autant par son ampleur que par son intensité dramatique. Christian Bale y livre une performance remarquable, aux côtés de Rosamund Pike, tous deux profondément justes dans leurs rôles. Ensemble, ils donnent à ce film une dimension qui en fait déjà un grand classique du western moderne. Au-delà de sa splendeur visuelle, Hostiles aborde avec force le thème des préjugés humains et de la rédemption, des questions qui résonnent particulièrement avec notre actualité. La séance sera suivie d'un moment d'échange et de discussion.

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

Horaire : **14h15 - 17h00**

Tarif : **Gratuit**



Sortie journée : A la découverte du Pilat Jeudi 22 Octobre

Nous vous proposons une agréable sortie à la découverte du Pilat, entre savoir-faire traditionnel, gastronomie locale et patrimoine.

La journée débutera par une **visite guidée de la Maison des Tresses et Lacets**, un lieu consacré à la découverte de ce savoir-faire traditionnel. Accompagnés par un guide, nous découvrirons l'histoire de la fabrication des tresses et des lacets, ainsi que les techniques et les machines utilisées au fil des générations.

Déjeuner à l'Auberge de Montvieux

Au menu

- *Salade composée & Pâté de campagne*
- *Joue de porc à la moutarde et au vin blanc, accompagnée de son gratin*
- *Truite meunière et gratin de « La Ferme »*
- *Fromage sec ou fromage blanc*
- *Vacherin glacé*
- *Tarte de saison*

Un repas aux saveurs traditionnelles, idéal pour reprendre des forces avant de poursuivre notre découverte du Pilat !

L'après-midi, nous partirons à la découverte du village de Pélussin et de son patrimoine. Nous commencerons par la **Maison du Parc du Pilat**, avec une visite guidée de la maison et de ses jardins, avant de poursuivre par une visite guidée du quartier ancien de Pélussin. Accompagnés tout au long de l'après-midi, nous partirons à la rencontre de l'histoire, de l'architecture et des richesses de ce charmant village du Pilat.

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

Heure de rendez-vous : **8h15**

Heure de départ : **8h30**

Heure de retour : **environ 18h00**

Tarif : **T1 : 55€ - T2 : 69€ - T3 : 75€**

***Repas au restaurant obligatoire - prix inclu dans la sortie**

Merci de nous préciser vos choix de plat et dessert le jour des inscriptions dans la fiche récapitulative

Octobre



Fabrique à Neurones

Jeudi 22 Octobre

La Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées vous propose un cycle d'ateliers de stimulation.

BOOSTEZ VOS NEURONES ! Pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme, parce que nous savons à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, nous vous proposons les ateliers de la Fabrique à Neurones. Chaque atelier fonctionne selon quatre piliers fondamentaux, chaque atelier est :

- CONVIVIAL : de la bienveillance et de l'humour
- LUDIQUE : avec des jeux accessibles à tous, et le transfert de connaissances en neurosciences
- INTERACTIF : en groupe de 12 personnes
- en INTELLIGENCE COLLECTIVE : chacun partage sa façon de faire et bénéficie de celles des autres.

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

1er atelier

Horaire du 1er atelier : **14h10 - 15h10**

Tarif : **10€**

2ème atelier

Horaire du 2ème atelier : **de 15h30 - 16h30**

Tarif : **10€**

Ludicité

Vendredi 23 octobre

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**

Horaire : **9h45 - 11h45**

Tarif : **2€**

Octobre



Festival ICONIQUE !

Vendredi 23 octobre



Deuxième rendez-vous fort de notre festival « ICONIQUE ! », laissez-vous emporter par une vague de tendresse et de lumière avec le film **Rose**, qui porte haut les couleurs du projet Existences'Elles ! Cette belle initiative s'engage avec passion à développer le pouvoir d'agir des femmes séniors, à lutter contre leur invisibilité et à les encourager à réinvestir pleinement l'espace public et leur territoire. À 78 ans, subitement frappée par le deuil, l'héroïne de Rose refuse de s'éteindre ou de se conformer aux attentes d'une société qui voudrait la rendre

transparente. Portée par une Françoise Fabian tout simplement éblouissante, cette femme flamboyante réapprend à aimer, à désirer et à savourer chaque instant sans s'excuser d'exister. C'est un hymne magnifique à la vie, au plaisir et à la liberté retrouvée, qui fait du bien au cœur et réchauffe l'âme. Une célébration festive et poignante de la maturité au féminin.

Lieu de rendez-vous : **Résidence Château Gaillard - 1E Rue Michel Dupeuble, 69100**

Horaire : **10h**

Tarif : **1€**

Randonnée avec René et Marie

Vendredi 23 octobre

René et Marie vous proposent une randonnée en boucle d'environ 15 à 16 km autour de Craponne / Francheville, avec un dénivelé d'environ 250 m, réparti tout au long du parcours. Vous marcherez à travers bois, prairies et quelques portions de route goudronnée.

À prévoir : pique-nique, eau en quantité suffisante, chapeau, crème solaire et cape de pluie. Pas de point d'eau sur le parcours.

Lieu de rendez-vous : **Gare de Gorge de Loup – arrêt du Bus C24**

Heure de rendez-vous : **8h30**

Départ du bus : **8h42**

Tarif : **Gratuit**

Photolangage Intergénérationnel **Les préjugés liés à l'âge**

Lundi 26 octobre

Participez à notre atelier Photolangage intergénérationnel : un moment convivial où jeunes et séniors expriment leur vécu, échangent leurs regards et dépassent les préjugés liés à l'âge grâce à la force des photographies. Aucune compétence artistique n'est requise, seule votre envie de partager compte ! Venez faire entendre votre voix et enrichir la discussion dans une ambiance chaleureuse. Pour prolonger ces belles rencontres, un goûter est offert à tous les participants en fin d'atelier.

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

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

Tarif : **Gratuit**

Octobre



Mise en couleur avec Eve

Mardi 27 octobre

Eve Gil, bénévole à l'OVPAR, vous propose un atelier d'initiation à la mise en couleur parmi les plus paisibles qui soient ! Dans une ambiance douce, sereine et pleine d'entrain, vous laisserez libre cours à votre imagination et peut-être pourrez-vous vous épanouir en toute simplicité. Apportez une boîte de crayons de couleur et une gomme. Des modèles vous seront fournis, mais vous pouvez également venir avec vos propres créations et dessins à colorier.

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

Horaire : **10h00 - 12h00**

Tarif : **Gratuit**

Fabrique à Neurones

Mardi 27 Octobre

La Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées vous propose un cycle d'ateliers de stimulation.

BOOSTEZ VOS NEURONES ! Pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme, parce que nous savons à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, nous vous proposons les ateliers de la Fabrique à Neurones. Chaque atelier fonctionne selon quatre piliers fondamentaux, chaque atelier est :

- CONVIVIAL : de la bienveillance et de l'humour
- LUDIQUE : avec des jeux accessibles à tous, et le transfert de connaissances en neurosciences
- INTERACTIF : en groupe de 12 personnes
- en INTELLIGENCE COLLECTIVE : chacun partage sa façon de faire et bénéficie de celles des autres.

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

1er atelier

Horaire du 1er atelier : **9h30 - 10h30**

Tarif : **10€**

2ème atelier

Horaire du 2ème atelier : **10h45 - 11h45**

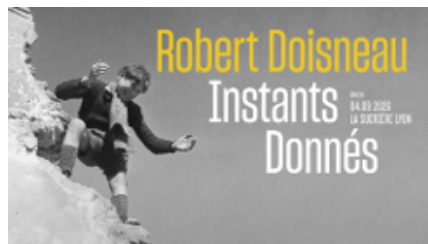
Tarif : **10€**

Octobre



Exposition Robert DOISNEAUX

Mardi 27 octobre



Valérie, accompagnée d'une médiatrice, vous invite à découvrir l'exposition Robert Doisneau : "Instants Donnés". Cette visite libre vous permettra de parcourir à votre rythme un itinéraire exceptionnel réunissant plus de 400 photographies du célèbre photographe.

Au fil de ce parcours, plongez dans l'univers sensible et profondément humain de Robert Doisneau. À travers ses clichés emblématiques, découvrez son regard unique sur la vie quotidienne, les rues de Paris et ces instants de poésie qui se cachent dans l'ordinaire.

Entre scènes de rue, portraits, enfants, amoureux et moments de tendresse, laissez-vous séduire par l'œuvre d'un artiste qui a su immortaliser avec humour, émotion et bienveillance l'âme de son époque.

Lieu de rendez-vous : **La sucrière - 49 quai Rambaud - 69002 LYON**

Heure de rendez-vous : **10h15**

Horaire de la visite: **10h30**

Tarif : **25.50€**

Date limite des annulations remboursables : Mardi 13 octobre à midi

Femmes à La Une - Escape Game

Mardi 27 octobre

Secrets de rédaction, indices cachés et mystères... Seriez-vous prête à relever le défi ?

Marine vous a concocté un Escape Game inédit et sur-mesure ! En équipe, glissez-vous dans la peau d'une journaliste d'investigation : vous aurez une heure pour résoudre les énigmes et décoder les secrets des différents formats de presse (interview, reportage, photojournalisme...). Et l'aventure ne s'arrête pas là ! Ce premier défi réussi donne le coup d'envoi de nos ateliers réguliers. Inspirées par le jeu, nous nous retrouverons ensuite pour façonner, ensemble et à notre rythme, notre propre journal.

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

Horaire de l'activité : **15h - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Octobre



Atelier Puzzle avec Bruno

Mercredi 28 octobre

Envie de passer un bon moment dans la bonne humeur ? Bruno, bénévole à l'Ovpar, vous invite à rejoindre un atelier puzzle placé sous le signe du partage et de la convivialité. Autour de puzzles variés, venez participer à votre rythme, échanger des astuces, discuter et profiter simplement d'un moment agréable ensemble. Que vous soyez passionné de puzzles ou débutant, l'important est de se retrouver, de s'entraider et de passer un moment chaleureux.

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

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

Tarif : **1.50€**

Atelier CityGem

Mercredi 28 octobre

Accompagné d'un animateur diplômé dans le sport, venez partager une matinée autour de la marche, au rythme de chacun, pour redécouvrir les recoins de Villeurbanne. Voici comment la matinée va se découper :

Partie 1 | Atelier Prévention santé : Les bienfaits de la marche

Partie 2 | Atelier Présentation de l'outil CityGem pour prendre plaisir à marcher en autonomie

Partie 3 | Activité physique en ville : Balade culturelle en groupe

Partie 4 | Moment de convivialité : Café social

Prévoyez des chaussures confortables pour marcher.

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

Horaire de l'activité : **14h - 17h00**

Tarif : **Gratuit**

Octobre



Jeu Crack List avec Bruno

Mercredi 28 octobre

Bruno, bénévole à l'OVPAR, vous invite à découvrir le jeu de société Crack List !
Envie de jouer, de rire et de faire travailler vos méninges ? Avec Crack List, place aux défis, aux idées qui fusent et aux réponses parfois surprenantes ! Trouvez les bonnes réponses, soyez rapide, faites preuve d'imagination... et surtout, amusez-vous !

Que vous soyez joueur dans l'âme ou simplement curieux de découvrir un nouveau jeu, venez partager un moment convivial et plein de bonne humeur avec Bruno. A vous de jouer !

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

Horaire de l'activité : **14h30 - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

P'tit Dej Confidences

Jeudi 29 octobre

Prenons le temps de nous retrouver autour d'un petit-déjeuner convivial.
Un moment tout en douceur pour échanger, partager des souvenirs, des petites histoires et des anecdotes, dans une ambiance chaleureuse et bienveillante.
Un rendez-vous pour prendre le temps de discuter... et surtout de passer un agréable moment ensemble.

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

Horaire : **10h00 - 11h30**

Tarif : **2€**

Balade urbaine en T6

Jeudi 29 octobre

Prenez votre ticket TCL et embarquez dans le T6 avec Anne-Marie pour revisiter les lieux emblématiques de notre cité, de la Gare de Villeurbanne à la Doua en passant par Grand Clément, les Gratte Ciel.....

Lieu de rendez-vous : **Gare de Villeurbanne TB12 place ronde - T3 T6 Gare de Villeurbanne**

Heure de rendez-vous : **14h15**

Horaire : **14h30 - 16h30**

Tarif : **Gratuit (bien prévoir un ticket TCL de 2h)**

Octobre



Walking Rugby

Jeudi 29 octobre



Avec Marine, bougez, riez et partagez des moments conviviaux une séance toutes les 2 semaines ! Accessible et sans contact, le Walking Rugby vous permet de rester actif tout en rencontrant de nouvelles personnes. Chaque séance est l'occasion de progresser, de s'amuser et de créer des liens. Venez tester et repartez avec le sourire !

Lieu de rendez-vous : **Centre social La Croizet - 35 rue Armand 69100 Villeurbanne**

Horaire : **14h30 - 16h30**

Tarif : **2€**

Festival ICONIQUE !

Vendredi 30 octobre



Troisième temps fort du festival « ICONIQUE ! », entrez dans une bulle de douceur et d'authenticité avec la projection d'**Au bain des dames**, un documentaire captivant qui s'inscrit au cœur du projet Existences'Elles ! Ce beau programme a pour ambitions phares de développer le pouvoir d'agir des femmes séniors, de combattre leur invisibilité et de leur donner toutes les clés

pour réinvestir l'espace public ainsi que leur territoire. En s'immergeant dans l'intimité d'un groupe de femmes au sein d'un havre de bien-être, la réalisatrice offre un miroir lumineux et bienveillant à ces personnalités d'exception. À travers **Au bain des dames**, les paroles se délient sans filtre, les corps mûrs s'assument avec fierté et la sororité se révèle dans toute sa splendeur. Une œuvre profondément intime, touchante et réparatrice, qui donne une envie folle de se rassembler, d'échanger et de célébrer ensemble la beauté du temps qui passe !

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

Horaire : **10h**

Tarif : **1€**

Octobre



Bal dia de los muertos

Vendredi 30 octobre



Une fête aux couleurs du Día de los Muertos !

Valérie, Audrey et Marine, vous proposent de célébrer le Día de los Muertos à travers une après-midi festive, colorée et pleine de traditions mexicaines. Au programme : ambiance chaleureuse, décorations traditionnelles, musique, gourmandises et bien sûr, de quoi passer un moment inoubliable tous ensemble !

Venez partager avec nous cette belle fête autour de la culture mexicaine et de ses traditions. N'oubliez pas d'apporter vos plats sucrés/salés pour un goûter partagé.

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

Horaire de l'activité : **15h00 - 18h00**

Tarif : **2€**

Voyage dans la cité idéale Tony Garnier

Lundi 2 novembre

Il l'a pensé, il l'a rêvée, il l'a dessinée sa cité idéale. Grâce à la complicité d'Edouard Herriot, alors maire de Lyon, il a pu en réaliser certaines parties.

De murs peints en murs peints Anne-Marie lèvera le voile sur son utopie et la réalisation de sa zone d'habitation dans le quartier des Etats-Unis.

Lieu de rendez-vous : **Musée Tony Garnier - 12 rue des Serpollières - 69008 LYON**

heure de rendez-vous : **14h15**

Horaire : **14h30 - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Indication d'accès : **Tram T4 : Etats Unis Tony Garnier**

Mise en couleur avec Eve

Mardi 3 novembre

Eve Gil, bénévole à l'OVPAR, vous propose un atelier d'initiation à la mise en couleur parmi les plus paisibles qui soient ! Dans une ambiance douce, sereine et pleine d'entrain, vous laisserez libre cours à votre imagination et peut-être pourrez-vous vous épanouir en toute simplicité. Apportez une boîte de crayons de couleur e une gomme. Des modèles vous seront fournis, mais vous pouvez également venir avec vos propres créations et dessins à colorier.

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

Horaire : **10h00 - 12h00**

Tarif : **Gratuit**

Novembre



Atelier pâtisserie avec Catherine

Mardi 3 novembre

Pour mettre un peu de bonne humeur dans la semaine, notre bénévole Catherine vous invite à un moment convivial à la Cantina.

Venez mettre les mains dans la farine et préparez vos fouets ! Nous réaliserons différentes pâtisseries pour le plus grand plaisir des gourmands et gourmandes.

Lieu de rendez-vous : **La Cantina - 172 b rue Anatole France, Villeurbanne**

Horaire : **9h30 - 12h00**

Tarif : **6€**

Sortie Journée - Clermont

Mardi 3 novembre



Laissez-vous transporter au cœur de l'histoire de Clermont-Ferrand lors d'une journée d'exception qui ravira les passionnés comme les curieux ! Notre escapade débutera en matinée par une immersion inédite au mythique stade Marcel-Michelin, l'ancre chaleureuse et vibrante de l'ASM Clermont Auvergne. Accompagnés par notre guide, vous aurez le privilège de franchir les portes des coulisses, de marcher au bord du terrain et de ressentir toute l'émotion des plus grands moments du rugby auvergnat.

Pour la pause méridienne, la liberté sera au rendez-vous. Vous pourrez savourer un pique-nique tiré du sac au stade dans une ambiance conviviale, ou opter pour un agréable déjeuner dans l'un des restaurants partenaires des environs (réservation à la charge de chaque participant).

L'après-midi sera consacrée à l'incroyable saga de la marque au Bibendum lors de la visite du musée L'Aventure Michelin. Entre innovations industrielles, modèles mythiques et histoire culturelle, ce parcours scénographique captivant vous fera voyager à travers les époques avec nostalgie et émerveillement. Un moment privilégié de partage, de découvertes et de bonne humeur pour créer de magnifiques souvenirs ensemble !



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

Heure de rendez-vous : **7h15**

Heure de départ : **7h30**

Heure de retour : **19h30**

Tarif : **T1 : 54€ - T2 : 68€ - T3 : 74€**

Novembre



Conférence : Maison du Droit et de la justice Mercredi 4 novembre

Créée à l'initiative de la Ville de Villeurbanne, la Maison de Justice et du Droit vise à rapprocher les Villeurbannais de la justice, et à leur faciliter l'accès au droit. Lors d'une conférence interactive, venez découvrir tous les services proposés par cet endroit précieux : permanences d'avocats, de notaires, conciliateurs de justice, service d'aide aux victimes... ça n'est pas parce qu'on est sénior qu'on ne doit pas défendre ses droits ! Conférence animée par une juriste.

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

Horaire : **9h30 - 11h00**

Tarif : **Gratuit**

Conférence Ludivine : Le Vietnam & le Laos Mercredi 4 novembre

Ces deux voisins partagent certes le même régime politique (et alimentaire !) ainsi que des paysages similaires de par la présence du fleuve Mékong, il n'en reste pas moins que les contrastes sont grands... Môt, hai, ba... yo ! il est temps d'embarquer à bord d'une jonque pour glisser dans la célébrité Baie d'Ha Long puis à l'arrière d'une moto à destination des plus belles cascades laotiennes !

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

Horaire de la conférence : **14h30 - 16h30**

Tarif : **8€50**

Marche avec Anne et Jean-Luc Mercredi 4 novembre

Anne et Jean Luc, bénévoles à l'OVPAR vous proposent une marche de 9 Km avec 33 m de dénivelé : De l'Île Barbe à Bellecour.

Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : **Arrêt «Île Barbe» du bus 40 (pris à Bellecour) ou du bus 70 (pris à la gare Part Dieu V. Merle ou à Charpenne) en direction de Neuville. Attention, départ immédiat.**

Heure de rendez-vous : **12h30**

Tarif : **Gratuit**

Café littéraire Jeudi 5 novembre

Rejoignez Valérie pour un café littéraire, un rendez-vous entre amoureux des livres où chacun apporte ses coups de cœur, ses réflexions et son envie de découvrir de nouvelles lectures. Un café, quelques pages et beaucoup de partage !

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

Horaire : **14h15 - 15h45**

Tarif : **Gratuit**

Novembre



SUBLIMES ! à la MLIS

Jeudi 5 novembre

La Maison du Livre de l'Image et du Son vous ouvre ses portes, Mesdames, pour une enquête ludique, chaleureuse et un brin décalée dans le cadre du projet Existences'Elles !



- Une chasse aux secrets : Chaussez votre meilleure loupe et partez dénicher les petits détails cachés dans les tableaux d'artistes femmes.
 - Un jeu accessible à toutes : Pas besoin d'être une historienne de l'art chevronnée, la curiosité et l'envie de s'amuser suffisent amplement.
 - Un butin à récolter : À chaque mystère résolu et chaque détail repéré, vous gagnez un précieux butin.
- Une création collective : Vous assemblerez vos coupons en un grand patchwork, qui deviendra le motif officiel floqué sur la gamme de objets du projet.

Venez laissez votre empreinte dans cette belle aventure artistique !

Lieu de rendez-vous : **MLIS - Maison du Livre de l'Image et du Son**

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

Tarif : **Gratuit**

Festival ICONIQUE !

Vendredi 6 novembre



Quatrième escale de notre festival « ICONIQUE ! », plongez au cœur d'une histoire poignante avec **Calle Málaga**, une œuvre vibrante qui s'inscrit pleinement dans la dynamique du projet Existences'Elles ! À travers le portrait habité d'une femme affirmée qui navigue entre souvenirs, indépendance et quête de liberté, le film Calle Málaga explore avec une finesse rare le droit de choisir sa propre voie, quel que soit son âge. En ancrant son héroïne au centre de la ville et de son quartier, la réalisatrice démontre avec brio que l'espace urbain et la mémoire collective appartiennent à toutes. Une projection intense, généreuse et profondément émouvante, qui promet des échanges riches et partagés !

Lieu de rendez-vous : **Résidence Château Gaillard - 1E Rue Michel Dupeuble, 69100**

Horaire : **10h**

Tarif : **1€**

Marche avec René et Marie

Vendredi 6 novembre

René et Marie vous proposent une marche d'environ 10 à 11 km, sans dénivelé, à la découverte du parc de Parilly et du parc technologique de Saint-Priest.

Lieu de rendez-vous : **Métro D – station Parilly - sortie Sud**

Heure de rendez-vous : **13h30**

Tarif : **Gratuit**

Novembre



A la découverte des plantes médicinales

Vendredi 6 novembre

Thématique : « **Les maux de l'hiver** »

Lors de cet atelier, vous serez invités à découvrir ou redécouvrir les plantes médicinales locales et leurs usages traditionnels pour accompagner les petits maux de l'hiver et prendre soin de vous au quotidien.

L'atelier sera animé par Justine, herboriste, qui vous fera découvrir 10 plantes et leurs différentes propriétés.

En lien avec la thématique « Les maux de l'hiver », vous apprendrez à associer les plantes pour réaliser votre propre recette de tisane. Vous confectionnerez ensuite votre mélange et pourrez le déguster ensemble.

À la fin de l'atelier, vous repartirez avec votre sachet de tisane de 30 g, préparé par vos soins.

Un moment convivial, sensoriel et participatif, pour apprendre, échanger et découvrir comment les plantes peuvent accompagner votre bien-être pendant la saison hivernale.

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

Horaire : **14h00 - 16h30**

Tarif : **10€**

Fabrique à Neurones

Lundi 9 novembre

La Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées vous propose un cycle d'ateliers de stimulation.

BOOSTEZ VOS NEURONES ! Pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme, parce que nous savons à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, nous vous proposons les ateliers de la Fabrique à Neurones. Chaque atelier fonctionne selon quatre piliers fondamentaux, chaque atelier est :

- CONVIVIAL : de la bienveillance et de l'humour
- LUDIQUE : avec des jeux accessibles à tous, et le transfert de connaissances en neurosciences
- INTERACTIF : en groupe de 12 personnes
- en INTELLIGENCE COLLECTIVE : chacun partage sa façon de faire et bénéficie de celles des autres.

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

1er atelier

Horaire du 1er atelier : **14h10 - 15h10**

Tarif : **10€**

2ème atelier

Horaire du 2ème atelier : **15h30 - 16h30**

Tarif : **10€**

Novembre



Conférence Sandrine

Mardi 10 novembre

L'accompagnement de la femme avançant dans l'âge

Troubles alimentaires, troubles ostéo-articulaires, troubles urinaires, DMLA, problèmes de phanères, prise de poids, troubles du sommeil, troubles de la circulation sanguine et lymphatique... sont autant de problématiques rencontrées plus on avance dans l'âge. La naturopathie peut apporter du confort et soulager certains maux.

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

Horaire : **14h30 - 16h30**

Tarif : **8.50€**

Femmes à La Une - Episode 2

Mardi 10 novembre

Après le mystère de l'Escape Game, place à la création ! Seriez-vous plutôt gazette rétro, magazine moderne ou fanzine coloré ? Lors de ce deuxième rendez-vous, nous enfilons officiellement la casquette de comité de rédaction pour poser les fondations de notre futur journal.

Au programme de cette séance :

- Le style & la DA : Choix du format, des couleurs, de la typographie et de l'ambiance visuelle.
- Le menu des rubriques : Portraits passionnants, secrets du quartier, billets d'humeur, recettes... C'est vous qui composez le sommaire !

Un grand remue-méninges très convivial, sans besoin de compétences en graphisme ou journalisme : ce sont vos idées et vos envies qui feront la différence !

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

Horaire de l'activité : **15h - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Institut Lumières

Mardi 10 novembre

Partez à la découverte des origines du cinéma à l'Institut Lumière, au cœur du quartier de Monplaisir ! C'est ici que les frères Louis et Auguste Lumière ont inventé le Cinématographe en 1895, donnant naissance au cinéma moderne. La visite guidée vous fera découvrir leur histoire, leurs inventions et la Villa Lumière, leur demeure familiale.

Une visite passionnante entre patrimoine lyonnais, inventions et histoire du cinéma !

Lieu de rendez-vous : **Institut Lumière- 25 Rue du Premier Film, 69008 Lyon - Métro D - Monplaisir**

Horaire de l'activité : **10h30 - 11h30**

Tarif : **11€**

Novembre



Musée Jean Couty : "Voyage en Italie"

Jeudi 12 novembre



Accompagnée d'une médiatrice, Valérie vous propose de prendre le Cap sur l'Italie sans quitter Lyon. Venez découvrir l'exposition Voyage en Italie qui met en lumière l'influence profonde de l'Italie sur l'œuvre de Jean Couty. Plus qu'une destination, ce pays est devenu une véritable source d'inspiration, nourrissant sa vision artistique entre les années 1960 et 1980.

À travers près de 60 œuvres – peintures, pastels, fusains et croquis – l'exposition invite à découvrir les lieux qui ont marqué le peintre : la lumière de Venise, les paysages puissants de la Sicile et de l'Etna, la douceur du sud de l'Italie, ainsi que Rome, le Vatican et leurs scènes religieuses.

Cette exposition offre un véritable voyage artistique au cœur des paysages et des émotions qui ont façonné l'univers de Jean Couty.

Lieu de rendez-vous : **1 place Henry Barbusse - 69009 LYON**

Rendez vous : **10h10**

Durée de la visite : **10h30 - 12h00**

Tarif : **15€**

Indication d'accès : Bus 31, 43 / Arrêt Ile Barbe - Voiture : parking gratuit sur place.

Atelier Puzzle avec Bruno

Jeudi 12 novembre

Envie de passer un bon moment dans la bonne humeur ? Bruno, bénévole à l'Ovpar, vous invite à rejoindre un atelier puzzle placé sous le signe du partage et de la convivialité. Autour de puzzles variés, venez participer à votre rythme, échanger des astuces, discuter et profiter simplement d'un moment agréable ensemble. Que vous soyez passionné de puzzles ou débutant, l'important est de se retrouver, de s'entraider et de passer un moment chaleureux.

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

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

Tarif : **1.50€**

Bowling

Jeudi 12 novembre

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 - 16h00**

Tarif : **6€ à régler sur place**

Novembre



Scrabble avec Bruno

Jeudi 12 novembre

Bruno, bénévole à l'OVPAR, vous propose une partie de Scrabble ! Vous aimez associer les lettres, chercher le mot juste et enchaîner les mots ? Venez mettre vos compétences à l'épreuve dans l'un des jeux de lettres les plus appréciés ! Que vous soyez débutant ou joueur confirmé, venez partager un moment convivial, ludique et chaleureux autour du Scrabble.

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

Horaire de l'activité : **14h30 - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Ludicité

Vendredi 13 novembre

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**

Horaire : **9h45 - 11h45**

Tarif : **2€**

Festival ICONIQUE !

Vendredi 13 novembre



Cinquième rendez-vous captivant de notre festival « ICONIQUE ! », laissez-vous toucher au cœur par **Forgotten Roads**, une pépite chilienne lumineuse qui incarne à merveille le projet Existences'Elles ! Dans Forgotten Roads, nous suivons Claudina, une veuve de 70 ans qui choisit de quitter la campagne pour rejoindre son petit-fils Cristóban et sa fille Alejandra, avec qui la communication est compliquée. C'est ici

qu'elle fait la connaissance d'Elsa, une femme indépendante et mariée qui chante dans un bar caché appelé « Porvenir » (L'avenir). Une rencontre qui va lui permettre de s'émanciper d'une vie religieuse et conservatrice.

Lieu de rendez-vous : **La Croizet - 35 rue Armand 69100 Villeurbanne**

Horaire : **10h**

Tarif : **1€**

Marche avec René et Marie

Vendredi 13 novembre

René et Marie vous invitent à une marche d'environ 9 à 10 km à Dardilly, à la découverte du Bois des Serres, sur un parcours avec peu de dénivelé.

Lieu de rendez-vous : **Gare de Gorge de Loup – arrêt du Bus 103 (anciennement bus 3)**

Heure de rendez-vous : **13h00 - départ du bus 13h16**

Tarif : **Gratuit**

Novembre



Conférence Anaëlle : Michel-Ange

Lundi 16 novembre



Michel-Ange, sculptures et peintures à la Renaissance 1475-1564
Sculpteur virtuose, dessinateur de talent et peintre du plafond le plus connu de l'histoire de l'art : la Chapelle Sixtine, Michel-Ange a laissé des trésors artistiques qui font de lui l'un des plus grands génies de la Renaissance italienne. Cet artiste au destin tourmenté, aux colères célèbres, est le sujet de cette conférence. Nous reviendrons sur ses œuvres et son temps pour mieux le

comprendre. Nous verrons ainsi sa relation à l'Antiquité et son rapport à l'humanisme et l'anatomie. " *Un génie universel, capable d'embrasser à la fois et de pousser à toutes leur perfection les arts de la peinture, de la sculpture et de l'architecture.*" Giorgio Vasari

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

Horaire de la conférence : **14h15 - 16h15**

Tarif : **8€50**

Mise en couleur avec Eve

Mardi 17 novembre

Eve Gil, bénévole à l'OVPAR, vous propose un atelier d'initiation à la mise en couleur parmi les plus paisibles qui soient ! Dans une ambiance douce, sereine et pleine d'entrain, vous laisserez libre cours à votre imagination et peut-être pourrez-vous vous épanouir en toute simplicité. Apportez une boîte de crayons de couleur et une gomme. Des modèles vous seront fournis, mais vous pouvez également venir avec vos propres créations et dessins à colorier.

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

Horaire : **10h00 - 12h00**

Tarif : **Gratuit**

Conversation Anglaise

Mardi 17 novembre

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**

Horaire : **10h00 à 11h30**

Tarif : **8.50€**

Novembre



Les Bobines de Michèle

Mardi 17 novembre

Michèle vous propose de découvrir ou redécouvrir *PERFECT DAYS*, de Wim Wenders - 2023. Hirayama travaille à l'entretien des toilettes publiques de Tokyo. Il s'épanouit dans une vie simple et un quotidien très structuré, rythmé par ses habitudes et ses petits plaisirs. Une réflexion émouvante et poétique, avec la musique de Lou Reed, sur la recherche de la beauté dans le quotidien. Prix d'interprétation masculine au Festival de Cannes, ce film fascinant remet en question notre sens de la vie.

À l'issue de la projection, Michèle vous proposera un temps d'échange pour partager vos impressions, vos ressentis et discuter ensemble du film, de ses personnages et des thèmes abordés.

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

Horaire : **14h15 - 17h00**

Tarif : **Gratuit**

Fabrique à Neurones

Mardi 17 Novembre

La Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées vous propose un cycle d'ateliers de stimulation.

BOOSTEZ VOS NEURONES ! Pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme, parce que nous savons à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, nous vous proposons les ateliers de la Fabrique à Neurones. Chaque atelier fonctionne selon quatre piliers fondamentaux, chaque atelier est :

- CONVIVIAL : de la bienveillance et de l'humour
- LUDIQUE : avec des jeux accessibles à tous, et le transfert de connaissances en neurosciences
- INTERACTIF : en groupe de 12 personnes
- en INTELLIGENCE COLLECTIVE : chacun partage sa façon de faire et bénéficie de celles des autres.

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

1er atelier

Horaire du 1er atelier : **9h30 - 10h30**

Tarif : **10€**

2ème atelier

Horaire du 2ème atelier : **10h45 - 11h45**

Tarif : **10€**

Conférence : Booster votre mémoire

Mercredi 18 novembre

La Fabrique à Neurones vous propose la conférence "Booster sa mémoire" qui permet, sous un format interactif et ludique d'approfondir le sujet de la mémoire, de comprendre les fonctions cognitives, de connaître les différentes mémoires et d'adopter des stratégies d'apprentissage.

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

Horaire : **9h00 à 10h30**

Tarif : **8.50€**

Novembre



Conférence : Prévention des arnaques **Mercredi 18 novembre**

La police nationale, dans le cadre de ses missions, mène une campagne de prévention contre les vols à la fausse qualité, les vols à l'arraché, les vols par ruse, ainsi que les arnaques et pièges sur internet. Le pôle prévention de la Police Nationale de Lyon organise donc des campagnes de sensibilisation aux risques encourus, à destination de seniors, plus particulièrement vulnérables face à ces agissements.

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

Horaire : **14h30 - 16h00**

Tarif : **Gratuit**

Marche avec Anne et Jean-Luc **Mercredi 18 novembre**

Anne et Jean Luc, bénévoles à l'OVPAR vous proposent une marche de **5 Km** avec 79m de dénivelé : **l'Iloz – Tour du lac des Allivoz**

Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : **Meyzieu gare (par le T 3) à l'arrêt du bus 95, vers Meyzieu parc du grand large.**

Heure de rendez-vous : **13h15**

Tarif : **Gratuit**

Atelier CityGem **Mercredi 18 novembre**

Accompagné d'un animateur diplômé dans le sport, venez partager une matinée autour de la marche, au rythme de chacun, pour redécouvrir les recoins de Villeurbanne. Voici comment la matinée va se découper :

Partie 1 | Atelier Prévention santé : Les bienfaits de la marche

Partie 2 | Atelier Présentation de l'outil CityGem pour prendre plaisir à marcher en autonomie

Partie 3 | Activité physique en ville : Balade culturelle en groupe

Partie 4 | Moment de convivialité : Café social

Prévoyez des chaussures confortables pour marcher.

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

Horaire de l'activité : **14h à 17h00**

Tarif : **Gratuit**

Novembre



Conférence sur Georges Brassens

Jeudi 19 novembre

Monsieur Berthier, de l'association l'Or du temps, vous propose une conférence consacrée au chanteur Georges Brassens, monstre sacré de la chanson française. Au cours de cette conférence, de petites questions sur la vie et la carrière de cet artiste vous seront posées. Et peut-être que, si vous donnez les bonnes réponses, vous repartirez avec une petite récompense.

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

Horaire : **14h30 - 16h30**

Tarif : **8.50€**

Marche avec René et Marie

Vendredi 20 novembre

René et Marie vous invitent à une marche d'environ 10 km au cœur du Parc de Lacroix-Laval, sur un parcours agréable avec peu de dénivelé. Prévoir chaussures adaptée et cape de pluie.

Lieu de rendez-vous : **Gare de Gorge de Loup – arrêt du Bus 98**

Heure de rendez-vous : **12h55**

Départ du bus : **13h08**

Tarif : **Gratuit**

Atelier floral avec Nicole

Mardi 24 novembre

Laissez parler votre créativité lors d'un atelier floral animé par Nicole DISSES, bénévole à l'Ovpar ! Au cours de cet atelier, vous réaliserez une magnifique composition florale dans un vase en verre de belle hauteur, mettant en valeur les couleurs, les textures et toute l'élégance de l'automne. Nicole vous accompagnera pas à pas pour créer une composition raffinée qui trouvera naturellement sa place dans votre intérieur ou fera un très beau cadeau.

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

Horaire : **14h30 - 16h30**

Tarif : **15€**

Atelier Puzzle avec Bruno

Mardi 24 novembre

Envie de passer un bon moment dans la bonne humeur ? Bruno, bénévole à l'Ovpar, vous invite à rejoindre un atelier puzzle placé sous le signe du partage et de la convivialité. Autour de puzzles variés, venez participer à votre rythme, échanger des astuces, discuter et profiter simplement d'un moment agréable ensemble. Que vous soyez passionné de puzzles ou débutant, l'important est de se retrouver, de s'entraider et de passer un moment chaleureux.

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

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

Tarif : **1.50€**

Novembre



Jeu Pictionary avec Bruno

Mardi 24 novembre

Pictionary : à vos crayons ! Bruno, bénévole à l'OVPAR, vous propose une partie de Pictionary ! Ici, pas besoin de grands discours... c'est votre crayon qui parle !

Faites deviner un mot mystérieux à votre équipe en le dessinant : un lieu, une personne, une action... À vous de laisser parler votre imagination ! Mais attention : vous n'avez que 60 secondes pour faire deviner votre dessin !

Alors, artiste dans l'âme ou dessinateur du dimanche, peu importe ! L'essentiel est de s'amuser, de rire et de partager un bon moment.

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

Horaire de l'activité : **14h30 - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Les Bobines de Philippe

Mercredi 25 novembre

Philippe vous propose le visionnage du film ***Je ne vais plus me laisser faire*** de Gustave Kervern, avec Yolande Moreau. Un film excellent, aussi bien par la qualité du jeu d'acteurs que par ses dialogues. Avec humour et émotion, il dénonce de nombreux dysfonctionnements de notre société. Une œuvre à la fois hilarante, percutante et profondément humaine.

À l'issue de la projection, un moment d'échange sera proposé autour du film, afin de partager impressions, ressentis et réflexions.

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

Horaire : **14h15 - 17h00**

Tarif : **Gratuit**

Atelier CityGem

Mercredi 25 novembre

Accompagné d'un animateur diplômé dans le sport, venez partagé une matinée autour de la marche, au rythme de chacun, pour redécouvrir les recoins de Villeurbanne. Voici comment la matinée va se découper :

Partie 1 | Atelier Prévention santé : Les bienfaits de la marche

Partie 2 | Atelier Présentation de l'outil CityGem pour prendre plaisir à marcher en autonomie

Partie 3 | Activité physique en ville : Balade culturelle en groupe

Partie 4 | Moment de convivialité : Café social

Prévoyez des chaussures confortables pour marcher.

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

Horaire de l'activité : **14h - 17h00**

Tarif : **Gratuit**

Novembre



SUBLIMES ! à l'OVPAR

Jeudi 26 novembre

Après la magie du jeu de piste, l'aventure continue afin de célébrer toutes les femmes, leur style et leur éclat. Mesdames, il est temps de quitter l'ombre des tableaux pour entrer dans la lumière :



- Regarder et vibrer : Laissez-vous porter par les œuvres et dénicher le tableau qui fait étinceler votre cœur.
- S'inspirer et rêver : C'est le grand coup d'envoi de l'action SUBLIMES ! Laissez la peinture éveiller vos idées et nourrir votre imagination.
- Créer et s'exprimer : Devenez la styliste de vos propres envies en imaginant et dessinant la tenue qui vous ressemble.

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

Horaires de l'activité : **10h00 - 12h00**

Tarif : **Gratuit**

Partage d'un voyage en Islande

Jeudi 26 novembre

Anne-Marie et Chantal, adhérentes à l'Ovpar, vous invitent à déguster un cocktail de fraîcheur concocté par les Trolls et les Elfes Islandais.

Elles partageront avec vous leur voyage en Islande, la plus jeune terre du monde ; le paradis de la glace, de l'eau, du feu et du vent.

Au fil des pages de leur carnet de voyage, elles vous emmèneront à la découverte de cette terre fascinante, entre paysages grandioses et nature sauvage.

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

Horaires : **14h30 - 16h00**

Tarif : **Gratuit**

Novembre



Femmes à La Une - Episode 3

Jeudi 26 novembre

Vous avez des récits, des idées ou des coups de cœur à partager ? C'est le moment de faire entendre votre voix ! Après la découverte de la presse, nous entrons dans le vif du sujet : la rédaction. Pas de panique, cet atelier est pensé pour être un moment d'entraide, de partage et de plaisir d'écrire, sans peur de la page blanche !

Au programme de cette séance :

- Votre sujet sur-mesure : En petits groupes, nous échangeons pour vous aider à définir votre angle idéal et la ligne éditoriale de votre article.
- Exercice d'écriture journalistique : Titre percutant, accroche... Grâce à des astuces simples et ludiques, Marine vous guide pas à pas pour structurer votre texte comme un vrai pro.

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

Horaire de l'activité : **15h - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

IRIS : Carmen dans la cuisine

Jeudi 26 novembre

C'est l'histoire d'une autre Carmen. Comédienne, danseuse et chanteuse de Flamenco, intermittente du spectacle, cette Carmen n'a pas le destin qu'elle imaginait. Seule dans sa cuisine, elle décide de monter Carmen.

Sur fond de crise de la culture, le spectacle met en scène une comédienne plongée dans les affres de la création. Sur une tonalité burlesque et sur les grands airs de l'opéra de Bizet, Mathilde Ménager livre une performance sensible et foisonnante entre théâtre, chant et danse, dans une comédie furieuse qui fait dialoguer les époques.

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

Heure de rendez-vous : **18h10** (rencontre avec Mathilde Ménager de 18h15 à 18h45)

Heure du spectacle : **19h30**

Durée : **1h20**

Tarif : **9€**

Date limite des inscriptions et annulations remboursables : 19/11 midi

Novembre



Festival ICONIQUE !

Vendredi 27 novembre



Sixième temps fort survolté de notre festival « ICONIQUE ! », faites le plein d'énergie avec **80 for Brady**, une comédie follement pétillante qui fait rayonner les valeurs du projet Existences'Elles ! Ce formidable projet s'engage avec enthousiasme à développer le pouvoir d'agir des femmes séniors, à briser leur invisibilité et à les inciter à réinvestir l'espace public comme les terrains de la culture et du sport. Inspiré d'une histoire vraie réjouissante, le film 80 for Brady suit un quatuor d'amies inséparables bien décidées à faire le voyage de leur vie pour assister au Super Bowl. Mené par un casting d'actrices légendaires, ce road-trip survolté prouve avec malice que la passion, la complicité et l'aventure ne connaissent aucune limite d'âge. Un divertissement jubilaire et contagieux, idéal pour célébrer la force de l'amitié et l'audace d'occuper le devant de la scène !

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

Horaire : **10h**

Tarif : **1€**

Femmes à La Une - Episode 4

Lundi 30 novembre

Prêtes à jouer les grandes reporters ? Pour ce 4^e rendez-vous, nous partons en quête d'informations dans une ambiance conviviale et entraînante !

Au programme de cette séance :

- Enquête aux sources : Internet, archives, ouvrages... Nous explorons les ressources de la MLIS (Maison du Livre, de l'Image et du Son) et du web pour déguster des pépites et vérifier nos informations.
- Premiers coups de plume : On pose les premiers mots sur le papier ! Marine et le groupe vous guident pas à pas pour amorcer la rédaction en toute sérénité.

Pas besoin d'être une experte, Marine est là pour vous accompagner !

Lieu de rendez-vous : **Devant le MLIS**

Horaire de l'activité : **15h - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Novembre



Conférence Charlotte : Champollion

Lundi 30 novembre



Le déchiffrement des hiéroglyphes : Champollion et la Pierre de Rosette

En Égypte, de nombreux savants de l'Expédition recopient minutieusement les textes hiéroglyphiques qu'ils voient, à défaut de comprendre une écriture oubliée depuis près de quinze siècles.

Lorsque qu'une pierre de granite couverte de trois écritures différentes, dont le grec et le hiéroglyphique, est découverte à Rosette, son potentiel scientifique est rapidement reconnu et les textes sont relevés, avant que les troupes anglaises ne s'en emparent.

Les années passent et les savants de tous les pays se cassent toujours les dents sur l'écriture égyptienne... Un jeune prodige, qui connaît déjà de nombreuses langues orientales, se penche en 1810 sur le relevé de la Pierre. En 1822, il « tient l'affaire », comme il l'écrit à son frère. En quelques années, le génie « père de l'égyptologie » est parvenu à comprendre quasi parfaitement une écriture complexe dans ses principes, sa syntaxe et son vocabulaire. C'est l'aventure du déchiffrement des hiéroglyphes que je vous propose de retracer dans cette conférence sur l'histoire de l'égyptologie.

Image : COGNIET, Portrait de J.Fr. Champollion (© 2013 Musée du Louvre/Michel Urtado)

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

Horaire de la conférence : **14h15 - 16h15**

Tarif : **8.50€**

Conférence Bien ensemble, mieux chez nous Mardi 1er décembre

Animée par une ergothérapeute et une architecte d'intérieur, cette rencontre propose de porter un nouveau regard sur votre logement et vos habitudes de vie. Vous y découvrirez, de façon positive et concrète, différentes solutions d'adaptation et d'aménagement pour mieux vivre chez vous.

Des conseils pratiques vous seront partagés pour concilier sécurité, confort et bien-être à domicile. La conférence se déroulera dans une ambiance conviviale, propice aux échanges, avec un temps dédié à vos questions auprès des deux professionnelles, spécialisées dans le bien vieillir à domicile.

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

Horaire de la conférence : de **14h30 à 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Décembre



Mise en couleur avec Eve

Mardi 1er décembre

Eve Gil, bénévole à l'OVPAR, vous propose un atelier d'initiation à la mise en couleur parmi les plus paisibles qui soient ! Dans une ambiance douce, sereine et pleine d'entrain, vous laisserez libre cours à votre imagination et peut-être pourrez-vous vous épanouir en toute simplicité. Apportez une boîte de crayons de couleur et une gomme. Des modèles vous seront fournis, mais vous pouvez également venir avec vos propres créations et dessins à colorier.

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

Horaire : **10h00 - 12h00**

Tarif : **Gratuit**

Scrabble avec Bruno

Mardi 1er décembre

Bruno, bénévole à l'OVPAR, vous propose une partie de Scrabble !

Vous aimez associer les lettres, chercher le mot juste et enchaîner les mots ? Venez mettre vos compétences à l'épreuve dans l'un des jeux de lettres les plus appréciés !

Que vous soyez débutant ou joueur confirmé, venez partager un moment convivial, ludique et chaleureux autour du Scrabble.

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

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

Tarif : **Gratuit**

Atelier Puzzle avec Bruno

Mardi 1er décembre

Envie de passer un bon moment dans la bonne humeur ? Bruno, bénévole à l'Ovpar, vous invite à rejoindre un atelier puzzle placé sous le signe du partage et de la convivialité. Autour de puzzles variés, venez participer à votre rythme, échanger des astuces, discuter et profiter simplement d'un moment agréable ensemble. Que vous soyez passionné de puzzles ou débutant, l'important est de se retrouver, de s'entraider et de passer un moment chaleureux.

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

Horaire de l'activité : **14h30 - 16h30**

Tarif : **1.50€**

Décembre



Walking Rugby

Mardi 1er décembre



Avec Marine, bougez, riez et partagez des moments conviviaux une séance toutes les 2 semaines ! Accessible et sans contact, le Walking Rugby vous permet de rester actif tout en rencontrant de nouvelles personnes. Chaque séance est l'occasion de progresser, de s'amuser et de créer des liens. Venez tester et repartez avec le sourire !

Lieu de rendez-vous : **Centre social La Croizet - 35 rue Armand 69100 Villeurbanne**

Horaire : **14h30 - 16h30**

Tarif : **2€**

Marche avec Anne et Jean-Luc

Mercredi 2 décembre

Anne et Jean Luc, bénévoles à l'OVPAR vous proposent une marche de **5 Km** avec 38m de dénivelé : **Les sentiers de Feuilly à St Priest.**

Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : **l'arrêt « porte des alpes » du T2 direction St Priest Bel Air.**

Heure de rendez-vous : **13h15 (Attention, départ immédiat).**

Tarif : **Gratuit**

Conférence Ludivine : Lanzarote/Canaries

Mercredi 2 décembre

Lanzarote/Canaries : direction l'Atlantique, au large du Maroc, pour (re)découvrir avec Ludivine l'île de Lanzarote, dans l'archipel des Canaries ! Contrairement à ses voisines, Lanzarote a su préserver son patrimoine naturel et se préserver du tourisme de masse, grâce à un certain César Manrique, artiste et enfant du pays. Au menu de cette conférence : paysages volcaniques, papas arrugadas (ou "pommes de terre ridées" !), plages de sable noir, fromage de chèvre, cactus sur fond de façades blanchies à la chaux, mousse de gofio au goût de noisette, le tout arrosé d'un vin de malvasía produit dans des conditions tout à fait étonnantes... suspense ! Alors, ¿Vamos?

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

Horaire de la conférence : **14h30 - 16h30**

Tarif : **8€50**

Décembre



Fabrique à Neurones

Jeudi 3 décembre

La Fabrique à Neurones, un centre de neurosciences appliquées vous propose un cycle d'ateliers de stimulation.

BOOSTEZ VOS NEURONES ! Pour tous ceux et celles qui veulent garder un cerveau en pleine forme, parce que nous savons à quel point il est important de prendre soin de son cerveau, nous vous proposons les ateliers de la Fabrique à Neurones. Chaque atelier fonctionne selon quatre piliers fondamentaux, chaque atelier est :

- CONVIVIAL : de la bienveillance et de l'humour
- LUDIQUE : avec des jeux accessibles à tous, et le transfert de connaissances en neurosciences
- INTERACTIF : en groupe de 12 personnes
- en INTELLIGENCE COLLECTIVE : chacun partage sa façon de faire et bénéficie de celles des autres.

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

1er atelier

Horaire du 1er atelier : **9h30 - 10h30**

Tarif : **10€**

2ème atelier

Horaire du 2ème atelier : **10h45 - 11h45**

Tarif : **10€**

Balade et Goûter à l'Hôtel Dieu

Jeudi 3 décembre

À l'approche de Noël, Valérie vous propose de vous plonger dans la magie des fêtes lors d'une jolie balade dans les cours du Grand Hôtel-Dieu.

Parées de leurs plus belles décorations, illuminées et scintillantes, les cours du Grand Hôtel-Dieu se transforment en un véritable écrin de Noël. Venez flâner, admirer les illuminations et profiter ensemble de cette douce atmosphère qui annonce les fêtes de fin d'année.

Et parce qu'une balade de Noël se savoure aussi autour d'une gourmandise... Valérie vous propose de terminer cette parenthèse enchantée au Dôme, un lieu emblématique du Grand Hôtel-Dieu, installé sous une magnifique verrière qui offre un cadre élégant et lumineux.

Au chaud, dans cette ambiance chaleureuse, vous pourrez déguster un délicieux goûter gourmand ou savourer un thé, tout en partageant un agréable moment de convivialité.

Venez profiter de la magie de Noël et laissez-vous porter par la féerie des fêtes...

Lieu de rendez-vous : **1 place de l'Hôpital, 69002 Lyon (entrée du Grand Hôtel-Dieu)**

Heure de rdv : **15h00**

Tarif : **goûter à régler sur place**

Décembre



Escape Game et goûter

Jeudi 3 décembre

Prêtes à faire chauffer vos méninges dans une ambiance décontractée ? Rejoignez-nous pour un Escape Game inédit, spécialement pensé pour vous ! En équipe, observez, fouillez et résolvez des énigmes aussi ludiques qu'accessibles. Ici, pas de pression : seules la curiosité et l'entraide comptent pour réussir.

Et parce qu'après l'effort vient le réconfort, la partie se poursuivra en douceur... Pour prolonger la magie et se réchauffer le cœur, nous clôturerons l'aventure autour d'un goûter cocooning aux douces températures et saveurs de Noël !

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

Heure de rdv : **14h30 - 17h**

Tarif : **Gratuit**

Festival ICONIQUE !

Vendredi 4 décembre



Septième rendez-vous passionnant de notre festival « ICONIQUE ! », laissez-vous transporter par la poésie visuelle d'**O Último Azul**, une œuvre singulière et envoûtante qui résonne au cœur du projet Existences'Elles ! Dans un cadre naturel à la beauté captivante, le film O Último Azul suit le périple vibrant de Tereza, une femme de 77 ans qui refuse qu'on lui impose sa fin de vie et s'élance sur les fleuves de l'Amazonie pour réaliser

ses rêves. Traversé par un souffle d'évasion et de liberté, ce récit montre une héroïne maîtresse de son destin, déterminée à tracer sa propre route et à habiter pleinement le monde qui l'entoure. Une projection sensorielle, profonde et magnifiquement inspirante, qui invite à changer notre regard sur la maturité !

Lieu de rendez-vous : **Résidence Château Gaillard - 1E Rue Michel Dupeuble, 69100**

Horaire : **10h**

Tarif : **1€**

Marche avec René et Marie

Vendredi 4 décembre

René et Marie vous proposent une marche d'environ 10 km entre Irigny et Vernaison, sur un parcours avec peu ou pas de dénivelé. Prévoir de bonnes chaussures, cape de pluie et de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : **Bellecour – arrêt du Bus 99EX (ancien arrêt du Bus 15E) RDV**

Heure de rendez-vous : **12h40 - Départ du bus à 12h50**

Tarif : **Gratuit**

Décembre



Visite MBA "Evocation de femmes"

Vendredi 4 décembre

Marine, accompagnée d'un médiateur, vous invite à visiter la nouvelle exposition "Evocation de femmes" du musée des Beaux-Arts. Venez découvrir quels regards les artistes portent sur la figure féminine ? Femme idéalisée, rêvée ou tentatrice, héroïne, muse ou mère. Questionnez le statut de la femme d'hier et d'aujourd'hui !

Lieu de rendez-vous : **Devant le Musée des Beaux-arts**

Heure de rdv : **14h45 - 16h30**

Tarif : **8€**

Théâtre forum "Les préjugés liés à l'âge"

Lundi 7 décembre

Qui n'a jamais entendu une phrase toute faite sur les jeunes ou les seniors ? Pour en rire et dépasser ces idées reçues, une troupe vous invite à une séance de théâtre-forum interactive sur les préjugés liés à l'âge.

Le principe ? Les comédiens jouent de courtes scènes du quotidien... puis c'est à vous de jouer ! Prenez la parole, proposez des solutions et venez même monter sur scène si le cœur vous en dit pour faire évoluer les situations. Un temps d'échange stimulant, bienveillant et plein d'humour pour changer les regards.

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

Heure de rdv : **14h30**

Tarif : **Gratuit**

Sand painting de Noel

Lundi 7 décembre

Valérie et Joëlle vous proposent de vous essayer au sand painting, une activité artistique aussi apaisante que créative. Le sand painting, ou peinture sur sable, consiste à créer des dessins et des motifs en utilisant du sable coloré. Le sable est déposé délicatement sur une surface afin de composer une création originale, colorée et pleine de relief. Cette pratique favorise la créativité, la concentration et la détente, tout en offrant un agréable moment de partage.

Pour cette expérience, qui sera peut-être une première pour certain(e)s d'entre vous, nous vous proposons de réaliser une création sur le thème de Noël. Chacun pourra ainsi composer son propre motif en jouant avec les couleurs, les formes et les différentes textures du sable. Une belle occasion de découvrir une technique artistique originale, de laisser parler sa créativité et de repartir avec une création personnelle.

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

Horaire : **de 14h30 à 16h00**

Tarif : **5€ (nous fournissons tout le matériel)**

Décembre



Atelier cuisine à La cantina

Mardi 8 décembre

Atelier cuisine : direction le Costa Rica !

Venez voyager à travers les saveurs du Costa Rica lors d'un atelier cuisine animé avec Valérie !

Au menu, deux délicieuses spécialités costaricaines. Laissez-vous tenter par un délicieux Casado costaricien au poulet, un plat traditionnel et généreux aux saveurs ensoleillées.

Et pour terminer ce voyage gourmand en beauté, Valérie vous fera découvrir le célèbre gâteau Tres Leches, un dessert fondant et gourmand.

À vos tabliers pour un voyage culinaire haut en saveurs !

Lieu de rendez-vous : **La cantina : 172b Rue Anatole France, 69100 Villeurbanne (derrière la MLIS)**

Horaire de l'atelier : **9h00 - 12h00 + le temps du repas**

Tarif : **10€**

Femmes à La Une - Episode 5

Mardi 8 décembre

Vos recherches sont faites ? C'est le moment de plonger dans le grand bain de l'écriture et de voir vos mots prendre forme à l'écran !

Au programme de cette séance :

- Rédaction intégrale de votre article : On déroule son sujet de A à Z ! Marine est là pour vous accompagner, vous aider à structurer vos paragraphes et libérer votre plume.
- Jeux de mise en page : À travers de petits exercices ludiques à l'écran, testez polices, visuels et blocs de texte pour imaginer la maquette de notre revue.

Pas besoin d'être une experte de l'ordinateur, Marine est là pour vous guider !

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

Horaire de l'activité : **15h - 16h30**

Tarif : **Gratuit**

Conférence Sandrine

Mardi 8 décembre

La mémoire : comment l'entraîner ? comment la booster ? Stress, fatigue, surcharge mentale... Quand le rythme s'accélère, la mémoire flanche et la concentration s'éparpille. Heureusement, il existe des solutions naturelles et accessibles pour stimuler les fonctions cognitives et garder l'esprit clair, jour après jour.

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

Horaire de la conférence : **14h30 - 16h00**

Tarif : **8.50€**

Décembre



Marche avec Anne et Jean-Luc

Mercredi 9 décembre

Anne et Jean Luc, bénévoles à l'OVPAR vous proposent une marche de 9.1 Km avec 83 m de dénivelé : du Parc de la Tête d'or à Bellecour par le tunnel de la croix rousse (Attention, ce parcours est à éviter pour les personnes claustrophobes).

Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : à l'entrée « la voûte » du parc de la tête d'or, rue Stalingrad

Heure de rendez-vous : 12h30 (Attention, départ immédiat).

Tarif : Gratuit

IRIS : Le petit prince

Mercredi 9 décembre

Mise en scène Béatrice Avoine, Didier Vidal

L'aviateur et l'enfant. "J'ai sauté sur mes pieds comme si j'avais été frappé par la foudre. j'ai bien frotté mes yeux. J'ai bien regardé. Et j'ai vu un petit bonhomme tout à fait extraordinaire qui me considérait gravement". C'est ainsi que l'aviateur perdu dans le désert décrit sa rencontre avec l'enfant. Conte poétique à l'incroyable succès, livre de fiction le plus traduit au monde, Le Petit Prince est devenu un personnage iconique qui traverse le temps et les générations. C'est avec fidélité et délicatesse que la Compagnie de l'Iris a choisi d'adapter et de mettre en scène cette oeuvre unique, épurée et universelle.

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

Heure de rendez-vous : **16h40** (rencontre avec Didier Vidal co-metteur en scène de 16h45 à 17h15)

Heure du spectacle : **18h00**

Durée : **1h25**

Tarif : **9€**

Date limite des inscriptions et annulations remboursables : **2/12 midi**

Décembre



Sortie journée : Menthon & Annecy

Jeudi 10 décembre

Valérie, Audrey et Marine vous emmène à la découverte d'un magnifique Château médiéval perché sur les hauteurs du village de Menthon-Saint-Bernard, depuis plus de 1000 ans, au bord du lac d'Annecy. L'édifice est construit au 12ème siècle avec seulement à l'origine trois hautes tours carrées qui étaient reliées par un chemin de ronde.

Construit à l'origine au Moyen Âge, vous découvrirez au cours de la visite, **avec une médiatrice**, ses pièces anciennes, son mobilier, ses bibliothèques et les nombreuses histoires qui entourent le château. Les décorations et l'ambiance hivernale donneront au lieu une atmosphère encore plus féerique, idéale pour une sortie placée sous le signe de la découverte et de la magie de Noël. Une belle occasion de remonter le temps, découvrir un lieu chargé d'histoire et profiter d'un cadre exceptionnel au cœur des paysages du lac d'Annecy. Pour info cette visite comporte des escaliers sur 3 niveaux (droits et à vis), équipés de mains courantes.

A l'heure du déjeuner (vers environ 13h00) et pour ceux qui le souhaitent, nous irons au restaurant **"la cour 24" dans le vieil Annecy**. Cependant, vous êtes libres d'aller dans un autre restaurant mais organisation et réservation à votre charge.

Dans l'après-midi, partez pour une agréable balade libre au cœur du marché de Noël d'Annecy. Au fil de la balade, découvrez les ruelles, les maisons décorées, ses illuminations et cette atmosphère féerique qui accompagne Noël. Puis profitez d'une promenade le long du lac d'Annecy, dans une ambiance chaleureuse aux bonnes odeurs de cannelle et de vin chaud. Une belle après-midi pour savourer pleinement la magie de Noël, entre gourmandises, découvertes et paysages enchanteurs !

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

Heure de rendez-vous : **8h30**

Heure de départ : **8h45**

Heure de retour : **environ 20h30 à villeurbanne** (afin de profiter des illuminations)

Tarif : **T1 : 41€ - T2 : 51€ - T3 : 55€**

ATTENTION : ce tarif comprend uniquement le transport aller/retour, l'entrée au château ainsi que la visite guidée.

Ce tarif ne comprend pas le menu au restaurant qui sera un règlement sur place.

Voir à la fin du programmes les différents menus à choisir et à nous indiquer lors de votre inscription.

Décembre



TNP : Les corps incorruptibles

Jeudi 10 décembre

Conception et jeu Aurélia Lüscher

Et si la mort n'était pas une fin mais un passage à réinventer ? Sur la scène, des cases esquissées au pinceau, d'une blancheur clinique, dévoilent une morgue de papier qui se transforme, presque imperceptiblement, en atelier de céramiste. Entre les mains de l'artiste, un corps prend forme. Il quitte l'univers médico-légal pour une nouvelle existence faite d'argile. Incarnant une galerie de personnages passionnés, drôles et attachants, inspirés de son immersion dans les coulisses des pompes funèbres, la comédienne interroge, avec humour, le rapport à la mort en Occident.

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

Heure de rendez-vous : **19h00** Salle : **Jean-Bouise**

Heure du spectacle : **20h00** Durée : **1h20**

Tarif : **12€**

Date limite des inscriptions et des annulations remboursables : **26/11 à midi**

Festival ICONIQUE !

Vendredi 11 décembre



Huitième étape audacieuse de notre festival « ICONIQUE ! », laissez-vous séduire par la fraîcheur et l'esprit libérateur de **Mes rendez-vous avec Léo**, une comédie dramatique irrésistible qui s'inscrit au cœur du projet Existences'Elles ! Dans Mes rendez-vous avec Léo, nous suivons Nancy, une enseignante à la retraite incarnée par la majestueuse Emma Thompson, qui décide de s'offrir les services d'un jeune escort pour découvrir enfin le plaisir sans complexe. À travers cette rencontre drôle, touchante et d'une

rare sincérité, le film offre une célébration vibrante de l'estime de soi, du désir et de l'émancipation à tout âge. Un moment de cinéma intelligent, pétillant et profondément humain à partager absolument !

Lieu de rendez-vous : **MLIS - Maison du Livre de l'Image et du Son**

Horaire : **10h**

Tarif : **1€**

Marche avec René et Marie

Vendredi 11 décembre

René et Marie nous invitent à une marche d'environ 11 km autour du Grand Large, sur un parcours sans dénivelé. En cas de mauvaise météo, il sera possible de raccourcir le parcours. Prévoir cape de pluie, bonnes chaussures et de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : **Tram T3 – arrêt Décines Centre**

Heure de rendez-vous : **13h00**

Tarif : **Gratuit**

Décembre



Conférence Anaëlle : le Costa-Rica

Lundi 14 décembre

Le Costa-Rica, histoire et culture

Anaëlle vous invite à la suivre à la découverte de l'un des pays d'Amérique centrale parmi les plus extraordinaires : le Costa-Rica. Vous verrez comment le pays s'est créé et organisé autour de cultures différentes mais complémentaires. Puissance économique en plein développement, le Costa-Rica occupe une place à part dans le monde américain, ses villes et musées déploient des trésors d'architecture. Bordé par l'Océan Pacifique et la mer des Caraïbes, son territoire constitue une gigantesque réserve de biodiversité que cherche à protéger le gouvernement par des actions directes de reforestation et de plan de décarbonation. Nous partirons dans les forêts humides de Monteverde et de Manuel Antonio à la recherche de la faune (le fameux paresseux !) et de la flore de ces espaces uniques. Vous prendrez le temps de vous réchauffer auprès des sources chaudes des volcans actifs du pays avant de prendre de la hauteur dans la canopée. Une conférence riche en découvertes multiples.

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

Horaire de la conférence : **14h15 - 16h15**

Tarif : **8€50**

Atelier floral avec Nicole

Mardi 15 décembre

Plongez dans la magie des fêtes en participant à notre atelier floral de Noël, animé par Nicole !

Laissez-vous guider pour réaliser une magnifique composition florale aux couleurs de Noël. Branchages, feuillages et décorations se mêleront pour créer une réalisation élégante qui illuminera votre intérieur et apportera une touche festive à votre décoration.

Que vous soyez débutant ou amateur d'art floral, Nicole vous accompagnera pas à pas dans une ambiance chaleureuse, conviviale et créative et repartez fière de votre création, prête à embellir votre table ou votre maison pour les fêtes de fin d'année.

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

Horaire : **14h30 - 16h30**

Tarif : **15€**

Atelier pâtisserie à la Cantina

Mardi 15 décembre

Plongez dans la magie de Noël le temps d'un atelier gourmand et convivial ! Les parfums de cannelle, de chocolat et d'épices viendront embaumer la cuisine pendant que vous préparerez de délicieuses gourmandises aux saveurs de fêtes.

Lieu de rendez-vous : **La Cantina - 172 b rue Anatole France, Villeurbanne**

Horaire : **9h30 - 12h00**

Tarif : **6€**

Décembre



Conversation Anglaise

Mardi 15 décembre

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**

Horaire : **10h00 à 11h30**

Tarif : **8.50€**

Mise en couleur avec Eve

Mardi 15 décembre

Eve Gil, bénévole à l'OVPAR, vous propose un atelier d'initiation à la mise en couleur parmi les plus paisibles qui soient ! Dans une ambiance douce, sereine et pleine d'entrain, vous laisserez libre cours à votre imagination et peut-être pourrez-vous vous épanouir en toute simplicité. Apportez une boîte de crayons de couleur e une gomme. Des modèles vous seront fournis, mais vous pouvez également venir avec vos propres créations et dessins à colorier.

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

Horaire : **10h00 - 12h00**

Tarif : **Gratuit**

Marche avec Anne et Jean-Luc

Mercredi 16 décembre

Anne et Jean Luc, bénévoles à l'OVPAR vous proposent une marche de 5 Km avec 36m de dénivelé : Parc de Parilly suivi d'un déjeuner au restaurant « au bon accueil » à Vénissieux. Prévoyez des chaussures, une tenue vestimentaire adaptée ainsi que de l'eau en quantité suffisante.

Lieu de rendez-vous : **Station Mermoz Pinel (T6 ou Métro D) au niveau du bus 26 à côté du boulevard Pinel**

Heure de rendez-vous : **9h00 (Attention, départ immédiat).**

Tarif : **Gratuit**

Les marcheurs des 5 et 10 km peuvent s'inscrire.

Décembre



Times Up avec Bruno

Mercredi 16 décembre

Time's Up : 30 secondes pour tout donner !

Bruno, bénévole à l'OVPAR, vous propose une partie de Time's Up !

Top départ ! Vous aurez 30 secondes pour faire deviner un maximum de personnalités ou d'objets à votre équipe à partir des cartes. Faites appel à votre mémoire, votre imagination et votre sens de la communication... et surtout, ne perdez pas une seconde !

Un jeu d'ambiance, de rires et de surprises, à partager en équipe dans la bonne humeur.

Alors, prêts à relever le défi ? Venez jouer et surtout rire avec Bruno et passer un super moment !

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

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

Tarif : **Gratuit**

Atelier Puzzle avec Bruno

Mercredi 16 décembre

Envie de passer un bon moment dans la bonne humeur ? Bruno, bénévole à l'Ovpar, vous invite à rejoindre un atelier puzzle placé sous le signe du partage et de la convivialité. Autour de puzzles variés, venez participer à votre rythme, échanger des astuces, discuter et profiter simplement d'un moment agréable ensemble. Que vous soyez passionné de puzzles ou débutant, l'important est de se retrouver, de s'entraider et de passer un moment chaleureux.

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

Horaire de l'activité : **14h30 - 16h30**

Tarif : **1.50€**

Cartes de Noël

Mercredi 16 décembre

Venez réaliser une jolie carte de Noël en diamond painting, une activité créative minutieuse et accessible à toutes et tous !

Jocelyne, bénévole, vous accompagnera pas à pas dans cette activité. Le principe est simple : à l'aide d'un petit stylet, vous déposerez de petites perles brillantes et colorées sur un motif pré-imprimé, en suivant les indications pour créer progressivement votre décoration. Une fois assemblées, les petites perles donnent un joli effet scintillant à votre création.

Et bien sûr, vous repartirez avec votre jolie carte de Noël personnalisée.

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

Horaire de l'activité : **9h30 - 12h00**

Tarif : **4€**

Décembre



Restaurant de Noël

Jeudi 17 décembre

Noël ne rime pas forcément avec dinde ou bûche... Mais avec partage et gourmandise, sans aucun doute ! Rejoignez Valérie au restaurant le Laurencin et venez régaler vos papilles dans la bonne humeur autour d'un repas gourmet.

Lieu du rendez-vous : **Restaurant le Laurencin - 24 rue Saint Jean - 69005 LYON**

Horaire : **12h00**

Tarif : **À régler sur place**

Les Bobines de Michèle

Jeudi 17 décembre

Michèle vous propose de découvrir ou redécouvrir **WADJDA, de Haifaa Al-Mansour - 2012.**

Wadjda, 12 ans, habite dans une banlieue de Riyad. C'est une fille pleine de vie qui ne rêve que d'une chose : s'acheter le beau vélo vert qui lui permettra de faire la course avec son ami Abdallah... Mais les bicyclettes sont réservées aux hommes... !

Prix du meilleur film art et essai au Festival de Venise, Wadjda est le 1er film saoudien réalisé par une femme, dans des conditions difficiles. Une actrice pétillante. Encourageant !

À l'issue de la projection, Michèle vous proposera un temps d'échange pour partager vos impressions, vos ressentis et discuter ensemble du film, de ses personnages et des thèmes abordés.

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

Horaire de l'activité : **14h15 - 17h00**

Tarif : **Gratuit**

Bowling jeudi

Jeudi 17 décembre

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 - 16h00**

Tarif : **6€ à régler sur place**

Décembre



Ludicité

Vendredi 18 décembre

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**

Horaire : **9h45 - 11h45**

Tarif : **2€**

Visite des crèches Napolitaines

Lundi 21 décembre

En cette période de Noël, rejoignez Valérie et Anne-Marie Savart bénévole à l'Ovpar pour une visite commentée avec une médiatrice bénévole de la crèche napolitaine de l'église Saint-Bruno les Chartreux. Depuis plus de dix ans, cette crèche napolitaine offre une harmonie théâtrale du mystère de Noël, rendue possible grâce au minutieux travail des bénévoles. La crèche compte plus de 110 personnages (20/28cm de haut) et animaux sur 13 m2, fidèles copies de modèles réalisés au XVIIIe siècle. A l'issue de la visite, nous pourrons nous rendre pour ceux qui le souhaitent au restaurant et échanger autour de cette visite. (le nom du restaurant vous sera communiqué 1 semaine avant, prix du restaurant à votre charge)

Lieu de rendez-vous : **Impasse des Chartreux - Lyon 1er (pour la visite de l'église St Bruno)**

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

Heure de la visite à St Bruno : **10h00 - 11h00**

Tarif : **5€**

Indication d'accès : **BUS C13 Clos Jouve. M° C Croix Rousse puis descendre le boulevard à pied ou C13**

Décembre



Femmes à La Une - Episode 6

Lundi 21 décembre

Le moment tant attendu est arrivé ! Nos textes sont rédigés... place à l'ultime étape : le bouclage de notre première revue !

Comme dans une vraie rédaction, nous réunissons l'équipe pour cette séance finale où tout s'assemble et où l'on savoure le chemin parcouru ensemble.

Au programme de cette séance :

- Ultime relecture & ajustements : Relecture collective pour chasser les petites coquilles et vérifier que chaque titre est parfait.
- Validation de la maquette : On contemple l'harmonie des pages, la couverture et l'ordre des articles avant le départ sous presse.
- Célébration : Chacune apporte un petit quelque chose à partager pour grignoter et fêter ça ensemble !

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

Horaire de l'activité : **10h - 14h30**

Tarif : **Gratuit**

Les Bobines de Philippe

Mardi 22 décembre

Philippe vous propose le visionnage du film ***Le Voleur de bicyclette* de Vittorio De Sica**.

Ce chef-d'œuvre absolu, terriblement émouvant, est considéré à juste titre comme l'une des œuvres majeures du néoréalisme italien. Récompensé par l'Oscar du meilleur film étranger, il demeure encore aujourd'hui une œuvre phare du cinéma mondial, d'une force et d'une modernité remarquables.

À l'issue de la projection, un moment d'échange sera proposé autour du film, afin de partager impressions, émotions et réflexions.

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

Horaire : **14h15 - 17h00**

Tarif : **Gratuit**

Décembre



Restaurant de Noël - Au Vestiaire

Mercredi 23 décembre

Noël ne rime pas forcément avec dinde ou bûche... Mais avec partage et gourmandise, sans aucun doute ! Rejoignez Marine au restaurant Au Vestiaire et venez régaler vos papilles dans la bonne humeur autour d'un repas gourmet.

Lieu du rendez-vous : **Restaurant Au Vestiaire - 18 rue Tranquille - 69100 Villeurbanne**

Horaire : **12h00**

Tarif : **À régler sur place**

Festival ICONIQUE !

Jeudi 24 décembre



Neuvième et ultime coup de cœur de notre festival « ICONIQUE ! », terminez en beauté avec **Pompom Ladies**, une comédie pétillante et pleine d'énergie qui vient clore cette programmation dédiée au projet Existences'Elles ! Inspiré d'une histoire vraie à la fois hilarante et touchante, le film Pompom Ladies suit Martha, interprétée par la merveilleuse Diane Keaton, qui décide de monter une équipe de pom-pom girls avec ses voisines de résidence seniors. En s'emparant avec panache d'une discipline réservée d'ordinaire à la jeunesse, ces femmes renversent les stéréotypes, réoccupent le terrain avec fierté et célèbrent la force du collectif. Un hymne joyeux à l'amitié, au mouvement et au bonheur d'exister pleinement, idéal pour conclure le festival dans un grand éclat de rire et d'espoir !

Pour marquer la fin du festival et célébrer ensemble ce 24 décembre, partageons un repas festif et convivial : chacun amène un petit truc à boire ou à manger pour régaler tout le monde !

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

Horaire : **10h**

Tarif : **1€**

Décembre



MENU DE LA SORTIE JOURNEE A ANNECY DU JEUDI 10 DECEMBRE

MENU n° 1 - SAVOYARD

35€

Terrine de campagne, salade

ou

Salade Caesar

Boîte chaude (servis avec pomme de terre et charcuterie

ou

Tartiflette de reblochon (servis avec salade et speck)

Tartelette myrtille

ou

Crème brûlée

Thé ou café

Forfait vin inclus *: 1 verre/personne

de Gamay Savoie ou 1 verre/personne d'Apremont de Savoie

* un supplément de 3€ sera rajouté sur le prix du menu en cas de commande de boisson soft

MENU n° 2 - MONTAGNE

39€

Terrine de campagne

ou

Salade Caesar

Fondue Savoyarde*

ou

Raclette de Savoie*

* Servis avec charcuterie et salade verte

Tartelette myrtille

ou

Crème brûlée à la vanille

Forfait boisson inclus**

1 verre de Gamay de Savoie ou

1 verre d'Apremont de Savoie

Thé ou café

** un supplément de 3€ sera rajouté sur le prix en cas de commande de boisson soft

MENU n° 3 TARTANE

40€

Entrée et dessert boisson idem menu à 39€

Tartane

(2 personnes minimum)

Autour d'un appareil "type chapeau" faites griller vos 3 viandes (boeuf, veau, volaille) ainsi que du lard servis avec légumes tourné, frites, riz et 3 sauces

ou

Filet de perche "meunière"

SOUTIEN

FINANCIER DU DISPOSITIF
D'AIDE AUX AIDANTS



PETITS FRÈRES
DES PAUVRES

Non à l'isolement de nos aînés



croix-rouge française

PARTOUT OÙ VOUS AVEZ BESOIN DE NOUS



Age &
perspectives

Vous aider, chez vous



PAPAYL - M.A.D.

MAINTIEN À DOMICILE



PAPAYL - S.P.
SERVICE PROXIMITÉ



La téléassistance bienveillante



NOUS PRENONS SOIN DE VOUS



SERVICES À LA PERSONNE



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



GRANDLYON
communauté urbaine

Nos

Financeurs



Nos

Partenaires

Nos

Sponsors

		
---	---	--