

**PASSEZ
UN BEL ÉTÉ
À OULLINS-
PIERRE-BÉNITE**



SENIORS INFOS

JUILLET | AOÛT 2025

PROGRAMME DES **ANIMATIONS
GRATUITES ET OUVERTES À TOUS**

■ **La Californie**

37 avenue de la Californie | 04 78 86 61 50

■ **Au Goût du Jour**

3 rue Pierre-Joseph-Martin | 04 72 30 56 16

■ **Foyer Ambroise Croizat**

6 rue du 11-novembre-1918 | 04 78 50 58 48

**OULLINS
PIERRE
BÉNITE**

OULLINSPIERREBENITE.FR

IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR JOUER DE LA BATTERIE

Le CCAS innove en vous proposant des ateliers d'initiation à la batterie !

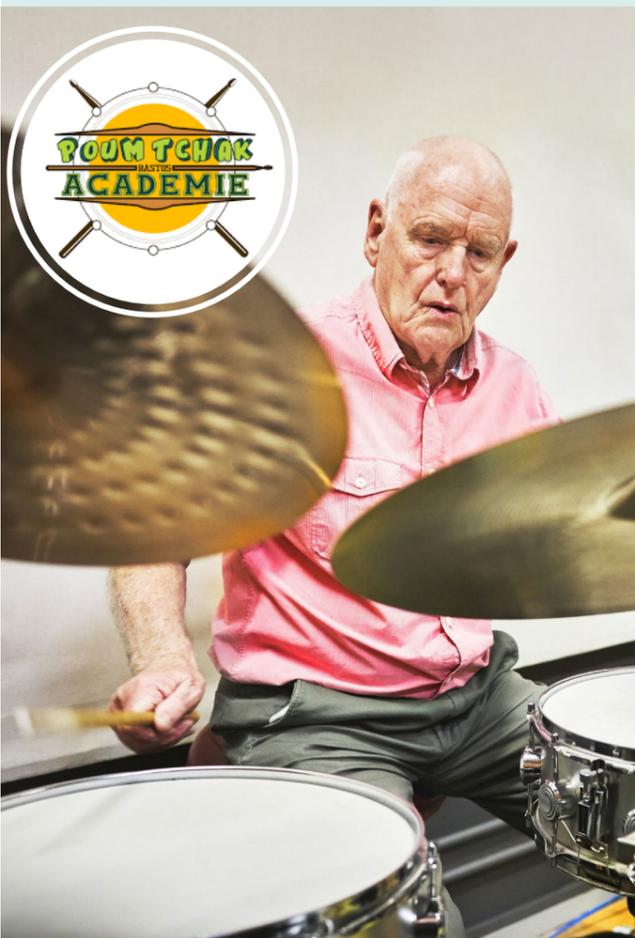
Ces séances seront encadrées par un batteur professionnel de la "Poum Tchak Académie" créée par Nicolas Bastos (le batteur d'Aldebert).

Ils visent à susciter de la curiosité, des vocations musicales, à favoriser un vieillissement actif, à renforcer la concentration, la mémoire, la coordination et surtout à s'amuser en tapant en rythme !

■ RENDEZ-VOUS AU GOÛT DU JOUR

→ Tous les mercredis à 14h, du 6 août au 8 octobre 2025

■ RENSEIGNEMENTS AU 04 72 30 56 16



ACTIVEZ VOS MÉNINGES AVEC CHAUFFE CITRON

À la manière des Remue-méninges, venez résoudre des énigmes, participer avec l'association "Chauffe citron" à des jeux originaux et stimulants pour rendre votre mémoire encore plus intelligente !

24 séances seront partagées entre la Californie avec Aurélie et le Goût du Jour avec Lucie. Un nouveau rendez-vous qui deviendra vite très attendu, avec le plaisir du jeu, de l'enrichissement des connaissances et de l'échange.

■ RENDEZ-VOUS À LA CALIFORNIE ET AU GOÛT DU JOUR

→ Du 16 juillet jusqu'au 11 décembre

■ RENSEIGNEMENTS AU 04 72 30 56 16 ET AU 04 78 86 61 50



DES ANIMATIONS OÙ VOUS VOULEZ

Jusqu'à la fin de l'année 2025, profitez de plus de 850 activités gratuites chez vous, sur votre ordinateur, n'importe où avec votre portable.

Connectez-vous sur happyvisio.com, créez un compte avec le code ALERTE69 et profitez de séances de gym, de conférences, de cours de langue, etc.

Venez avec vos appareils connectés pour une séance de découverte et d'initiation.

■ RENDEZ-VOUS AU GOÛT DU JOUR → Mardi 8 juillet à 14h

■ RENSEIGNEMENTS AU 04 72 30 56 16

ATELIERS MARCHÉ CULTURELLE ET SANTÉ

Avec CityGem, découvrez un atelier pour allier bien-être, culture et rencontres.

Au programme : balade culturelle accompagnée par un enseignant en Activité Physique Adaptée, sensibilisation aux bienfaits de la marche, formation à l'outil numérique de balades audioguidées "CityGem" et moment convivial autour d'un café ! Il n'est pas obligatoire d'avoir un smartphone pour vous inscrire !

■ RENDEZ-VOUS AU GOÛT DU JOUR

→ Vendredi 4 juillet à 9h30

→ Vendredi 11 juillet à 9h30

→ Vendredi 29 août à 9h30

■ RENDEZ-VOUS AU FOYER AMBROISE CROIZAT

→ Vendredi 5 septembre à 9h30

→ Vendredi 12 septembre à 9h30

■ RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AU 04 72 30 56 16

INSCRIVEZ-VOUS AUX SORTIES DE LA RENTRÉE



• **Mardi 26 août (départ à 14h)**
→ Balade au parc de Lacroix-Laval à Marcy-L'Étoile

• **Lundi 1^{er} septembre (départ à 14h)**
• **Lundi 15 septembre (départ à 14h)**
• **Lundi 29 septembre (départ à 14h)**
→ Balade en vélo cargo à Lyon avec "À vélo sans âge"

• **Mardi 2 septembre (départ à 14h)**
→ Balade botanique commentée au parc Chabrières avec "Graine et Pollen"

• **Lundi 8 septembre (départ à 14h)**
• **Mardi 16 septembre (départ à 14h)**
• **Mardi 23 septembre (départ à 14h)**
→ Médiation équine à Brindas avec "Cheval et Partage"

• **Lundi 22 septembre (départ à 14h)**
→ Balade botanique commentée au parc naturel de l'Yzeron avec "Graine et Pollen"

■ RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AU 04 72 30 56 16 ET AU 04 78 86 61 50

PROGRAMME DE LA CALIFORNIE | JUILLET 2025

MARDI 1^{ER} JUILLET

■ 14h → Sortie "À vélo sans âge" *
■ 15h → Évadons-nous dans l'art

MERCREDI 2 JUILLET

■ 14h → Sortie shopping
■ 15h → Basket santé avec l'ALGM basket

JEUDI 3 JUILLET

■ 14h (à la MDP) → Ciné goûter (sur inscription au CCAS)*
■ 15h → Faites vos jeux

VENDREDI 4 JUILLET

■ 10h30 → Sophrologie
■ 15h → Jeu d'extérieur : pétanque

LUNDI 7 JUILLET

■ 15h → Médiation animale avec Hakunamis

MARDI 8 JUILLET

■ 15h → Réfléchir et bouger

MERCREDI 9 JUILLET

■ 15h → Conférence interactive sur Jean Gabin avec "l'Or du Temps"

JEUDI 10 JUILLET

■ 15h → Jeux de cartes : belote, tarot...

VENDREDI 11 JUILLET

■ 15h → Lecture à voix haute avec "Lire et Sourire"

LUNDI 14 JUILLET : FÉRIÉ

MARDI 15 JUILLET

■ 15h → Atelier mémoire avec Neosilver*

MERCREDI 16 JUILLET

■ 15h → "Chauffe citron"***

JEUDI 17 JUILLET

■ 10h30 → Gym adaptée (en vidéo)
■ 15h → Quiz musical

VENDREDI 18 JUILLET

■ 15h → Loto

LUNDI 21 JUILLET

■ 15h → Conférence sur les îles tropicales de l'océan Indien avec Patrick Huet

MARDI 22 JUILLET

■ 15h → Lectures à écouter

MERCREDI 23 JUILLET

■ 15h → "Chauffe citron"***

JEUDI 24 JUILLET

■ 10h30 → Gym adaptée (en vidéo)
■ 15h → Atelier créatif

VENDREDI 25 JUILLET

■ 15h → Jeux d'extérieur : pétanque

LUNDI 28 JUILLET

■ 15h → Jeux d'adresse

MARDI 29 JUILLET

■ 15h → Atelier écriture collective : nos recettes de cuisine

MERCREDI 30 JUILLET

■ 15h → "Chauffe citron"***

JEUDI 31 JUILLET

■ 10h30 → Gym adaptée (en vidéo)
■ 15h → Jeux avec la Ludothèque

* sur inscription

** voir article pages 2 & 3

PROGRAMME DE LA CALIFORNIE (SUITE) | AOÛT 2025

VENDREDI 1^{ER} AOÛT

15h → Jeux d'extérieur : pétanque

LUNDI 4 AOÛT

15h → Conférence "Promenade à Paris" avec Patrick Huet

MARDI 5 AOÛT

15h → Faites vos jeux

MERCREDI 6 AOÛT

15h → "Chauffe citron"***

JEUDI 7 AOÛT

10h30 → Gym adaptée (en vidéo)

15h → Atelier cuisine*

VENDREDI 8 AOÛT

15h → Lecture à voix haute avec "Lire et Sourire"

LUNDI 11 AOÛT

15h → Réfléchir et bouger

MARDI 12 AOÛT

15h → Évadons-nous dans l'art

MERCREDI 13 AOÛT

15h → "Chauffe citron"***

JEUDI 14 AOÛT

10h30 → Gym adaptée (en vidéo)

15h → Jeux d'extérieur : pétanque

VENDREDI 15 AOÛT : FÉRIÉ

LUNDI 18 AOÛT

15h → Médiation animale avec "Hakunamis"

MARDI 19 AOÛT

15h → Atelier mémoire avec "Neosilver"

MERCREDI 20 AOÛT

15h → Loto

JEUDI 21 AOÛT

10h30 → Gym adaptée (en vidéo)

15h → Jeux d'adresse : fléchettes

VENDREDI 22 AOÛT

15h → Karaoké

LUNDI 25 AOÛT

15h → Lecture à écouter

MARDI 26 AOÛT

14h → Sortie au parc Lacroix-Laval*

15h → Documentaire

MERCREDI 27 AOÛT

15h → Conférence interactive sur Henri Salvador avec "l'Or du Temps"

JEUDI 28 AOÛT

10h30 → Gym adaptée (en vidéo)

15h → Jeux avec la Ludothèque

VENDREDI 29 AOÛT

14h → Quiz culturel

* sur inscription

** voir article pages 2 & 3

PROGRAMME DU GOÛT DU JOUR | JUILLET & AOÛT 2025

MARDI 1^{ER} JUILLET

14h → Sortie "À vélo sans âge" *

14h30 → Sport adapté avec le "PLO"

MERCREDI 2 JUILLET

14h → Dépistage auditif avec "Sonup"*

JEUDI 3 JUILLET

14h (à la MDP) → Ciné goûter (sur inscription au CCAS)*

VENDREDI 4 JUILLET

9h30 → Atelier marche culturelle et santé avec CityGem**

14h → Badminton adapté avec le BACO

LUNDI 7 JUILLET

14h → Faites vos jeux

MARDI 8 JUILLET

14h → Comment utiliser Happyvisio ?**

MERCREDI 9 JUILLET

14h → Atelier Philo avec ILO

JEUDI 10 JUILLET

14h → Jeux avec la Ludothèque

VENDREDI 11 JUILLET

9h30 → Atelier marche culturelle et santé avec CityGem**

14h → Atelier cyanotype avec Isabelle Gessen*

LUNDI 14 JUILLET : FÉRIÉ

MARDI 15 JUILLET

14h → Faites vos jeux

MERCREDI 16 JUILLET

14h → Challenge Réfléchir et Bouger

JEUDI 17 JUILLET

14h → "Chauffe citron"***

VENDREDI 18 JUILLET

14h → Danse en ligne avec Mario

LUNDI 21 JUILLET

14h → Faites vos jeux

MARDI 22 JUILLET

14h → Atelier Écriture créative*

MERCREDI 23 JUILLET

14h → Remue-ménages

JEUDI 24 JUILLET

14h → Jeux d'adresse

VENDREDI 25 JUILLET

14h → Quiz musical

LUNDI 28 JUILLET

14h → Faites vos jeux

MARDI 29 JUILLET

14h → Comment lutter contre les trous de mémoire ?

MERCREDI 30 JUILLET

14h → Atelier Philo avec ILO

JEUDI 31 JUILLET

14h → Uno en folie !

AOÛT

VENDREDI 1^{ER} AOÛT

14h → Danse en ligne avec Mario

LUNDI 4 AOÛT

14h → Faites vos jeux

MARDI 5 AOÛT

14h → Remue-ménages

MERCREDI 6 AOÛT

14h → Poum Tchack Academy**

JEUDI 7 AOÛT

14h → Pétanque d'intérieur

VENDREDI 8 AOÛT

14h → Karaoké

LUNDI 11 AOÛT

14h → Faites vos jeux

MARDI 12 AOÛT

14h → Challenge Réfléchir et Bouger

MERCREDI 13 AOÛT

14h → Poum Tchack Academy**

JEUDI 14 AOÛT

14h → Bowling d'intérieur

VENDREDI 15 AOÛT : FÉRIÉ

LUNDI 18 AOÛT

14h → Faites vos jeux

MARDI 19 AOÛT

14h → Mandalas en musique

MERCREDI 20 AOÛT

14h → Poum Tchack Academy**

JEUDI 21 AOÛT

14h → "Chauffe citron"***

VENDREDI 22 AOÛT

14h → L'été en poésie avec Isabelle Gessen*

LUNDI 25 AOÛT

14h → Faites vos jeux

MARDI 26 AOÛT

14h → Quiz culture générale

MERCREDI 27 AOÛT

14h → Poum Tchack Academy*

JEUDI 28 AOÛT

14h → "Chauffe citron"***

VENDREDI 29 AOÛT

9h30 → Atelier marche culturelle et santé avec CityGem**

14h → N'oubliez pas les paroles !

* sur inscription

** voir article pages 2 & 3

PROGRAMME DU FOYER AMBROISE CROIZAT

JEUDI 3 JUILLET

14h → Atelier Équilibre avec "Siel Bleu"*

MERCREDI 9 JUILLET

14h → Dépistage auditif avec "Sonup"*

JEUDI 10 JUILLET

14h → Atelier Équilibre avec "Siel Bleu"*

JEUDI 17 JUILLET

14h → Atelier Équilibre avec "Siel Bleu"*

JEUDI 24 JUILLET

14h → Atelier Équilibre avec "Siel Bleu"*

JEUDI 31 JUILLET

14h → Atelier Équilibre avec "Siel Bleu"*

JEUDI 7 AOÛT

13h45 : Bilan des ateliers Équilibre avec "Siel Bleu"*

* sur inscription

** voir article pages 2 & 3