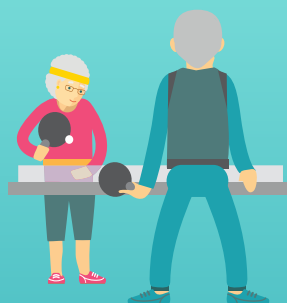




PROGRAMME TRIMESTRIEL DES STAGES ET ATELIERS SENIORS



3^e TRIMESTRE :
AVRIL > JUIN 2023



Pour chaque activité, inscriptions à partir du lundi, 15 jours avant la date de l'animation.

■ ATELIERS MÉMOIRE ET JEUX GRATUITS

📍 COZNÀ

> Mardis 4 et 25 avril, 9 et 23 mai, 6 et 20 juin - DE 14H À 16H

📍 LE RITZ

> Jeudis 6 et 27 avril, 11 et 25 mai, 8 et 22 juin - DE 14H30 À 16H

📍 SEA

> Mardis 4 et 25 avril, 9 et 23 mai, 6 et 20 juin - DE 14H30 À 16H

📍 L'ESPACE CHEZ NOUS > DE 14H À 16H30

Devinez des mots en les dessinant

> Lundi 24 avril

Apprenez des danses de groupe

> Mercredi 3 mai

Mémoire

> Mercredis 3 mai, 7 et 28 juin

Molky

> Mercredi 10 mai et lundi 19 juin

Souvenez-vous des paroles

> Lundi 22 mai

Karaoké

> Mercredi 21 juin



📍 SALLE CONVIVIALITÉ mairie déléguée de Seynod

> Mercredis 26 avril, 17 mai, 21 juin - DE 14H À 16H

📍 CRAN GEVRIER LIEU À DÉFINIR

> Mercredis 5 avril, 10 mai et 7 juin

📍 PARC DU CLOS DES OISEAUX 11 avenue Jean Clerc à Seynod

Gardons la forme

> Jeudis 11 et 25 mai, 15 et 29 juin et 6 juillet - DE 10H À 11H30



■ TRICOTAGE, PAPOTAGE GRATUIT

📍 L'ESPACE CHEZ NOUS

> Vendredis 7 et 28 avril, 19 et 26 mai, 16 et 23 juin - DE 14H À 16H30

📍 MAIRIE DÉLÉGUÉE DE SEYNOD

> Lundi 3 et 24 avril, 15 et 22 mai, 5, 12, 19 et 26 juin et 3 juillet
DE 14H À 16H **COMPLET**

■ LOISIRS CRÉATIFS GRATUITS

📍 LE RITZ > DE 14H30 À 16H30

> Jeudis 6 et 27 avril, 4, 11 et 25 mai, 8, 15, 22 et 29 juin

Fabrique de savons

> Vendredi 5 mai - 9H30

Fabrique de produit d'hygiène

> Vendredi 26 mai - 9H30

📍 SEA > DE 14H À 16H30

Bijoux en fil d'aluminium

> Lundi 24 avril

Carte chevalet

> Lundi 22 mai

Galets peints et bois

> Lundi 5 juin

Scrapbooking

> Lundi 12 juin

Carte pop up fleurs

> Lundis 19 et 26 juin

📍 L'ESPACE CHEZ NOUS

> DE 14H30 À 16H30

Pliage de serviettes

> Mercredi 5 avril

Décoration fleurs et pompons

> Mercredi 26 avril

Scoubidou

> Mercredi 17 mai

Pot de fleurs en mosaïque

> Mercredi 31 mai et lundi 5 juin

Arbre décoratif

> Lundi 12 juin

📍 CRAN GEVRIER LIEU À DÉFINIR

> DE 14H À 16H

Cadres de mode

> Lundis 17 et 24 avril

Activité créative

> Lundi 22 mai



■ NATURE ET DÉVELOPPEMENT DURABLE GRATUIT

📍 CENTRE HORTICOLE MUNICIPAL

Les orchidées

> Mercredi 19 avril - DE 14H30 À 16H30

Apportez votre orchidée et un pot transparent plus grand que celui d'origine

La plantation des fleurs

> Mercredi 17 mai - 10H

📍 LE RITZ DE 9H30 À 11H30

Pot odorant avec fruits séchés et fruits à coque

> Vendredi 7 avril

📍 SALLE CONVIVIALITÉ mairie déléguée de Seynod

Graines germées et lacto-fermentation

> Mercredi 3 mai - DE 14H À 16H

📍 CENTRE HORTICOLE MUNICIPAL

Récolte de miel

> Mercredi 28 juin - 9H

Inscriptions directement par téléphone auprès du centre horticole :
06 98 85 85 41 ou 07 60 04 04 79



■ INFORMATIQUE GRATUIT

📍 RITZ

Le cyber café du Ritz

> Mercredis 5 et 26 avril, 3, 10, 24 et 31 mai - DE 9H À 11H

Promenade numérique

> Mercredis 7, 14 et 21 juin - DE 9H À 11H

La Brigade du net

Atelier intergénérationnel en partenariat avec CGA.

Posez vos questions aux jeunes du Serre sur vos outils numériques.

> Mercredi 5 avril - DE 14H30 À 16H

📍 MAIRIE DÉLÉGUÉE DE SEYNOD

Rendez-vous individuels nouvelles technologies

> Lundis 3 et 24 avril, 15 et 22 mai, 5, 12, 19 et 26 juin

ENTRE 14H ET 16H (CRÉNEAUX DE 45 MINUTES)



■ RELAXATION ET BIEN-ÊTRE GRATUIT

📍 L'ESPACE CHEZ NOUS

Beauté des mains

> Lundi 3 avril - DE 14H30 À 16H30

📍 LE TRAIT D'UNION

Résidence le Vieux-Chêne, 35 route de Quintal, Vieugy

Relaxation et respiration en groupe

> Jeudis 6 avril, 4 mai et 22 juin - DE 15H15 À 16H30

📍 RITZ

Relaxation

> Vendredis 28 avril et 12 mai - DE 9H À 9H45 OU DE 10H À 10H45

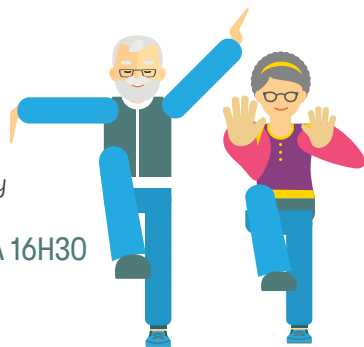
Relaxation en extérieur

> Vendredis 16 et 30 juin - 10H

📍 CRAN-GEVRIER (LIEU À DÉFINIR)

Beauté des mains > Lundi 3 avril - DE 14H À 16H

Relaxation > Lundis 19 et 26 juin - DE 14H À 16H



■ SORTIES GRATUITES

Visite au Château d'Annecy

> Jeudi 4 mai - 14H

Promenade au parc
de l'Impérial

> Vendredi 12 mai - 14H30

Promenade parc animalier
du Semnoz

> Lundi 15 mai - 14H30

Promenade aux Puisots
avec un garde forestier

> Mardi 16 mai - 9H30

Promenade sur les sentiers
de Pringy

> Lundi 5 juin - 14H30

Promenade dans la forêt
de Meythet

> Lundi 12 juin - 14H30

Promenade sur les sentiers
de Vieugy

> Lundi 19 juin - 14H30



■ **CINÉ SENIORS** PAYANT

Bénéficiez d'une séance au tarif préférentiel de 4€50 la place en vous inscrivant auprès du service Animation-restauration.

Titres des films communiqués une semaine avant.

Rendez-vous au cinéma ¼ d'heure avant la séance.

📍 **GAUMONT-PATHÉ**

> **Lundis 3 avril, 22 mai et 5 juin - SÉANCES À 14H30**

📍 **AUDITORIUM SEYNOD**

> **Jeudis 13 avril, 15 juin et 13 juillet - SÉANCES À 14H30**

📍 **CINÉ MIKADO**

> **Mardis 18 avril, 16 mai, 20 juin et 18 juillet - SÉANCES À 14H30**

📍 **NEMOURS**

> **Lundis 24 avril, 15 mai et 12 juin - SÉANCES À 13H45**

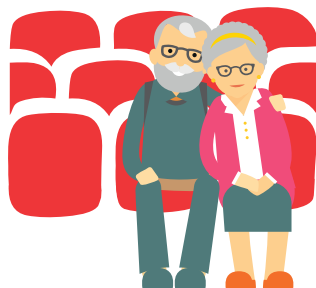
📍 **MEGARAMA**

> **Mardis 25 avril, 30 mai et 27 juin - SÉANCES À 14H15**

📍 **LA TURBINE ET LE RABELAIS**

Pas de partenariat, mais se renseigner auprès des cinémas qui proposent des tarifs à 4€50 sur certaines séances pour les seniors :

09 64 40 04 71 ou **04 50 24 02 45.**



■ **CONCERTS DU CONSERVATOIRE À RAYONNEMENT RÉGIONAL** ENTRÉE LIBRE

📍 **CRR** - 10 rue Jean-Jacques Rousseau

> Mercredi 14 juin - 15H

■ **ATELIERS DE NOTRE PARTENAIRE SÉRÉNIMOUE** GRATUITS

📍 **L'ESPACE CHEZ NOUS**

Internet, démarchage téléphonique :
soyons vigilants !

> Lundi 12 juin - DE 14H30 À 16H

📍 **SEA**

Classer et archiver ses documents et
constituer un classeur familial d'urgence.

> Lundi 26 juin - DE 14H30 À 16H



Les activités régulières s'arrêtent pendant les vacances de printemps du 8 au 24 avril, les jours fériés 1^{er}, 8 et 29 mai et le pont de l'Ascension du 18 mai.

La mise à jour des dossiers administratifs pour l'année 2023-2024 démarre dès la réception des avis d'imposition 2023 sur les revenus de 2022.

■ INFOS PRATIQUES

📍 LA COZNÀ

17 chemin du Maquis – Annecy

📍 LE RITZ

7 faubourg des Balmettes – Annecy

📍 SERVICE D'ENTRAIDE ANCILEVIEN

17 clos du Buisson – Annecy-le-Vieux

📍 ESPACE CHEZ NOUS

Centre Victor Hugo
6 rue de l'Aérodrome – Meythet

📍 MAIRIE DÉLÉGUÉE DE PRINGY

Place Georges Boileau

📍 SALLE D'ANIMATION

25 place Georges Boileau - Pringy

📍 SALLE CONVIVIALITÉ

Mairie déléguée de Seynod

Retrouvez toutes
les informations pratiques
sur www.annecy.fr

