

# Envie de sortir...

programme

d'animations

ouvertes à tous les seniors

n°40

Mai  
Juin  
Juillet  
2023

## Activités proposées par la

### Résidence autonomie Quiétude

#### ■ Maintien en forme

Cours de gymnastique adaptée  
Les **lundis à 10h** (hors vacances scolaires)  
Résidence autonomie Quiétude

**Gratuit**

### Mai

#### ■ Mercredi 31 - Fête des mères

Prestation : Groupe l'Éclat. Freddy et leur spectacle  
« chantons Paris »

Résidence autonomie Quiétude

Tarif journée : **15,50 €** à partir de 11h30

Tarif après-midi : **5,50 €** à partir de 14h30

### Juin

#### ■ Mercredi 7 - Après-midi chanson

Par Sylvain Michel et les enfants de l'école intercommunale des arts accompagnés d'un accordéon

Résidence autonomie Quiétude

De 15h à 16h

#### ■ Samedi 10 - Concert de l'Union des accordéonistes de l'Ondaine et de Firminy

De 14h45 à 16h30

Résidence autonomie Quiétude

Tarif : **5,50 €** (concert + goûter)

Sur inscription au 04 77 10 01 35

#### ■ Mercredi 28 - Fête à thème

« La pomme de terre dans tous ses états »

Prestation : Valérie Gonzales, chanteuse, accordéoniste et pianiste

Résidence autonomie Quiétude

Tarif journée : **15,50 €** à partir de 11h30

Tarif après-midi : **5,50 €** à partir de 14h30

### Juillet

#### ■ Mercredi 12 - Barbecue

A 11h30

Résidence autonomie Quiétude

Prix du repas : **10,50 €**

## Activités proposées par le

### Centre Communal d'Action Sociale de la Ville

#### ■ Gym autour de l'équilibre

Les **mardis de 9h à 10h et de 10h à 11h**  
(hors vacances scolaires)

Salle du Foyer laïque - 32 rue de la République

#### ■ Far thérapie

**Jeudi 4 mai**

Initiation aux différentes techniques de dessin dans un esprit de relaxation

A 9h45

Résidence autonomie Quiétude

5 places disponibles

### ■ Jeudi 4 mai - Visite du musée des Verts

Visite guidée du stade et du musée

Départ du bus à 13h45 de la Résidence autonomie

Quiétude

Retour vers 17h

Tarif : **12 € + 2 €** transport

Sur inscription au 04 77 10 01 35

### ■ Lundi 22 mai - Sortie au restaurant Pizzeria Marsaletta chez Jo au Chambon-Feugerolles et après-midi dansant

Menu : salade, plat et dessert (boissons comprises).

De 12h à 17h

Tarif : **20 €** le repas + **5 €** l'après-midi dansant

25 places disponibles

Sur inscription au 04 77 10 01 35

### ■ Mercredi 14 juin - Inauguration de la fresque intergénérationnelle « Villes amies des aînés » et vernissage des œuvres réalisées lors des ateliers « Far thérapie »

De 14h30 à 16h30

Salle Louis Aragon

Avenue Charles de Gaulle

### ■ Vendredi 16 juin - Festiroche

Chant, danse et musique due monde

14h30 - La Forge

Tarif : **10 € - Gratuit** pour les chambonnaires de plus de 65 ans

## Infos

La résidence autonomie Quiétude vous accueille :

### ■ Les midis dans son restaurant

Du lundi au samedi :

Début du service : 11h30

Réservé aux Chambonnaires de plus de 65 ans

Prix du repas : 10,50 €

Inscription 48 heures à l'avance au 04 77 10 01 35

### ■ Les après-midis pour ses activités

Du lundi au vendredi de 14h45 à 16h

Réservé aux seniors Chambonnaires

Les plannings des activités sont disponibles au secrétariat de la résidence.

Prix des activités : 5,50 € (goûter compris)

### ■ Allo seniors - Ligne téléphonique pour la prévention de l'isolement

Vous souffrez d'un sentiment d'isolement, de fragilités liées au vieillissement... ou simplement vous êtes en recherche d'information (aide financière pour l'autonomie, logement, services et soins...)

Contactez  
Allo seniors au  
06 29 49 35 16

### Renseignements et inscriptions

Résidence autonomie Quiétude **04 77 10 01 35**



### Hôtel de ville

Place Jean Jaurès - BP 39

42501 Le Chambon-Feugerolles Cedex

Tél. : 04 77 40 30 20

lechambon.fr