

# Envie de sortir...

programme

d'animations

ouvertes à tous les seniors

n°45

Décembre  
2024

Janvier  
Février  
2025

## ■ Maintien en forme

Cours de gymnastique adaptée  
Les **lundis à 10h** (hors vacances scolaires)  
Résidence autonomie Quiétude  
Tarif : **5,70€ / 2 séances**  
▶ Par la Résidence autonomie Quiétude

## ■ Chorale

Animée par Xavier Michel, accompagné de son piano ou de sa guitare  
**Dates à définir de 10h à 11h**  
Résidence autonomie Quiétude  
**Gratuit** - Sur inscription  
▶ Par la Résidence autonomie Quiétude

## ■ 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  
Sur inscription  
▶ Par le Centre communal d'action sociale

## Décembre

## ■ Dimanche 1<sup>er</sup> - Concert de Noël « Le Condor »

15h - Eglise Notre Dame du Mas - Place du Chanoine Chaussé - Firminy  
Tarif : **15€**  
Renseignements : 06 80 74 99 32  
▶ Par l'association l'Audacieuse du Mas

## ■ Mardi 3 - Loto du Téléthon

Ouvert à tous, de nombreux lots à gagner !  
De 14h à 16 h - Résidence autonomie Quiétude  
Tarif : **2 €** le carton - **2 €** le goûter  
Tous les bénéfices seront reversés à l'AFM Téléthon  
Sur inscription  
▶ Par la Résidence autonomie Quiétude

## ■ Mercredi 11 - Théâtre famille/seniors « Les petits tous »

C<sup>ie</sup> BlablaProductions  
16h - Espace culturel Albert Camus - Allée des Pyrénées  
Tarifs : **8 € / 5 €** (tarif réduit pour les plus de 65 ans)  
▶ Par la Ville du Chambon-Feugerolles

## ■ Dimanche 15 - Spectacle « C'est du Lux »

Hommage aux variétés des années 70 forgées par Guy Lux  
14h30 - La Forge  
Tarif : **10€ - Gratuit** pour les Chambonnais de plus de 65 ans  
Places à retirer en mairie à compter du lundi 9 décembre.  
Possibilité de transport **2 €** aller/retour, passage dans les quartiers.  
▶ Par la Ville du Chambon-Feugerolles

## ■ Du vendredi 20 au dimanche 22 Marché de Noël

Vendredi 20 de 16h à 20h  
Samedi 21 et dimanche 22 de 10h30 à 18h  
Parc Jean Moulin

## ■ Spectacle « Les chaussettes rouges »

Vendredi 20 à 18h30 - Parc Jean Moulin

## ■ Spectacle « Boite à musique »

Dimanche 22 à 11h, 14h et 16h - Parc Jean Moulin  
▶ Par la Ville du Chambon-Feugerolles

## Janvier

## ■ Mercredi 8 - Fête du jour de l'an

Prestation : Julien et Valérie  
Résidence autonomie Quiétude  
Tarif journée : **17 €** à partir de 11h30  
Tarif après-midi : **5,80 €** à partir de 14h30  
▶ Par la Résidence autonomie Quiétude

## ■ Jeudi 23 - Conférence sur la prévention des arnaques physiques et techniques

en partenariat avec la police municipale, le service de répression des fraudes et le service informatique de la mairie.

14h30 - Salle Louis Aragon - Avenue Charles de Gaulle  
Sur inscription  
▶ Par le Centre communal d'action sociale

### ■ Vendredi 31 - Chandeleur

Les crêpes seront cuisinées en direct par le personnel de la résidence... le tout en chansons

Résidence autonomie Quiétude

Tarif journée : **17 €** à partir de 11h30

Tarif après-midi : **5,80 €** à partir de 14h30

Sur inscription

► Par la Résidence autonomie Quiétude

## Février

### ■ Samedi 8 - Clarinette, piano et compagnie...

Concert de musique de chambre, par les professeurs de l'Ecole intercommunale des arts

15h - Espace culturel Albert Camus - Allée des Pyrénées

► Par l'Ecole intercommunale des arts

### ■ Mercredi 12 - Sortie au planétarium

Rendez-vous à 13h45 à la résidence autonomie Quiétude

Tarif : **6,40 € + 3 €** pour le transport

Sur inscription

► Par le Centre communal d'action sociale

### ■ Mercredi 19 - Fête à thème « Dans le cochon tout est bon »

Prestation : Sylvie

Résidence autonomie Quiétude

Tarif journée : **17 €** à partir de 11h30

Tarif après-midi : **5,80 €** à partir de 14h30

Sur inscription

► Par la Résidence autonomie Quiétude

### ■ Mercredi 19 - Théâtre famille/seniors « Moi mon ombre »

C<sup>ie</sup> Kairos théâtre

16h - Espace culturel Albert Camus - Allée des Pyrénées

Tarifs : **8 € / 5 €** (tarif réduit pour les plus de 65 ans)

► Par la Ville du Chambon-Feugerolles

## 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 : 11 €

Inscription 48 heures à l'avance

### ■ Les après-midis pour ses activités

Du lundi au vendredi de 14h45 à 16h

Réservé aux seniors Chambonnaires

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

Prix des activités : 5,70 € (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

  
**Le Chambon  
Feugerolles**  
COMMUNE DE SAINT-ÉTIENNE MÉTROPOLE

**Hôtel de ville**  
Place Jean Jaurès - BP 39  
42501 Le Chambon-Feugerolles Cedex  
04 77 40 30 20  
lechambon.fr

### Renseignements et inscriptions

Résidence autonomie Quiétude **04 77 10 01 36**