

Le nombre de places étant limité, les inscriptions sont prises par ordre chronologique. Afin de garantir à chacun la possibilité de participer, nous vous remercions de ne pas vous inscrire à l'ensemble des ateliers et de privilégier une sélection ciblée.

Le CCAS remercie ses partenaires :

Neosilver
UFOLEP
Carsat Rhône-Alpes
Ludologies
Flore de lune
Maison du Rhône
Musée Paul-Dini
ANR69
Théâtre de Villefranche

Infos pratiques

CCAS et Antenne Départementale : 160 rue Monplaisir
Musée Paul-Dini : Espace Cornil - 40 Boulevard Louis Blanc
Théâtre de Villefranche : Place des Arts



Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique

CCAS

ACTIONS COLLECTIVES

Novembre > Décembre 2025



Inscriptions au 06 08 46 81 86 ou action-ccas@villefranche.net
Merci de privilégier l'inscription par mail. Un message sur le répondeur ne permet pas d'enregistrer l'inscription.

ATELIER « MÉMO-MOUV »

+ 60
ANS



Boostez votre corps et votre esprit.

Un parcours de 6 séances pour préserver votre mobilité, renforcer votre mémoire et améliorer votre bien-être.

Lundis 3, 10, 17, 24 novembre et 1^{er} et 8 décembre de 14h à 15h30

Antenne Départementale

PARCOURS

« BIEN MANGER BIEN BOUGER »

+ 60
ANS



Un cycle de 6 séances pour vous donner envie de retrouver une alimentation saine et une activité physique régulière.

Mercredis 5, 12, 19, 26 novembre et 3 et 10 décembre de 9h30 à 11h30

Antenne Départementale

ATELIER NUMÉRIQUE

Prise en main du clavier et de la souris

Venir si possible avec son PC portable

Vendredi 7 novembre de 10h à 12h

Antenne Départementale – Espace La Calade



THÉ OU CAFÉ

Visite commentée de l'exposition intitulée :

Visite de l'accrochage thématique consacrée à la donation Jocelyne Naef et aux 50 ans de création de l'artiste Alain Pouillet.

Mercredi 12 novembre de 15h à 16h

Musée Paul-Dini - Espace Cornil



QI GONG SANTÉ

Atelier découverte de la pratique du Qi Gong Santé, activité sportive basée sur la respiration et le mouvement, adaptée à tous. Tenue confortable et baskets recommandées.

2 dates au choix :

> vendredi 14 novembre de 10h à 11h30

> jeudi 11 décembre de 10h à 11h30

Antenne Départementale – Salle des Glières



DANS LES COULISSES DU THÉÂTRE

Venez découvrir les coulisses et la régie du Théâtre de Villefranche ainsi que la scène et ce qui se cache dessous ...

2 dates au choix :

> mardi 18 novembre de 15h à 16h

> jeudi 4 décembre de 10h30 à 11h30

Théâtre de Villefranche



ATELIER NUMÉRIQUE

Prise en main de la boîte mail (envoi, réception, pièce jointe)

Prévoir son PC portable

Vendredi 21 novembre de 10h à 12h

Antenne Départementale – Espace La Calade



APRÈS-MIDI LUDIQUE

Du jeu sous toutes ses formes. Au-delà du jeu, se retrouver, s'ouvrir aux autres, se faire plaisir et passer un moment convivial.

Vendredi 28 novembre de 14h à 16h30

Antenne Départementale – Salle des Glières



ATELIER NUMÉRIQUE

Comprendre le fonctionnement d'un ordinateur

Mardi 2 décembre de 14h à 16h

Antenne Départementale – Espace La Calade



ATELIER NUMÉRIQUE

Naviguer sur internet

Prévoir son PC portable, sa tablette ou son smartphone

Mardi 16 décembre de 14h à 16h

Antenne Départementale – Espace La Calade



DANSES EN « LIGNE »

Venez découvrir et pratiquer tous les styles de danses en ligne pour danser sans cavalier dans une ambiance festive.

Accessible à tous

Jeudi 18 décembre de 14h30 à 16h

Antenne Départementale – Grande salle Tom Morel

