



PROGRAMME D'ANIMATION OCTOBRE 2017

DIRECTION SENIORS service animation-restauration

Pour les retraités de + de 60 ans de la **COMMUNE NOUVELLE D'ANNECY**

EL Entrée Libre **G** Gratuit **P** Payant **I** Inscription obligatoire dans la limite des places disponibles

RENSEIGNEMENTS et INSCRIPTIONS,
MERCI DE CONTACTER LE LIEU RÉFÉRENT DE L'ANIMATION

LIEUX DES ANIMATIONS et CONTACTS

FFMR FOYER F-M RITZ : 7 fbg des Balmettes, 74 000 Annecy. 04.50.33.65.37 / seniors@ville-annecy.fr

La G LA GRENETTE, 3 r du Parc, Cran-Gevrier, 74960 Annecy. 04.50.57.04.94 / grenette.crangevrier@gmail.com

ECN ESPACE CHEZ NOUS : centre Victor Hugo, 6 r de l'aérodrome, Meythet, 74960 Annecy, 04.50.22.89.45 / puissant@mairie-meythet.fr

CD de S Commune Déléguée de Seynod : hôtel de ville, 04.50.33.45.35 / falvo@ville-seynod.fr

SEA SERVICE ENTRAIDE ANCILEVIEN : 17 clos du Buisson, Annecy-le-Vieux, 74960 Annecy. 04.50.09.96.08 / mquesada@mairie-annecy-le-vieux.fr

PRÉSENTATION DES ANIMATIONS RÉGULIÈRES

- **NAVETTES-REPAS** pour ceux qui ont des difficultés à se déplacer, venez manger au restaurant Ritz **FFMR** .
Pour les restaurants sur les communes déléguées contactez directement **La G** ou **ECN** ou **CD de S**
- **ATELIERS CRÉATIFS** Le plaisir de créer ensemble et de partager.
- **INTERNET et NOUVELLES TECHNOLOGIES** On vous aide à avoir accès à internet, créer votre boîte mail, garder le lien...n'hésitez pas à nous demander **FFMR** - **La G** - **CD de S**
- **CINE SENIORS** Un film à l'affiche à petit prix : 4 € la place (titre disponible 10 jours avant).

SEMAINES BLEUES

Lundi 2 octobre : **G-I Ciné Seniors « Dalida »** de Lisa Azuelos, à 14h30 à la MJC de Novel, Place de l'Annapurna Annecy 74000 Annecy ligne de bus N° 2 arrêt : Annapurna
Possibilité de transport en autocar depuis Annecy-le-Vieux – 2€- **SEA**

G-I Bien-être et beauté des mains, venez vous détendre en prenant soins de vous, à 14h00 **ECN**

G-I Marche sur la commune de Seynod avec le CORS 74. Départ à 10 h 00 du parking du terrain de foot Max Décarre (durée environ 2h00) - Tenue de sport et chaussures adaptées obligatoires **SEA**

G-I Conférence « voisins vigilants » animée par la gendarmerie **et goûter convivial** à 14 h 00, salle des convivialités à la mairie déléguée de Seynod, 1 place de l'hôtel de ville, Seynod 74600 Annecy – **CD de S**

G-I Initiation aux nouvelles technologies à 14h00 à la médiathèque – **CD de S**

Mardi 3 octobre : **G-EL- Spectacle 100 % souvenirs : les grandes chansons des années 60 à 80 avec Nicolas Reyno** à 14h30 au théâtre Renoir, **12 av Renoir**, Cran-Gevrier 74960 Annecy (**bus 3- 8 et M – navette depuis Pringy, renseignement au : 04 50 33 65 37**) **La G**

P-I Sortie journée à la fondation Gianadda exposition Cézanne, départ à 8 h 00 place du marché à Seynod (Bus 4 et 5) - participation selon le quotient communal : A à E 9€, F à J 18€ ou plein tarif 34€ – **ATTENTION : pièce d'identité en cours de validité obligatoire**– **CD de S**

EL-G Point internet de 10h00 à 11h00 et de 11h00 à 12h00 **FFMR**

Mercredi 4 octobre : **G-EL Atelier créatif à 14h00** Création de centres de table **ECN**

G-I Après-midi intergénérationnelle « Contes pour petits et grands, nos séniors dans les crèches » – lieu et horaire seront communiqués lors de l'inscription **SEA**

G-I Informatique photo numérique à 13h45 **FFMR**

G-I Initiation informatique débutants et faux débutants à 15h15 **FFMR**

G-I Séance découverte Gym douce avec le CORS 74 de 9h à 10h30, salle des convivialités à la mairie déléguée de Seynod, 1 place de l'hôtel de ville, Seynod 74600 Annecy. – Tenue de sport et chaussures adaptées obligatoires **ECN**

G-I Loto à 14 h 30, salle des convivialités à la mairie déléguée de Seynod, 1 place de l'hôtel de ville, Seynod 74600 Annecy. **ECN**

Jeudi 5 octobre : -**G- EL FORUM DES SENIORS ET DU BIEN-ÊTRE**
de 10 h 00 à 18 h 30, centre Bonlieu – Annecy-

G- I Thé-dansant avec l'orchestre Evi-Danse à partir de 14h30 à l'Espace Rencontre, 39 route de Thônes, Annecy-le-Vieux 74940 Annecy Ligne de bus n° 1 arrêt : Espace Rencontre – Inscription avant le 28 sept **SEA**

G-I Yoga... apprenez à gérer votre zenitude à 14h45 **FFMR**

Vendredi 6 octobre : -**G- EL FORUM DES SENIORS ET DU BIEN-ÊTRE**
de 10 h 00 à 18 h 30, centre Bonlieu – Annecy-

P- I Escapade et repas au Semnoz, départ à 10 h 00 place du marché à Seynod (Bus 4 et 5) : luge d'été, balade, jeux divers et repas au restaurant Le Châtillon – payant selon le quotient communal : A à E 6,90€, F à J 13,75€ ou plein tarif 27,50€ **CD de S**

G-EL Jeux de société à 14h00 **ECN**

Lundi 9 octobre **P-EL Loto** à 14 h 30, au Foyer F-M Ritz, 7 fbg des Balmettes, Annecy – 2,25€/carton -**FFMR**

G-I Session de 6 ateliers nutrition-activité physique avec l'ASCRA et financés par la CARSAT de 14 h 00 à 16h00, salle du Zodiaque, 38 av de la Mavéria, Annecy le Vieux 74940 Annecy – Tenue de sport et chaussures adaptées obligatoires. A NOTER : **Les personnes s'inscrivant à la 1^{ère} séance s'engagent à participer aux 6 séances** : lundis 9, 16, 23, 30 octobre, 6 et 13 novembre **SEA**

G-I Gym d'entretien avec l'ASCRA de 15 h 00 à 16h00, sport espace Glaisin, gymnase des Glaisins, 6 rue de la Frasse, Annecy le Vieux 74940 Annecy (bus 1 arrêt Hautevue) **SEA**

G-I Initiation aux nouvelles technologies à 14h00 à la médiathèque **CD de S**

G-I Atelier créatif à 14h00 Création de centres de table **ECN**

Mardi 10 octobre : **EL-G Point internet** de 10h00 à 11h00 et de 11h00 à 12h00 **FFMR**

G-I Séance découverte de la marche nordique avec le CORS 74 à 14h00 au Sport Espace Glaisins (Gymnase des Glaisins) 6 rue de la Frasse, Annecy-le-Vieux 74940 Annecy Ligne de bus n° 1 arrêt : Hautevue – Tenue de sport et chaussures adaptées obligatoires **SEA**

P-I Sortie journée à Chambéry. départ à 8 h 00 place du marché à Seynod (Bus 4 et 5), matin visite commentée de la ville, repas sur Chambéry. L'après-midi, visite guidée de la Rotonde SNCF et du musée des Charmettes. – Participation selon le quotient communal : prix maximum 57,30 € (repas compris) **CD de S**

Mercredi 11 octobre : **G-I – Atelier d'expression artistique avec les musées d'Annecy** : colorisez la rue Ste Claire, ambiance d'hier et d'aujourd'hui, mercredi 11 octobre à 14 h 30, au Foyer F-M Ritz, 7 fbg des Balmettes, Annecy **FFMR**

G-I – Dictée et jeux mémoire à 14 h 30, au Foyer F-M Ritz, 7 fbg des Balmettes, Annecy **FFMR**



G-EL Goûter musical « ambiance et gourmandise » à 14 h 30, salle animation, Pringy 74370 Annecy (le grand bâtiment en face de la mairie de Pringy, 1 pl Georges Boileau) **FFMR**

G-I Rendez-vous inter-générations, apprenez aux plus jeunes les secrets de la belote, du rami, etc, mercredi 11 octobre à 14 h 00, salle des convivialités à la mairie déléguée de Seynod, 1 place de l'hôtel de ville, Seynod 74600 Annecy **CD de S**

G-I Atelier créatif à 14h00 Création de centres de table **ECN**

Jeudi 12 octobre : **G-I Yoga...** apprenez à gérer votre zenitude à 14h45 **FFMR**

G-I Sortie mini-bus au lac de la Balme, départ à 13h30 à la Grenette, 3 rue du Parc, Cran-Gevrier 74960 Annecy (bus 1 arrêt Chorus) **La G**

G-EL Conférence alimentation et santé avec démonstration culinaire et dégustation à 14h30, salle Météore, 27 rte de Frangy, Meythet 74960 Annecy **navette depuis Pringy**, renseignement au **04 50 33 65 37 -transport gratuit** – RDV en dessous du bâtiment de la mairie de Pringy pour la **navette à 13 h 45** . **ECN**

*La Gastronomie est l'Art
d'utiliser la nourriture
pour créer du Bonheur*
Théodore Zeldin

Vendredi 13 octobre

G-I Marche découverte des sentiers d'Annecy-le-Vieux avec le CORS 74, Rdv devant la résidence La Cour, 1 passage des pinsons, Annecy-le-Vieux 74940 Annecy –Tenue de sport et chaussures adaptées obligatoires **SEA**

P-I **Ciné seniors Pathé Annecy** 7 av de Brogny, Annecy à 9h15 **RDV au cinéma à 9h00** (4 € la place) **FFMR**

G-EL Jeux libres à 14h00 **ECN**

Dimanche 15 octobre Repas dansant avec l'orchestre David Richard à midi à la salle Météore, Meythet 74960 Annecy - Inscription uniquement pour les seniors meythesans de 70 ans et + et gratuite **ECN**

Lundi 16 octobre : **G-I** Atelier zen : prenons le temps de nous faire du bien **ECN**

G-I Initiation aux nouvelles technologies à 14h00 à la médiathèque **CD de S**

Mardi 17 octobre : **EL-G** Point internet de 10h00 à 11h00 et de 11h00 à 12h00 **FFMR**

G-I Atelier chant et swing à 14h30, venez chanter avec nous ça fait du bien au moral **FFMR**

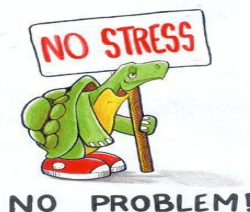
G-I Atelier perles et jeux à 14h00, salle convivialité, Seynod 74600 Annecy **CD de S**

G-I Yoga à 13h30 **La G**

G-I Atelier créatif décoration Halloween à 14h30 **La G**

Mercredi 18 octobre : **G-I** Informatique photo numérique à 13h45 **FFMR**

G-I Initiation informatique débutants et faux débutants à 15h15 **FFMR**



G-EL SPECTACLE « Les accordéotwist » à 14h30, salle Pierre Lamy, 12 rue République Annecy, 74000 ANNECY **FFMR**

Jeudi 19 octobre : **EL-G Atelier créatif** à 14h30 : rien ne se jette, tout se crée ! **FFMR**

G-I Yoga... apprenez à gérer votre zenitude à 14h45 **FFMR**

G-I Ateliers informatique à 14h00: comment créer une adresse mail et naviguer dans sa boîte mail **La G**

Vendredi 20 octobre : **EL-G Galerie créative avec Jocelyne** à 14h00 **La G**

EL-G Jeux libres à 14h00

VACANCES SCOLAIRES

Lundi 23 octobre : **I-P Ciné seniors « les Nemours »** 22 rue Ste Claire, Annecy à 14h00 (4 € la place)

RDV devant le cinéma à 13h45. Inscription **FFMR**

G-I Initiation aux nouvelles technologies à 14h00 à la médiathèque – **CD de S**

G-I Atelier créatif à 14h00 Fabrication décoration de Noël **ECN**

Mardi 24 octobre : **EL-G Point internet** de 10h00 à 11h00 et de 11h00 à 12h00 **FFMR**

G-I Atelier chant et swing à 14h30, venez chanter avec nous ça fait du bien au moral **FFMR**

P-I Atelier créatif, gâteaux en porcelaine froide à 14h00, salle convivialité, Seynod 74600 Annecy **CD de S**

G-I Animation chantée avec Emma et son orgue de Barbarie et goûter convivial à 14h30 **La G**

Mercredi 25 octobre : **G-I Informatique photo numérique** à 13h45 **FFMR**

G-I Initiation informatique débutants et faux débutants à 15h15 **FFMR**

G-I Initiation écriture : le plaisir de mettre ses pensées en mots à 14h30 **FFMR**

G-I Atelier créatif à 14h00 Décoration de Noël **ECN**

Jeudi 26 octobre : G-I **Atelier « speak english » tous niveaux**, simplement échanger dans la langue de Shakespeare à 14h 30 **La G**

Vendredi 27 octobre : G-I **Art' thérapie avec Laure** à 14h00 **La G**

G-EL Jeux libres à 14h00 **ECN**

VACANCES SCOLAIRES

À partir du lundi 30 octobre le foyer François-Maurice Ritz fait peau neuve et ferme pour travaux jusqu'en mars

À PARTIR DU LUNDI 6 NOVEMBRE, VENEZ DÉCOUVRIR LE NOUVEAU RESTAURANT LA COZNA ET SES ANIMATIONS PROPOSÉES. BIENVENUE ÉGALEMENT DANS TOUS LES AUTRES LIEUX DE RESTAURATION ET D'ANIMATION DE LA COMMUNE NOUVELLE



Informations auprès du service animation-restauration de la Direction Seniors au 04.50.33.65.37 et seniors@ville-annecy.fr

Lundi 30 octobre : G-I **Atelier créatif décoration Noël** à 14h00 **ECN**

G-I – Initiation aux nouvelles technologies à 14h00 à la médiathèque – **CD de S**

Mardi 31 octobre : G-I **Art dans la Grenette**, décorons notre local à 14h00 **La G**

**LE BÉNÉVOLAT et/ou les RENCONTRES INTER-GENERATIONS vous intéressent :
CONTACTEZ LE 04.80.48.00.92.**

